Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 «Ромашка»

Данковского муниципального района Липецкой области

Консультация для родителей

**«Фольклор на свежем воздухе**

**как естественная система арт- терапии**

**дошкольников»**

Подготовила музыкальный руководитель

Шохина Л.Ф.

г.Данков

март 2020г.

В современном образовании одним из эффективных средств здоровьесберегающих технологий является фольклорная арт- терапия на свежем воздухе, выполняющая комплексные оздоровительные функции, в которых пение связано с движением, ритмом. Естественная система арт-терапии, включающая в себя излечение звуком, музыкой, движением, несущая скрытые инструкции по сохранению целостности человеческой личности-это Русский песенный фольклор.

Все средства традиционной культуры направлены на формирование сильной, творческой, жизнеспособной личности. В фольклоре действительно есть врачующее начало. Напевы народных песен рождались как естественные проявления психофизических состояний человека, его природных физиологических возможностей. Академик Б.В. Асафьев считал, что «пульсация крови, протяженность вдоха и выдоха и сходный ритм дыхания оказывают воздействие на длительность фраз и периодов, на расстановку цезур, характер орнаментов и на диапазон напевов».

Русские народные песни и заклички, потешки, сопровождающие игры и хороводы, развивают не только музыкальный слух и память, но и легкие, дыхание, голосовой аппарат. Кости рук, ног, мышцы, кровь – все до самой последней клетки вступает во взаимодействие, когда человек говорит, кричит, поет. Характерная для русских танцев релаксация рук, особенно кистей, позволяет производить сбросы накопившихся зажимов. Непрестанная смена ритмов, различные по характеру рисунка танцы, аутентичные движения, сопровождающие практически каждую песню- игру, несут в себе освобождающий и терапевтический заряд огромной силы.

Происходящая смена партнеров, которая свойственна народным играм, приводит к тому, что ребенок контактирует с каждым из группы. Значит, ему нетрудно будет почувствовать, кому при телесном контакте он отдает предпочтение. Даже антипатия к кому-нибудь из играющих дает возможность для эмоционального развития.

Упражнения в выразительном, эмоционально ярком произнесении и пропевании народно-поэтических текстов в играх развивают голос, повышают речевую и певческую культуру. Элементы движения, включаемые в исполнение, способствуют общему укреплению и развитию организма дошкольников.

Фольклор на свежем воздухе – это естественная система интегративной арт-терапии, включающая в себя излечение звуком, музыкой, движением, несущая в себе скрытые инструкции по сохранению целостности человеческой личности. Все средства фольклорной арт-терапии на свежем воздухе направлены на формирование сильной, творческой, жизнеспособной личности, а также особой среды «устойчивой духовности» как одного из важнейших факторов заблаговременной профилактики здорового образа жизни.

**Каталог народных игр на свежем воздухе**

**для детей 4-5 лет**

**«На торгу крутом**.»

(Исходная позиция -стенка на стенку, как «бояре»)

1.На торгу, торгу крутом шла матрешка с пирогом.

-Пирога, пирога, нам не надо пирога.

2. На торгу, торгу крутом шла матрешка с киселем

-Киселя, киселя- нам не надо киселя.

3. На торгу, торгу крутом шла матрешка с петухом

- Петуха, петуха- нам не надо петуха.

В центре петух: -**Кукареку- догоню! Кукареку- заклюю**! (все разбегаются, петух

догоняет)

**«У медведя во бору»**

У медведя во бору грибы- ягоды беру

А медведь не спит и на нас рычит.

**«Угадай, кто позвал»**

В лесу, в лесу, на пенечке сидит Петя в холодочке.

Мы все к Пете подойдем и тихонечко споем (один ребенок поет, называя по имени)

Петя, Петя, просыпайся, в хоровод наш собирайся!

**«Кот и мыши»**

Кот мышей сторожит, претворился, будто спит!

Тише, мыши, не шуршите, и кота не разбудите

**«Скворушки и кот**»

Дети присели на корточки, руки «домиком». Поют, затем летают. Кот просыпается и ловит.

В домике-скворечнике скворушки сидят

Из окна- скворечника скворушки глядят

А в углу, а в углу хитрый кот сидит

Притворился наш кот, будто сладко спит.

**«Ручеек»**

Дети становятся парами друг за другом. Ведущий входит в «ручеек», забирая одного ребенка и образовавшаяся пара становится в конце «Ручейка». Ведущим становится тот, которого не выбрали.

**Каталог народных игр на свежем воздухе**

**для детей 6-7лет**

**«Ручеек»**

Исходная позиция: дети парами, руки сцеплены, опущены. ребенок заходит в «ручей», выбирает пару. Оставшийся заходит в ручей)

**«Горелки»**

Гори, гори ясно, чтобы не погасло- глянь на небо птички летят,

колокольчики звенят.1-2-3-беги!

Пары стоят, как в ручейке, «Вода»-лицом к ручейку.С двух сторон бежит последняя пара, стараясь соединить руки перед водящим. Задача Воды-не дать паре соединиться. Он хватает за руку одного. и теперь новая пара становится впереди, а оставшийся ребенок делается ВОДОЙ

**«Две тетери»**

Играющие в кругу. За кругом-2 птицы.В кругу поют:

**Как на нашем на лугу, стоит чашка** **творогу** (поднимают руки в воротики, залетают птицы в круг)

**Прилетели две тетери, поклевали, улетели** (На слова **улетели**- закрывают воротики, а птицы должны вылететь)

Прикол в том, что последние слова поются то быстро, то медленно, чтобы птицы не смогли вылететь

**«Тише едешь- дальше будешь»**

Водящий один, спиной от остальных детей, удаленных от него на 10 шагов

**Задача детей**-побыстрей дойти до водящего и занять его место. Но обязательно надо останавливаться на слово «Стоп» и стоять неподвижно, когда смотрит на них водящий. Если шевелится- уходит на исходную позицию.

**Задача Воды**- прочитать четверостишие и повернуться, рассматривая, кто шевелится. Четверостишие можно читать быстро, ускоряя, замедляя.

**Слова:-Тише едешь- дальше будешь-Стоп!**

**«Редька» (М\р №8- 2016,с.22)**

Дети сидят вереницей, крепко обхватив руками друг друга-огород редьки. Впереди- БАБКА- первый участник. **Два участника**-огродники -по ходу игры вытягивают бабку (берут за руки и тянут, что есть сил. Потом следующего и так- пока всех не вытянут)

1.Огородники: Хожу, хожу к бабке, прошу, прошу редьки:

Родилась ли редечка, родилась ли сладенька?

БАБКА:-**Нет еще не выросла- только посадила**

2.Огородники: Хожу, хожу к бабке, прошу, прошу редьки:

Расти, расти редечка, расти, расти- сладеньк

БАБКА:-**Нет, только взошла!Еще не поспела!**

3Огородники :Бабушка добренька, редечка сладенька

Продай бабка редьку, продай бабка сладкую.

**Бабка:** Берите, да только сами дергайте

Огородники пытаются вытащить за плечи детей(репку).Задача детей- крепко держаться друг за друга