

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕАТРАЛЬНЫХ ИГР ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ

**Введение.** Основной задачей, стоящей перед дошкольным образованием в современных условиях, является организация оптимально активной и насыщенной положительными эмоциями жизнедеятельности детей, которая обеспечивает их счастливое развитие. Успешная реализация этой задачи основывается на необходимости с первых лет жизни формировать у детей основы культуры здоровья.

В ряде нормативно-правовых документов дошкольного образования, которые действуют на Украине, отмечено, что современное развитие системы дошкольного образования одной из приоритетных задач предусматривает поиск путей совершенствования процесса сохранения, укрепления и формирования здоровья детей.

Так, стратегическими задачами национальных программ «Дети Украины», «Украина XXI века», Национальной доктрины развития образования и программы «Здоровье нации» определено всестороннее развитие человека (в частности ребёнка), становление его духовного, психического и физического здоровья. При этом акцентировано внимание на приоритетности формирования ответственного отношения к здоровью как наивысшей индивидуальной и общественной ценности. Эти задачи отражены и в Законе Украины «О дошкольном образовании» [1]. Поэтому вполне логично, что первой в Базовом компоненте дошкольного образования Украины определена образовательная линия «Личность ребёнка», составляющей которой является «Здоровье и физическое развитие» [2].

Укрепление здоровья, совершенствование работы всех физиологических систем организма ребёнка, приобретение двигательного опыта обеспечиваются целым комплексом закалывающих процедур и разнообразием форм работы по физическому воспитанию, в которых реализуется основная потребность ребёнка в движениях.

Современными учёными изучаются условия, наиболее благоприятные для целостного развития ребёнка как личности, формирование его психического и физического здоровья (Н. Н. Ефименко, Н. Ф. Денисенко, Е. Л. Богинич, Э. С. Вильчковский). Вместе с тем остаётся недостаточно изученной проблема ценностного отношения к своему здоровью, формированию здорового образа жизни дошкольников в процессе использования театрализованных игр.

**Основная часть.** Мир театра чрезвычайно манит детей, и этим непременно должны воспользоваться педагоги, направив театральную деятельность дошкольников в дидактическое русло.

Театральное искусство близко и понятно детям, ведь в основе театра лежит игра, которая является ведущей деятельностью дошкольников. Сформировать здоровый образ жизни у детей могут театрализованные игры и упражнения. Кроме познавательных задач (знаний о здоровье и болезнях, правильном питании), театральная деятельность оказывает большое влияние на физическое развитие дошкольников: помогает им научиться чувствовать своё тело; воспринимать так называемые «сигналы» его частей, дифференцировать их. Во время театрализованных игр совершенствуются моторные функции детей, улучшается координация движений, удовлетворяется потребность в двигательной активности, постепенно происходит устранение мышечных зажимов, исчезает быстрая мышечная усталость, излишнее волнение.

Во время подготовки к театральной деятельности детей педагогам следует особое внимание уделить так называемому «сценическому движению», направленному на пластическое воссоздание образа определённого персонажа. Для этого мы рекомендуем использовать психогимнастические этюды, игры, упражнения, которые помогут детям освоить элементы техники выразительных движений и использовать их для передачи эмоций и чувств персонажа, овладеть собственным телом, почувствовать его, приобрести навыки саморасслабления [3].

Во время работы над определённой тематикой мы рекомендуем широко использовать пальчиковые ролевые игры, которые способствуют совершенствованию общей и мелкой психомоторики дошкольников.

Важно также использовать упражнения для ослабления мышц лица, развития выразительности мимики, сочетания движений рук, ног со словесным сопровождением, согласования движений с музыкой.

Театральная деятельность может существовать как самостоятельный вид деятельности (подготовка и постановка театральных представлений), а может быть частью любой деятельности, т. е. интегрироваться, усиливать эффективность восприятия детей.

Для реализации задач здорового образа жизни мы предлагаем использовать следующие формы организации детей в рамках учебно-воспитательной работы:

1) театральные занятия. Педагоги могут составить систему театральных занятий на основе оздоровительной тематики и тем, которые знакомят детей с безопасным поведением в окружающей среде. Тематика блоков работы с детьми следующая: «В гости к Неболейке», «Когда я один дома», «Цветок огня». Вместе с обучением приёмам театрального искусства дети получают знания о факторах здоровья, учатся отличать добро и зло, положительное поведение от отрицательного;

2) интегрированные занятия. Интегрированные занятия дают возможность воспитателям объединить разные виды деятельности одной тематикой для эффективного и полного раскрытия темы. Темы интегрированных занятий могут быть: «Чудодейственные витамины», «Как себя спасти, если беда придёт в дом», «Готовим вкусный обед», «Идём в магазин: покупаем полезные продукты»;

3) использование разнообразных театрализованных игр и упражнений оздоровительного направления в занятиях и повседневной жизни;

4) организация работы театрального кружка. Результатом такой работы могут быть разнообразные представления оздоровительной тематики. Основной идеей создания такого кружка может быть девиз: «Чтобы жить, учиться и играть, надо здоровье сохранять». Представления могут проигрываться для детей своей группы, других групп, можно приглашать и родителей [3].

Работа воспитателя по реализации задачи обучения детей театральному искусству может включать в себя следующие направления: театральная игра, культура и техника речи, основы театральной культуры, сценическое движение, танцевальные шаги, акробатические упражнения, ритмопластика, работа над спектаклем.

При использовании театрализованных игр следует учитывать возрастные особенности детей, их возможности и умения. В младшей группе прообразом театрализованной игры являются игры с ролью. Малыши, действуя согласно роли, полнее используют свои возможности и значительно легче справляются со многими задачами различного характера. Действуя как «осторожные воробушки», дети усваивают знания об опасности, которую несут спички; выбирая роль «умных мышек», с удовольствием выполняют культурно-гигиенические действия; «дружных гусят» — помогают друг другу складывать игрушки на место. Таким образом, дети получают новые знания, закрепляют умения и навыки. Кроме того, игры с ролью активизируют и развивают внимание детей, готовят их к самостоятельной творческой игре.

Дети младшей группы с удовольствием перевоплощаются в собак, кошек и других знакомых животных, однако развить и обыграть сюжеты пока ещё не могут. Они лишь подражают животным, копируя их внешне, не раскрывая особенностей поведения, поэтому детей младшей группы важно научить некоторым способам игровых действий по образцу. С этой целью проводятся сюжетные подвижные игры «Наседка и цыплята», «Медведица и медвежата», «Зайчиха и зайчата». В младших группах желательно вводить театрализованные игры в учебную деятельность: организовывать игры по сюжетам литературных произведений, разыгрывать небольшие сценки из детского быта: «Как кукла Анечка садится обедать», «Как кукла Анечка ложится спать». Формируя интерес к различным театральным играм, необходимо больше читать и рассказывать детям сказки и другие литературные произведения. Знакомые песни и стихи являются хорошим игровым материалом.

В целях раскрепощения и преодоления внутренней скованности с малышами проводятся специальные этюды по развитию эмоций. Например, простые этюды «Солнышко встаёт», «Солнышко садится», в которых эмоциональное состояние передается детям при помощи словесных указаний и музыки, которые побуждают детей выполнять определённые движения.

Педагоги постепенно расширяют игровой опыт детей младшей группы усложнением игровых заданий, в которые включается малыш: 1) игры-имитации отдельных действий человека, животных и птиц, эмоций человека: (вышло солнышко — дети обрадовались, улыбнулись, хлопают в ладоши, прыгают на месте); 2) игры-имитации цепочки последовательных действий в сочетании с передачей эмоций героя (веселые матрешки захлопали в ладошки и стали танцевать); 3) игры-имитации образов хорошо знакомых сказочных героев (неловкий медведь идёт домой, храбрый петушок шагает по дорожке); 4) игра-импровизация под музыку («Весёлый дождик»); 5) игры-импровизации без слов с одним персонажем по содержанию стихотворения, которые читает воспитатель («Сорока-ворона», «Выйди, выйди солнышко»); 6) игры-импровизации по текстам коротких сказок; 7) ролевой диалог героев сказок «Рукавичка», «Заюшкина избушка»; 8) инсценировка фрагментов сказок о животных («Теремок»); 9) игра-драматизация с несколькими персонажами по народным сказкам, например, «Репка», «Колобок» [4].

В средней группе детей учат сочетать в роли движение и слово, использовать пантомиму двух-четырёх действующих лиц. Возможно использование обучающих упражнений, например, «Представь себя отважным медведем-пожарным и расскажи о себе». С группой наиболее активных детей целесообразно драматизировать простейшие сказки, используя разные виды театра. Привлекая к играм малоактивных детей, можно драматизировать произведения, в которых количество событий невелико.

Содержательная составляющая часть работы с детьми средней группы — игровые этюды репродуктивного и импровизационного характера («Угадай, что я делаю?», «Отгадай, что я только что делал?»). Театрально-игровые этюды, игры и упражнения положительно влияют на развитие психических качеств детей: восприятия, ассоциативного мышления, памяти, воображения. Во время такого преобразования происходит совершенствование эмоциональной сферы: дети мгновенно, в рамках предложенного образа, реагируют на изменение деятельности, подражают героям [5].

Детям средней группы доступны уже многоперсонажные постановки. Например, в спектакле «Поможем Котику перейти через дорогу» действующими лицами могут быть Кот, Гусь, Корова, Кошка, Светофор.

С детьми 5-го года жизни воспитатели работают над автоматизацией деятельности дыхательного аппарата. Общеизвестны сюжетные дыхательные упражнения: «Насос», «Ныряние», «Снежинка», «Шарик красный надуваем». Для развития у детей сценических движений воспитатели используют упражнения для развития мелкой моторики рук, координации движений, движений и речи; упражнения в танцевальных шагах; релаксационные упражнения.

В старшей группе дети продолжают совершенствовать свои исполнительские умения, развивают чувство партнёрства. Воспитатель учит дошкольников самостоятельно находить способы образной выразительности. Драматический конфликт, становление характеров, острота ситуаций, выразительные диалоги, простота и образность языка — всё это создает благоприятные условия для проведения игр-драматизаций на основе сказок и литературных произведений. Такая игра сложнее для ребёнка, чем подражание событиям жизни, потому что в ней требуется понять и почувствовать образы героев, их поведение, выучить наизусть текст произведения. Создавая атмосферу раскованности, необходимо побуждать детей фантазировать, комбинировать, видоизменять, импровизировать на основе имеющегося у них опыта. Дети 6-го года жизни могут изменять начало или окончание знакомых сюжетов, придумывать новые обстоятельства, в которые попадают герои, вводить новых героев. В сказке «Три поросёнка» можно предложить детям придумать, как бы разворачивались события, если все поросята были бы умными и дружными, а в сказке «Волк и семеро козлят» — ввести нового героя, который бы научил козлят быть осторожными.

Для лучшего понимания литературного произведения Д. В. Менджеричкая предлагает использовать приём «нравственная лесенка». Дети должны расположить героев произведения на лесенке по степени личной симпатии. Данный приём работы с детьми может служить и диагностическим приёмом, который покажет воспитателю состояние духовного здоровья ребёнка [4].

Совершенствованию отдельных элементов движений, интонации, пантомимы помогают специальные упражнения и гимнастика, которые дети могут выполнять самостоятельно. Они придумывают определённый образ, демонстрируют его с помощью мимики, жестов, позы, интонации.

В старшей группе дети могут освоить сценические движения: управлять мышцами лица, развивать выразительность рук, сочетать движения рук, ног, слов. Данные упражнения развивают ребёнка как физически и психологически, так и умственно. Например, спокойная улыбка является свидетельством хорошего настроения. Нахмуренные, сдвинутые брови, сжатые губы — признак недовольства, глубокой сосредоточенности. С детьми работают над умением чередовать напряжение и расслабление мимических мышц. Занятия по развитию выразительности рук должны строиться с элементами игры и творческой выдумки. Звуковое сопровождение, музыку можно использовать как эмоциональную окраску любого упражнения. Это могут быть элементарные упражнения «Моём руки», «Ладони», «Самолёт». «Пианист». А могут быть упражнения с определённой последовательностью выполнения действий: «Воробушек пьёт воду», «Делаем чудеса руками», «Готовим салат», «Цветок», «Речка и рыбка» [6].

Детей также учат и танцевальным шагам. Танцевальные шаги могут выполняться в различных музыкальных размерах, в разных темпах. Детям предлагаются упражнения, которые учат согласовывать движения с музыкой. Рекомендуется, чтобы танцевальные шаги выполнялись в различных направлениях в сочетании с поворотами корпуса, наклонами и поворотами головы, а также комбинированные шаги с паузами. Такие несложные танцевальные шаги вырабатывают умение красиво ходить, развивают танцевальные умения.

Инновационная технология Н. Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста» имеет много общего с театральной постановкой не только по названию. Одной из ведущих идей данной технологии является игровой метод влияния на ребёнка. «Играя — оздоравливать, играя — воспитывать, играя — обучать», — отмечает автор. А вся система работы должна быть пронизана позитивной, светлой энергией радости и удовольствия от физических упражнений [7]. В реализации педагогической технологии «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста» большое значение имеет создание образов, которые разыгрывают дети. На занятиях по методике Н. Н. Ефименко царит «физкультурная сказка», которая позволяет не только тренировать тело, но и развивать интеллект, а также формировать у детей необходимые духовные качества. Занятия проводятся как маленькие театральные представления, своеобразные «физкультурные сказки»: «Ёжики на прогулке», «Весёлые котята», «Солнечный зайчик» [8].

**Заключение.** Театральная деятельность исключительно положительно влияет на личность дошкольника. Использование театрализованных игр способствует формированию здорового образа жизни детей, развивает физическое, психическое, духовное, социальное здоровье. Во время выполнения разнообразных упражнений и игр дети не только совершенствуют моторные функции, улучшают координацию движений, удовлетворяют потребность в двигательной активности, но и приобретают опыт межличностных отношений, формируют морально-этические модели поведения. Игра помогает детям усвоить правила безопасного поведения, законы сохранения собственного здоровья.

#### Список цитируемых источников

1. Дошкільна освіта в Україні: нормативно-правове регулювання / упор. Л. В. Гураш, Т. В. Вороніна. — Київ : Шкіл. світ, 2013. — 120 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні // Дошкіль. виховання. — 2012. — № 7. — С. 3—23.
3. Артёмова, Л. В. Театрализованные игры дошкольников / Л. В. Артёмова. — М. : Просвещение, 1991. — 134 с.
4. Мисунова, Е. В. Организация театрализованной деятельности в детском саду / Е. В. Мисунова. — Великий Новгород : Бумеранг, 2006. — 125 с.
5. Макаренко, Л. Т. Театр і театрализована діяльність у сучасному дошкільному закладі освіти / Л. Т. Макаренко. — Харків : Основа, 2013. — 139 с.
6. Щёткин, А. В. Театральная деятельность в детском саду / А. В. Щёткин. — М. : Мозаика Синтез, 2008. — 139 с.
7. Ефименко, М. М. Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей дошкільного в молодшого шкільного віку. Авторська програма / М. М. Ефименко. — Таганрог, 2000. — 68 с.
8. Ефименко, Н. Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения / Н. Н. Ефименко. — Харьков : Веста : Ранок, 2004. — 64 с.