

Колесова Ольга Сергеевна

старший воспитатель

Яковлева Нина Николаевна

инструктор по физическому воспитанию

МБДОУ «ЦРР – Д/С «Рябинка»

г. Мариинский Посад, Чувашская Республика

ОТ СКАЗКИ К ДВИЖЕНИЮ: ФОРМИРОВАНИЕ ЭТНОКУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ С РУССКИМ И ЧУВАШСКИМ ФОЛЬКЛОРОМ

***Аннотация:** в статье рассматривается методика интеграции русских народных и чувашских сказок в занятия физической культурой для дошкольников. Представлены практические приёмы использования сказочных сюжетов для повышения мотивации детей, развития физических качеств и приобщения к этнокультурным традициям. Даны примеры игровых комплексов, рекомендации по подбору сказок и организации занятий.*

***Ключевые слова:** физическая культура, дошкольники, русские народные сказки, чувашские сказки, этнокультурное воспитание, двигательная активность, интеграция образовательных областей.*

Современные требования ФГОС ДО подчёркивают важность интеграции образовательных областей и приобщения детей к социокультурным ценностям.

С ранних лет необходимо открывать детям дверь в чарующий мир народных сказок, учить детей постигать культуру своего народа, показать им дорогу в этот сказочный и добрый мир.

Занятия физической культурой в детском саду могут стать эффективным инструментом этнокультурного воспитания, если использовать в них сюжеты народных сказок.

Русские и чувашские сказки обладают богатым педагогическим потенциалом: они знакомят детей с традициями народов, знакомят детей с культурным

наследием, развивают воображение и превращают обычные упражнения в захватывающее приключение.

Почему сказки – идеальный инструмент для физкультуры?

Народные сказки обладают рядом качеств, которые делают их идеальными для занятий с дошкольниками:

- *знакомые образы*. Дети с раннего возраста слышат сказки, поэтому легко вживаются в роли Колобка, Лисы или героев чувашских преданий;
- *чёткая структура*. У сказок есть начало, середина и конец – это помогает выстроить логичную последовательность упражнений;
- *яркие эмоции*. Сюжеты полны приключений, что создаёт положительную мотивацию к движению
- *культурный код*. Через сказки дети узнают традиции своего народа и соседних этносов, учатся уважать многообразие культур;
- *гибкость*. Одну и ту же сказку можно адаптировать для разных возрастов и уровней физической подготовки.

Как превратить сказку в физкультурное занятие?

Ключевой принцип – сюжетно ролевая организация. Вместо того чтобы просто выполнять упражнения, дети становятся участниками сказочного путешествия. Вот основные шаги:

1. *Выбор сказки*. Для младших групп – короткие истории с простыми действиями («Волк и козлята», «Река»). Для старших – более сложные сюжеты с препятствиями («Гуси лебеди», «Дети ветра»).
2. *Проработка сценария*. Каждое событие сказки соотносится с физическим заданием: «идти через лес» – ходьба змейкой, «убегать от Бабы Яги» – бег с увертыванием.
3. *Распределение ролей*. Дети выбирают персонажей или получают роли по жеребьёвке. Это развивает самостоятельность и ответственность.
4. *Подготовка атрибутов*. Обручи («домики»), мячи («яблоки»), ленты («речки») помогают визуализировать сказку.

5. *Музыкальное сопровождение.* Народные мелодии усиливают атмосферу и задают темп движениям.

Таблица

Примеры сказок и упражнений

Сказка	Возрастная группа	Физические упражнения и игры
«Волк и козлята» (русская сказка)	Младшая (3–4 года)	Ходьба в колонне по одному («по лужку гуляли, ножки поднимали»); метание мяча (мешочка) вдаль правой и левой рукой («стали козлята волка из домика выгонять»)
«Репка» (русская сказка)	Младшая (3–4 года)	Ходьба друг за другом («тянем репку»); приседания с выпрямлением («подтягиваем репку»); перетягивание каната (имитация вытягивания)
«Теремок» (русская сказка)	Средняя (4–5 лет)	Прыжки в обручах («лягушка скачет»); ползание на четвереньках («мышка пробирается»); ходьба с высоким подниманием коленей («медведь идёт»)
«Мышка Вострохвостик» (чувакская сказка)	Средняя (4–5 лет)	Ползание под дугой («мышка в норке»); бег змейкой между кеглями («убегает от кота»); упражнения на равновесие («идёт по мостику»).
«Гуси-лебеди» (русская сказка)	Старшая (5–6 лет)	Бег с увертыванием («убегаем от Бабы Яги»); прыжки через «ручей» (обручи); эстафета с переносом «пирожков» (мячи)
«Пирог верёвочкой» (чувакская сказка)	Старшая (5–6 лет)	Дети в колонне повторяют движения ведущего – змейкой, с поворотами («Плетём верёвочку»); эстафета с переносом мешочков (набитых песком или крупой) – «Носим муку»
«Девушка на Луне» (чувакская сказка)	Старшая – подготовительная к школе (5–7 лет)	Прыжки на одной ноге («подпрыгивает к Луне»); круговые движения руками («звёзды кружатся»); командная эстафета («спасаем девушку»)
«Дети ветра» (чувакская сказка)	Старшая – подготовительная к школе (5–7 лет)	Плавные махи руками, повороты корпуса. («Лёгкий ветерок»); бег по кругу с ускорением («Сильный вихрь»); дыхательное упражнение: глубокий вдох («набираем ветер») и выдох со звуком «ш-ш-ш»

Структура занятия: от сказки к движению.

Оптимальная длительность – 25–30 минут. Разделим на три части.

1. *Вводная* (5–7 минут):

Сказочное приветствие: «Сегодня мы отправимся в сказку!».

Краткий пересказ сюжета (2–3 предложения).

Разминка: ходьба и бег по сюжету («идём в лес», «поднимаемся на гору»).

2. *Основная* (15–20 минут):

Выполнение упражнений по сюжету. Чередуйте интенсивные и спокойные задания (1 минута активности – 30 секунд отдыха).

Используйте атрибуты: обручи, мячи, ленты, конусы.

Поощряйте командную работу: «Давайте поможем зайке добраться до дома!».

3. Заключительная (5 минут):

Подведение итогов: «Мы помогли героям, справились с испытаниями!».

Релаксация: дыхательные упражнения («набираем волшебный воздух»), спокойная ходьба.

Награждение: «волшебные» наклейки или медали за смелость и ловкость.

Практические советы при проведении занятий

Адаптация. Упрощайте задания для малышей (меньше препятствий) или усложняйте для старших (добавляйте элементы равновесия).

Эмоциональность. Говорите выразительно, меняйте голос для разных персонажей.

Взаимодействие. Поощряйте взаимопомощь: «Помоги лисе перейти через речку!».

Обратная связь. Спрашивайте детей: «Что вам больше всего понравилось? Кого бы вы хотели сыграть в следующий раз?».

Заключение.

Интеграция русских и чувашских сказок в занятия физкультурой – это не просто модный тренд, а педагогически обоснованный подход. Он решает сразу несколько задач:

- развивает физические качества (ловкость, силу, координацию);
- воспитывает командный дух и уважение к традициям;
- стимулирует воображение и эмоциональную сферу;
- делает занятия запоминающимися и желанными.

Регулярное использование «двигательных сказок» способствует комплексному физическому развитию дошкольников через игровые двигательные задания по сюжету сказок, приобщает дошкольников к традициям и ценностям рус-

ского и чувашского народов, воспитывает уважение к культурному многообразию нашей страны и делает занятия физкультурой увлекательными, а процесс воспитания – гармоничным и эмоционально насыщенным.

Попробуйте – и вы увидите, как обычные упражнения превращаются в волшебство, а дети с радостью бегут на физкультуру, готовые к новым сказочным подвигам!

Список литературы

1. Махалова И.В. Воспитание здорового ребенка на традициях чувашского народа: учебно-методическое пособие / И.В. Махалова, Е.И. Николаева. – Чебоксары, 2003. – EDN PBOLOM.
2. Воспитание здорового ребёнка на традициях чувашского народа: учебно-методическое пособие. – Чебоксары, 2003. – 255 с.
3. Фомина Н.А. Сказочный театр физической культуры: физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок / Н.А. Фомина – Волгоград: Учитель, 2026. – 90 с.