



Евдокимова Елена Николаевна
*педагог дополнительного образования по
театральной деятельности
МДОУ №81 «Золотой ключик»
города Волжского Волгоградской
области*

**«Дорога к уму и сердцу человека»
Здоровьесберегающие и здоровье формирующие
технологии
в театральной деятельности детского сада
№ 81 «Золотой ключик»**

«Проблема сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни очень актуальна сегодня.

Последние данные говорят о том, что за период обучения детей состояние их здоровья ухудшается.

Поэтому все более актуальной становится необходимость применения в дошкольном образовательном процессе здоровьесберегающих технологий.

Ухудшение экологической обстановки, напряженная жизнь мегаполиса, экономическая и социальная нестабильность негативно влияют на общее состояние здоровья и психику детей, повышают вероятность стрессовых ситуаций.

Ни для кого не секрет, что забота о здоровье ребенка – это не только комплекс санитарно-гигиенических правил или требований к режиму дня, питанию, обучению и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоническом единстве и полноте всех составляющих жизни детей – физических и духовных сил, вершиной которой является активное проявление ребенка в разных видах художественного творчества



**Театральные занятия
влияют на здоровье
детей на различных
уровнях**

**это разнообразие
двигательной
активности,**

театр – это синтез многих искусств, взаимодействующих друг с другом.



это чередование физической,
психической и умственной
деятельности
на занятиях в игровой форме,



это расширение кругозора и
развитие интеллекта

При создании конечного продукта – спектакля используется особый род литературы – драматургия, изобразительные искусства проявляются в сценографии, костюмах, гриме, неотъемлемой частью любого спектакля является музыка, и, конечно, особенно важны искусство режиссуры и мастерство актера.



Далее мы рассмотрим, как основы актерского мастерства могут повлиять на оздоровление ребенка.

Итак, основы актерского мастерства.

Так называемый актерский тренинг представляет собой логически выстроенную последовательность развивающих упражнений, он может включать в себя:



Аутогенные тренировки – снятие психофизических зажимов



Упражнения на развитие внимания, воображения, эмоциональной, зрительной, тактильной и слуховой памяти.

Этюды на взаимодействие со средой, партнером, зрителем, коллективные действия



«Тренинг, построенный по игровым законам, помогает детям раскрыть свои возможности и не потерять себя в процессе взросления, сохранить наивность и искренность, чистоту и совершенство младенчества, постигая это мир через любовь...»

Кандидат искусствоведения, режиссер, педагог, профессор МГУКИ,
Сергей Вячеславович Клубков



Преимущества актерского тренинга:



Актерский тренинг, благодаря своей игровой природе,..
...оптимизирует познание окружающего мира и своих возможностей;

улучшает социализацию и адаптацию;
...способствует развитию мышления, внимания, воображения;

обогащает эмоциональную сферу; ...освобождает от комплексов и зажимов – как телесных так и психологических. Наконец, все тренинги по мастерству актера – суть психологические тренинги на снятие барьеров в общении, зажимов и комплексов, преодоление пассивности.



Важное значение в здоровье сбережении является работа над речью. Сценическая речь.

дыхательный тренинг – это различные дыхательные методики.

дикционный тренинг – это артикуляционная гимнастика.

вибрационный массаж резонаторов, упражнения со скороговорками

И, наконец, работа с текстом – это орфоэпический разбор слова, выяснение и построение логики текста, изучение и применение интонационных структур.

Выносливый, закаленный тренингами голос работает безотказно, не зная быстрой усталости и частых заболеваний дыхательных путей. Правильное дыхание влияет на мозговую деятельность и на общее физическое состояние.

Дикционная, орфоэпическая, логопедическая работа улучшает звучание и, как следствие, качество жизни детей.

Знакомство с лучшими образцами отечественной и зарубежной литературы расширяет кругозор и повышает интеллект ребенка

Не менее важную роль в здоровье сбережении играет сценическое движение



Элементы гимнастики, в том
числе пилатеса, акробатики, в том
числе парной,
–Элементы Хатхи-Йоги,

Манипуляции с предметами.
Элементы стилевого поведения,
исторического этикета
Основы пантомимы

Значение этой дисциплины для здоровья растущего организма очень велико. Сценическое движение включает в работу всю опорно-двигательную систему ребенка. Система пилатеса направлена на укрепление и тонизирование мышц, улучшение осанки, гибкости и чувства равновесия, на единение тела и разума. Выполнение поз Хатхи-Йоги способствуют укреплению растущего позвоночника, придают мускулам гибкость, способствуют подвижности суставов; работа над позами позволяет задействовать большое количество мышц.



Рассмотрев основные виды и направления театрализованной деятельности в детском саду их значение для здоровья наших воспитанников , следует особенно подчеркнуть главную особенность педагогического процесса, которая присуща всем театральным дисциплинам – это игровая природа освоения нового.



Именно она является основой для органичного существования на сцене и именно она помогает ребенку принять новые предлагаемые обстоятельства и «заразить» ими остальных. В условиях стирания нравственных ценностей мотивация к здоровому образу жизни, стремление к изучению лучших образцов мирового культурного наследия становится возможной только благодаря вовлеченности ребенка в многоуровневый процесс обучения, воспитания и оздоровления.



Вывод

Здоровьесберегающие технологии в театральной деятельности детского сада № 81 «Золотой ключик» позволяют:

- } во время занятий сценической речью, освоить дыхательные и энергетические практики;
- } танец, пластика и сценическое движение развивают физические характеристики и снимают психо-физические зажимы,
- } музыкальные занятия развивают слух и обогащают музыкальную память;
- } занятия прикладным творчеством развивают мелкую моторику;
- } Наконец, все тренинги по мастерству актера – суть психологические тренинги на снятие барьеров в общении, зажимов и комплексов, преодоление пассивности.

О благотворном влиянии театрального искусства на человеческую душу не раз говорили великие умы разных времен.

«Театр располагает самой проторенной дорогой к уму и сердцу человека», – говорил Ф. Шиллер. Театр, благодаря своей многослойной структуре, помогает сохранить здоровье и направить ребенка к его духовному самоопределению.



Чтобы стоять на месте,
Нужно очень быстро
бежать



Льюис Кэрролл «Алиса в стране чудес»