

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА  
ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №2 «РАДУГА»  
ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

**ЗДОРОВЬЕ-СОЗИДАЮЩАЯ И РАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА  
В СОВРЕМЕННОМ  
ДЕТСКОМ САДУ**



*Сборник материалов  
V зональной педагогической конференции  
среди педагогов дошкольных образовательных учреждений  
4 апреля 2019 года*

*в рамках деятельности  
муниципального ресурсного центра «Здоровый ребенок»*

**г. Чистополь – 2019 г.**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА  
ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №2 «РАДУГА»  
ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

**ЗДОРОВЬЕ-СОЗИДАЮЩАЯ И РАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА  
В СОВРЕМЕННОМ  
ДЕТСКОМ САДУ**

*Сборник материалов  
V зональной педагогической конференции  
среди педагогов дошкольных образовательных учреждений  
4 апреля 2019 года*

*в рамках деятельности  
муниципального ресурсного центра «Здоровый ребенок»*

**г. Чистополь – 2019 г.**

Рекомендовано к печати МКУ «Управление образования Исполнительного комитета Чистопольского муниципального района Республики Татарстан»

**Редакционная комиссия:**

методист по дошкольному воспитанию МКУ «Управление образования Исполнительного комитета Чистопольского муниципального района Республики Татарстан» О.В. Маслакова, заведующий МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан Л.К. Арсентьева

**Составитель и технический редактор:**

руководитель муниципального ресурсного центра «Здоровый ребенок»  
И.В. Подьячева

**Здоровье-созидающая и развивающая образовательная среда в современном детском саду.**  
Сборник материалов V зональной педагогической конференции среди педагогов дошкольных образовательных учреждений (7 апреля 2019 г.) – МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, 2019 – 74 с.

Материалы конференции представляют широкий спектр подходов, технологий, позволяющих добиться реального и стабильного успеха в такой сложной проблеме, как сохранение и укрепление здоровья детей. Многие презентации опыта работы транслируют возможности современного детского сада в оптимизации здоровьесберегающих и здоровьеформирующих условий в рамках реализации инновационных подходов и новых требований к модернизации образовательных процессов в дошкольном образовательном учреждении (Федеральный государственный образовательный стандарт).

Сборник адресован педагогам дошкольных образовательных учреждений и может быть использован в теории и практике работы детских садов.

## Развитие речевого дыхания дошкольников посредством дидактических игр

Елендеева К.С., воспитатель

МБДОУ «Детский сад №1 комбинированного вида «Веселая карусель»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Формирование правильной речи ребёнка является одной из основных задач дошкольного образования. Однако динамический анализ практической ситуации за последние десятилетия свидетельствует о ежегодном увеличении количества дошкольников с речевыми нарушениями. Говорить умеют почти все, но говорить правильно, лишь единицы.

Разговаривая с другими, мы пользуемся речью, как средством передачи своих мыслей. Речь является для нас одной из главных потребностей и функций человека. Именно через общение с другими людьми человек реализует себя как личность. Судить о начале развития личности ребёнка дошкольного возраста без оценки его речевого развития невозможно. В психическом развитии ребёнка речь имеет исключительное значение. Поэтому определение направлений и условия развития речи у детей относятся к числу важнейших педагогических задач.

Согласно ФГОС ДО «речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте».

Развивая речь детей, нужно в первую очередь научить их правильному дыханию, которое влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из лёгких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

У детей младшего дошкольного возраста речевое дыхание не совершенно. Малыши не умеют рационально использовать выдох, речь на вдохе, что отрицательно влияет на развитие речи детей. Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом.

Развивать дыхание помогают различные игры и упражнения. Для чего это нужно? Правильное дыхание поможет ребёнку научиться говорить спокойно, плавно, не торопясь. Некоторые упражнения для развития дыхания помогают также научить ребёнка правильно произносить те или иные звуки. Если ребёнок во время речи надувает щеки, то и речь его невнятна именно по этой причине. И прежде, чем начинать постановку звуков, необходимо научить ребёнка правильной выработке воздушной струи.

Задачами работы по развитию речевого дыхания являются:

- 1) формирование навыков [правильного речевого дыхания](#);
- 2) укрепление мышц лица и грудной клетки;
- 3) профилактика болезней верхних дыхательных путей и нервной системы;
- 4) повышение умственной работоспособности детей;
- 5) нормализация звукопроизношения и просодических компонентов речи;
- 6) закрепление лексических тем и грамматических категорий;
- 7) стимуляция интереса к занятиям.

**Дыхательная функция нуждается в тренировке, при которой необходимо соблюдать следующие условия:**

1. Нельзя много раз повторять упражнение, это может вызвать головокружение. Длительность упражнений для младшего возраста 2-3 минуты, для старшего возраста 3-5 минут с перерывом на отдых.
2. Не следует добиваться полного выдоха.
3. Не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате.
4. Температура воздуха в комнате должна быть 18-20 градусов.
5. Не ранее чем через 1,5 – 2 часа после еды.
6. Одежда не должна стеснять шею, грудь и живот ребенка.
7. Не заниматься, если есть заболевания органов дыхания.
8. Следить за тем, чтобы во время упражнений не было напряжения мышц шеи, рук, груди; чтобы плечи и ключицы не поднимались при вдохе, а при выдохе не опускались; лицо неподвижное, ленивое.
9. Дидактический материал должен быть легким, безопасным, располагаться на уровне рта.

**Цель дыхательных упражнений** – научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально плавно расходовать воздух на выдохе.

**Подготовительная работа, направленная на развитие речевого дыхания**, состоит в том, чтобы научить детей производить быстрый вдох через рот и нос и плавно, равномерно, медленно выдыхать воздух с различной силой через рот.

**Полетность голоса** – Это длительность звучания отдельных фраз, слов и звуков.

**Полетность речи** – Это легкость произнесения текста без зажимов, проглатывания окончаний и необходимости выговаривать слова с усилием. Речь – как ручеек.

Полетности речи можно добиться при систематической работе над дыханием, над развитием дикции, артикуляции, интонационной выразительности.

## **Последовательность работы над постановкой речевого дыхания**

### **Первый этап:**

**Цель:** Улучшить функции внешнего дыхания.

Дети получают знания, что дышать надо носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен участвовать живот.

### **Примерные упражнения**

1. Вдох и выдох через нос.
2. Вдох и выдох через рот.
3. Вдох через нос, выдох через рот.
4. Вдох через рот, выдох через нос.
5. Подышать одной ноздрей, потом другой.

### **Второй этап:**

**Цель:** Выбатывать более глубокий вдох и длительный выдох.

Дети получают знания об основных дыхательных процессах: вдох и выдох, и о том, что силу выдоха можно тренировать.

### **Примерные упражнения, требующие оборудования**

1. **Тактильный контроль:** наматывание нитки на клубок, подуть на ладони, движение рукой по спирали, горке, дорожке.
2. **«Перышко»** - Перышко или пушинку подбрасывать в воздух и дуть на нее, не давая упасть.

3. **«Ветерок»** - подуть на различные предметы, подвешенные на ниточке. Сдуть бабочку с цветка, на котором она привязана за ниточку.
4. **Подуть** на огонек свечки, сделанной из цветной бумаги; на дымок от паровоза; на пар, струящийся над картонной чашкой; на капельки от тучки, висящие на ниточках или сделанные из фольги и. т. д.
5. **Сдуть со стола** мелко нарезанные цветные бумажки, пушинки, ватку.
6. **Дуть на лежащие на столе** палочки; карандаши разной формы (круглые, граненые) и длины; шарики разного веса: пластмассовые, деревянные, резиновые, стараясь сдвинуть их с места.
7. **Дуть** на различные предметы, плавающие в миске с водой.
8. **«Буря в стакане»**. Бурление воды в стакане с помощью трубочки для коктейлей.
9. **Надувать** бумажные и целлофановые мешки, воздушные шарики.
10. **Раскрутить** дыханием скрученные полоски бумаги.
11. Ветряные игрушки – вертушки.
12. Мыльные пузыри.

### **Примерные упражнения, не требующие оборудования**

1. **«Пошумим»** - громко вдыхать и выдыхать.
2. **«Собачке жарко»** - Часто подышать носом с высунутым языком.
3. **«Воротники и паровозик»** - Глубокий вдох через нос – «воротники открылись». В воротники въезжает воображаемый паровозик. Мягкий длинный выдох на звук «ф» - «воротники закрылись».
4. **«Воздушный шарик»** - резкий выдох – живот вытянули. Затем расслабить или «отпустить» мышцы живота. При вдохе живот естественно «выталкивается» вперед, как шарик.

### **Динамическая дыхательная гимнастика**

1. Руки верх – вдох, руки вниз – выдох.
2. «Сдуй шарик».
3. «Насос».

### **Третий этап:**

**Цель:** Развитие фонационного (озвученного) выдоха.

Ребенок тянет на выдохе звуки с голосом максимально долго.

Сначала гласные, потом согласные.

### **Примерные упражнения**

1. **Длительное протяжное произнесение гласных звуков.**  
«Кукла плачет – а-а-а», «Дует сильный ветер – у-у-у».
2. **Длительное произнесение согласных звуков.**  
«Сердитая муха» - Муха жужжит над ухом «дз-з-з»- на одном дыхании при усилении и ослаблении звука.
3. **Игры – соревнования:** «Кто дольше споет песенку на одном звуке?», «Чья песенка длиннее?»

### **Четвертый этап:**

**Цель:** Развитие речевого дыхания.

Ребенок произносит на выдохе слоги, отдельные слова, фразы.

Младший возраст – 2-3 слова, старший возраст – 3-5 слов.

### **Примерные упражнения**

«Собачка» - руки положить на живот, имитировать лай собаки, сначала короткое «ав-ав», а потом длинное «а-а-ав».

1. **Множественное повторение слогов.** «Паровоз – чух-чух-чух», «Дождик капает – кап-кап-кап», «Зайка прыгает – оп-оп-оп», «Мишка топает – топ-топ-топ».
2. **Счет** от 1 до 5, от 5 до 10, от 1 до 10 и. т. д.
3. **Назвать** времена года, дни недели, названия месяцев и. т. д.
4. **Фразы с использованием приема наращивания.**  
Ветер – Дует ветер – Дует сильный ветер – Дует сильный и холодный ветер – Дует сильный и холодный северный ветер и. т. д.
6. **«Скороговорки»**  
«Егорка»: Как на горке на пригорке жили 33 Егорки. Раз Егорка, два Егорка, три Егорка, четыре Егорки и. т. д.
7. Поговорки.
8. Загадки.

#### **Пятый этап:**

**Цель:** Формирование правильного речевого дыхания в процессе произношения текста.

1. Чередование дыхательных упражнений и других видов игр.
2. Пересказ сказок.
3. Разучивание стихов.
4. Пение.

#### **Пение**

Это форма дыхательной гимнастики, развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь.

Пение оказывает выраженную положительную динамику показателей функции внешнего дыхания

При систематическом пении наблюдается увеличение жизненной емкости легких, резервных объемов вдоха и выдоха, одновременное уменьшение частоты и минутного объема дыхания, а так же снижение дыхательных энергозатрат.

Работа над развитием дыхания во время пения:

1. Педагог следит, чтобы дети брали дыхание перед началом пения и между музыкальными фразами, а не по середине слова.
2. Объяснения и показ взрослого.
3. Пение по фразам цепочкой или по подгруппам.
4. Показ фразы рукой, рисуем в воздухе дугу.
5. Попевки с протяжной мелодией.
6. Пение в умеренном темпе.
7. Игра «Эхо».

#### **Литература:**

1. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. - Изд. 2-е. - Р-н/Д: Феникс, 2003. - 416 с.
2. Ткаченко Б.И. Нормальная физиология человека. - 2-е изд. - М.: Медицина, 2005. - 928 с.
3. Логопедия: учебник для студ. дефектол. фак. пед. высш. учеб. заведений. / Под ред. Л.С. Волковой. 5-е изд. М.: Владос, 2008. - 703 с.
4. Семенова К.А., Мастюкова Е.М., Смуглин М.Я. Клинические симптомы дизартрий и общие принципы речевой терапии. // Логопедия. Методическое наследие. В 5 кн. Кн I: Нарушения голоса и звукопроизводительной стороны речи: В 2 ч. Ч. 2: Ринолалия. Дизартрия: пособие для логопедов и

студ. дефектол. факультетов пед. вузов. / Шаховская С.Н. и др.; под ред. Л.С. Волковой. М.: Владос, 2006. 303 с.

5. Белякова Л.И., Дьякова Е.А. Заикание. Учеб. пособие для студ. пед. институтов по спец. «Логопедия». - М.: В. Секачев, 1998. - 304 с.: ил.

6. Вербовая Н.П., Головина О.М., Урнова В.В. Искусство речи. М., 1977.

7. Кочеткова И.Н. Парадоксальная гимнастика Стрельниковой. М., 1989.

## **Профилактика плоскостопия у детей в условиях дошкольного образовательного учреждения**

Трондина Т.Н.,

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

В дошкольный период ребенок быстро растет и развивается, движения становятся его потребностью. Ребенок, страдающий плоскостопием, быстро устает от ходьбы и бега, плохо переносит статические нагрузки. Это в свою очередь отрицательно сказывается на его общефизическом развитии.

Результаты ежегодного медицинского осмотра показали, что у большинства детей наблюдается плоскостопие. Поэтому профилактика плоскостопия и своевременное обнаружение уплощения стопы чрезвычайно важны в период роста и развития опорно-двигательной системы организма.

Целью моей работы является создание условий для организации работы по предупреждению и профилактики плоскостопия детей дошкольного возраста.

Для достижения этой цели мною решаются следующие задачи:

- формирование двигательных умений и навыков обучающихся в соответствии с его индивидуальными особенностями профилактики и коррекции плоскостопия
- использование специальных физических упражнений для профилактики плоскостопия.
- создание условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия с родителями.

Реализуя задачи, я использую следующую литературу:

1. Е. И. Николаева «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада».

2. Е. Ю. Александрова «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья»».

3. Ю. А. Кириллова «Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников

для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет».

4. М. Ю. Картушина «Быть здоровыми хотим».

5. Е. Р. Железнова «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников».

Что же такое плоскостопие?

**Плоскостопие** - изменение формы стопы, которое характеризуется опущением ее продольного и поперечного свода.

Причины плоскостопия:

- раннее вставание и ходьба;
- избыточный вес;
- плохо подобранная обувь; и т.д.

Из-за этого:

- быстрая утомляемость ног;



-ноющие боли при стоянии или ходьбе в голених и стопах;  
-быстрое изнашивание внутренней стороны подошвы;  
-ребенок ходит с широко расставленными ногами, слегка сгибая ноги в колених, развернув стопы;  
-стопа имеет неправильную форму или становится шире;  
Основу профилактики составляет: укрепление мышц, сохраняющих свод стопы, ношение правильно подобранной обуви, ограничение нагрузки на нижние конечности, а в качестве профилактики очень полезна ходьба детей босиком.

Главное средство профилактики плоскостопия - специальная гимнастика, направленная на укрепление мышечно-связочного аппарата стоп и голени, проведение специальных упражнений, гигиена и массаж ног с использованием особых предметов: деревянных (пластмассовых) палочек, мешочков с песком, верёвок, мячей, ткани.

Для того чтобы профилактическая работа была успешной, мной создается полноценная развивающая физкультурно-оздоровительная среда, которая предусматривает наличие оборудования и инвентаря, способствующих укреплению мышц стопы и голени.

На практике я предлагаю следующие упражнения для профилактики плоскостопия.

Недаром китайская поговорка гласит: *«Расскажи - я забуду, покажи - и я запомню, дай попробовать и я пойму».*

Упражнения стоя, сидя на полу.

-захватывание пальцами стоп мелких предметов и перекалывание их в другую сторону (тоже пальцами стоп другой ноги),

-захват и удержание мяча среднего размера двумя стопами, перекалывание с места на место.

Упражнения стоя, сидя на скамейке.

-собрание с пола мелких предметов.

-катание палочек, карандашей.

Собрание ткани пальцами ног.

Упражнения на массажном коврике.

-ходьба медленная с глубоким перекалом стопы.

-перекалы с носков на пятки и обратно.

- легкие поскоки и прыжковые упражнения.

Упражнение «Носочки-пяточки».

Упражнение «Ходьба по следам».

Упражнение ходьба по горизонтальной лестнице.

Упражнение «Художник».

Карандашом, зажатым пальцами ног, рисуем на листе бумаги различные фигуры, придерживая лист другой ногой.

Игра малой подвижности «Сбор мусора».

В системе «Ребенок – семья - детский сад», родители являются основным составляющим звеном в профилактике плоскостопия детей.

Самым приятным моментом для меня являются признания детей о том, что им нравятся занятия по профилактике плоскостопия. А также информация родителей о том, что дети дома самостоятельно с удовольствием используют эти профилактические упражнения вместе с родителями.

Учитывая актуальность проблемы, я считаю, что физическое развитие детей, направленное на профилактику плоскостопия, сегодня как никогда востребовано именно в дошкольном учреждении.

Систематические занятия физической культурой вообще и специальными физическими упражнениями в частности способствуют укреплению мышц, связок, суставов, участвующих в образовании и нормальной деятельности свода стопы.

Так как результаты медицинского осмотра у детей старших и подготовительных групп, посещающих МБДОУ «Детский сад №2», за период 2017-2018 гг. показали, что из 136 – нормальные стопы у 88

(детей), у 35 – уплощение, и у 13 детей плоские стопы. На период 2018-2019 гг. из 136 детей у 102 нормальные стопы, у 25 уплощение стопы, у 9 детей плоские стопы. Результаты обследования свидетельствуют о том, что использование в системе комплексы коррекционно-профилактических упражнений на занятиях физической культуры являются эффективными.

#### **Сравнительный анализ изменения опорно-двигательного аппарата дошкольников.**

Изменения свода стопы	2017-2018	2018-2019
Плоскостопие	9%	7%
Уплощение	26%	18%
Норма	65%	75%

Из приведенной таблицы видно, что начиная с 2017 года по 2019 годы, у детей нашего детского сада нормализуется состояние опорно-двигательного аппарата

А закончить свое выступление я хочу одной притчей. Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали думать: каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.

Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека. Пусть он его поищет».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Но, мы же знаем, что наше здоровье и здоровье наших детей зависит от нас. Берегите его.

#### Литература.

1. Е. Р. Железнова «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников». Издательство: Детство-Пресс, 2013 г.
2. М. Ю. Картушина «Быть здоровыми хотим». — М.: ТЦ Сфера, 2004.
3. Ю. А. Кириллова «Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников». Издательство: Детство-Пресс, 2015 г.
4. Е. И. Николаева «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада». - Издательство: Детство-Пресс, 2013 г.
5. <https://www.maam.ru>. «Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста»

#### **Камешки Марблс – разноцветное счастье для детей**

Горина И. В., воспитатель МБДОУ «Детский сад № 4»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Новый ФГОС предъявляет особые требования к среде развития детей дошкольного возраста. Основные из них – это: создание среды содержательно – насыщенной, вариативной, доступной; обеспечение максимальной реализации образовательного потенциала пространства для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа; организация видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества. Педагогам, работающим в условиях модернизации системы образования, предстоит творчески осмыслить содержание учебно-воспитательного материала, с тем, чтобы он отвечал современным требованиям, отыскать такие его варианты и комбинации, которые способствовали бы возникновению у детей стойкой мотивации к познанию и творчеству.

Я представляю материал, практическая ценность которого широка и отвечает всем требованиям ФГОС – это камешки марблс.

Столкнувшись на просторах интернета с этим необычайно привлекательным материалом, почему-то невольно вспомнила картинку из детства, когда закапывала в песке разноцветные камешки-секретики, охраняла их, и потом, осторожно откапывая, показывала только близким людям... Как пишет М.В. Осорина в замечательной книге «Секретный мир детства в пространстве мира взрослых», дети любят сокровища, создают свои сокровищницы. Дети воспринимают свои «сокровища» чувственно, им нравится сама плоть этих вещиц: насыщенные цвета, необычная форма, особенно ее изгибы, гладкость, блеск, малый размер, позволяющий полностью спрятать предмет в кулаке. И в каждой детской сокровищнице есть камни и кристаллы.

В процессе более глубокого изучения, выяснила, что исследование происхождения камешков марблс началось недавно. **Марблс** — это потомки глиняных шариков, которыми играли древние люди многие тысячи лет назад. Шарики Марблс берут свое начало от развлечений древних римлян и греков. Они объединяют в себе морскую волну, звездную пыль, янтарь и каплю воды. Многие взрослые люди, наверное, помнят одну из своих детских игр с разноцветными камешками, когда надо было выбить из обозначенного круга как можно больше камешков противника. Можно предположить, что история этой игры начинается еще с пещерных времен, когда естественными играми мальчиков были те, которые позволяли им тренировать руку и глазомер, готовясь в будущем занять место среди охотников племени. Позже игра превратилась в забаву, и в средние века приобрела необычайную популярность.

**Марблс** — в переводе означает «*мраморный*». Это небольшая сферическая игрушка, обычно — разноцветный шарик, изготовленный из стекла, глины, стали или агата. Эти шары различаются по размеру, имеют разнообразную цветовую гамму. Некоторые камешки имеют форму приплюснутого шара и носят название «*Кабошоны*», что в переводе означает «*шляпка звезда*». Кабошоны использовать в своей **работе более удобно**, так как этот камешек более устойчив и не перекачивается. Так, с одной стороны камень выпуклый, а с другой - ровный, спиленный.

Камешки марблс вызывают у детей чувства радости, счастья, стремления трогать, щупать, перебирать, играть с ними. В силу радостных эмоций, сопровождающих действия с камешками, значительно повышается работоспособность, снижается утомляемость, что благотворно сказывается на общем состоянии здоровья детей. В процессе целенаправленных занятий с данным материалом развиваются все виды ощущений, совершенствуется чувственное познание мира, повышается мотивация, осознанность, интерес, формируется стремление к самостоятельности.

Работа с камешками создает условия для совершенствования моторных способностей, движений рук, мелкой моторики пальцев, зрительно-моторной координации, развития памяти, мышления, речи, воображения, творческой активности, познавательной деятельности. В связи с большим разнообразием цветовой гаммы, формы и величины камешков также создаются предпосылки для мотивированной деятельности, эмоционального и эстетического воспитания детей.

Шарики можно коллекционировать, ведь они такие красивые, приятные на ощупь и замечательные. Шарики можно просто перебирать, сортировать по размеру или цвету, раскладывать по кучкам. Применение камешков Марблс – это нетрадиционный способ обучения. Особый дидактический материал идущий от потребностей ребенка. Сама суть марблс побуждает активность и интерес ребенка. Заставляет возвращаться к материалу и получать чувственное и интеллектуальное удовольствие от работы.

Идея использования камешков Марблс, привела к необходимости разработки игрового дидактического пособия, «Ларчик Марблс». Пособие представляет собой сундучок, в котором находятся камешки Марблс разного цвета, размера и формы. К пособию прилагаются наборы картинок, которые можно украсить, дополнить, выложить по контуру или внутри контура и т.п. Вариантов игр очень много.

Цель: закреплять умение в ориентировке на плоскости, развивать чувство ритма, цвета, композиции, активизировать тактильно-двигательный, слуховой, зрительный анализаторы, формировать сенсорные эталоны, осуществлять развитие фантазии, воображения и творчества.

Задачи:

- стимулирование деятельности ЦНС;
- развитие координации движений;
- развитие мелкой моторики и подготовка к письму;
- развитие зрительного внимания, памяти, воображения, творчества;
- развитие тактильных ощущений, сенсорного восприятия;
- развитие мыслительных операций;
- стимулирование зрительно-поисковой деятельности;
- закрепление знаний цветов, свойств и особенностей разных материалов;
- формирование навыков сотрудничества, взаимопомощи, доброжелательности, самостоятельности и инициативности.

Я работаю по теме в рамках образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» поэтому подборка игр в пособии представлена в соответствии с моей темой. Все игры могут варьироваться в зависимости от возраста ребенка, его заинтересованности.

Необходимо заранее приготовить поля и наборы для игры, чтобы потом не вставать, не отвлекаться и не рисковать со стеклянными камешками. Нужно четко обговаривать правила игры. Если это игра по правилам педагога диктует правила он, если целью является играть по желанию ребенка, пусть правила формулирует сам ребенок. Очень важно стимулировать и поддерживать инициативу ребенка.

Отправная точка идей» для игр с камешками марблс:

Сортировка по цвету, размеру, форме, прозрачности.

Счет по цвету, по размеру, по методу классификации.

Логика-паттерны (задаем последовательный рисунок и просим ребенка повторить, можно создавать элементы узора расходящегося от центра в разные стороны).

Мозаика.

Творчество.

Чувство цвета и цветотерапия (можно поставить друг на друга и наблюдать за изменением цвета, можно искать красивые сочетания цветов, можно влиять на настроение ребенка, давая ему задания для игры с определенным цветом).

Работа с камешками никогда не бывает механической, так как яркие цвета поддерживают интерес и улучшают продуктивность. Можно придумать небольшие сказочные сюжеты, которые напрямую связаны с последующей деятельностью ребенка. Эти сюжеты побуждают ребенка к действию и фантазии.

Работа с каждым сюжетом проходит в следующей последовательности:

Прочитайте ребенку сказку, в которой герои попадают в трудную ситуацию.

Вы предлагаете ребенку оказать помощь герою. Работая с камешками, ребенок повторяет ваши задания.

Вы вместе с ребенком анализируете работу. Причем, в первую очередь, хвалите его за отзывчивость, желание и умение прийти на помощь, за его творческую работу. А затем вы смотрите на качество выполненной работы.

Я предлагаю использовать камешки марблс для организации следующих игр:

1. Сделайте длинную «муфту» из капроновой сетки или прозрачной ткани, поместите в центр марблс и внутри выполняйте перекачивания шариков руками. Очень полезное, приятное игровое упражнение! А главное, шарики не раскатываются, оставаясь в «муфте».

2. Сделать «сухой бассейн» для пальцев рук (очень полезно в целях развития мелкой моторики у дошкольников). Для этого нужно поместить марблс в пластиковую ёмкость и перебирать пальчиками, можно отыскивать спрятанную среди камушков мелкую игрушку.

3. Работа над текстурой камешков.

Найдите как можно больше гладких камешков и шершавых (шершавыми можно считать камни у которых есть грани) и потрогайте пальчиками.

4. Работа с камнями без образца.

- Представьте, что скоро у мамы праздник. Какой подарок можно сделать из камней? (торт, цветок, бабочку, бантик и т.д). Можно выложить из квадратов и кругов машинку.

5. Игра «Цветочная полянка».

Задание: - слева сидящие выложить цветочную полянку, где у цветочков нет серединок и на стебельках добавить листочки; - справа сидящим – наоборот добавить лепесточки у цветка и выложить недостающие стебли и тоже добавить листочки.

6. Игра Мозаика».

Задание - на картинке соответствующим цветом нужно заполнить кружочки (желательно подобрать по размеру и цвету)

7. Игра «Украсим торт».

Задание - верхний ряд у торта – с чередованием двух цветов, средний одним цветом, а нижний ярус – крупным марблс

8. «Чудесный мешочек».

Задание – по очереди вынуть из мешочка предметы. Что вы вынули из мешочка? (разноцветные камешки)

- Какого цвета камешек, такого цвета предмет (например: желтый камушек – желтый лимон)

9. Игра «Лабиринт».

Задание – выложить лабиринт любым цветом или по цвету полосок лабиринта

10. «Разноцветная полоска».

Задание – найдите самый прозрачный камень и он будет путешествовать и менять цвет - двигайте его по полоске, называя каким цветом стал камень и добавляя (например белый, как снег и т.д).

11. «Выложи по образцу».

Задание – нужно выложить по образцу похожую картинку.

Но можно в играх использовать не только камешки овальной и круглой формы, но форме определенного предмета.

12. «Судоку». Задание – заполнить все клеточки, чтобы цвет камней не повторялся.

13. «Золушка» Задача: развитие тактильных ощущений; развитие умения выбирать предметы, отличающиеся по форме, цвету, размеру. Вариант 1. Разбери по цвету. Вариант 2. Разбери по форме. Вариант 3. Разбери по размеру.

Игры используются на индивидуальных занятиях по сенсорному развитию:

- Различные виды сортировки:

«Разложи по цвету»

«Разложи по размеру»

«Стеклянная песенка»

«Сезонные сенсорные коробки»

- Игры на соотношение с эталоном цвета, формы

- Игры-купания «Камешки в песке (в холодной и теплой воде, крупе)».

- Игры используются на индивидуальных занятиях по развитию речи и в познавательной деятельности:

Всевозможные манипуляции с камешками по закреплению навыков счета, сравнения, ориентировка на плоскости:

- слоговой и звуковой анализ слов,
- развитие связной монологической и диалогической речи.

Логические игры и игры с правилами:

- Паттерны (логические ряды)
- «Крестики-нолики»
- «Шашки»
- «Мини-гольф»
- «Мини-футбол»

На мой взгляд, камешки марблс являются настоящей находкой для использования в работе с детьми. Кроме того, что они приятны на ощупь и позволяют ребенку получить тактильное удовольствие. Марблс можно применять для создания сюрпризного момента, для релаксации, для развития мелкой моторики. А еще, немало важную роль, они играют в создании эмоционально-положительного настроения. Играя с камешками, дети улыбаются, радуются и даже трудные задания не выводят их из эмоционального равновесия, наоборот стимулируют к поиску.

Игра в Марблс признана детскими психологами одной из самых полезных для подрастающего поколения: она развивает меткость, скорость, точность и моторику, а красивые оттенки стеклянных камешков пробуждают в ребенке чувство прекрасного.

Применение камешков "Марблс" это один из нетрадиционных приемов развития познавательных способностей, интересный для детей. Использование нетрадиционных методов работы повышает эффективность процесса речевого и сенсомоторного развития детей раннего возраста. Новым подходом в организации образовательного процесса является то, что в ходе упражнений предусмотрено с одной стороны, решение сенсорных задач с учетом различных умений и навыков детей, с другой, - приобретение детьми новых знаний и умений, которые они могли бы использовать в других видах деятельности.

Важно не забывать о правилах безопасности при играх с марблс.

Объясните ребенку несколько раз, что камешки и шарики «Марблс» несъедобны, невкусны и нельзя их брать в рот!!!

Проведите ряд опытов и экспериментов для закрепления знаний о стекле и приобретения практического опыта в работе с бьющимися предметами.

Камешки стеклянные, поэтому для игр необходим стол с бортиками или можно играть на полу, для игр нужны поля из ткани, дно баночек и контейнеров лучше выстилать подложками из мягких материалов.

Постоянно напоминайте ребенку о свойствах стекла, контролируйте.

Очень полезно детям играть с новичками или младшими детьми - тут они выступают в роли более знающего о правилах безопасности и закрепляют свои знания.

Даже если ребенок старше 3 лет, играть он должен только в вашем присутствии!!!

Не оставляйте наборы в доступном детям месте!!!

Советы по приобретению и подготовке к игре с марблс

Марблс можно купить в магазинах для дома, декора, творчества, товаров для праздника;

существуют готовые наборы разноцветных стекляшек, но можно купить отдельно разных цветов, они относительно недороги;

покупайте как матовые, так и прозрачные фактуры;

покупайте марблс плоские содной стороны - круглые шарики не стоят на месте и раскатываются; но их можно использовать как дополнение;

возьмите также набор марблс, отличных по размеру и форме;

купленные стекляшки промойте в тазике с шампунем, высушите в полотенце – игрушка готова;

поиграйте первые разы вместе, покажите, что с ними можно делать, предложите ребенку придумать свои развлечения;

заведите красивую емкость для хранения марблс, куда убирайте сокровище после игры, если, конечно, ребенок не захочет показать картину папе или бабушке!

в дальнейшем можно расширять свою коллекцию, добавлять другие цвета, формы.

**Камешки** — интересный, доступный для сенсорного развития, и к тому же многогранный материал для множества маленьких затей. Идей достаточно много, как можно использовать с пользой: играть, творить, изучать математику, развивать восприятие, мелкую моторику и логическое мышление. Дети очень любят собирать различные камешки и играть с ними. Малышей привлекает всё таинственное, а камни обладают какой-то неведомой энергетикой. Детям они приносят радость и положительно влияют на их всестороннее развитие.

Игры с камнями оказывают положительное влияние и на психику ребенка. Даже простое перебирание камешков, рассматривание, поиск самого красивого делает малыша спокойным и уравновешенным, воспитывает любознательность. Камни используются как стимульный материал для свободных ассоциаций ребенка. Использование метода активного воображения позволяет выявить возможные направления работы, прояснить запрос и в большинстве случаев решить проблемы. Работа с камешками предоставляет пространство для творчества и исследования, для индивидуальной и групповой арт-терапии, для снятия усталости, напряжения, разрешения негативных эмоциональных переживаний. Занятия с камешками лучше проводить в малых группах (не больше 3 - 5 человек) или индивидуально.

Исходя из вышеизложенного можно сделать вывод: игры с камушками марблс соответствуют требованиям ФГОС к предметно-развивающей среде:

1. Обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала.
2. Свободный доступ воспитанников к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающих все основные виды деятельности.
3. Удовлетворяет индивидуальные потребности ребенка.
4. Поддерживает инициативу детей.
5. Формирует познавательные интересы и познавательные действия ребенка в различных видах деятельности.
6. Обеспечивает вариативность и разнообразие содержания.

Литература:

1. Башаева Т.В. Развитие восприятия детей 3-7 лет. Ярославль, 2001.
2. Вольнова Л.Н. Движение-мысль-слово. Пермь, 1999.-63.
3. Выготский Л.С. История развития высших психических функций. М.,1986.
4. Степанова М. А. Система работы по **развитию** мелкой моторики кистей и пальцев рук **детей** // 2009. № 7. с. 62

Интернет ресурсы:

1. <https://www.maam.ru/detskijsad/rekomendaci-psihologa-ispolzovanie-kameshkov-marbls-v-korekciono-razvivayuschei-rabote-s-doshkolnikami.html>
2. <https://infourok.ru/ispolzovanie-kameshkov-marbls-v-rabote-s-detmi-doshkolnogo-vozrasta-2467077.html>
3. [http://logopeddoma.ru/news/igry\\_s\\_kameshkami\\_marbls\\_raznocvetnoe\\_schaste\\_dlja\\_detej/2016-01-31-697](http://logopeddoma.ru/news/igry_s_kameshkami_marbls_raznocvetnoe_schaste_dlja_detej/2016-01-31-697)
4. <https://dohcolonoc.ru/cons/13979-ispolzovanie-kameshkov-marbls.html>
5. <http://dou4-morozko-megion.caduk.ru/DswMedia/konsul-taciyakameshkimarbls.pdf>

## Здоровье-созидающие технологии в образовательном процессе

Храмова А.А., воспитатель МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида №6 «Жемчужинка»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровье детей - одна из главных ценностей семьи и государства. В последнее время большое внимание уделяется здоровье-сберегающим технологиям. «Сберегать»-это сохранять, не дать пропасть, следовательно здоровье-сбережение-это сохранение на заданном уровне(в частности, на том, на котором ребёнок пришёл в ДОУ).

Для формирования здоровой личности необходимы поиски новых подходов. Такими и являются здоровье-созидающие технологии.

Новизна данного направления работы заключается в том, здоровьесозидающие технологии можно использовать и применять как основное средство и условие здоровье-созидания личности участников образовательного процесса.

Здоровье-созидательная деятельность заключается в использовании принципов и способов, позволяющих сохранять и развивать как собственное здоровье, так и здоровье воспитанников, творчески дополнять содержание образовательной деятельности знаниями, умениями, навыками с целью формирования поведения, ориентированного на ЗОЖ.

Основными приоритетами в решении проблемы здоровье-созидания в современном образовательном процессе являются:

- 1.Целостный подход к здоровью, в котором психическое и физическое здоровье представляется связанными высшими ценностями, целями и потребностями человека;
- 2.Здоровый ребёнок- практически достижимая норма детского развития и необходимый ресурс «человеческого капитала»;
- 3.Здоровьесозидание, не совокупность лечебно-профилактических мер, а сложный и динамичный процесс развития потенциалов здоровья с учетом его индивидуального уровня;
- 4.Готовность к здоровье-созидающей деятельности, основное средство и условие здоровье-созидания участников образовательного процесса.

Формирование культуры ЗОЖ происходит на протяжении всего пребывания ребёнка в детском саду: в режимных моментах, учебно-воспитательном процессе, информационной среды здоровья

Работая в детском саду, хочу поделиться опытом об использовании здоровье-созидающих технологий.

Самые распространенные и доступные каждому педагогу –это арт технологии.

Игротерапия используется во время и как часть занятия, по мере утомляемости детей. Может включать в себя гимнастику для глаз, дыхательную гимнастику (способствует развитию и укреплению грудной клетки). Игра подбирается в соответствии с возрастом детей, местом и временем её проведения. Игры-занятия из серии «Валеология» для более эффективного результата в проведении массажа использую шишки, орехи, ракушки, карандаши; гимнастика для глаз-способствует снятию напряжения мышц глаз, кровообращение.(по показу воспитателя), минутки психологической разгрузки, коммуникативные игры. Материалы, стимулирующие развития познавательной активности детей, такие как: «Бозиборд», «Развивающая магнитная стена», «Лаборатория Нолика» (экспериментирование), картотека игр и экспериментов с водой, воздухом, цветом, иллюстрации о животных: «Животные и птицы родного края», картотеки игр и экспериментов с водой, воздухом и цветом, детские журналы «Развивай-ка», «Непоседа», «Мишутка», «Ёжик», картотека пальчиковых игр.

Технологии музыкального воздействия. Динамические паузы или Релаксация. Использую спокойную классическую музыку ( П.И. Чайковский),звуки природы. Под музыкальное



сопровождение дети реализуют свои творческие замыслы, выражая свои эмоции и переживания, лепят скульптуры, рисуют картины, что способствует самовыражению, гармонизации отношений в группе. « Прогулка по сказочному лесу» Н.Римский-Корсаков, «Вальс №6» Ф Шопена...В оздоровительной направленности музыкального сопровождения чередую музыку с речевыми материалами: игровые упражнения, хороводные игры: « Солнышко-ведрышко», « Пузырь».

Достоинства музыкотерапии очевидны: её легко применять, она развивает творческий потенциал малышей, народная музыка помогает адаптироваться в детском саду. Образовательный процесс с использованием музыки дает богатый опыт общения, наполняет жизнь яркими впечатлениями. Дети учатся сопереживать, радоваться, заряжаться положительными эмоциями.

Ежедневно использую на практике пальчиковую гимнастику (тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, быстроту реакции)

« Жил, был древний старичок....», пальчиковые игры: «Гуси-гуси»,

« Этот пальчик», « Насос», любую ситуацию можно обыграть театром на пальчиках.

Сказка-терапия- самое распространенная здоровье-созидающая технология. Особое место в нашей здоровье-созидающей среде занимает трансформируемая папка-ширма « В гостях у русской печки». Встречи с котом, подвижные игры с ним « Мыши водят хоровод», « Как у нашего кота». Дети получают возможность поиграть и прожить разнообразные роли, учатся понимать чувства, различать оттенки настроения, сопереживать, заряжаться положительными эмоциями, взаимодействовать со сверстниками.

Технологии эстетической направленности. Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла: рассматривание выставок, посещение театрализованной студии, при организации мини-музеев.

Технологии, обеспечивающие эмоциональный комфорт и хорошее психологическое самочувствие ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми образовательном процессе, конечно же, песочная терапия, которая расширяет и дополняет общеобразовательную « Программу воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М, А Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С. Комаровой. Зона песочной терапии расположена в удобном для детей месте, привлекает их внимание яркостью, необычностью, оригинальностью. В ней размещены ёмкость с песком, миниатюрные фигурки из киндер-сюрпризов, набор животных, песочные наборы, воронки.

Игры на песке, одна из форм естественной деятельности ребёнка, именно здесь мы предоставляем малышу возможность и право развиваться в собственном темпе, направлять, не ограничивая. Поэтому можем использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Основными принципами организации игр на песке: создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищенно, проявляет творческую активность.

Ни одна, даже самая лучшая программа, не сможет дать положительных результатов, если она не решается вместе с семьёй воспитанников. Взаимодействие с родителями осуществляется по следующим направлениям: просветительское, культурно-досуговое, психологическое. Обязательно полное информирование родителей о здоровье ребёнка, о питании в детском саду, о проведении закаляющих мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинациях, психологической подготовленности ребёнка.

Консультации проводятся индивидуально и для подгруппы ( приглашаются родители, имеющие одинаковые проблемы или успехи в воспитании). « Пальчиковая гимнастика», « Как правильно закалять ребёнка»? Беседы, дни открытых дверей, родительские собрания. Фото-газеты, где содержание подбирают родители и воспитатели ( интересные моменты из жизни детского сада, с участием всех субъектов воспитательного момента).

В работе с родителями использую папки-передвижки « Разговор о правильном питании», круглые столы по вопросам, беседы, практические показы (практикум), личный пример.

В мире много хороших профессий и одна из важных, я считаю, профессия воспитателя. Кто такой воспитатель-это один из первых учителей подрастающего поколения, он учит, воспитывает, а также всегда несёт ответственность за то, что происходит с детьми, находящимися под его опекой. Это касается и детского здоровья. Именно в детском саду, под « присмотром» воспитателя дети проводят значительную часть времени, и не помочь им сохранить здоровье, было бы проявлением бездушия и непрофессионализма. Назвать нашу работу легкой нельзя, это ежедневный и кропотливый труд- укреплять здоровье ребёнка в современных условиях, научить его быть уверенным в себе и своих силах, быть выносливым и стараться преодолеть трудности.

Таким образом, дошкольная образовательная организация как универсальная среда, помогает ребёнку обрести элементарную культуру здорового образа жизни, определяя тем самым здоровый путь его развития.

Литература:

- 1.Я.Л.Мархоцкий. Валеология: учебное пособие. Высшая школа/Я.Л.Мархоцкий//.-2016- С.286.
- 2.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12.15 №81 « О внесении изменений№3 в СанПиН2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в образовательных организациях».
- 3.ФГОС: начальное общее образование //http:standarr.edu.ru/
- 4.Д.Б.Юматов. Технология самосбережения здоровья./ Д.Б.Юматов// Дошкольная педагогика.2010.- №5.-С.4-5.
- 5.М.Я.Кудинова Здоровье-сберегающие технологии в системе коррекции речи дошкольников/ М.Я. Кудинова//Логопед.-2010-№2.
- 6.М.В. Еромыгина. Методические рекомендации по использованию здоровьесберегающих технологий./ М.В. Еромыгина//Дошкольная педагогика.-2014-№3.-С46-47.

### **Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка**

Галанцева М.М., воспитатель

Шайдуллина А.Ф., воспитатель

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7 «Непоседа»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровье, как известно, на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно формировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте. Здоровьесберегающее образование – это инструмент достижения высокого качества жизни. Основным результатом здоровьесберегающего образования должно стать обретение состояния гармонии, душевного равновесия и жизненных сил.Только здоровый ребенок может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального развития, а значит, успешен в обучении. От того насколько грамотно организована здоровьесберегающая деятельность, насколько эффективно используются для этого условия дошкольного учреждения, зависит здоровье ребенка. Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время их общее название «здоровьесберегающие технологии».

Актуальность вопросов использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ возрастает год от года. В настоящее время технологизация жизни, в которой активно участвует и ребенок,

способствует обесчувствованию. Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками. А общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других.

Одним из важнейших условий решения задач оздоровительной работы является организация развивающей предметной среды. В связи с чем, необходимо выявить особенности методической работы по созданию среды в ДОУ для использования здоровьесберегающих технологий. Среди эффективных форм и методов работы объективно считается совершенствовать, в рамках внедрения ФГОС, исследования здоровьесберегающих технологий в теоретическом и особенно практическом плане.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека.

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования;
- валеологического просвещения родителей.

Особое внимание в своей работе мы уделяем технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, которая обеспечивает психическое и социальное здоровье ребёнка - дошкольника.

Под технологией обеспечения социально-психологического благополучия ребенка понимается совокупность мероприятий, обеспечивающих комфортное и позитивное пребывание ребенка в детском саду.

Основная задача этой технологии - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Условия, необходимые для обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.

1. Обеспечение эмоционального благополучия:

- через уважительное отношение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях.
- через непосредственное общение с каждым ребенком;

2. Поддержка индивидуальности и инициативы детей:

- через создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- через создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- через недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Забота о психологическом здоровье предполагает внимание к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам. Способностям и знаниям, его отношению к себе, сверстникам, взрослым и окружающему миру, происходящим семейным и общественным событиям, к жизни, как таковой. Задача взрослого – помочь ребенку в соответствии с его возрастом овладеть средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития. В процессе воспитания и развития личности ребенка важнейшая роль отводится воспитателю. Успешность обучения детей, их психоэмоциональное благополучие во многом зависят от личности педагога.

Отсутствие физической боли дает человеку основу для позитивного психоэмоционального состояния. В то же время положительный психоэмоциональный настрой — мощное профилактическое средство для различного рода заболеваний, в том числе инфекционных, потому что организм эмоционально и психически благополучного ребенка способен более эффективно бороться с любым вирусом.

К технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка относятся: игротерапия, сказкотерапия, куклотерапия, анималотерапия, мама-терапия, арттерапия.

Куклотерапия занимает одно из первых мест, среди известных методов предупреждения и преодоления стрессов и страхов. Особенно полезна куклотерапия для детей, страдающих эмоциональной неустойчивостью. Многие отмечают, что изготовление кукол снимает стресс, усталость, поднимает настроение. Как раздел частной психотерапии (арт-терапии), куклотерапия использует в качестве основного приема психо-коррекционного воздействия куклу как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого. Игра в куклы выполняет серьезную социальную и психологическую функцию, воплощая и формируя определенный идеал, давая выход потаенным эмоциям.

Цель куклотерапии: помочь ликвидировать болезненные переживания, укрепить психическое здоровье, улучшить социальную адаптацию, развить самосознание, разрешить конфликты в условиях коллективной творческой деятельности. Он основан на процессах идентификации ребенка с любимым героем (сказки, мультфильма и т.д.) и базируется на трех основных понятиях: «игра» - «кукла» - «кукольный театр».

Задачи куклотерапии: совершенствование мелкой моторики руки и координации движений; развитие посредством игры с куклой способов выражения эмоций, чувств, состояний, движений, которые в обычной жизни по каким-либо причинам ребенок не может или не позволяет себе проявлять; обучение способам адекватного телесного выражения различных эмоций, чувств, состояний и др.

Процесс куклотерапии проходит в два этапа:

1. Изготовление кукол. Иногда достаточно создать куклу и последующая работа с ней оказывается излишней.

2. Последующая терапевтическая работа с ней. Увлекаясь процессом изготовления кукол, дети становятся более спокойными, уравновешенными. Изготовление кукол – это своего рода медитация. Как у взрослых, так и у детей, когда они сами делают кукол, благодаря этому процессу развиваются произвольность психических процессов, мелкая моторика рук, воображение, способность к концентрации, усидчивость.

Куклы используемые в куклотерапии:

- Куклы-марионетки. Такая кукла состоит из головы и платья с вшитыми рукавами, она очень проста в управлении: одна нить служит для управления головой, другая руками. Кукла может иметь одно лицо или сменные лица (что позволяет ребенку моделировать различные эмоции), а может быть без лица (что позволяет ребенку фантазировать о настроении куклы). Работа с куклой-марионеткой позволяет совершенствовать тонкую моторику руки и общую координацию движений; проявлять через куклу те эмоции, чувства, состояния, которые ребенок по каким-то причинам не может или не позволяет себе проявлять. «Оживляя» куклу, ребенок впервые в жизни ощущает взрослую ответственность за действия куклы, за ее «жизнь»; может осознавать причинно-следственные связи между своими действиями и изменениями движений куклы; учится находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям; развивать произвольное внимание и способность к концентрации.

- Пальчиковые куклы или пальчиковый театр - это набор фигурок-персонажей, которые надеваются на отдельный пальчик. Это могут быть просто отдельные куколочки, животные, какие-то предметы для инсценировки сказки или всем известные персонажи наших любимых русских народных сказок. При игре важно работать разными пальцами, парами пальцев, одной и двумя руками, несколькими

пальцами одновременно. Пальчиковый театр — это прекрасный материал для развития у детей воображения, мышления и речи, мелкой моторики. С помощью этого вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, эмоциями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

- Платковые куклы. У платковой куклы вместо рук работают руки кукловода (ребенка) на специальных резинках, пришитых к платью-костюму куклы. Основа имитации платья куклы - треугольник или квадрат из ткани, готовый взрослый платок или косынка. Голова куклы крепится к платью в районе шеи и вешается на пришитых верёвочках на шею кукловода. Такие куклы являются эмоционально-практическим источником радости открытия, познания, созидания. Общение с ребенком посредством платковой куклы строится на принципах сотрудничества и диалога, в результате которого создается полноценное детско-взрослое сообщество. При этом педагог выступает носителем игровой культуры, посредником между платковыми куклами и ребенком. Платковая кукла в руках педагога способна увлечь особенного ребенка в удивительный мир сказок, танцев, природы, искусства, театра. Такая кукла позволяет выделить самые тонкие нюансы чувств и настроения героя, она обладает выразительной жестикуляцией и может исполнять сложные движения, действия, недоступные другим куклам (ходить, танцевать, сидеть, указывать, писать, брать за руку, гладить по голове ребёнка и т.д.).

- Перчаточные куклы. Кукла-перчатка, сама по себе несет некоторый эмоциональный образ (веселая, грустная, положительный герой, отрицательный герой). Играя с куклой, ребенок психологически переживает роль. А значит, приобретает столь необходимый ему эмоциональный опыт прохождения полярных состояний. Ребенок пытается понять, каково это – быть злым или добрым, лживым или правдивым, умным или глупым, доверчивым или подозрительным, смелым или трусливым, открытым или замкнутым, раздражительным или спокойным... Если ребенок согласится принять на себя роль того, кого он боится, быть может, так удастся победить страх. И наконец, главное, каково это – быть взрослым? В игре он больше не малыш, он – взрослый: решает взрослые проблемы, сам справляется с жизненными ситуациями, самостоятельно делает выбор.

- Плоскостные куклы. Плоскостная кукла представляет собой модель куклы, вырезанной из плотного картона или тонкой фанеры. Как правило, руки куклы крепятся на шарнирах или на кнопках и являются свободно двигающимися. Такого рода куклы используются для работы с детьми, у которых имеются проблемы в общении, поведении, с нарушением образа «Я». Такая кукла может иметь сменный набор выражений лица, которые соответствуют различным эмоциональным состояниям.

- Объемные куклы. Объемные куклы традиционно используются для проигрывания ролевых игр. Это обычные игрушки. Оживляя куклу, ребенок видит, что каждое его движение немедленно отражается на ее поведении. Таким образом, он получает оперативную недирективную обратную связь на свои действия. Это помогает ему самостоятельно корректировать свои движения и делать поведение куклы максимально выразительным.

- Теневые куклы. Теневые куклы используются для работы теневого театра и изготавливаются из черного или темного картона или бумаги. Такие куклы используются для работы над детскими страхами. Играя с такой куклой в теневом театре, ребенок получает опыт решения своей проблемы. Обычно страх невидим. Реализуя страх в виде куклы, ребенок овладевает ситуацией, и материализованный в кукле страх лишается своей эмоциональной напряженности, своей пугающей составляющей. Ребенок может делать со своей «куклой-страхом» все, что захочет, вплоть до полного уничтожения. В этом и состоит коррекционный смысл теневого театра и теневых кукол.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

#### Литература:

1. Аманова О. Н., Храмова В. Ф. Система здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 10. – С. 16–20. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56811.htm>
2. “Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” /А.М. Сивцова //Методист. – 2007
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
4. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
5. Павлова М.А., Лысогорская М.В., Зоровьесберегающая система ДОУ/ Волгоград: Учитель, 2009 г.

### **Применение физпауз и физкультминуток в развитии физического здоровья детей с 1,5 – 4 лет**

Сунгатуллина А.Н., воспитатель;  
Губайдуллина Л.П., воспитатель  
МБДОУ “Детский сад  
общеразвивающего вида №7” “Непоседа”  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Для ребёнка вся жизнь протекает в игре. В игре он учится, в процессе игры мы его воспитываем и развиваем.

Что же это такое - физкультминутки для дошкольников? Это время для веселья, стихов и движения. Чтобы детишки хорошо росли и развивались, им просто необходимы такие чудесные подвижные физкультурные минутки.

Физкультминутка — обязательный элемент, который включается в середину занятия или ранее при возникновении признаков переутомления у детей.

Длительность физкультминутки в младших группах составляет 1,5–2 минуты. По поведению детей 1,5–4 лет сразу виден момент, когда они утомились и теряют интерес к выполняемому заданию. Они ёрзают, смотрят по сторонам, начинают громко разговаривать. Это должно послужить сигналом для воспитателя — требуется незамедлительно переключить внимание ребят. В противном случае работоспособность воспитанников продолжит снижаться, настроение ухудшаться. Физическое и эмоциональное утомление оказывает пагубное влияние на детский организм: кровообращение замедляется, меньше кислорода поступает в кровь и, соответственно, в головной мозг, — возникает стрессовая ситуация. Физкультминутка поможет переключить внимание детей на новые образы, они разомнутся, поиграют, появятся силы и желание продолжить занятие в позитивном ключе.

Цель проведения физкультминуток – способствовать оздоровлению детей. Исследования свидетельствуют о необходимости смены деятельности через каждые 20 мин. Физические упражнения улучшают кровообращение, работу сердца, легких, способствуют восстановлению положительно-эмоционального состояния

Задачи физкультминуток в младших группах:

- удовлетворение потребности детей в частой двигательной активности,
- улучшение кровообращения, насыщения тканей и органов кислородом,
- развитие внимания и памяти: слуховой, зрительной, сенсорной,
- развитие крупной моторики и координации движений
- восстановление рабочей атмосферы и положительного эмоционального фона.

Приёмы проведения:

Поскольку внимание детей 1,5–4 лет непроизвольно, любой вид деятельности организуется воспитателем в яркой, привлекательной форме. Малыши будут заниматься тем, что им интересно. Поэтому для воспитанников первой и второй младшей группы не рекомендуется проводить физкультминутки под простой счёт с указанием движений. Проводя активную паузу с малышами, воспитатель использует следующие приёмы:

Наглядность:

- воспитатель является участником физкультминутки, посылает движения (может быть приглашён для показа воспитанник старшей группы или работник ДОУ в костюме),
- использование картинок, презентаций, где изображён порядок действий (для малышей используются изображения мультипликационных и сказочных героев);

Занимательность:

- проведение физкультминутки в игровой форме,
- использование весёлых стихотворений, потешек;

Музыкальность:

- приветствуется проведение физкультминуток с музыкальным (аудиозапись) или песенным (исполняет воспитатель) сопровождением:

Разнородные упражнения:

- на развитие общей моторики (ходьба, прыжки, наклоны, махи);
- на развитие мелкой моторики (пальчиковые игры);
- упражнения, элементы самомассажа.

### **Виды и формы физкультминуток для детей 1,5–4 лет**

Формы проведения физкультминутки с воспитанников младшей групп делятся на два типа — за столом/сидя на стульчиках или стоя. Предпочтителен второй вариант — маленькие дети очень подвижны, для полноценного отдыха им необходимо размять все мышцы. Чтобы дети не потеряли интерес к физкультминуткам, время от времени проводятся динамические паузы с атрибутами: погремушками, флажками, платочками, массажными мячиками, искусственными цветами и веточками.

### **По содержанию и способу проведения в младших группах физкультминутки группируются по видам:**

**1.Оздоровительно-гигиенические.** Выполнение упражнений сопровождается стихотворениями или потешками, в которых содержатся указания о движениях. В качестве сопровождения используются также песенки (музыкальные физкультминутки Железновой). – *“Зайчик серенький сидит”*

**2.Двигательно-речевые.**

Двигательно-речевые физминутки дают отдых различным группам мышц, активизируют деятельность мозга, сердечно-сосудистой и дыхательной системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов. Кроме того, они помогают взрослым развивать у дошкольников координацию движений, стимулируют развитие речевых навыков, активизируют память, внимание, развивают творческое воображение.

Детям очень нравится выполнять несложные движения под ритмичные, легко запоминающиеся стихи. В своей работе я разучиваю новые физминутки - разминки не более двух в месяц, стараюсь делать это во время утренней гимнастики, на прогулках и т.д., чтобы во время непосредственной образовательной деятельности все дети знали и выполняли движения, проговаривали слова.

**2.Офтальмологические**

**паузы.**

Нагрузка на глаза у современного ребёнка огромная. Это и телевидение с его круглосуточными детскими каналами, и компьютер, и сотовый телефон, и другие занимательные технические «штучки», без которых не мыслит свою жизнь современный маленький человек. А отдыхают глазки

ребенка только во время сна. Поэтому гимнастика для глаз полезна детям любого возраста в целях профилактики нарушений зрения. Занимайтесь профилактикой и вы не допустите зрительного утомления!

Вот несколько вариантов офтальмологических пауз:  
 Для самых маленьких  
«День-ночь» - Вы говорите – «ночь», малыш закрывает глазки, «день» - открывает.  
«Бабочка» - Бабочка порхает крылышками (ребёнок моргает глазками), села на цветочек (жмурится).  
«Мячик» - Мячик прыгает вверх-вниз (ребенок соответственно водит глазами).  
«Далеко-далеко» - Подойдите с ребенком к окну и посмотрите вначале на дальний предмет, затем на тот, что находится вблизи.

*Офтальмологическая пауза для детей младшей и средней группы.*  
"Дождик"  
 Дождик, дождик, пуще лей. (смотрят вверх)  
 Капай, капай не жалея. (смотрят вниз)  
 Только нас не замочи. (делают круговые движения глазами)  
 Зря в окошко не стучи! (моргают)

**3. Танцевальные физкультминутки**

Они выполняются обычно под музыку популярных детских песен: «Вместе весело шагать», «В траве сидел кузнечик», «Танец маленьких утят», «Валенки», «Калинка», «Если дождик идет не значит...». Все движения произвольны, танцуют, кто как умеет. Они выполняются под музыку, но отличаются более четким исполнением элементов.

**4. Физкультурно-спортивные физкультминутки**

Это традиционная гимнастика, которая выполняется строго под счет, с равномерным чередованием вдохов и выдохов. Каждое упражнение рассчитано для укрепления определенных групп мышц. Сюда можно включать бег, прыжки, приседания, ходьбу на месте.

**5. Подражательные физкультминутки.**

Зависят от фантазии и творчества педагога. Можно имитировать движения и звуки машин, паровозиков, животных, движения лягушек, обезьянок, кузнечиков, пчел.

**6. Пальчиковая гимнастика.**

Для дошкольников держать в руках карандаш или кисточку – большой труд. Они очень крепко сжимают пальчики, считая, что чем крепче они их держат, там красивее у них получится рисунок, цифры или буквы. В итоге мелкие мышцы руки и кисти быстро устают и требуют расслабления.

Что может помочь в этом случае?  
 Лучшей физминуткой в такой ситуации является пальчиковая гимнастика.  
 (Сорока. Замок! Ягодки. Рыбки. Пальчик-мальчик)

**7. Релаксационные упражнения**

Известно, что при эмоциональном напряжении, когда ребенок сильно возбужден, взволнован, угнетен, возникает избыточное напряжение в отдельных группах мышц. Самостоятельно дети не могут избавиться от этого напряжения, начинают нервничать, что приводит к напряжению новых групп мышц.

Детей необходимо учить чувствовать это напряжение, изменять его степень или снимать совсем, расслабляя определенные группы мышц. При расслаблении мышц эмоциональное напряжение ослабевает или исчезает совсем.

Релаксационная техника «напряжение-расслабление» — это самый лучший способ научиться распознавать существующие в мышцах напряжения и избавляться от них.



**Выводы:** Таким образом, введение в структуру занятий физкультминуток является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья детей. Физкультминутка - обязательный элемент, который включается в середину занятия или ранее при возникновении признаков переутомления у детей.

Литература:

- 1.В.И. Ковалько “Азбука физкультминуток для дошкольников”.
- 2.Т.С. Овчинникова “Физминутки и общеразвивающие упражнения”.
- 3.И.В. А. “Физкультурные минутки в детском саду”.
- 4.Л.А. Яртова “Пальчиковые игры и физкультминутки”.

### **Воспитание ЗОЖ у дошкольников одно из направлений деятельности семейного клуба «Крепкая семья»**

Крайнова О.А., воспитатель  
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида  
№8 «Дюймовочка»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

“Здоровье – это состояние полного телесного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или повреждений”.

Такое определение дает Всемирная организация здравоохранения.

В статье 38 Конституции говорится

«Забота о детях, их воспитание – равное право и обязанность родителей», а статья 63 Семейного кодекса РФ звучит так «Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей».

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

Так как приоритетным направлением деятельности нашего ДОУ является сохранение и укрепление здоровья воспитанников, педагоги ищут эффективные способы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Это в свою очередь предусматривает повышение роли родителей в вопросах оздоровления детей, приобщение их к здоровому образу жизни, создание семейных традиций физического воспитания.

Одно из направлений деятельности семейного клуба «Крепкая семья» в нашей группе направлено на пропаганду здорового образа жизни и семейных ценностей, средствами физической культуры.

Актуальность данной работы связана с необходимостью оказания педагогической помощи родителям по физическому развитию и воспитанию детей, так как воспитание здорового ребенка одна из главных задач общества. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Долг родителей и педагогов заключается в том, чтобы сформировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни, научить их с малых лет жить в гармонии с собой и окружающим миром.

Важным способом реализации сотрудничества педагогов и родителей является организация их совместной деятельности, в которой родители – не пассивные наблюдатели педагогического процесса, а его активные участники, т. е. включение родителей в деятельность дошкольного учреждения. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы

в дошкольном учреждении и семье, целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующая здоровье детей.

Участие родителей в работе клуба помогает сплотить родительский коллектив и настроить их на дальнейшее сотрудничество с педагогами.

Помогает активизировать и транслировать личный опыт каждой семьи, стимулировать детей и их родителей к поиску разнообразной информации.

Из проведенного анализа, на основе опросов родителей воспитанников, мною был сделан вывод, что не все родители владеют знаниями о формах здоровьесбережения, методах, способствующих сохранению и укреплению здоровья малышей и, соответственно, не могут должным образом привить ребенку основы здорового образа жизни. Исходя из данной диагностики, из анализа опросов и анкет, определилась тема проекта

### **«Здоровая семья- здоровый ребенок».**

**Цель проекта:** пропаганда здорового образа жизни и семейных ценностей, сохранение и укрепление здоровья детей.

В рамках этого проекта велась работа с семьями воспитанников:

1. Опрос родителей «Как Вы заботитесь о здоровье Ваших детей» (приложение 1)

2. Обсуждение результатов опроса, анализ в рамках работы «Родительского клуба»

Участие родителей в составлении плана оздоровления детей;

3. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в детском саду; была представлена презентация «Оздоровление и закаливание в МБДОУ»

4. Стендовая информация «Мы растим здоровых детей» (приложение 2)

5. Была проведена акция «ЗОЖ в семье», где родители предоставляли видеоролики и фотоотчет о проделанной работе дома.

И в заключение хотелось бы вспомнить притчу:

«Жил был мудрец. К нему все шли за советом, его все уважали. Но среди всех был один завистник. Он сказал, что мудрец не такой уже умный, и он может это доказать. «Я задам вопрос, на который он не сможет ответить. Я поймаю бабочку, зажму ее в руках и спрошу: – «Что у меня в руках: живое или не живое?». Если он скажет: «не живое», я выпущу ее. Если он скажет: «живое», я ее задавлю, и он будет неправ».

Завистник на глазах у толпы подошел к мудрецу с зажатой в руках бабочкой и спросил: «Отгадай, что у меня здесь: живое или не живое?». «Все в твоих руках!» – ответил мудрец».

Эта притча как нельзя лучше подходит к вопросу об ответственности человека за свое здоровье — оно в руках каждого из нас, и каждый сам выбирает тот образ жизни, который или обеспечит ему здоровье, или приведет к болезни. Именно эту идею мы - педагоги обязаны донести до сознания своих воспитанников и их родителей. Родители так же должны понять, что дошкольник не эстафета, которую семья передает в руки педагога и перекладывает всю ответственность за здоровье ребенка, приведя его в детский сад. Очень важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов. Семья и детский сад не могут заменить друг друга; у каждого из них свои функции, свои методы воспитания. И нам нужно научиться взаимодействовать с родителями в интересах ребенка.

### **Приложение 1**

#### **Опрос родителей «Как Вы заботитесь о здоровье Ваших детей»**

**Цель:** проанализировать уровень семейных мероприятий по ЗОЖ после проведения проекта «Сотрудничество педагогов и родителей, как фактор воспитания здоровых детей»

1) Установлен ли для вашего ребенка режим дня, в то время когда он находится за стенами ДОУ?

- Да
  - Нет
  - Иногда
- 2) Делаете ли вы по утрам с ребенком зарядку?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 3) Соблюдает ли ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, чистит зубы, умывается и пр.)?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 4) А вы?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 5) Проводите ли вы с ребенком закаливающие процедуры?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 6) Придерживаетесь ли вы рационального питания для вашего ребенка дома?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 7) Гуляете ли вы с ребенком после посещения ДООУ и в выходные дни?
- Да
  - Нет
  - Иногда
- 8) Занимаетесь ли вы с ребенком каким-либо видом спорта? Каким?
- Да
  - Нет
  - Иногда

## **Приложение 2**

### **Информация для родителей «Мы растим здоровых детей»**

В настоящее время одной из наиболее важных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать родителям и сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Ежегодно в начале учебного года составляется план оздоровительных занятий на год:

Утренняя гимнастика /ежедневно в течение года/

Гимнастика после сна /ежедневно в течение года/

Дыхательная гимнастика /2 раза в неделю/

Точечный массаж /в период эпидемий ОРЗ/

Воздушные ванны /перед сном, после сна/  
Физкультурные занятия /3 раза в неделю/  
Проветривание /перед, после сна/  
Пальчиковая гимнастика /ежедневно в течении года/  
Полоскание горла /ежедневно/  
Витаминизация: соки, напитки, витамины /ежедневно/  
Профилактические прививки /по графику/  
Закаливание солнцем, водой /в летний период/  
Профилактика плоскостопия /ежедневно/  
Профилактика осанки детей /ежедневно/  
Физкультминутки /ежедневно/  
Подвижные игры /ежедневно/  
Прогулки /ежедневно, в зимний период – в зависимости от температурного режима/  
Проводить работу с родителем по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года  
Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОО созданы следующие условия:  
спортивный зал, оснащенный спортивными комплексами и спортивным инвентарем;  
спортивная площадка на территории ДОО для подвижных и спортивных игр;  
музыкальный зал;  
кабинет медицинского работника;  
массажный кабинет;  
физиокабинет;  
зал ЛФК;  
сауна.  
Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении во многом зависит от взаимодействия воспитателей с медицинской сестрой, инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем.  
В своей работе воспитатели детского сада используют различные виды занятий, среди которых преобладают:  
сюжетно-игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной степени интенсивности;  
занятия-соревнования: дети разбиваются на команды и в ходе различных эстафет выявляют победителей;  
занятия-тренировки основных видов движений;  
занятия по традиционной схеме: водно-подготовительная часть, общеразвивающие упражнения, подвижные игры;  
Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.  
Основными из них являются:  
подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;  
оборудование физкультурного уголка;  
организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;  
оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.  
Для обеспечения и сохранения здоровья важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние костно-мышечного аппарата. Но главное — это состояние сердечнососудистой, дыхательной и иммунной систем организма.

Из этого следует сделать вывод: вся система физического воспитания в детском саду должна быть, прежде всего, ориентирована на развитие и совершенствование сердечнососудистой, дыхательной и иммунной систем организма. Основным же средством этого развития являются движения.

#### Литература:

1. Вильчковский, Э.С. Физическое воспитание дошкольников в семье. – Киев: Рад.шк., 1987. – 128 с.
2. Деркунская, В.А. Сотрудничество детского сада и семьи в воспитании культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская // Дошкольная педагогика. – 2006. - № 5, с. 49 – 51.
3. Зимонина, В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника. – М.: Гуманит. изда. центр ВЛАДОС, 2003. – 304. – («РОСИНКА»).
4. Пралеска: программа дошкольного образования / Е.А. Панько [и др.]. – 2-е изд. – Минск: НИО; Аверсэв, 2010. – 320 с.
5. Тонкова-Ямпольская, Р.В., Черток, Т.Я. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста: (От рождения до 7 лет). – М.: Просвещение, 1987. – 224 с.
6. Шаршова Н. Сотрудничество с семьей по воспитанию здорового ребенка / Н. Шаршова // Работа с родителями. – 2009. – Режим доступа: [detskiysad / fizvos/sotrudnichestvo.html](http://detskiysad/fizvos/sotrudnichestvo.html). – Дата доступа: 16.11.2010.

**Проект «Триада – педагог-ребенок-родитель»**  
(модель психолого-педагогического сопровождения  
всех участников образовательного процесса)

Рясова С.В., старший воспитатель

МБДОУ «Детский сад присмотра и оздоровления детей №14 «Подсолнушек» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Дошкольный возраст – важнейший этап в развитии ребенка. На этом этапе формируются основные психические процессы: внимание, мышление, память, речь, воображение, восприятие. В настоящее время имеет место быть проблема состояния здоровья детей дошкольного возраста. За последние годы возросло число дошкольников, имеющих различные нарушения нервно-психического развития. В педагогике и психологии большое число исследований посвящено нарушениям поведения в школьном возрасте, в особенности — в подростковом периоде развития. Нарушения поведения у дошкольников изучены значительно слабее.

Процесс формирования личности в дошкольном возрасте только начинается, и поведенческие нарушения еще не являются стойкими. Они вариативны и в значительной степени обратимы. Поэтому применительно к дошкольному возрасту обычно не употребляются понятия *девиантное (отклоняющееся) поведение, психопатия, акцентуация характера*. Однако именно в дошкольном детстве складываются предпосылки всех этих отклонений. Таких детей мы можем назвать «дети группы риска». Дети группы риска – это дети, не имеющие резко выраженной клиникopatологической характеристики. Однако они обладают чертами, которые мешают им адекватно адаптироваться к социальным условиям жизни. В связи с этим встает вопрос о более ранней диагностике, позволяющей выявлять детей, входящих в группу риска и организации профилактических и коррекционных мероприятий с данными воспитанниками.

Все мы прекрасно знаем, что семья – это определенный морально-психологический климат, для ребенка это первая школа отношений с людьми. С близкими людьми в семье он переживает чувства любви, дружбы, долга, ответственности, справедливости...

Все чаще и чаще исследователи, занимающиеся изучением проблем семьи, отмечают падение ее воспитательного потенциала и повышение риска подверженности детей неврозам из-за неблагоприятного психологического климата в семье. Поэтому взаимодействие с семьей в вопросах воспитания ребенка необходимая и первостепенная задача.

Таким образом, возникает необходимость создания особой формы общения между воспитателями, родителями и детьми в детском саду.

Нами был составлен проект, направленный на организацию комплекса профилактических, коррекционных мер с воспитанниками и их семьями

**Проект «Триада – педагог-ребенок-родитель» (модель психолого-педагогического сопровождения всех участников образовательного процесса)**

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА:**

**ЦЕЛЬ** проекта: Создание благоприятной социальной ситуации развития детей, для укрепления их психического и эмоционального развития. Создание смысловых, содержательных и технологических оснований по формированию позитивных качеств личности у воспитанников и их родителей, по профилактике и коррекции нарушений у детей

### **Ожидаемый результат**

С помощью правильно подобранных мероприятий, коллектив педагогов детского сада сможет создать условия для налаживания детско-родительских взаимоотношений, своевременно оказать педагогическую, психологическую коррекционную помощь нуждающимся детям и семьям. Проект поможет многим родителям переосмыслить свои взгляды, стереотипы, семейные ценности. Некоторые родители смогут изменить, или даже искоренить в себе качества, мешающие выбору правильного типа родительского поведения. Многие родители осознают свою важную роль в становлении личности ребёнка, поймут, какие требования к ребёнку необходимо диктовать, а какие обсуждать. С помощью реализации мероприятий по коррекции имеющихся нарушений у детей, мы будем добиваться положительных результатов в развитии эмоциональной, коммуникативной, поведенческой сфер воспитанников: у детей сформируются эмоционально-мотивационные установки по отношению к себе и к окружающим людям; дети приобретут навыки умения и опыт, необходимые для адекватного поведения в обществе, способствующего наилучшему развитию личности и подготовки к дальнейшей, более самостоятельной жизни.

На заключительном этапе запланированной работы, мы сможем проанализировать изменения, произошедшие в семейных взаимоотношениях, и выработать индивидуальную программу действий по развитию полученных умений в реальной жизни.

Рассмотреть структуру реализации нашего проекта предлагаем на примере очень актуальной темы на сегодняшний день - конфликтный ребенок. Каждый из вас понимает, что такое конфликт и конечно, среди наших воспитанников случаются конфликтные ситуации, участниками и даже инициаторами которых часто являются одни и те же дети. Почему так происходит – какова причина инициации конфликтов, как предупредить и разрешить частые конфликты и скорректировать поведение ребенка, группы детей. Вот на решение этих значимых и других – не менее значимых задач и нацелен наш проект

## **ПЛАН**

### **РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

#### **1 этап Первоначальная диагностика**

Выявление воспитанников с высоким уровнем конфликтности

Диагностика внутрисемейных взаимоотношений

Составление банка данных детей/семей по направлению «Конфликтное поведение»

Содержание работы	Формы работы	Ответственные
<b>1.Выявление воспитанников с высоким уровнем конфликтности</b>		
Карта наблюдений поведенческих проявлений у воспитанников Анкета-Игра для воспитанников <b>При наблюдении проявлений конфликтности у детей</b> <b>рекомендуется более глубокая психодиагностика с помощью методик:</b> - Метод изучения самооценки и уровня притязаний «Лесенка» (С.Г. Якобсон) - Социометрическая методика «Два домика» (Т.Д. Марцинковская) - Графический тест «Рисунок семьи» (исследует внутрисемейные взаимоотношения) - Методика исследования межличностных взаимоотношений (по Рене Жилу, адаптированный вариант). - Тест тревожности (Р. Тэммел, М. Дорки, В. Амен)	Оформление карт, опросников, анкет, интерпретация результатов  Диагностика, интерпретация результатов	Старший воспитатель (психолог) Воспитатели
<b>2.Диагностика внутрисемейных взаимоотношений</b>		
<b>При выявлении высокого уровня конфликтности у детей</b> <b>рекомендуется изучение внутрисемейных, детско-родительских взаимоотношений:</b> у детей, необходима дополнительная психодиагностическая работа с родителями - Опросник взаимодействия родителя с ребёнком – исследует эмоциональное насилие по одной из шкал «Эмоциональное принятие – эмоциональное отвержение». - Шкала семейного окружения (ШСО) исследует социальный климат в семье (отношения между членами семьи, морально-нравственные аспекты). - Цветовой тест М. Люшера Санкт-Петербург - ИМАТОН (компьютерный вариант)	Диагностика, интерпретация результатов	Старший воспитатель (психолог) Воспитатели
<b>3.Составление банка данных детей/семей по направлению «Конфликтное поведение»</b>		
- Индивидуальная карта семьи - Дневник психологического здоровья воспитанника	Оформление карт, индивидуальных дневников	Старший воспитатель (психолог) Воспитатели

## 2 этап Подготовительный

Повышение образовательного уровня педагогов с целью включения нетрадиционных форм и методов работы с детьми и их родителями в воспитательно-образовательное пространство ДОУ

Содержание работы	Формы работы	Ответственные
<b>1.Повышение образовательного уровня педагогов с целью включения нетрадиционных форм и методов работы с детьми и их родителями в воспитательно-образовательное пространство ДОУ</b>		
«Организация работы по профилактике	Групповые	Старший

конфликтности»	консультации (семинар) для педагогов по социальной технологии «Школа любящих родителей»	воспитатель
«Предупреждение и разрешение конфликтных ситуаций: - среди воспитанников - с родителями	Занятия-практикумы для педагогов	

### 3 этап Основной

Включить (при необходимости) в воспитательно-образовательное пространство индивидуальные и подгрупповые формы работы по коррекции конфликтности у детей

Внедрить пошаговую групповую работу с семьёй с целью налаживания детско-родительских взаимоотношений, организации профилактической, просветительской, консультативной, коррекционной работы

Консультирование педагогов

Содержание работы	Формы работы	Ответственные
<b>Индивидуальные и подгрупповые формы работы по коррекции конфликтности у детей</b>		
Организация подгрупповых занятий для воспитанников: -Программа «Азбука общения». Л.М. Шипицина, О.В. Защирина, А.П. Воронова, Т.А. Нилова; -Коррекционно- развивающая программа для детей 5-7 лет «Уроки добра». Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. С.И. Семенова. -Занятия по культуре поведения, С.О. Николаева; -Блок игр «Лесенка радости», О.В. Хухлаева; -Блок игр «Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников». В.Я. Зедгенидзе.	Занятия; имитационные игры; -психогимнастика; -чтение и обсуждение художественных произведений; -обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них	Воспитатели
Организация индивидуальных занятий для воспитанников: «Сказкотерапия»; «Песочная терапия»; Арттерапия» -развитие умения принимать правила и нормы поведения как в семье, так и в социуме; -развитие умения выражать свои чувства и эмоции приемлемыми способами; -формирование адекватной самооценки		Воспитатели
<b>Рефлексия проведенной работы с воспитанниками</b>		
Экспертная оценка каждой проблемы или ситуации	Проблемные консультации для педагогов Индивидуальные консультации для педагогов	Старший воспитатель



<b>Профилактическая, просветительская, консультативная, коррекционная работа с родителями</b>		
Организация подгрупповых занятий для родителей: -Социальная технология «Школа любящих родителей» -Групповые занятия «Мы вам рады»	Сплочение группы на создание условий осмысления собственной роли в семье и ценностей в воспитании ребёнка  Участие и непосредственное взаимодействие детей и родителей в клубных мероприятиях	Старший воспитатель Воспитатели
<b>Организация индивидуальных консультаций для родителей</b>		
-информирование родителей о состоянии здоровья, уровне развития детей, различных видов депривации, средовых влияний и т.д; -рекомендации по коррекции имеющихся нарушений	Консультирование	Старший воспитатель Воспитатели
<b>Рефлексия проведенной работы с родителями</b>		
Экспертная оценка каждой проблемы или ситуации.	Проблемные консультации для педагогов Индивидуальные консультации для педагогов	Старший воспитатель

#### 4 этап Заключительный

Анализ изменений, произошедших по завершении запланированных и проведенных мероприятиях с детьми и их родителями.

Обеспечить единство и непрерывность работы проекта

<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>	<b>Ответственные</b>
<b>Анализ изменений, произошедших по завершении запланированных и проведенных мероприятиях с детьми и их родителями</b>		
Повторная диагностическая работа с детьми и родителями	Психодиагностика, интерпретация результатов	Старший воспитатель (психолог)
Анализ результатов - Индивидуальная карта семьи - Дневник психологического здоровья воспитанника	Оформление заключения в индивидуальных картах, дневниках	Старший воспитатель
<b>Обеспечение единства и непрерывности процесса, поиск новых путей и эффективных форм взаимодействия педагогов и родителей</b>		

Принцип единства и непрерывности проекта – является главным принципом реализации нашего проекта, ведь проблема здоровья воспитанников, особенно психологического здоровья, на сегодняшний день является наиболее актуальной!

Литература и Интернет-ресурсы:

1. Аболин Л.М. Психическое развитие ребенка дошкольного возраста (пособие для воспитателей и родителей)- Казань.,1994.
2. Алексеева Л.С. Методики адресного социального патронажа.-Москва, 2001.
3. Зедгенидзе В.Я. Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников.-Москва, 2006.
4. Зорина Л.М. Созависимость и пути её преодоления. ЗАО «Новое знание». Казань, 2002 .
5. Карцева Л.В. Социальная работа с семьей: психолого-педагогический анализ. Учебное пособие.- Казань.,1998.
6. Ковалева И.В. Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста. Коррекционная программа.-Айрис-пресс.-Москва, 2007.
7. Кошелева А.Д., Алексеева Л.С. Диагностика и коррекция гиперактивности ребёнка.-Москва,1997.
8. Лепилова С.И. «У истоков души и разума» -Чистополь, 2008.
9. Максимова Н.Ю., Милютина Е.Л. «Курс лекций по детской патопсихологии»-Ростов-на-Дону, 2000.
10. Мустафина Э.Ф., Лада Э.Ю. Жестокое обращение с детьми: оценка, диагностика и реабилитация.- Казань ,2013.
11. Николаева С.О.. Занятия по культуре поведения с дошкольниками и младшими школьниками. Владос. Москва, 2007.
12. Семенака С.И. Уроки добра. Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет -Москва, 2000.
13. Сборник психологических тестов. Личность. Общение. Здоровье. – Казань. Центр инновационных технологий, 2005.
14. Сборник программ. Часть 2. Социально-психологическая помощь семье в учреждениях социального обслуживания. Рясова С.В., Четырчинская Е.А. Социальная технология «Школа любящих родителей».- Казань.,2009.
15. Хухлаева О.В. Лесенка радости. Совершенство. Москва, 1998.
16. Шульга Т.И., Назарова С.Е.. Программы внутрисемейной работы с проблемной семьёй, - Москва, 2009.
17. Шипицина Л.М., Защирина О.В. Азбука общения. Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. Детство-пресс. Санкт-Петербург, 1998.

#### **«Су-джок терапия, как здоровье сберегающая технология»**

Давыдова Л.Г., воспитатель

Гайнуллина Л.И., воспитатель

МБДОУ «Детский сад № 19»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Формирование здоровья детей - одна из основных проблем в современном обществе. Дошкольный возраст наиболее ответственный этап в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья. В настоящее время идёт постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей в условиях дошкольных образовательных учреждений. Одним из таких методов является Су-Джок терапия.

Су-Джок в переводе с корейского дословно означает Су – кисть, Джок – стопа. Метод Су-Джок терапии разработан корейским профессором Пак Чже Ву в 1986 году, обладает высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и восточной медицине самооздоровления.

Из предлагаемых Су-Джок терапией массажеров, наиболее приемлемым считается использование шариков с шипами и массажные металлические кольца, так как работа с ними не требует специальной подготовки и доступна для самостоятельного использования массажера ребенком.

Су-Джок терапия активно используется в коррекционно-логопедической работе ДОУ, но практика показывает, что использование массажеров Су-Джок в обычных группах эффективно в качестве профилактики респираторных заболеваний и укрепления здоровья дошкольников.

Систематическое занятие с детьми Су-Джок положительно сказывается не только на здоровье и настроении ребят, но и способствует развитию мелкой моторики.

Что представляет собой этот чудо массажер?

Массажер «Ёжик» или «Каштан» — это полое сферическое изделие из пластмассы с шипами на внешней поверхности. Изделие состоит из двух полусфер, которые открываются, как коробочка. Внутри полости может находиться массажер для пальцев рук – от одного до трех пружинных колечек.

Занимаясь Су-Джок терапией в ДОУ, мы можем решить несколько задач одновременно:

- Воздействие на биологически активные точки организма ребенка.
- Лечение внутренних органов, нормализацию работы организма в целом.
- Развитие мелкой моторики рук;
- Развитие связной речи, автоматизировании звуков, стимулирование речевых зон коры головного мозга;
- Развитие памяти, внимания;
- Повышение иммунитета.

Средства достижения поставленных задач:

- применение пальчиковой гимнастики во время досуга детей;
- использование пальчиковой гимнастики на занятиях, на прогулке и т.д.;
- информационные листы для родителей;
- разучивание стихов, потешек;
- использование атрибутов к пальчиковой гимнастике.

Таким образом, при регулярном использовании элементов Су-Джок терапии:

- дети проявляют интерес к пальчиковой гимнастике с использованием Су-Джок терапии;
- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;
- увеличился словарный запас детей, речь детей стала более эмоциональной и выразительной;
- возросла речевая активность детей в различных видах деятельности;
- дети используют пальчиковую гимнастику в повседневной жизни;
- отзывы родителей и педагогов;
- развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.

После применения самомассажа шариками Су – Джок прослеживается снижение заболеваемости у детей.

Таким образом, Су – Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и плодотворно воздействует на весь организм в целом.

Родители положительно относятся к применению метода Су – Джок терапии в работе с детьми. Многие из родителей приобрели массажеры для использования этого метода в домашних условиях.

Литература:

1. Аммосова Н. С. Самомассаж рук при подготовке детей с речевыми нарушениями к школе: Логопед, № 6, 2004. – С.78 -82.

2. Османова Г.А Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: Популярная логопедия / Османова Г.А – КАРО, 2008 – С. 160
3. Пак Чжэ Ву Вопросы теории и практики Су Джок терапии: Серия книг по Су Джок терапии / Чжэ Ву Пак - Су Джок Академия, 2009 - С. 208
4. Светлова И. Развиваем мелкую моторику. – М., 2002. – С. 72

### **Дидактическое средство развития - Бизиборд**

Аверьянова А.А., Тоголева Е.А., Лямзина Д.Э.,  
воспитатели МБДОУ «Детский сад №19»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Развитие мелкой моторики детей дошкольного возраста обусловлена возрастными психологическими и физиологическими особенностями детей: в дошкольном возрасте интенсивно развиваются структуры и функции головного мозга ребенка, что расширяет его возможности в познании окружающего мира. Всестороннее представление об окружающем предметном мире у человека не может сложиться без тактильно-двигательного восприятия, так как оно лежит в основе чувственного познания. Именно с помощью тактильно-двигательного восприятия складываются первые впечатления о форме, величине предметов, их расположении в пространстве.

Чтобы научить ребенка говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать мелкую моторику рук.

Мелкая моторика — это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук.

Известно, что развитие мелкой моторики и познание мира происходит через тактильные ощущения. Уже с самого рождения дети начинают познавать мир - сначала посредством звуков, образов и телесного контакта с близкими людьми, затем начинается этап сенсорного развития. И чем больше фактур и текстур будет окружать ребенка, тем гармоничнее будет его развитие. Играя, у ребенка развивается мелкая моторика пальцев, мышление, логика. Именно на развитие мелкой моторики и делают акцент педагоги. Нервные рецепторы в пальчиках связаны с зонами мозга.

Организуя игровую деятельность воспитанников, мы стремились найти что то новое, нетрадиционное. Наиболее интересной из новых технологий нам показалась идея создания бизиборда.

Бизиборд является отличным пособием для развития детей дошкольного возраста и необходим в каждой группе, как элемент развития мелкой моторики. Основная задача бизиборда – полная свобода тактильного восприятия.

Начиная работу по использованию бизиборда, как средства всестороннего развития детей дошкольного возраста, учитывались все требования указанные в программе « От рождения до школы», которая реализуется в ДОУ.

Бизиборд – действительно нужный предмет, с бизибордом ребенок будет не только некоторое время занят, но также пополнит свой багаж знаний, разовьет свои тактильные ощущения, мелкую моторику, логику и мышление.

На бизиборде можно найти детали, которые неизменно вызывают интерес у ребенка, но и запрещаются родителями по соображениям безопасности – розетки с вилками, прищепки, крючки. Дети изучают каждую мелкую детальку: двигают защелку, пытаются открыть замок ключами или надеть крючок, открыть кошелек или расстегнуть молнию и т.д.

Бизиборд служит предметом интеграции элементов всех образовательных областей развития ребенка, отраженных в ФГОС ДО

Элементы бизиборда компонуются в группы (блоки) следующего назначения:

моторную – для развития начальных моторных навыков;

моторно-прикладную – для закрепления первоначальных моторных навыков путем обращения с мелкими подвижными вещами повседневного пользования;

ассоциативную – для ускорения развития отвлеченного мышления на основе закрепленных моторных навыков;

цветовую, т.к. полноценное развитие цветового зрения способствует лучшим успехам по всем предыдущим пунктам.

Так же бизиборд должен соответствовать требованиям к таким компонентам как:

- содержательно- насыщенный, развивающий (чем больше различных элементов будет закреплено на этой доске, тем интереснее она будет ребенку: замочки, крючки, колесики, дверцы, кнопочки и т.д., если каждый закрепленный предмет может выполнять какое то действие- малыш учится нажимать, крутить, вертеть и пр.);

-доступный (пособие изготовлено с учетом возрастных особенностей и находится в свободном доступе, доставляя детям радость и развивая интерес к изучению нового);

- безопасный (все поверхности основы тщательно зашкурены саморезы, использующиеся для крепления не выглядывают с обратной стороны доски; доски гладкие, без острых углов и пр.);

-здоровьесберегающий (все детали сделаны из прочных материалов и покрыты качественной краской);

- эстетически- привлекательный (основной фон яркий, предметы разных форматов и цветов, использованы шумовые музыкальные пособия).

Элементы для бизиборда разнообразны:

дверные цепочки, крючки, петельки, пуговицы;

замки (в том числе засовы, щеколды, задвижки, шпингалеты);

фонарики и лампочки;

выключатели и кнопки;

счёты;

дверной звонок;

дисковый или кнопочный телефон, пульт;

катушки и шнурки;

молнии и пуговицы;

циферблаты от часов;

колёсики и шарики;

поворотные тумблеры;

рисунки и т.д.

Доска Бизиборд не имеет каких то возрастных ограничений. Заниматься бизибордом можно до самой школы. Используя в работе бизиборд, мы даём возможность каждому ребенку проявить свою индивидуальность и личностные качества, а педагогу – включиться в активное сотворчество и содействие с воспитанниками, тем самым, расширять и пополнять свои профессиональные компетенции.

Подводя итог, хочется отметить, что в начале года и в конце была проведена педагогическая диагностика, где была видна положительная динамика развития мелкой моторики рук. Положительный результат, мы достигли совместно с родителями, детьми, то есть со всеми участниками образовательных отношений.

Литература:

1.Сорокова М.Г. «Жизненная практика» и сенсорное развитие дошкольников. – М., 1998 год;

2.Упражнения с Монтессори – материалом: Школа для малышей. – М., 1995 год;

3.Ермакова И.А. «Развиваем мелкую моторику у малышей» - 2006 год;

4.Пилюгина Э.Г. «Сенсорные способности малыша» - М., «Мозайка – Синтез», 2003 год.

Электронные ресурсы:

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// www.baby2000.ru / um/ motorika](http://www.baby2000.ru/um/motorika).

### **Использование кинезиологических упражнений как эффективного средства здоровьесберегающих технологий в ДОО**

Каргина Н.А., воспитатель МАДОУ «Детский сад №20  
общеразвивающего вида «Мозаика»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования.

Здоровьесберегающие технологии направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса.

Одним из подходов, относящимся к таким технологиям является кинезиология. (происходит от греческого слова «кинезис», что обозначает движение, и «логос» - наука) т. е. наука о движении, а если быть точнее, то — это наука о развитии головного мозга через движение.

Автором образовательной кинезиологии является Пол Деннисон, американский психолог, доктор наук, в своей работе, он показал огромные возможности физических движений, которые могут быть использованы для успешного развития и обучения как ребёнка, так и взрослого. В детстве, Деннисон, сам был проблемным ребёнком (заговорил в 4 года, в начальной школе не мог читать, считать и писать), школа была для него мукой, скукой и источником стресса с вечно кричащими на него учителями, которые и вправду потеряли надежду научить его, казалось бы, элементарным вещам.

Кинезиологию еще называю «гимнастикой мозга». Для тех, кто первый раз сталкивается с этим названием, скорее всего, будет не понятно, как мозг может заниматься физкультурой. Но все станет очевидным, если мы обратимся к следующим фактам:

Головной мозг новорожденного является уменьшенной копией мозга взрослого человека.

К 4-5 месяцам вес мозга удваивается, а к 3 годам — утраивается по сравнению с весом мозга новорожденного.

Но самым важным является не суммарный вес мозга, а нейронные связи между клетками мозга.

В мозге ребёнка почти столько же нейронов, сколько звёзд в Млечном пути – около миллиарда!

Но сами связи между нейронами образуются в процессе активного взаимодействия ребенка с внешней средой через движение.

Получается, что движение способствует росту и формированию мозга. Чем больше ребенок получает зрительного, аудиального, осязательного, обонятельного опыта из окружающего его пространства через движение, тем больше образуется новых связей между нейронами. Это является основой для развития интеллекта ребенка, его самосознания, способности доверять и желания учиться.

Простые, забавные и эффективные упражнения Гимнастики мозга доктора Пола Деннисона позволяют заполнить те пробелы в развитии, которые образовались по причине недостаточной двигательной активности в раннем возрасте. Возможность обучаться с легкостью и радостью, а мы с вами учимся чему-либо до конца жизни, зависит от самых простых физических действий. Например,

свободное движение шеи связано с возможностью усваивать аудиальную информацию, а так же слышать свой внутренний голос, что напрямую связано с памятью и возможностью воспроизводить информацию. Способность свободно проследить двумя глазами слева направо, пересекая срединную линию — линию, разделяющую наше тело на левую и правую половины — определяет способность свободного чтения и работу двух полушарий мозга. Умение свободно, без напряжения держать спину во время сидения необходимо для сосредоточения внимания и понимания.

Из практики своей работы, я могу с уверенностью сказать, что кинезиологические упражнения, оказывают положительное воздействие на речевое развитие, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса. Причем, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения.

Упражнения необходимо проводить ежедневно. С начала дети младшего возраста учатся выполнять пальчиковые игры, от простого к сложному. После того как дети научились выполнять пальчиковые игры с пяти лет предлагаю комплекс пальчиковых кинезиологических упражнений, состоящих из трех положений рук последовательно сменяющих друг друга. Ребенок выполняет вместе со взрослым, затем самостоятельно по памяти. Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе. При затруднениях взрослый предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя. Кинезиологические упражнения проводятся в любые режимные моменты в качестве динамических пауз. Время проведения 3-5 минут, в общей сложности это может составлять до 25-30 минут в день.

Таким образом, кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности. Использование кинезиологических упражнений способствует не только развитию умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий головного мозга, что помогает развитию способностей ребёнка и коррекции проблем в различных областях психики. В частности, применение данных упражнений, позволяет ускорить у ребёнка коррекцию речевых нарушений, а также, улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания. Облегчают процесс письма. Развивают творческие способности на основе наглядно-образного мышления, стабилизируют психику, развивают интуицию. Улучшают память, повышают интеллектуальные возможности, помогают преодолевать математические трудности, активизируется работа головного мозга. В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей наблюдается значительный прогресс способности к обучению.

В работе с родителями провожу консультации и индивидуальные беседы, где знакомлю их с упражнениями кинезиологической гимнастики, адаптированные для дошкольников, разъясняю, как можно использовать эти упражнения дома, о их пользе, отвечаю на вопросы.

Вы хотите видеть детей здоровыми и умными? Займитесь кинезиологией и пусть ваши дети освоят её вместе с вами.

#### Литература:

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста /Под ред. Цветковой Л.С. М.,2001.
2. Архипов Б.А., Воробьева Е.А., Семенович А.В., Назарова Л.С., Шегай В.М. Комплексная методика психомоторной коррекции. М., 1998.
3. Воробьева В.А., Иванова Н.А., Сафронова Е.В., Семенович А.В., Серова Л.И. Комплексная нейропсихологическая коррекция когнитивных процессов в детском возрасте.М.,2001.
4. Деннисон П.И., Деннисон Г.И. Образовательная кинестетика для детей: Базовое пособие по Образовательной Кинезиологии для родителей и педагогов, воспитывающих детей разного возраста: Пер. с англ. М.: Восхождение, 1998.
5. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973

6. Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ. – Рязань, 2000.
7. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. М.: ТЦ Сфера, 2001.
8. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. - М: ТЦ Сфера, 2001. - 48 с.
9. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., 1999.

### **Формирование у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.**

Миронова В.И., Сысуева Н.В.,  
воспитатели МБДОУ "Детский сад №22 комбинированного вида"  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Основным результатом работы по воспитанию потребности к здоровому образу жизни у детей является то, что к концу дошкольного возраста дети способны понимать здоровье значительно, широко, как красоту, счастье, успешность, а так же осознают, что здоровье находится в их руках. Быть здоровым - естественное желание каждого человека. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте. Важно с самого детства формировать у человека здоровый образ жизни. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни.

**«Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам» — так гласит восточная мудрость. Задача педагогов — научить детей покорять эту вершину.** Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых успехов, любых высот.

В настоящее время существует тенденция снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитии дошкольников. В нашей группе воспитываются дети с различной патологией (включая сложные (комплексные) нарушения), поэтому применение **здоровьесберегающих технологий будет способствовать осуществлению эффективного, качественного формирования привычек ЗОЖ** в соответствии с их заболеванием и физическими возможностями каждой категории детей. В результате этого в детском саду нами разработана программа «Быть здоровыми хотим» и система действий по приобщению детей к ЗОЖ с использованием здоровьесберегающих технологий.

**Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:**

медицинский кабинет, изолятор с медицинским оборудованием;  
физкультурный зал, оборудованный инвентарём.

качество и разнообразие спортивного инвентаря и оборудования (в т.ч. нестандартного) способствует приобщению детей к занятиям физкультурой и спортом;

методическая литература для организации эффективной работы по профилактике ЗОЖ;

в группе имеется спортивный уголок, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов.

**Цель программы:** сформировать у детей представление о здоровом образе жизни, привить навыки осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

На занятиях **используются разные виды здоровьесберегающих технологий:**

- гимнастика коррегирующая;
- гимнастика пальчиковая (Су-Джок);
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз;



- динамическая пауза;
- релаксация;
- бодрящая гимнастика;
- самомассаж биологически активных точек лица;
- кинезиологические упражнения;
- фонopedические упражнения.

***В содержание работы кружка входят:***

- **словесные объяснения:** беседы, вопросы к детям, объяснение, чтение ,художественное слово;
- **наглядные методы:** наблюдения, показ, демонстрация слайдов, рисунков, схем и т.д.
- **практические формы обучения:** разучивание, повторение упражнений и игр с постепенным усложнением; рассматривание иллюстраций; организация игр; продуктивные виды деятельности: рисование (на закрепление). Программа состоит из 9 разделов, каждый из которых делится на 4 темы в месяц. Каждая тема рассчитана на 2 занятия. Первое занятие – ознакомление и разучивание комплекса, второе - закрепление и совершенствование комплекса с усложнением.
- 1. «Я - человек» – знакомство детей с телом человека: работой отдельных органов, профилактика заболеваний.
- 2. «Овощи и фрукты - витаминные продукты»- помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.
- 3. «В гости к Мойдодыру»- ознакомление детей с правилами соблюдения гигиены.
- 4. «Помоги себе сам»- воспитание осознанного отношения к опасностям на дорогах, умения сохранять свою жизнь.
- 5. «Уроки Айболита»-обучение детей правильному дыханию; развитие дыхательной мускулатуры, речевого аппарата, координации движений, правильного ритмичного дыхания.
- 6. «Гимнастика маленьких волшебников»- формирование у детей понимания о значении отдельных частей своего тела (глаза, уши, нос, рот) для здоровья детей и их гигиене.
- 7. «Наш дружок-Су джок»- знакомство с массажем «точек здоровья» с целью профилактики простудных заболеваний.
- 8. «Улыбка и смех-здоровье для всех»-сохранение физического и психического здоровья детей, взаимосвязь образа жизни и здоровья человека.
- 9. «Солнце, воздух и вода- закаляемся всегда»-формирование представлений у детей о солнечных, водных и воздушных ваннах.

**Ожидаемые результаты.**

У детей будет сформирована потребность в сохранении и укреплении собственного здоровья.

Дети узнают о пользе занятий физической культурой, личной гигиены, зарядки и движений, о частях тела и их значении, о пользе пищи и витаминах.

Дети будут иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья.

Дети познакомятся с правилами закаливания, умению одеваться по погоде на прогулку, умываться холодной водой, спать без маечки, регулярно выполнять физкультурные, оздоровительные упражнения.

У детей сформируется положительная мотивация к сохранению и укреплению собственного здоровья, повысится эмоциональный интерес в потребности быть здоровыми, сформируется осознанная потребность в выполнении упражнений самостоятельно в домашних условиях.

Повысится активность детей, владение навыками здорового образа жизни, формирование основных движений, физических качеств, накапливаемость резерва здоровья.

Литература:

- 1.БабенковаЕ.А. Игры, которые лечат. Д/в 2009 № 5
- 2.Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Д/в 2011 № 7
- 3.Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Д/в 2011 № 3
- 4.Кочеткова Л.В. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ – М, МДО, 1999 г.
- 5.Крупенчук О.И. Развиваем мелкую моторику. Д/в 2010 № 2.
- 6.Кудрявцева В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления – М., Линка-пресс, 2000 г.
- 7.Яколева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ. 2006 г.

Интернет – источники:

<http://www.nauka-shop.com/mod/shop/productId/50722/>

<http://www.teoriya.ru/>

<http://www.dissercat.com/content/razvitie-dvigatelnykh-sposobnostei-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta-v-protsesse-modeliro>

### **Использование игрового стретчинга в работе с детьми дошкольного возраста**

Сарапкина И.Н., воспитатель

МБДОУ Алексеевский детский сад № 5 «Солнышко»

Алексеевского муниципального района Республики Татарстан

«Растяжки сопутствуют нам всю жизнь. Рождение – это растяжка. Глубокий вздох, улыбка, любое движение тела – растяжка. Растяжки – это гибкость, гибкость – это молодость, молодость – это здоровье, активность, хорошее настроение, раскрепощённость, уверенность в себе» (Е. И. Зуев «Волшебная сила растяжки»)

Проблема не нова, но очень актуальна сейчас. Система дошкольного образования вынуждена решать принципиально новую задачу: в связи с ростом статистики заболеваемости дошкольников по всем классам болезней особое внимание уделить профилактике заболеваний детей и формированию у них культуры здоровья. И когда, как не в дошкольном детстве, необходимо закладывать потребность быть здоровым, стать полезным членом общества. Как добиться того, чтобы ребенок был здоров, что нужно делать для этого, какие меры принять? Ответ кроется в едином мнении - привлечение детей к активному образу жизни.

Современные подходы к организации работы по реализации задач образовательной области «Физическая культура» предусматривают использование разнообразных организационных форм образовательного процесса, одной из которых является игра.

В условиях введения ФГОС в систему дошкольного образования игра продолжает рассматриваться как основной вид деятельности в образовательном процессе ДОУ. Поэтому в дошкольном учреждении уделяется большое внимание игровым технологиям в образовательном процессе по физическому развитию и оздоровлению детей дошкольного возраста, так как они направлены на решение задач сохранения, укрепление здоровья детей и их физическое развитие.

Приоритетным направлением деятельности нашего ДОУ является физическое развитие и сохранение и укрепления здоровья дошкольников.

Мы в ДОУ используем игровые технологии оздоровительной направленности в организации образовательного процесса по физической культуре, которые направлены не только на физическое развитие детей, но и на их оздоровление: ритмопластика, динамические паузы, подвижные игры, дыхательная гимнастика, релаксация, пальчиковая гимнастика, самомассаж и другие. Так же и игровой стретчинг.

Для чего же нужен игровой стретчинг и на что он направлен?

Игровой стретчинг - это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме.

Благодаря стретчингу увеличивается подвижность суставов, мышцы становятся более эластичными и гибкими, дольше сохраняют работоспособность. Стретчинг повышает общую двигательную активность. Упражнения стретчинга направлены на формирование правильной осанки. Кроме этого развивается эластичность мышц, воспитывается выносливость и старательность.

В ходе проведения занятия решаю следующие задачи:

1. Развитие физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости.
2. Развитие психических качеств: внимание, воображение, умственные способности.
3. Укрепление костно-мышечной системы, повышение функциональной деятельности органов и систем организма.
4. Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей, раскрепощённости и творчества в движении.

Значение игрового стретчинга

- увеличивается подвижность суставов
- мышцы становятся более эластичными и гибкими
- повышается общая двигательная активность
- упражнения направлены на формирование правильной осанки
- воспитываются выносливость и старательность

Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются в ходе физкультурного занятия. Упражнения выполняются в медленном, а значит, безопасном ритме. Начинать занятия с детьми игровым стретчингом лучше всего со старшего дошкольного возраста. К 5 годам у ребенка формируется наглядно-образное мышление, что позволяет с наибольшей эффективностью выполнять имитационные движения, наиболее точно и эмоционально выразительно. Ребенок способен контролировать свои действия по словесному указанию взрослого. Каждое упражнение повторяется 4-6 раз. Занятие с детьми старшего дошкольного возраста проводится до 35 мин.

Чем полезен стретчинг?

- напряжение – расслабление - растяжение, отсутствие травм;
- статическое растягивание, значительно улучшает нашу гибкость;
- улучшается подвижность суставов;
- растягивая мышцы, мы увеличиваем нашу гибкость и ловкость;
- снимает мышечное напряжение;
- во время занятий статическим растягиванием происходит гармоничное и естественное развитие и укрепление систем и функций организма;
- способствует лучшей координации движений, повышает способность двигаться;
- улучшается пластичность;
- появляется артистизм
- улучшает самочувствие и поднимает настроение;
- укрепляются мышцы спины, тем самым появляется красивая осанка.

В моей работе с применением игрового стретчинга, я поняла всю необходимость этой формы работы, применяя стретчинг в парах, развиваем дружеские взаимоотношения, коллективизм. Вся работа проходит с позитивным настроением, что положительно сказывается на всех участниках образовательного процесса.

Игровой стретчинг - это методика комплексного физического развития и оздоровления дошкольников, творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность. Реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития ребенка и составляет суть стретчинга. Все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий и

упражнений. Методика игрового стретчинга направлена на профилактику различных деформаций позвоночника, укрепление его связочного аппарата, формирование правильной осанки. Кроме этого, развиваются эластичность мышц, координация движений, воспитываются выносливость и старательность. Основана на статичных растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющих предотвратить нарушения осанки и исправить ее, оказывающих глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Упражнения выполняются без воздействия со стороны, т.к. человеческое тело само себе тренер. Самоманипулирование телом в медленном, а значит, безопасном ритме наиболее эффективно. У детей исчезают комплексы, связанные с физическим несовершенством тела, неумением им управлять. Помимо этого дети приобретают запас двигательных навыков, которые позволяют им чувствовать себя сильными, красивыми, уверенными в себе, создают чувство внутренней свободы. Близкие и понятные детям образы сказочного мира позволяют легко выполнять непростые физические упражнения.

Заниматься игровым стретчингом можно уже с детьми с 3-4-х лет. Главное в этом плане, не объем выполненных упражнений в одно занятие, а их постоянство – это даст более высокие результаты. Со временем малыши становятся более раскрепощенными в общении, свободными в своих движениях, у них исчезают комплексы и тревожность, а самое главное – дети начинают реже болеть.

Мы проводим занятия игровым стретчингом как элемент физкультурного занятия.

Каждое занятие проходит с разыгрыванием сказки под ритмичную музыку. Вся игра разбивается на несколько фрагментов, и структура такого занятия выглядит следующим образом:

Вводный этап.

Выполняется музыкальная разминка, задача которой подготовить детский организм к дальнейшим нагрузкам: к более сложным и интенсивным упражнениям игрового стретчинга.

Основной этап.

Дети знакомятся с новыми движениями, учатся их выполнять, а также закрепляют ранее изученные. Именно на этом этапе идет включение упражнений стретчинга, направленных на развитие и укрепление физических данных детей. Все движения должны быть переплетены с сюжетом сказки, которая специально подбирается под тему занятия и постепенно рассказывается в его процессе. Последовательность всех упражнений распределяется таким образом, чтобы тело ребенка получало равномерную нагрузку. В конце этапа дети играют в подвижную игру, цель которой - развитие двигательной активности и коммуникативных качеств. На каждой последующей такой тренировке должна быть задействована новая группа мышц.

Завершающий этап.

Проводится специальная игра для восстановления дыхания, например, пальчиковая гимнастика или игра на внимание. Здесь важно привести организм детей в спокойное состояние.

Чаще упражнения проводятся на ковриках. И под специально подобранную музыку. Звуки живой природы или спокойная классическая мелодия.

Игровой стретчинг - воспитывает понимание ценности физической культуры - важного условия процесса физического воспитания дошкольников и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности.

Наша задача научить дошкольника получать с помощью игрового стретчинга настоящее физическое здоровье и душевное равновесие. Помочь ребенку с детства научиться жить в гармонии с собой и с природой, управлять своим разумом, способностью реализовать свои физические и духовные возможности.

Литература:

1. Е. В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг» ТЦ «Сфера», М 2010
2. О.А. Волков, Е.А. Волкова «Веселая йога: специально для детей» «Феникс», Ростов 2008

3. А.А. Липель «Детская оздоровительная гимнастика» «Спб. 2009
4. А.Г. Назарова «Игровой стретчинг» ОФТ, Спб 2005
5. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг» методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Санкт-Петербург-2005
6. Анатомо-физиологические особенности организма ребенка // Энциклопедия молодой семьи. URL: <http://www.bibliotekar.ru/enc-Semya/31/htm>

### **Проблемы здоровьесбережения в современном детском саду**

Минвалеева Г.Д., воспитатель  
МБДОУ «Татарско-Сарсазский детский сад»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровье – это один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья. В Конвенции по правам ребёнка прописаны его законные права – право на здоровый рост и развитие. Актуальность данной темы обусловлена потребностью государства в здоровой нации. Известно, что состояние здоровья детей дошкольного возраста является гарантом благополучия общества. Важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения и укрепления своего здоровья посредством здоровьесберегающих технологий, включающих в себя:

1. медико – профилактические: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
2. физкультурно-оздоровительные: технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка;
3. здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного учреждения;
4. здоровьесберегающие образовательные технологии: организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные.
5. педагогические технологии активной предметно-развивающей среды.

На базе детского сада созданы все условия для полноценного физического развития и оздоровления детей. Создана необходимая макро и микросреда.

В детском саду функционируют спортивный - музыкальный зал, на территории детского сада имеется спортивная площадка.

Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитания потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в группе оборудован спортивный уголок. В группах педагогами оформлены «уголки здоровья», где дети получают знания валеологического характера. В «уголках здоровья» накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

Систематическая работа по физическому воспитанию в МБДОУ включает в себя ежедневную утреннюю гимнастику, тематические физкультурные занятия, занятия на свежем воздухе. Спортивные праздники, развлечения помогают решению задач оздоровления детей. Обучение детей на занятиях, построенных в игровой форме, с музыкальным сопровождением позволяет сделать их интересными, разнообразными, что способствует повышению детского интереса к физической культуре. Пальчиковая гимнастика нравится как малышам, так и детям старшего возраста, также используют ее на своих занятиях.

В МБДОУ осуществляется дифференцированный отбор видов закаливания:

- упражнения после сна (в постели);
- пробежки по пуговичному коврику;
- витаминизированное питьё;

- полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры
- обширное умывание в летний период
- хождение босиком
- воздушные ванны
- мероприятия на период повышенной заболеваемости гриппа и ОРЗ

Решая задачи физкультурно-оздоровительной работы в саду, мы опираемся на принцип единства взаимодействия: Родители → ребёнок → педагог. В рамках института семьи приоритетными в физическом воспитании детей остается положительное влияние добрых семейных отношений на всестороннее формирование личности ребенка.

Таким образом, совместная работа способствует укреплению и сохранению здоровья ребёнка, развитию его силы и выносливости, физических способностей, повышению сопротивляемости его организма болезням.

Важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Это важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее.

Литература:

1. Безруких В.Д. Сонькина. - М., 2008. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения с.42.
2. Михеева Е. В, Здоровьесберегающие технологии в ДОУ // Методические рекомендации, М., 2009. с102,108.
3. Сивцова А.М. Влияние комплексного использования здоровьесберегающих педагогических технологий в ДОУ на последующую адаптацию детей к школе. с.110, 112.
4. Липовецкий Б.М. Занимайтесь спортом! - М., 2005., с 24.

### **Профилактика нарушений осанки в детском саду**

Сафиуллина Г.Г., воспитатель  
 МБДОУ «Юлдузский детский сад»  
 Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Искривление позвоночника в детстве и следующие за ним заболевания в подростковом возрасте существенным образом влияют на способности к обучению, дальнейшую трудоспособность, страдает красота фигуры, появляются и прогрессируют сопутствующих заболевания различных органов и систем, нередко приводя к инвалидизации.

В дошкольном возрасте осанка еще не сформирована, поэтому неблагоприятные факторы наиболее сильно влияют на детей в период их активного роста (4 — 7 лет). Причин неправильной осанки и ее дефектов много: гиподинамия и как следствие, недостаточное развитие мышц спины, живота, шеи, бедер, груди, удерживающих позвоночник в нужном положении; ходьба с опущенной головой, сидение с опущенными плечами и согнутой спиной.

Значительную роль в возникновении нарушений осанки играет неудовлетворительный общий режим жизни ребенка (пассивный отдых, отсутствие прогулок на открытом воздухе, недостаточный сон, нерациональный режим питания). Развитию нарушений осанки способствуют также частые инфекционные и респираторные заболевания, ослабляющие организм и ухудшающие физическое развитие.

Какая же осанка считается правильной, нормальной? Голова прямо, грудная клетка развернутая, плечи на одном уровне, живот втянут, коленные и тазобедренные суставы разогнуты.

**Целью** моей профилактической работы является: Формирование навыка правильной осанки, используя подвижные игры и игровые упражнения.

**Задачи:**

Развивать чувство равновесия и координацию движения детей.

Закреплять навык ходьбы с правильной осанкой.

Способствовать развитию силы мышц спины, брюшного пресса

Воспитывать умения самостоятельно выполнять физические упражнения.

Основным средством формирования правильной осанки и коррекции нарушений являются занятия физическими профилактическими упражнениями.

В детском саду мы используем упражнения для развития больших мышечных групп, особенно спины, живота, ног, чтобы создать естественный мышечный корсет. Хорошим средством формирования осанки и профилактики ее нарушений являются гимнастические упражнения с различными предметами (резиновые и теннисные мячи, обручи, палки, мешочки с песком и др.) Упражнения выполняются из различных исходных положений – стоя, лежа, сидя на стуле.

Для формирования правильной осанки полезны упражнения, выполняемые в вертикальной плоскости (касание спиной, затылком, ягодицами и пятками стены) и упражнения с удержанием на голове предмета (мешочка с песком, кубик, резиновое кольцо).

Для успешного решения задач профилактики нарушений осанки и укрепления навыка правильной осанки **на физкультурных занятиях мы придерживаемся следующих правил:**

Каждое занятие начинается и заканчивается упражнениями на формирование навыков правильной осанки и мышечно-двигательного представления о ней.

Во время выполнения физических упражнений добиваемся от детей сохранения положения правильной осанки.

Большое внимание уделяется укреплению мышц, участвующих в удержании и сохранении правильной осанки. Применяются силовые упражнения для мышц спины и брюшного пресса, как динамического, так и статического характера.

Большая часть упражнений силового характера выполняется из положения разгрузки позвоночного столба (лёжа, стоя на четвереньках и т.д.)

Силовые упражнения сочетаются с упражнениями на гибкость.

С целью выравнивания сил мышечной тяги, применяются упражнения с гимнастической палкой.

Предпочтение отдаётся симметричным упражнениям.

Формированию правильной осанки способствует применение строевых упражнений, но их объём в отдельном занятии ограничивается.

Для формирования тактильных ощущений правильной осанки применяются упражнения у вертикальной плоскости (стена без плинтуса) и перед зеркалом.

Относительно часто используются упражнения на сохранение равновесия. В упражнениях на равновесие на одной ноге строго дозируется нагрузка – на правую и левую ногу она одинакова.

Упражнения в прыжках чередуются с отдыхом. Прыжки на одной ноге используются в ограниченном объёме, дозировка на каждую ногу – одинакова. При использовании прыжков вначале формируется навык правильного (мягкого) приземления.

Для формирования у ребёнка представлений о правильной осанке используется наглядный метод. Показ осуществляется в разных ракурсах, используются наглядные пособия.

Учитывая возрастные психологические особенности детей, используются образные названия упражнений, сюжеты, применяются подвижные игры с принятием положения правильной осанки.

В своей практике я использую упражнения для формирования правильной осанки и профилактики ее нарушений такие как:

- прогибание спины с обручем и мячом в руках
- наклоны в стороны с обручем за спиной

- приседания стоя на носках с гимнастической палкой в руках
- наклоны вперед прогнувшись, ноги врозь, с гимнастической палкой
- наклоны назад с разведением рук в стороны
- поднятие ног вверх лежа на спине.
- ползание на четвереньках
- ходьба с удержанием на голове груза с сохранением правильной осанки.

Результативность оздоровительной работы в 2017 -2018 уч. году.

В начале учебного года у 5 детей, было выявлено нарушение осанки, а в мае 2018 года у 3 детей осанка исправилась.

Таким образом, в результате проведения упражнений для формирования правильной осанки и профилактики ее нарушений просматривается положительная динамика в формировании позвоночника.

Из полученных результатов очевидно, что целенаправленная систематическая работа по профилактике нарушения осанки основанная на упражнениях положительно влияет на правильное формирование позвоночника у детей дошкольного возраста.

Литература:

1. Адашкявичене Э.Й.: «Спортивные игры и упражнения в ДОУ» Москва «Просвещение» 1992 год.
2. «Закаливание детей» В.П. Спирина: Москва «Просвещение» 1978 год.
3. «Здоровый малыш» (программа оздоровления детей в ДОУ) под редакцией З.И. Бересневой (фитотерапия): Москва, творческий центр «Сфера» 2008 год.

### **Профилактика плоскостопия в детском саду**

Тухватуллина В.П., воспитатель МБДОУ «Юлдузский детский сад»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан.

Полноценное физическое развитие ребенка – это основа формирования личности. Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость и работоспособность.

В работе постоянно приходится сталкиваться с детьми, имеющими искривление осанки и нарушение плоскостопия. В связи с этим возрастает значение организации профилактической и коррекционной работы непосредственно в условиях дошкольного образовательного учреждения, где ребенок находится в течение всего дня и где имеется возможность обеспечить своевременность и регулярность воздействий. Коррекционно-педагогическая деятельность в работе нашего ДОУ стала приоритетной и рассматривается как обязательная составная часть государственного образовательного стандарта.

**Целью** коррекционно-профилактической работы является профилактика и коррекция плоскостопия посредством укрепления мышц ног через подвижные игры и целенаправленные игровые упражнения. Для реализации данной цели мы выделили следующие **задачи**:

- 1) Оказать общеукрепляющее воздействие на организм ребёнка.
- 2) Укреплять мышечно-связочный аппарат стоп и ног.
- 3) Способствовать профилактике плоскостопия, а так же коррекции и как следствие уменьшению количества детей с плоскостопием.



В нашем детском саду ведется работа по своевременной профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, что способствует сохранению и укреплению здоровья воспитанников, формированию полноценной личности.

В группах дети ходят по массажным коврикам с использованием природного и бросового материала (пуговицы, керамзит, пробки).

Используем упражнения для большеберцовых мышц и сгибателей пальцев с увеличением общей нагрузки, сопротивлением, увеличением статической нагрузки на стопы и упражнения с предметами. Для закрепления коррекции применяем специальные виды ходьбы (на пятках, носках, внешней и внутренней сторонах стопы). Для их усиления используем специальные пособия - ребристые доски, лесенки, подвижные игры при плоскостопии и самомассаж нижних конечностей.

Дети на занятиях по профилактике плоскостопия занимаются босиком. Это оказывает не только оздоровительное, но и закаливающее воздействие.

Работу по профилактике плоскостопия в совместной деятельности в группе мы строим через игровую деятельность. В течение всего учебного года как на занятиях по физкультуре, так и в совместной деятельности, на прогулке нами проводятся игры с целью коррекции плоскостопия как эффективное средство оздоровления детей старшей группы.

Особенно детям нравятся тематические игровые упражнения такие как:

#### **«Ежик»**

И. п. – сед на ковре или стуле, под правой ногой массажный мяч любого диаметра, спина прямая.

Этот мячик так хорош... *Катать стопой мяч вперед-назад*

Он на ежика похож.

Буду ножки укреплять... *Катать мяч стопой по кругу*

Мячик ножками катать.

Затем выполнить упражнение другой ногой.

#### **«Переложил платок»**

И. п. – сед ноги врозь, упор руками сзади, спина прямая.

Я платок возьму ногой...

*Захватить платок правой стопой.*

Поднесу его к другой.

*Медленно перенести платок к левой ноге.*

Я несу платок, не сплю,

Коврик я не зацеплю.

*Затем выполнить упражнение другой ногой.*

#### **«Галки»**

Ходьба по гимнастической палке прямо и боком (до 1 мин.).

А веселые галки

Ходят по палке —

Туда, сюда, обратно,

Очень им приятно!

#### **«Мои ножки»**

И. п. – сед на стуле, руки на поясе, спина прямая.

Эта ножка танцует,

*Носком правой ноги начертить кружок.*

Эта ножка рисует.

*То же - левой ногой.*

Раз, два, три, четыре, пять —

Нарисуй кружок опять.

*Повторить правой и левой ногами.*

### «Подъемный кран»

Дети садятся на ковер, упираются руками сзади в пол, переносят то вправо, то влево набивной мяч (500г), захватив его ногами, произносят:

Я сейчас подъемный кран.

Он на стройке великан,

Груз тяжелый поднимает,

Как построить домик, знает.

### «Мы походим»

Дети идут в колонне по одному, читают стихотворение и выполняют движения по тексту.

Мы походим на носочках,

А потом на пятках,

Мы идем как ребятишки

И как косолапый мишка.

### «Канатоходцы»

По канату я иду.

Ни за что не упаду!

### «Собери ногами»

По группе разложены части конструктора, шишки, пробки. Читая стихотворение, дети ходят по группе, захватывают стопами предметы и собирают в коробки.

Захватчу предмет стопой

И возьму его с собой:

Я несу, за ним слежу

И в коробку положу.

### «Каток»

И.п. стоя, руки на поясе, одна нога стоит на гимнастической палке, палка по середине стопы: прокатывать палку вперед-назад, то же другой ногой

Вот какой у нас каток

Для строительства дорог

Чтоб разглаживать морщины

Лучше не найти машины

В работе по профилактике плоскостопия использую методические пособия Н. Недовесова:

«Профилактика и коррекция плоскостопия у детей»,

О.Н. [Моргунова](#): «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ».

### Результативность оздоровительной работы в 2017 -2018 уч. году.

В начале учебного года у 4 детей, имелось плоскостопие, у 2 уплотнение стопы. В мае 2018 года избавились от плоскостопия 2 детей, 2 детей избавились от уплотнения стопы.

Таким образом, в результате проведения ортопедических игр и коррекционной работы с детьми выявлена положительная динамика в формировании свода стопы у детей.

Из полученных результатов очевидно, что целенаправленная систематическая работа по профилактике плоскостопия основанная на ортопедических играх и упражнениях положительно влияет на правильное формирование и коррекцию сводов стопы у детей дошкольного возраста.

Литература:

1. Алямовская, В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В.Г. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004. - №17-24.
2. Гаврюченко Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Москва. Сфера,2008г.

3. Кочеткова Л. В. «Оздоровление детей в условиях детского сада» Москва, 2005г  
4. Кузнецова М. Н., Панфилова М.А. «Формирование нравственного здоровья дошкольников» Москва, 2002г.

### **Формирование речевого дыхания у детей с нарушением речи через игровую деятельность**

И. В. Крашенинникова, воспитатель

В. Н. Спиридонова, воспитатель

МБДОУ «Детский сад №1 комбинированного вида» «Веселая карусель»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Многим из нас приходилось слышать, как малыш разговаривает, что называется, просто взхлёб. Слова льющиеся из маленького ротика, мало понятны, окончания проглатываются, сложно вообще разобрать, что ребёнок пытается рассказать.

Как же рождаются звуки речи? Чтобы мы могли произносить звуки, а наш голос звучал, нужен воздух. Вы замечали: прежде чем заговорить, необходимо глубоко вдохнуть. Слова выговариваются на выдохе. Это значит, что звуки речи рождаются под действием воздушной струи.

Речевое дыхание - основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно отличается от неречевого (*физиологического дыхания*). Цель тренировки речевого дыхания – выработка именно плавного длительного выдоха, а не умение вдохнуть побольше воздуха.

Обычное дыхание существенно отличается от речевого. Жизненное дыхание произвольное.

Речевое дыхание - это во многом управляемый процесс, количество выдыхаемого воздуха и сила выдоха зависят от цели и условий общения. Если говорящий ребёнок обращается к человеку, стоящему далеко от него, то он «*посылая звук*», удлиняет выдох и тем самым усиливает работу голосовых связок.

Зачем же нужно обучать детей правильно дышать? Малышам в раннем возрасте, когда они учатся произносить первые слова, приходится познавать, что такое дышать и говорить одновременно. Из-за некоторых заболеваний (*аденоиды, болезни сердца, ослабленность организма*) им не удаётся говорить длительными фразами, достаточно чётко, с логическими паузами. Создаётся впечатление, что ребёнок задыхается. А всего-навсего ему не достаёт в данный момент воздуха. Во время разговора у него слабенький вдох и короткий выдох.

У 80% детей с нарушением речи не сформировано речевое дыхание. Речевое дыхание отличается от физиологического дыхания тем, что в процессе речи вдох и выдох осуществляется через рот (*при физиологическом дыхании вдох и выдох – через нос*). Воздушная струя является энергетической основой звука, слога, слова, фразы. Без сильной длительной воздушной струи нарушается не только звукопроизношение, но и общее звучание речи: речь «*взахлёб*», не проговаривание окончаний слов, «*смазанность*» конца фразы.

Часто бывает так: системой специальных упражнений артикуляционный аппарат подготовлен, звукообразующие артикулемы сформированы, а вызвать звук не удается особенно, при исправлении горловых звуков. Почему? Дело в том, что в этих случаях основная воздушная струя на выдохе проходит не через рот, а через нос. Т.е. в процессе речи ребенок использует физиологическое дыхание.

Для изучения речевого дыхания использовалась методика, разработанная к.п.н. А. Максаковым. Задачами диагностики были следующими: установить длительность и силу выдоха у детей, выявить умение рационально расходовать воздух при произнесении гласных звуков, определить, какое количество слов (слогов) дети способны произнести на одном выдохе. Диагностика включал

несколько заданий. Для каждого возраста имеются свои показатели произнесения определенного количества слов на выдохе.

Суть первого: выявить длительность и силу внеречевого выдоха. Дети должны произнести выдох через рот. Время выдоха фиксировать с помощью секундомера.

Суть второго задания: выявить длительность произнесения гласных звуков на одном выдохе. Дети должны как можно дольше на одном выдохе произнести звуки «а», «у», «и», наиболее контрастные по артикуляционным и акустическим свойствам. По заданию следует как можно дольше спеть колыбельную песенку (произнести звук «а»), песенку паровоза (звук «у»), ослика (звук «и»). Время звучания звуков (выдоха) фиксировать с помощью секундомера.

Третье задание — на материале стихотворения А. Барто «Наша Таня» (включает 17 слов или 31 слог), помогает установить, какое количество слов (слогов) могут произнести дошкольники на одном выдохе. Наблюдая, педагог фиксирует, когда ребенок добывает воздух, делает вдох в процессе речевого высказывания. В процессе чтения стихотворения на подготовленных карточках с текстом отмечаются места, где производился вдох.

Развивать дыхание помогают различные игры и упражнения. Для чего это нужно? Правильное дыхание поможет ребенку научиться говорить спокойно, плавно, не торопясь. Некоторые упражнения для развития дыхания помогают также научить ребенка правильно произносить те или иные звуки.

Работу по воспитанию речевого дыхания следует проводить поэтапно:

I этап

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания ребенка. Сформированность грудобрюшного типа дыхания определяется визуально и тактильно (с помощью ладони, положенной на область диафрагмы ребенка). Необходимо следить, чтобы вдох ребенка не был форсированным и его плечи не поднимались. Ребенок может также самостоятельно осуществлять зрительный контроль над правильностью дыхания, выполняя упражнения перед зеркалом. На этом этапе проводятся следующие упражнения и игры: «Покачай игрушку», «Бегемотик», «Качели», «Нырятьщики за жемчугом» и др.

II этап

Цель: выработать у детей более глубокий вдох и более длительный выдох.

Рекомендуемые игры и упражнения: надувание воздушного шарика, игра на детских духовых инструментах (дудочка, свистулька, губная гармошка), « Футбол», «Листопад», «Снегопад», «Кораблик» и др.

III

этап

Цель: развитие фонационного (озвученного) выдоха. Рекомендуемые игры и упражнения: «Лесная азбука», «Комар», «Жуки», «Рычалка», «Мычалка» и др.

IV

этап

Цель: развитие речевого дыхания. Рекомендуемые звуковые речевые игры: «Изобрази животное» - сочетание речи с движением, «Эхо» и др.

V

этап

Цель: тренировка речевого дыхания в процессе произнесения текста.

Успех ребенка на каждом этапе закрепляется постоянным надзором за дыханием, разъяснением и соответствующим внушением.

Упражнения должны выполняться последовательно с использованием наглядности, постепенно переходя от простого к более сложному. Сначала проводится тренировка длительного речевого выдоха на отдельных звуках, потом - словах, затем - в коротких фразах, в стихах и т. д. Например, когда ребёнку читают сказку, упоминая в ней ветер, поучите его дуть, дуйте ему в лицо. Потом предложите кусочек ватки, объясните, что это снежинка - она летает. Когда ветер дует; дуть на неё нужно ртом плавно. А вдыхать через нос.

Нужно так же отметить, что правильное речевое дыхание:

- обеспечивает нормальное звукообразование;
- создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;
- предохраняет голосовой аппарат от переутомления.

Регулярные упражнения по развитию речевого дыхания, проводимые дефектологом (логопедом) на занятиях и воспитателями в группе, обеспечат нормальное звукопроизношение, создадут условия для поддержания громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Кроме того, они укрепят здоровье ребёнка, повысят его умственные способности, и правильно сформируют дыхание ребенка.

Литература:

1. Алмазова Е.С. Логопедическая работа по восстановлению голоса у детей. М., «Просвещение», 1973.
2. Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. Хлоп-топ. М., «Гном и Д», 2003.
3. Логопедия: учебник для студ. дефектол. фак. пед. высш. учеб. заведений. / Под ред. Л.С. Волковой. 5-е изд. М.: Владос, 2008. - 703 с.
4. Ткаченко Б.И. Нормальная физиология человека. - 2-е изд. - М.: Медицина, 2005. - 928 с.
5. Федюкович Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. - Изд. 2-е. - Р-н/Д: Феникс, 2003. - 416 с.
6. <http://zodorov.ru/dokladchik-bugaj-nataliya-georgievna.html>

### **Многофункциональное дидактическое пособие для формирования лексико-грамматической стороны речи «Умные липучки»**

Винокурова Е.А., учитель-логопед

МБДОУ «Детский сад №8 комбинированного вида «Дюймовочка» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Речь, построенная в соответствии с действующими в языке грамматическими нормами, служит надежным средством общения и познания окружающей жизни. Владение лексико-грамматическим строем языка – обязательное условие формирования полноценного речевого общения, подобно тому, как познание объективных признаков предметов многообразных отношений между ними – необходимое условие правильного пользования этими предметами. Развитие лексико-грамматической стороны речи у детей старшего дошкольного возраста – одна из основных задач обучения и воспитания. «...что не только интеллектуальное развитие ребенка, но и формирование его характера, эмоций, личности в целом находится в непосредственной зависимости от речи» писал Л.С. Выготский.

В соответствии с новыми ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. Для успешной коррекции речевых нарушений, обогащения и совершенствования речи детей, стараюсь создать благоприятную оптимальную коррекционно-развивающую среду в логопедическом кабинете. Данное многофункциональное логопедическое пособие «Умные липучки» очень мобильно, находится в доступном для детей месте.

**Цель данного пособия** – повысить эффективность логопедической работы в формировании лексико-грамматических категорий у детей с общим недоразвитием речи.

**Задачи:**

1. Расширить активный словарный запас детей.

2. Закрепить навыки употребления в речи грамматических категорий:

- образование имен существительных с уменьшительно-ласкательным и увеличительным значением;
- образование относительных прилагательных;
- образование притяжательных прилагательных;
- согласование имен существительных и имен прилагательных в роде, числе, падеже;
- подбор антонимов (имен существительных, глаголов, имен прилагательных).

3. Стимулировать у детей познавательный интерес к родному языку.

Пособие адресовано логопедам, воспитателям логопедических и физиологических групп, а также родителям, которые заинтересованы в развитии у детей грамотной речи. Дидактические игры данного пособия могут использоваться педагогами, как на фронтальных, подгрупповых, так и на индивидуальных занятиях с детьми.

В пособия входят игры:

Веселая ферма.

Веселый сад.

Времена года.

Цвета.

Органы человека.

Составь портрет. Создай настроение!

Так же, к играм прилагаются раскраски на данную тему, что поможет ребенку закрепить новые знания.

Литература:

- 1.Александрова Т.В. Практические задания по формированию грамматического строя у дошкольников: Пособие для логопедов и воспитателей. - СПб.: Детство-пресс, 2007. - 48 с.
- 2.Жукова Н.С. и др. Логопедия. Преодоление общего недоразвития речи у дошкольников. - Екатеринбург: изд-во ЛИТУР, 2009. - 321 с.
- 3.Ястребова А.В., Лазаренко О.И. Комплекс занятий по формированию у детей 5 лет речемыслительной деятельности и культуры устной речи. - М., 2011. - 233 с.

### **Игры с песком как способ гармонизации эмоционального состояния дошкольников**

Березина Н.В., воспитатель МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №28»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

*В одном мгновении видеть вечность,  
Огромный мир - в зерне песка,  
В единой горсти - бесконечность  
И небо - в чашечке цветка.  
(Уильям Блейк)*

В настоящее время в соответствии с федеральным государственным стандартом, образование ставит перед собой такие задачи как: социализация, духовно-нравственное развитие и воспитание детей. Именно поэтому психолого-педагогическое сопровождение должно реализовывать программы преодоления трудностей обучения, нарушений эмоционально-волевой сферы, проблем взаимоотношений со сверстниками, педагогами, родителями.

Эмоциональные проблемы у детей проявляются в форме реакций агрессии, тревоги, страха, депрессии.

Следует уделять особое внимание проблемам, лежащим в основе агрессивных реакций, - чувству, что тебя не любят, унижительному ощущению собственной незначительности, отвращению к самому себе.

Страх как эмоциональная реакция появляется при реальных событиях, тревога сопровождает ожидание данных событий. Тревога, страх возникают у личности на ранних этапах развития и вначале не поддаются четкому разграничению. Их проявления становятся более сложными по мере взросления.

Депрессивная реакция, которая включает чувство печали, одиночества, волнения может проявляться при психотравмирующей ситуации и рассматриваться как отклонение в пределах нормы.

Признаки депрессии у маленьких детей от года до 3-4 лет могут включать задержку или утрату возрастных достижений, таких как приучение к опрятности, правильный режим сна, интеллектуальный рост. У них появляется печальное выражение лица, они отводят глаза при близком контакте. Отмечается самоповреждающее поведение, например, они могут ударяться обо что-то головой, кусать, бить себя, а также самоуспокаивающее поведение, например, раскачивание или сосание пальца. Требуемое поведение может чередоваться с апатией и безразличием. Депрессия в возрасте 6-8 проявляется в форме раздражения, вялости, печального вида у ребёнка. Также отмечаются неопределённые соматические жалобы, проблемы со сном, ночные кошмары и намерения причинить себе вред.

Помочь в решении всех этих проблем могут игры с песком. Пескотерапия - одна из разновидностей арт-терапии. Метод пескотерапии предложил К. Г. Юнг. Теория Юнга построена на том, что каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного.

#### **Эффект песочной терапии:**

позитивное влияние на эмоциональное состояние детей;

динамика в развитии:

образного мышления;

тактильной чувствительности;

зрительно-моторной координации;

ориентировки в пространстве;

сенсомоторного восприятия.

Игра с песком - это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное - он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо.

Наблюдения психологов показывают, что именно первые совместные игры детей в песочнице могут наглядно показать родителям особенности поведения и развития их детей. Родители видят, что ребенок становится излишне агрессивным или робким в общении со сверстниками - это может стать поводом для размышлений о системе воспитания.

Этот вид терапии используют при замкнутости, необщительности, фобиях, сильнейших эмоциональных перегрузках (например, неизлечимая болезнь, сильнейшая психотравма и т. д.).

Пескотерапию можно использовать в индивидуальной и групповой работе.

Рисование песком на световом стекле является одним из видов пескотерапии.

Существует несколько версий появления искусства рисования песком. Есть легенда, о том, что художник-индеец, имя которого неизвестно, обнаружил, что рисовать можно не только краской на бумаге, но и песком на стекле.

Между тем, рисование песком по стеклу изобрели около тридцати лет назад. Изобретательницей обычно называют канадскую художницу-аниматора Кэролайн Лиф. В 1976 году она выпустила

мультфильм «Сова женится на гусыне. Эскимосская легенда», в котором с помощью песка сумела изобразить даже ледяную пустыню. Впрочем, некоторые утверждают, что технологию песочного рисунка применяли двумя десятками лет раньше швейцарские аниматоры супруги Эрнест и Жизель Ансорг. Называется также имя венгерского мультипликатора Ференца Чако, который раскрыл шоу-потенциал жанра, выйдя однажды со своим профессиональным столом к публике.

Таким образом, в 70-е годы XX века появился новый вид искусства, который получил наименование пескография или sand-art.

Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому можно использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира.

Песок является и замечательным сенсорным материалом, и непревзойдённой по своим возможностям предметно-игровой средой, и великолепным материалом для изобразительной деятельности, экспериментирования, конструирования.

Выводы:

1. Искусство рисования песком – простое и недорогое увлечение.
2. Для детей песок очень полезный материал для развития.
3. Работа с песком позволяет развивать мелкую моторику рук и интеллект.
4. Благоприятно влияет на эмоциональное состояние детей и младших подростков
5. Выполнение творческих работ из песка воспитывает умение общаться в совместной деятельности.
6. Методы песочной игротерапии благотворно влияют на здоровье детей с ограниченными возможностями, создавая атмосферу радости и удовольствия.
7. С помощью песка можно проигрывать сказки, фантазировать, строить свой мир.

Пескография или sand-art - оригинальный способ самовыражения для людей всех возрастов!

Для всех рисование песком – это полёт фантазии, игра и свобода творчества. А значит, нас тоже ожидают новые интересные открытия о свойствах песка и возможностях его применения.

Литература:

1. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. СПб: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
2. Зейц Мариелла. Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница. – М.: ИНТ, 2010г.
3. Ткаченко Т.А. Развиваем мелкую моторику – М.: Эксмо, 2010. – 64 с.
4. Федеральные государственные стандарты общего образования, 2012 - Режим доступа: URL: <http://минобрнауки.рф/документы/543>. (Дата обращения: 04.05.14)
5. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. 2-е изд. - М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с
6. Электронный ресурс: <http://ahilles-clinic.ru/emotionalAndBehavioralProblems.php> - Эмоциональные и поведенческие проблемы детей и подростков.

### **Дыхательная гимнастика как средство оздоровления детей дошкольного возраста**

Вафина Н.А., воспитатель МБДОУ «Детский сад №5 «Солнышко»  
Алексеевского муниципального района Республики Татарстан

Дошкольный возраст особенно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических



качеств, необходимых для эффективного участия ребёнка в различных формах двигательной активности, что в свою очередь, создаёт условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Неоспоримо, что основная задача детского сада- подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определённые привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог бесстрастно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами нашего детского сада здоровьесберегающих образовательных технологий.

Проблема воспитания здорового ребёнка, стоящая перед нами, была и остаётся наиболее актуальной, и в связи с этим возникает необходимость поисков эффективных путей укрепления здоровья ребёнка, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности.

Наряду с общепринятыми мероприятиями, эффективной профилактикой снижения заболеваемости в ДОУ является дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Эта гимнастика универсальна. Она может быть оздоровительной и развивающей, лечебной и профилактической, восстанавливающей силы и улучшающей настроение. Её можно делать дома и на улице, стоя, сидя, лёжа, всю сразу и по частям. Она не имеет противопоказаний и очень результативна. Для Стрельниковской гимнастики нужен один квадратный метр комнаты и открытая форточка. Через 10 минут после начала занятий появляется совершенно другое самочувствие: бодрость, лёгкость во всём теле, прекрасное настроение. То есть в минимальный срок- максимальный результат. А это и необходимо современному человеку при нашем образе жизни.

Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, улучшает пищеварение. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться с волнением и раздражительностью.

Благодаря дыхательной гимнастике в нашем ДОУ решаются задачи:

- укрепить здоровье детей;
- улучшить речевое дыхание;
- восстановить нормальное физическое дыхание через нос.

Обучив малыша простым и весёлым дыхательным упражнениям, мы делаем неоценимый вклад в его здоровье плюс профилактику ОРВИ.

Дыхательные упражнения нами были включены в комплекс утренней гимнастики, в физминутки во время занятий, на прогулке, после дневного сна. Дети легко осваивают простые упражнения основного комплекса «Ладочки», «Насос». Упражнения выполняют с хорошим настроением и с удовольствием.

Дыхательная гимнастика даёт большой положительный результат в укреплении здоровья детей. Активно включает в работу все части тела (руки, ноги, голову, брюшной пресс, тазобедренный пояс, плечевой пояс), вызывает общую физиологическую реакцию всего организма, возрастает потребление кислорода. Выполняя упражнения, одновременно с коротким шумным вдохом и пассивным выдохом достигается тканевое дыхание, повышается усвояемость кислорода тканями. Эти упражнения раздражают обширную зону рецепторов на слизистой оболочке носа, которая обеспечивает рефлекторную связь полости носа почти со всеми органами. Этим и обеспечивается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

Таким образом, использование дыхательной гимнастики помогает предупредить возникновение простудных заболеваний, повысить общий жизненный тонус, укрепить психофизическое здоровье детей, а значит, и обеспечить полноценное и гармоничное развитие дошкольников.

Литература:

- 1.Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. Школа здоровья.2000.
- 2.Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ; методическое пособие Л.В. Гаврючина. Сфера, 2008.
- 3.Щетинин М.Н. «Дыхательная гимнастика Стрельниковой», Москва,2002.

## **ЗНАЧЕНИЕ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ В ФОРМИРОВАНИИ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ**

Иванцова С.А., инструктор по физической культуре  
МБДОУ «Детский сад присмотра и оздоровления №14 «Подсолнушек»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья и физического развития. Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым. В нашем детском саду созданы все условия для успешного физического развития. Но, тем не менее, с каждым годом увеличивается число детей с нарушением осанки. Наблюдая и изучая эту проблему я убедилась, что родители зачастую не осознают важность этой проблемы. Особенно заметны нарушения, если ребенок много времени проводит за компьютером и в телефоне. Тем не менее, отклонения в осанке не только не эстетичны, но и неблагоприятно сказываются на положении внутренних органов. Сутулая спина затрудняет нормальные движения грудной клетки, слабые брюшные мышцы тоже не способствуют углублению дыхания. Кроме того изменяется стопа ребенка- возникают проблемы с ногами. Нарушения в позвоночнике негативно сказываются на кровоснабжении головного мозга, нередко у детей ухудшается зрение. Поэтому нельзя не обращать внимания на неправильную осанку, неодинаковое положение плеч и лопаток, смещение таза и т. п.

Для предупреждения формирования неправильной осанки в нашем детском саду ведется планомерная работа. Особое место в этой работе занимает корригирующая гимнастика, цель которой укрепление и профилактика нарушений осанки. Два раза в год, осенью и весной, детей старшей и подготовительной групп обследует врач ЛФК. Осенью с целью выявления детей с нарушениями позвоночника, выявленным детям рекомендовано посещение корригирующей гимнастики. Весной отслеживается динамика. Дети старшей и подготовительной групп приглашаются на занятия, которые проводятся 2 раза в неделю. Занятия проходят в музыкально- спортивном зале, утром. Во время проведения занятий используются специальные упражнения проводятся упражнения с элементами стретчинга, йоги. Данные упражнения позволяют растягивать мышцы постепенно, увеличивать нагрузку и настраивать детей на нужный ритм, регулируя дыхание. Дети на таких занятиях учатся рефлексии и саморегуляции.

Структура занятия по корригирующей гимнастике. Длительность занятия 20-25 минут.

Корригирующие упражнения для мышц спины

Корригирующие упражнения для брюшного пресса

Корригирующие упражнения для крупных мышц спины

Корригирующие упражнения для крупных мышц ног

Стретчинг

Элементы Йоги (асаны)

Корригирующие упражнения для стоп

Упражнения на дыхание

Психогимнастика

Релаксация

Работа в данном направлении не возможна без участия родителей. Знакомя родителей с этой проблемой, мы обретаем в их лице союзников, единомышленников. С важностью и результативностью работы, родители знакомятся через выступление на родительских собраниях, через проведение индивидуальных бесед и консультаций по результатам обследования. Присутствуя на мастер-классах по корригирующей гимнастике, родители имеют возможность увидеть особенности проведения упражнений, получить рекомендации. Для лучшего изучения темы я подготовила наглядную информацию в виде папок-ширм, которые содержат полезную информацию. Я организовала и провела акцию по проблеме формирования правильной осанки в домашних условиях. Таким образом, корригирующая гимнастика и совместная работа с родителями по формированию правильной осанки детей имеет положительный результат являясь неотъемлемой частью работы в формировании правильной осанки ребенка.

Литература:

- 1.Е.А. Бабенкова О.М. Федоровская «Игры, которые лечат», М., Сфера, 2009
- 2.М.Ю. Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет»,М., Сфера, 2008
- 3.Ф.Ф.Харисов, «Оздоровление детей в условиях ДОУ», Казань, Школа, 1999
- 4.Т.А. Иванова «Йога для детей» Санкт- Петербург ДЕТСТВО ПРЕСС,2015
- 5.Е.В. Сулим «Игровой стретчинг для дошкольников» М.ПРЕСС, 2015

### **Сохранение и укрепление психологического здоровья детей посредством создания благоприятного микроклимата в группе ДОУ**

Савельева И.Н., старший воспитатель

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Наверное, все без исключения родители хотят видеть своего ребёнка счастливым, улыбающимся, умеющим общаться с окружающими людьми. Не всегда это получается, и задача взрослых – помочь ребёнку разобраться в сложном мире взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Общество начинает всё больше и больше понимать, что основы воспитания закладываются в детстве и сохранение психологического здоровья ребёнка – одно из наиболее важных направлений.

В общении между детьми всё чаще приходится наблюдать проявление таких качеств, как жестокость, нежелание и неумение помочь сверстнику посочувствовать, порадоваться вместе с ним, неумение уступать. Дети проявляют нетерпимость к индивидуальным особенностям друг друга.

Поэтому немаловажные задачи в работе педагога – формирование гуманных межличностных отношений между старшими дошкольниками и установление позитивного микроклимата в группе. Ведь именно здесь дети проводят большую часть времени, а сверстники в группе являются их основным кругом общения.

В связи с этим каждый новый учебный год у нас начинается с определения комфортности в группе, степени удовлетворенности воспитанников в общении со сверстниками. Для этого проводятся наблюдения и социометрическое исследование: графическая методика «**Я в детском саду**» и в комплексе с ней методика «**Два домика**». На основе полученных данных планируется дальнейшая коррекционно-развивающая работа по данной проблеме.

Наибольший эффект в развитии коммуникативной сферы детей достигается поэтапным включением игр и игровых упражнений в непосредственно образовательную деятельность:

Общение без слов - переход к непосредственному общению, что предполагает отказ от привычных для детей вербальных и предметных способов взаимодействия. Общее правило для всех игр — запрещение разговоров между детьми.

Таким образом, можно исключить возникновение ссор, споров, договоров. В каждой игре вводится особый язык условных сигналов, которыми участники могут обмениваться при общении. Так, например, в игре «Жизнь в лесу» в качестве приветствия дети должны тереться друг о друга носами, спрашивая о том, как дела, дети хлопают своей ладонью по ладони другого ребенка, сообщая партнеру, что все хорошо, дети кладут голову ему на плечо. Кроме того, в игры не вводится никаких предметных атрибутов (посуды, игрушек, костюмов).

Внимание к другому - формирование способности видеть сверстника, обращать на него внимание. Многие дети настолько сосредоточены на себе и своем Я, что другие дети становятся лишь фоном их собственной жизни: их интересует не столько сверстник сам по себе, сколько его отношение к ним. Для формирования способности видеть сверстника, можно предложить детям задания, успешное выполнение которых требует пристального внимания к другим детям: их действиям, внешности, мимике, голосу, жестам. Так, например, в игре «Найди своего брата или сестру» дети превращаются в детёнышей животных (котят, щенки, телята). С завязанными или закрытыми глазами по звукам, которые издают детёныши (мяукают, скулят, мычат), дети находят свою пару, брата или сестру.

Согласованность действий - дети должны действовать с максимальной согласованностью. Это требует от них, во-первых, большого внимания к сверстникам и, во-вторых, умения действовать с учетом потребностей, интересов и поведения других детей. В игре «Составные фигуры» используется образ любого животного с которым знаком ребёнок (слон, собака, кошка). Затем выбираются дети, каждый из которых будет изображать какую-нибудь часть тела животного. Когда животное составлено, ему предлагается пройтись по комнате: каждая часть должна соблюдать очерёдность движений. Такая согласованность способствует ориентации на другого, сплочённости действий и возникновению чувства общности.

Общение переживания - переживание общих эмоций. Во многих играх, приведенных выше, детей объединяют не только одинаковые движения, но и общее настроение, общий игровой образ. В игре «Две страны» дети делятся на две подгруппы. Одни – жители грустной страны, другие – жители весёлой страны. Жители весёлого государства должны «заразить» грустных жителей своим весельем и смехом, дети, которые заразятся смехом весёлых жителей, переходят на их сторону и начинают заражать своей радостью тех, кто всё ещё грустит.

Взаимопомощь в игре - требует от детей взаимопомощи, проявления сопереживания. Причем в некоторых ситуациях ребенок может проявить помощь не только в игре, но и в реальной жизни: дети помогают воспитателям покормить обедом младшую группу, одеть маленьких на прогулку. Используют такие игры, как: «Старенькая бабушка», «Живые куклы», «День помощника».

Добрые слова и пожелания - направленные на словесное выражение своего отношения к другому. Задача данного этапа - научить детей видеть и подчеркивать положительные качества и достоинства других детей. Делая сверстнику комплименты, говоря ему свои пожелания, дети не только доставляют ему удовольствие, но и радуются вместе с ним. В игре «Конкурс хвастунов» проводится соревнование, кто лучше всего похвастается, но хвастаться нужно не собой, а своим соседом, найти в нём как можно больше достоинств.

Помощь в совместной деятельности - проводятся игры-занятия, предполагающие различные формы взаимопомощи: дети должны делиться со сверстником, помогать ему в процессе совместной деятельности. Так, например, широко используется игра «Мастер и подмастерья», где, для того чтобы один мастер выиграл у другого, подмастерья должны всячески помогать ему (при аппликации — вырезать необходимые детали, при лепке — разминать пластилин, лепить отдельные детали, при мозаике — подыскивать элементы нужного размера и цвета). Такие формы совместной деятельности способствуют развитию взаимопомощи, способности принимать планы и замыслы другого и радоваться его успеху.

Кроме игр, в своей работе использую некоторые эффективные инновационные методы, приёмы и пособия. Так, например, мною была изготовлена «Подушка настроения». Она представляет собой

сшитую из ткани разных цветов (40x50 см.) подушку. С одной стороны тёмные цвета (серый и чёрный) и вышита грустная пиктограмма. С другой стороны светлые цвета (голубой и розовый) и весёлое изображение. Если у ребёнка, пришедшего ко мне грустное настроение, и он хочет поделиться этим с другими, рассказать, в чём причина или просто хочет, чтоб на него обратили внимание и пожалели, он берёт эту подушку и переворачивает грустным изображением. Тогда, совместно с другими детьми мы в ходе беседы с ним, обсуждаем возникшие проблемы, узнаём причину и пытаемся оказать посильную помощь, чтоб вернуть ребёнку весёлое настроение. Когда к нему возвращается весёлое настроение, ребёнок переворачивает подушку весёлым изображением, и мы вместе со всеми детьми радуемся этому волшебству: водим хороводы, хлопаем в ладоши, кричим «Ура!», поем песни, танцуем.

Так же были изготовлены «Варежки мирилки» (две варежки соединённые между собой длинной полосой). Если я замечая, что у меня на занятии дети поругались или что-то не поделили, мы одеваем одну перчатку на руку одному ребёнку, а вторую на руку другому, а лента делает их одним целым. Дети рассказывают, из-за чего возник конфликт, и мы все вместе пытаемся его урегулировать. В конце ребята произносят «мирилку» и обнимаются.

*Это что за чудеса! Раз рука и два рука!*

*Хватит нам уже сердиться, веселятся все вокруг!*

*Поскорей давай мириться: ты мой друг! И я твой друг!*

*Мы обиды все забудем и дружить как прежде будем!*

Познакомить с основными эмоциями: радость, удивление, грусть, гнев, страх поможет игра «Угадай эмоцию». С её помощью дети учатся распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, интонация). А также при помощи игры в паре «Нарядим кубик» происходит сплочение детей.

Ещё один удобный и эффективный способ создания благоприятного микроклимата в группах это использование мультимедийных презентаций.

Используются такие презентации, как «Классификации чувств», «Тренируем эмоции», «В гостях у сказки». Практика показала, что при условии систематического использования мультимедийных презентаций в сочетании с традиционными методами достигается наибольшая эффективность на диагностических и коррекционно-развивающих занятиях.

И, конечно, в работе по сохранению и укреплению психологического здоровья не обойтись без взаимодействия с родителями. С ними проводятся индивидуальные беседы и консультации: «Что делать, если ребёнок говорит грубые слова?», родительские собрания: «Ох уж эти ссоры, или немного о детской конфликтности», совместные досуги: «Вместе с мамой, вместе с папой».

Такая система работы даёт хорошие результаты, способствует развитию взаимопомощи, социальных чувств, формированию положительного отношения детей друг к другу.

Подводя итоги, можно сделать вывод, что создание общего эмоционально-позитивного микроклимата в группе оказывает влияние на формирование нравственных качеств личности ребёнка, тем самым сохраняется и укрепляется психологическое здоровье детей.

Литература:

- 1.Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2014. Т. 7. №2. С. 21 – 28.
- 2.Грачёва Л.В. Тренинг внутренней свободы. СПб., 2005г.
- 3.Зайцев Г.К. Твоё здоровье. Релаксация психики. СПб., 2009
- 4.Михайлина, М. Ю. Психическое здоровье как основа модернизации системы образования / 2003 года. - СПб., 2013. Т.5.
- 5.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва, 2015.

6. Пахальян, В. Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст - СПб.: Питер, 2016.

7. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. – М. Генезис, 2006.

[http://psiholog1.com/razvivaem\\_s\\_pelenok/superdetki-3-5-let/psihogimnastika-dlya-doshkolnikov-etyudyi-i-uprazhneniya.html#ixzz3pje96Nur](http://psiholog1.com/razvivaem_s_pelenok/superdetki-3-5-let/psihogimnastika-dlya-doshkolnikov-etyudyi-i-uprazhneniya.html#ixzz3pje96Nur)

## **Психологическое здоровье дошкольников. Профилактика и коррекция агрессивного поведения**

Выборнова Е.Л., воспитатель

МБДОУ «Детский сад присмотра и оздоровления детей №14 «Подсолнушек»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

**Цель:** Формирование у сотрудников психологических знаний и навыков, позволяющих им организовать эффективный образовательно-воспитательный процесс по профилактике и коррекции агрессивного поведения дошкольников.

**Задачи:** Создать атмосферу ценностного отношения к теме. Учить анализировать личностные особенности каждого воспитанника, с точки зрения того, какие возможности они открывают в воспитательной деятельности и какие ограничения накладывают. Обучать эффективным приемам снижения конфликтности, агрессивности в детском коллективе. Сплотить коллектив, оптимизировать взаимоотношения между сотрудниками. Развивать желание сотрудничать, решать общие задачи в осуществлении воспитательно-образовательного процесса с воспитанниками.

**Тип мастер-класса:** комбинированный.

**Вид мастер-класса:** изложение теоретического материала, практическая работа.

**Средства:** фоновая музыка, средства ИКТ, демонстрационная презентация, шарики, скотч, фломастеры, вырезные, геометрические фигуры, сухарики, обруч или мел, вареные овощи, апельсин, одноразовые стаканчики и тарелки.

**Структура мастер-класса:**

Организационный момент (1 мин)

Краткое научно-методическое обоснование выбранной темы (2 мин)

Выбор фокус группы (1 мин)

Игры - упражнения (9 мин)

Анализ результатов и расшифровка деятельности (1 мин)

Рефлексия (1 мин)

**Ход мастер - класса:**

### **1. Организационный момент**

**Ведущий:** Здравствуйте, уважаемые коллеги! Я рада видеть вас и хочу поделиться с вами своим опытом работы по профилактике и коррекции агрессии у детей. Вам интересна эта тема? Свое выступление хочу начать со слов американского профессора Росса Кэмбелла.

«Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает, а не излучает любовь. Если ему дать любовь, он возвращает ее. Если ничего не дать, ничего в ответ и не получишь» Вы согласны с этим утверждением?

### **2. Краткое научно-методическое обоснование выбранной темы**

**Ведущий:** Все чаще и чаще можно услышать сегодня фразы: «Какой агрессивный ребенок! Откуда в нем столько агрессии?» Чтобы разобраться в этом, для начала важно знать, что агрессивность является нарушением поведения ребенка, а не симптомом психического заболевания.

Эмоциональная основа агрессии – гнев.

Агрессия (гнев) присуща в той или иной мере каждому человеку, но правильные способы реагирования на различные ситуации, т.е - социализация агрессии присутствует не у всех.

На примере этого кувшина рассмотрим, как возникают такие негативные чувства и эмоции у человека как гнев, злоба, агрессия.



«Кувшин эмоций». Из него выплёскиваются гнев, злоба, агрессия.

Ребёнок агрессивный, злой. — Это возникло не само по себе. Смотрим ниже — на горлышко кувшина: там боль, обида, страх. Вот причины. Откуда они взялись? Опускаемся ниже: мы видим потребности ребёнка — в любви и внимании, ласке, успехе, одобрении, познании, уважении, свободе... Если их нет, возникают боль, обида, страх, ребёнок может чувствовать себя изгоем, может замкнуться, не имеет мотивации учиться, протестует и бунтует...

На самом дне кувшина – базисные отношения родителей с ребёнком, которые формируют его самооценку. То, что он хороший, что он любим, что у него всё получится – зависит от родителей. Каким образом? Безусловно, любить и принимать своего ребёнка надо не за красивые глазки или хороший поступок. Любить — всегда, несмотря ни на что.

**Наша задача, задача педагога:** вовремя заметить первые изменения в поведении ребенка, научить способам саморегуляции, способствовать снижению уровня агрессии, позитивному взаимодействию с окружающими.

### 3.Выбор фокус группы.

**Ведущий:** Быть воспитателем в современных условиях сложно и ответственно, так как нужны не только всесторонние знания, опыт, но и огромное терпение, постоянно находиться в творческом поиске, вносить в работу что-то новое. Вашему вниманию, предлагаю интересный тест, который поможет определить личностные особенности и профессиональные способности каждого из вас.

**Итак, посмотрите на это изображение и запомните изображение, которое вы увидели первым.**



Итак, кто увидел цыпленка?

-Если вы видите цыпленка, это означает, что вам легко удастся сосредоточиться на мелких деталях. У вас очень хорошо развито чувство наблюдательности, и вам нравятся различные технические вещи. **Вы умеете сосредотачивать свое внимание на интересной информации и любите наблюдать за коллегами.**

Кто увидел силуэт женщины?

-Если же вы видите силуэт женщины с красными губами – вам, напротив, трудно сосредоточиться на чем-то одном в течение длительного времени. Вы творческий увлекающийся человек, который хочет все попробовать. Вы любите творить, пробовать новое и делаете это с большим увлечением.

Кто увидел мужчину?

**Это самый редкий случай: если вы видите лицо мужчины - значит, вы гений.** Мы можем, в любой момент обратиться к вам за помощью.

Итак, я приглашаю творческих, увлеченных коллег, тех, кто любит творить, исследовать новое и интересное. Это те, кто увидел силуэт женщины. Приглашаю, вас занять места **(Садятся полукругом на стульчики)**

Остальные коллеги – вы как никто другой – умеете сосредотачивать внимание, предлагаю быть очень внимательными, активными и наблюдательными.

**Ведущий:** Уважаемые участники фокус группы. На столах для вас карточки с описанием игр. Предлагаю внимательно изучить инструкцию, а затем обыграть игру. Первая игра, «Скульптура» т.к. она занимает много времени по выполнению. **(Фокус группа готовит практическую часть)** Остальные игры по указанию ведущего фокус группа обыгрывает.

### **3. Практическая часть - игры и упражнения**

#### **-Упражнение «Скульптура»**

Материалы: воздушные шары разной формы, нитки, скотч, ножницы, тесьма, цветная бумага,

Цель: Содействие осознанию своей агрессии.

В каждом из нас живет агрессия, в этом нет ничего страшного, просто нам нужно уметь ей управлять и вовремя ее остановить и избавиться....

Участники объединяются в группы, получают воздушные шары, нитки и другие материалы создаёт из воздушных шаров агрессивного существа.

**После завершения работы ведущий задает вопросы:**

Что вы сейчас чувствуете?

Что делает монстра монстром и можно ли справиться с ним? Какими способами?



Бывает ли у вас такое ощущение, что у вас внутри живёт монстр? Как с ним можно справиться?

А что будет, если внутренний монстр победит вас, а не вы его?

**Ведущий:** Следующая игра- упражнение «Хрустящий Барабек» Цель: Снижение вербальной агрессии

Материалы: любые сухарики на каждого участника по 1-2 шт.

**Ведущий:** Очень многие продукты при употреблении «звучат». Хрустящий звук сухарей для многих является раздражающим. Мы, используя сухари, попробуем создать ритм. Для этого разделимся на пары. Каждая пара принимает решение, какой ритм она с помощью звука съедаемых сухарей будет создавать, затем по команде ведущего начинается ритмичный хруст – поедание сухарей (1-2 мин). Можно также поговорить в паре друг с другом на языке хруста сухарей: покричите друг на друга, пошепчите, договоритесь о чём-нибудь, признайтесь в любви и др.

**Ведущий:** Психотехническое упражнение: «Остров счастья»

Цель: Оптимизация позитивного общения, сплочение группы.

Материал: Цветной мел.

**Ведущий:** на полу я очерчиваю небольшой круг (размер круга должен быть такого размера, чтобы вся группа, применяя смекалку, смогла уместиться в нём). **Ведущий:** Это светлый остров дружбы, счастья, успеха. Задача всех участников, разместиться в нём.

**Ведущий:** Приятно ли вам, то, что уместились все участники, что у вас на душе от того, что вы находитесь на этом острове? Спасибо, вам за активность.

#### **4. Моделирование. Самостоятельная работа участников мастер-класса по разработке собственных моделей в режиме работы ведущего,**

**Ведущий:** Итак, пока фокус группа работает над вопросом - профилактика и коррекция агрессии. Мы с вами познакомимся с тестами, которые помогут, выявить наличие агрессии, ее направленности и интенсивности у детей. Методика «Кактус» (автор – М.А.Панфилова) Применять ее можно: с детьми старше 3-х лет (младший, средний и старший дошкольный возраст). Вот несколько из них, предлагаю сделать диагностику на себе, а за тем применить с детьми.

**Ведущий:** «На листе бумаги нарисуй кактус, такой, какой ты его себе представляешь!»

По завершении рисования с ребенком проводится беседа.

Беседа:

Кактус домашний или дикий?

Его можно потрогать?

Кактусу нравится, когда за ним ухаживают?

У кактуса есть соседи?

Какие растения его соседи?

Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

**Интерпретация:**

- Агрессия: наличие иголок, иголки длинные, сильно торчат и близко расположены.
- Импульсивность: отрывистые линии, сильный нажим.
- Эгоцентризм: крупный рисунок, в центре листа.
- Зависимость, неуверенность: маленькие рисунок внизу листа.
- Демонстративность, открытость: наличие выступающих отростков, необычность форм.
- Скрытность, осторожность: расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
- Оптимизм: использование ярких цветов.
- Тревога: использование темных цветов, внутренней штриховки, прерывистые линии.
- Женственность: наличие украшения, цветов, мягких линий, форм.
- Экстравертированность: наличие других кактусов, цветов.
- Интровертированность: изображен только один кактус.
- Стремление к домашней защите: наличие цветочного горшка.

- Стремление к одиночеству: изображен дикорастущий кактус.  
Следующий тест, он также прост, в применении «**Нарисуй, дерево**»  
**Ведущий предлагает нарисовать дерево, в ходе может задавать вопросы.**

Что это за дерево?

Где в действительности находится это дерево?

Каков приблизительный возраст этого дерева?

Это дерево живое?

Что именно на рисунке подтверждает, что дерево живое?

Нет ли у дерева какой-то мертвой части? Если есть, то какая именно?

Отчего погибло дерево (если мертвое)?

Это дерево одинокое или рядом есть другие?

Как ты думаешь, какая погода на этом рисунке?

Есть ли на рисунке ветер?

Покажи, в какую сторону дует ветер?

О чем заставляет тебя думать это дерево?

О чем оно тебе напоминает?

Это дерево здоровое?

Это дерево сильное?

Если бы ты решил нарисовать солнце, куда бы ты его поместил?

Кого тебе напоминает это дерево? Почему?

В чем больше всего нуждается это дерево?

**Интерпретация:** Крупное, очень большое дерево - агрессия. Очень маленькое дерево - низкая самооценка. Ребенок отказывается изображать более тщательно крону - враждебность. Рубцы на теле дерева, сломанные, поникшие или мертвые ветви - душевная травма. Мертвое дерево - чувство неполноценности, неприспособленности, несостоятельности, бесполезности, вины. Поврежденные ветви - травмирующие воздействия окружающей среды. Мертвая корневая система - внутриличностная дисгармония.

**Ведущий:** Надеюсь, этот материал пригодится вам в работе. С помощью этих тестов, можно вовремя увидеть отклонения в поведении детей и вести работу по коррекции и профилактике агрессивного поведения у дошкольников.

### **5. Анализ результатов и расшифровка деятельности**

А теперь вновь обратимся к нашей фокус группе – она завершила свою работу, которая прорекламирует и познакомит с играми и упражнениями, которые можно применять для коррекции агрессии детей. **(Практическая часть)**

### **6. Рефлексия**

Я хочу, чтобы вы, отметили и дали оценку моей работы. Для этого вам необходимо выбрать мне место на «лесенке успеха» *нижняя ступенька* - у меня ничего не получилось; *средняя ступенька* - у меня были проблемы; *верхняя ступенька* - мне всё удалось.



**7. Дискуссия по результатам совместной деятельности участников мастер класса и ведущего**, хотелось бы, чтобы вы, высказали свое мнение, озвучили пожелание.

В заключение мастер-класса выполним упражнение «Горящая свеча» **Ведущий:** Образует теплый круг, встаем близко друг к другу, касаясь плечиками, мысленно кладем в левую руку все то, с чем пришли сегодня, свой багаж знаний, настроения, мыслей, опыта, а на правую руку – то, что получили на этом мастер-классе нового. И, передавая, по кругу свечу, пожелаем, друг другу только хорошего...

**Ведущий:** Спасибо всем за активную работу! От души желаю приятного, успешного и хорошего дня. Пусть он будет плодотворным и насыщенным. Пусть удастся воплотить все планы и желания. Пусть этот день принесет только радость, удачу и добрые эмоции.

**Ведущий** в конце беру свечу - «Пусть вашей жизни было поменьше конфликтов, а если они возникали, затухали как эта свеча» (тушит свечу).

Литература:

1. Баркан А.И. Его величество ребенок, какой он есть: учебник / А.И. Баркан - Москва: Столетие, 1996. - 368 с.
2. Практические семинары для педагогов. Вып.2. Психологическая компетентность воспитателей/авт.-сост. С.В. Терпигорьева. - Волгоград: Учитель, 2011. - 143 с.
3. Сазонова Н.П., Новикова Н.В. Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и семье.: Уч.-метод. пособие. - СПб.: Изд-во «Детство - пресс», 2010.-128 с.
4. Смыш В.П. Моя профессия - воспитатель детского сада/В.П.Смыш.-М.: Просвещение, 1989.

### **Sandplay- эффективный метод гармонизации внутреннего эмоционального состояния ребенка**

Захарова Н.В., воспитатель МАДОУ «Детский сад № 20 «Мозаика»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

### **КОНСПЕКТ Мастер-класса для педагогов**

**Цель:** повышение компетентности педагогов в вопросах использования современных образовательных технологий, способствующих гармонизации внутреннего эмоционального состояния дошкольников.

**Задачи:**

- 1) расширить знания педагогов по вопросам внедрения инновационной технологии развития личности ребенка дошкольного возраста;
- 2) раскрыть значение метода sandplay («песочная игра»);
- 3) познакомить с методикой проведения сеансов;

- 4) познакомить педагогов с принципами, задачами технологии с целью повышения их профессиональной компетентности.
- 5) поделиться личным опытом работы по формированию у дошкольников уверенности в себе и стойкой самооценки;
- 6) распространить педагогический опыт по применению инновационного метода.

**Ожидаемые результаты.** Формирование понимания о важности применения данного метода несложных произвольных манипуляций с очищенным и мелким песком, различными фигурками, небольшими предметами, как эффективного средства гармонизации внутреннего эмоционального состояния ребенка, развития у него мелкой моторики; стимулирования кровообращения в головном мозге, ускоряющего умственные процессы и нормализующего психологические реакции, а также формирования уверенности в себе.

Ход мастер – класса:

Вступление: Здравствуйте уважаемые коллеги, хочу начать своё выступление с цитаты русского педагога Ушинского Константина Дмитриевича: «Самая лучшая игрушка для детей - это кучка песка».

Сегодня, в тревожное, нестабильное время, в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание использованию различных современных здоровьесберегающих методов и технологий с целью развития полноценной личности ребенка.

На протяжении ряда лет меня интересует тема использования игр с песком как эффективного средства развития у детей тактильной чувствительности, мелкой моторики рук, наглядно-образного, познавательного – речевого и креативного мышления, коммуникативных способностей и т.д. Цель использования таких игр в работе с детьми – это развить в ребёнке, в первую очередь, принятие собственного «я», научить доверять и любить себя. Своими наработками хочу поделиться сегодня с вами.

Напомню, что сегодня очень популярен метод sandplay, что в переводе с английского означает «песочная игра». Основоположителем теоретической базы игр с песком традиционно считается Карл Юнг, швейцарский психиатр и педагог.

Игры с песком особенно актуальны для детей дошкольного возраста, ведь маленькие дети чаще затрудняются в выражении своих мыслей из-за нарушений речевого развития, бедности представлений.

Данный метод, на мой взгляд, уникален, так как в процессе участвуют практически все виды органов-анализаторов, а также задействованы все области развития детей.

Существует определённая классификация игр с песком.

Технологии sandplay для детей – это игра, полет детской фантазии, творческий процесс. Здесь нет строгих правил в определении техник, а потому нет и поводов для расстройства малыша – все, что он делает, правильно и необходимо.

В своей практике я использую различные виды работы с песком.

Заниматься рисованием на песке могут дети разного возраста, даже совсем маленькие.

Рисование песком развивает:

- мелкую моторику,
- улучшает память и пластику движений,
- активизирует работу мозга,
- борьба со стрессом.

Это тот самый метод, благодаря которому ребенок из песка и небольших фигурок строит свой индивидуальный и неповторимый мир в миниатюре.

Уважаемые коллеги! Назовите, пожалуйста, игровое оборудование, которое может быть использовано для игр детей с песком. Конечно это ведёрки, совочки, ситечки, формочки. Приглашаю

вас занять соответствующие места за столами студии Sandplay и предлагаю вам выполнить задания по карточкам.

Уважаемая аудитория! Каждая игровая встреча с детьми имеет свой алгоритм, который я хочу вам продемонстрировать.

Первая часть – **подготовительная** - это приветствие. С целью настроить детей на положительные эмоции, ввести в игровую деятельность.

Приготовьте свои руки и повторите движения в соответствии с текстом вместе со мной:

Здравствуй солнышко!

Здравствуй облачко!

Здравствуй ветерок!

Здравствуй мой дружок!

Здравствуй мой песок!

Следующая - **вводная** часть, предполагает проведение игровых упражнений для развития мелкой моторики, координации, ориентировки в пространстве, подготовки руки к рисованию, активизации работы всех мыслительных процессов головного мозга. Использую нейродинамические упражнения, как или любые пальчиковые игры.

И первое упражнение - "Симметричные рисунки" Нарисуйте в воздухе обеими руками одновременно симметричные рисунки: цветок, ель, бабочку. А теперь синхронно нарисуйте два круга, два квадрата, две разные фигуры – круг и квадрат.

Следующее упражнение - "Ухо - нос" Возьмитесь левой рукой за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпуская ухо и нос, хлопает в ладоши, меняет положение рук "с точностью до наоборот".

И последнее упражнение - "Выполни на оборот" Я начинаю выполнять какое-нибудь движение, а вы его повторяете в противоположную сторону. Поднимите руки вверх и вниз. Сгибайте и разгибайте кулачки. Соедините поочередно пальцы.

### **Работа с фокус – группой.**

Этап подготовки завершён, пора переходить к **основной** части игрового занятия, когда непосредственно ребенок действует с песком по теме, решая основные игровые задачи.

Тематика игр и упражнений самая разнообразная. Участники фокус-группы оценят некоторые игры данной методики.

1 задание. Игра «Одновременно». Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно повышается эффективность работы мозга (биполярное рисование одновременно двумя руками).

2 фокус-группа группа. Игра «Художник» (работа в парах).

3 подгруппа. Игра «Пальчиковые ходы» (мотивационные игры).

4 подгруппа. Игра «Рисование истории на песке» (песочная анимация). Оцените игры, какие задачи по вашему мнению, могут решать?

Спасибо за работу. Занимайте свои места.

Вывод: методика sandplay включает в себя различные направления игр и упражнений, с различными вариантами выполнения заданий, что не ограничивает детей в выборе.

И последняя, заключительная часть игровой встречи с детьми – это анализ детской деятельности и ритуал прощания с песком.

До свиданья мой дружок.

До свидания мой песок.

Будешь многому учить,

Будем мы с тобой дружить.

Таким образом, метод sandplay или песочная игра - это самый органичный для ребенка способ выразить свои переживания, исследовать мир, развиваться в различных аспектах, выстраивать отношения, почувствовать свою востребованность, повысить самооценку.

Именно этот метод позволяет сделать личность созидающей, размышляющей, изобретательной, творческой, креативной, что соответствует новым требованиям ФГОС ДО.

Литература:

1. Борба Мишель. Нет плохому поведению: 38 моделей проблемного поведения ребенка и как с ним бороться: Пер. С англ. – М.: Изд. Дом «Вильямс», 2006. – 320с.
2. Барина Н.Б. Песок – вода – ладошки. //Ребенок в детском саду. – 2010. - №2. – с. 2
3. Бережная Н. Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей дошкольного возраста. //Дошкольная педагогика. – 2007. - №1. – с. 50
4. Грабенко Т. М. Игры с песком, или песочная терапия. //Дошкольная педагогика. – 2004. - №5. – с. 26
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке». Практикум по песочной терапии Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко.- СПб. Изд. «Речь», 2007г.
6. Н.В. Козуб, Э.И.Осипук «В гостях у песочной Феи». Организация педагогической песочницы и игр. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольного учреждения. СПб. Изд. «Речь», М. «Сфера» 2011г- 61с.

### **Ментальные карты о правилах ЗОЖ как элемент развития ассоциативного мышления у дошкольников**

Софронова Е.А., воспитатель МБДОУ «Детский сад № 21»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Вы помните, в каком виде нам задавали изучать информацию в школе? Книги с листами сплошного текста, логические списки и пошаговые алгоритмы действий должны были помочь нам приобрести новые знания, но не вызывали особого энтузиазма. Сложные предметы приходилось заучивать. Длинные простыни текста никак не хотели уместиться в голове. Все буквы, слова и абзацы сливались воедино, и взгляду не было за что зацепиться.

Хотя линейная запись информации в виде сплошного текста с логичной разметкой и замечательно подходит для написания литературы и составления всякого рода списков, это не самый лучший инструмент для наглядного структурирования информации и развития креативного мышления. И вот тут нам и нашим детям помогут ментальные карты.

**Ментальные карты** – это чудесный инструмент для визуализации практически любой информации. Принцип построения карты схож с формой нашего мышления и основан на ассоциативных связях между объектами и принципе естественной иерархии.

Таким образом, вся информация станет не только наглядной и понятной, но её также будет легко запомнить. Ментальные карты могут стать мощным инструментом для того, чтобы привить ребенку привычку ставить цели и планировать свое время. Вместо списка ежедневных дел и обязанностей, ребенок может оформить свои планы в забавную интеллект-карту.

**Цель работы с ментальными картами:** сделать процесс усвоения информации более понятным и наглядным, задействуя при этом развитие всех психических процессов, активизацию различных анализаторов, творческого и интеллектуального потенциала каждого ребенка.

Как правило, дети очень легко учатся работать с ментальными картами, а само создание интеллект-карт становится для них увлекательной игрой.

Автором-изобретателем интеллект-карт является Тони Бьюзен, известный деятель в области психологии обучения и развития интеллекта.

### **Что они из себя представляют?**

**Интеллект-карта** — это особый вид записи материалов в виде радиантной структуры, то есть структуры, исходящей от центра к краям, постепенно разветвляющейся на более мелкие части. Интеллект-карты могут заменить традиционный текст, таблицы, графики и схемы.

Почему запись в виде интеллект-карты удобнее и полезнее?

Все дело в особенностях нашего мышления. Наше мышление НЕ организовано как текст, линейно. Оно имеет именно такую структуру: ветвящуюся, каждое понятие в нашей голове связано с другими понятиями, эти другие понятия связаны с третьими и так далее до бесконечности. Такая организация материала называется многомерной, радиантной. Именно такая структура наиболее органично отражает наше реальное мышление.

Точно также на физическом уровне соединяются нейроны в нашем мозгу: каждый нейрон опутывает сеть дендритов других нейронов, от одного нейрона по цепям связей мы можем перейти к другому нейрону.

**Интеллект-карта** наиболее адекватно отражает наше реальное многомерное радиантное мышление. Именно поэтому она более удобна в использовании по сравнению с обычным текстом. Интеллект-карты позволяют более качественно отобразить структуру материала, смысловые и иерархические связи, показать, какие существуют отношения между составными частями.

Благодаря своей структуре интеллект-карты позволяют раскрывать интеллектуальный потенциал. А достигается это за счет правильно организации и за счет работы обоих полушарий мозга. Ведь в подобной ветвящейся структуре работает как правое, так и левое полушарие мозга.

### **Создание: как составить интеллект-карту? Алгоритм составления:**

1. Возьмите неразлинованный лист бумаги, расположите его альбомно, то есть горизонтально. Именно такое расположение наиболее комфортно для изображения радиантной структуры при составлении интеллект-карт.
2. Возьмите несколько цветных карандашей, фломастеров, минимум три-четыре цвета. Использование цветов позволяет разделить информацию на блоки или ранжировать по важности. Все это облегчает восприятие информации, улучшает качество запоминания за счет сохранения визуальной картинки и активного подключения правого полушария.
3. Напишите крупно и объемно в самом центре основную тему. Желательно использовать крупные буквы, а также изобразить схематично или рисунком главную идею карты. Рисунки и графика еще больше подключают ресурсы правого полушария, что способствует быстрому запоминанию составленной интеллект-карты.
4. От центра сделайте несколько ветвей, каждую из них обозначите ключевым словом. Ветви, расположенные вокруг центральной темы, будут наиболее крупные, затем по мере ветвления, ветви будут уменьшаться.
5. Продолжайте ветвление крупных идей на более мелкие, пока это Вам необходимо. Каждое понятие имеет ассоциативные связи с другими понятиями. Включайте процесс ассоциативного мышления. Тогда Ваша карта начнет быстро расти.

### **Какие основные правила составления интеллект-карт?**

- используйте радиантную структуру (от центра к периферии), отражающую иерархию понятий. Именно эта организация информации дает самый важный эффект интеллект карт — ассоциативность и многомерность;
- пользуйтесь цветами, чтобы выделять главные и второстепенные моменты. Цвет — тоже важен для смысла. Вы можете разделять цветом важное и неважное, более крупные и мелкие идеи, использовать разные цвета для разных сфер или иным образом пользоваться цветами;

- пишите только ключевые слова вместо фраз и предложений. Чем более емким будет Ваше ключевое слово, тем легче Вам будет запомнить всю интеллект-карту и тем проще будет само составление интеллект-карт;
- как можно чаще рисуйте вместо слов (графические формы, пиктограммы, небольшие рисунки, стрелки). Все это повышает качество восприятия и запоминания интеллект-карты обобщенные блоки информации объединяйте либо цветом, либо обводкой, либо легким фоном для лучшего восприятия;
- проявляйте творчество и вырабатывайте свой стиль оформления. Основываясь на правилах, вы можете создать свой особенный стиль интеллект-карт, который станет самым комфортным для Вас.

Интеллект - карта в работе с детьми вводится постепенно и, этот процесс можно поделить на 3 этапа:

### **1 этап. Подготовительный.**

Знакомство детей с интеллект - картой (2 половина старшей группы).

В начале работы дети получают представления о том, что о любом предмете или явлении можно рассказать «картинками».

1 вариант – сначала дети составляют рассказ по схеме интеллект -карты, созданной педагогом.

2 вариант – далее дети с помощью педагога (родителя) составляют интеллект - карты по заданной теме.

Дети по картинкам составляют предложения, которые складываются в рассказ.

### **2 этап. Основной.**

Использование интеллект - карт для обобщения знаний по теме комплексно-тематического плана (1 половина подготовительной группы).

Это сбор информации, осуществляется, через:

самостоятельную деятельность;

совместную деятельность;

при взаимодействии с семьёй.

После этого начинаем заполнять интеллект - карту (для детей – «рисовать рассказ») в соответствии с законами её построения в следующей последовательности:

в центре листа, расположенного горизонтально, красочно изображаем объект; в стороны от него, как лучи от Солнца, рисуем стрелки, количество которых равно количеству ключевых слов или ключевых фраз. Каждая стрелка соответствует цвету ключевого слова или ключевой фразы. На каждую стрелку поместили ключевое слово или ключевую фразу.

К каждому ключевому слову или фразе добавили ответвления по количеству слов-рисунков.

Зрительно отделяем друг от друга цветными блоками смысловые группы.

### **3 этап. Заключительный.** Планирование своей деятельности и осуществление самоконтроля

(2 половина подготовительной группы):

1 вариант. Составление интеллект карты в начале изучения темы, для определения знаний детей по данной теме.

2 вариант. Составление интеллект карты в конце изучения темы, чтобы понять чему научились дети по данной теме.

Работа по использованию метода интеллект - карт в работе с детьми проводится в первой половине дня в процессе ООД, либо совместной деятельности педагога с детьми.

К данной работе активно привлекаются родители.

При организации работы по проекту «Интеллект - карта» мы планировали получить и частично добились следующих результатов: удалось систематизировать и структурировать освоение знаний в процессе совместной деятельности взрослого и ребёнка через создание интеллект – карты; внедрение метода интеллект - карт позволило реализовать индивидуальный подход в обогащении и систематизации полученных знаний, раскрыть детям свои способности, развивать у детей навыки



взаимодействия при создании коллективной работы, почувствовать свою успешность; ребёнок может планировать, осуществлять оценку и самооценку своей деятельности.

На наш взгляд проект является достаточно результативным, поэтому эта работа возможно станет одним из направлений деятельности в будущем.

Литература:

1. Афонькина Ю.А. Развитие интегративных качеств дошкольников – «Сфера», 2013г.
2. Бершадский М.Е., Бершадская Е.А. «Метод интеллект-карт как инструмент личностного развития»;
3. Бьюзен Т.и Б. Супермышление/ пер. с англ. Самсонов Е. А.; Худ. обл. Драко М. В. – 2-е изд. – Мн. :ООО «Попурри», 2003. – 304 с.
4. Евдокимова Е.С. Технология проектирования в ДОУ. М. 2006.
5. Интеллект-карта как способ принятия важных решений: электронный ресурс <http://www.iatnlp.ru>
6. Киселёва Л.С., Данилина Т.А, Лагода Т.С. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения. Пособие для руководителей и практических работников ДОУ. М. 2005.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Развитие речевого дыхания дошкольников посредством дидактических игр. Елендеева К.С.....	4
2. Профилактика плоскостопия у детей в условиях дошкольного образовательного учреждения. Трондина Т.Н.....	8
3. Камешки Марблс – разноцветное счастье для детей. Горина И. В.....	10
4. Здоровье-созидающие технологии в образовательном процессе. Храмова А.А.....	16
5. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка. Галанцева М.М., Шайдуллина А.Ф., .....	18
6. Применение физпауз и физкультминуток в развитии физического здоровья детей с 1,5 – 4 лет. Сунгатуллина А.Н., Губайдуллина Л.П. ....	22
7. Воспитание ЗОЖ у дошкольников одно из направлений деятельности семейного клуба «Крепкая семья». Крайнова О.А.....	25
8. Проект «Триада – педагог-ребенок-родитель» (модель психолого-педагогического сопровождения всех участников образовательного процесса). Рясова С.В.....	29
9. «Су-джок терапия, как здоровье сберегающая технология». Давыдова Л.Г., Гайнуллина Л.И.....	34
10. Дидактическое средство развития – Бизиборд. Аверьянова А.А., Тогулева Е.А., Лямзина Д.Э.....	36
11. Использование кинезиологических упражнений как эффективного средства здоровьесберегающих технологий в ДОО. Каргина Н.А.....	38
12. Формирование у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни. Миронова В.И., Сысуева Н.В.....	40
13. Использование игрового стретчинга в работе с детьми дошкольного возраста Сарапкина И.Н., .....	42
14. Проблемы здоровьесбережения в современном детском саду. Минвалеева Г.Д.....	45
15. Профилактика нарушений осанки в детском саду. Сафиуллина Г.Г.....	46
16. Профилактика плоскостопия в детском саду. Тухватуллина В.П.,.....	48
17. Формирование речевого дыхания у детей с нарушением речи через игровую деятельность. Крашенинникова И.В., Спиридонова В.Н.....	51

18. Многофункциональное дидактическое пособие для формирования лексико-грамматической стороны речи «Умные липучки». Винокурова Е.А.....	53
19. Игры с песком как способ гармонизации эмоционального состояния дошкольников. Березина Н.В.....	50
20. Дыхательная гимнастика как средство оздоровления детей дошкольного возраста. Вафина Н.А.....	56
21. ЗНАЧЕНИЕ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ В ФОРМИРОВАНИИ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ. Иванцова С.А.....	58
22. Сохранение и укрепление психологического здоровья детей посредством создания благоприятного микроклимата в группе ДОО. Савельева И.Н.....	59
23. Психологическое здоровье дошкольников. Профилактика и коррекция агрессивного поведения. Выборнова Е.Л.....	62
24. Sandplay - эффективный метод гармонизации внутреннего эмоционального состояния ребенка. Захарова Н.В.....	67
25. Ментальные карты о правилах ЗОЖ как элемент развития ассоциативного мышления у дошкольников. Софронова Е.А.....	70

**Ответственность за точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов**