

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

“ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ БАШКАРМА КОМИТЕТЫНЫҢ МӘГАРИФ ИДАРӘСЕ”
МУНИЦИПАЛЬ КАЗНА УЧРЕЖДЕНИЯСЕ

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

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ
МӘКТӘПКӘЧӘТӘРБИЯ ҺӘМ БЕЛЕМ БИРУ
МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ
“2 НЧЕ НОМЕРЛЫ ГОМУМ ҮСЕШ ТӨРЕНДӨГЕ БАЛАЛАРБАКЧАСЫ “САЛАВАТ КУПЕРЕ”

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ДЕТСТВА В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО

*Сборник материалов
III зональной педагогической конференции
среди педагогов дошкольных образовательных учреждений
7 апреля 2017г.*



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

г. Чистополь – 2017г.

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

“ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ БАШКАРМА КОМИТЕТЫНЫҢ МЭГАРИФ ИДАРӘСЕ”
МУНИЦИПАЛЬ КАЗНА УЧРЕЖДЕНИЯСЕ

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

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ
МӘКТӘПКӘЧӘТӘРБИЯ ҺӘМ БЕЛЕМ БИРУ
МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ
“2 НЧЕ НОМЕРЛЫ ГОМУМ ҮСЕШ ТӨРЕНДӘГЕ БАЛАЛАРБАКЧАСЫ “САЛАВАТ КУПЕРЕ”

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ДЕТСТВА В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО

*Сборник материалов
III зональной педагогической конференции
среди педагогов дошкольных образовательных учреждений
7 апреля 2017г.*

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

г. Чистополь – 2017г.

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. Подъячева

Здоровьесбережение дошкольного детства в контексте реализации ФГОС ДО. Сборник материалов III зональной педагогической конференции среди педагогов дошкольных образовательных учреждений (7 апреля 2017г.) – МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, 2017г. - **129 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 здоровьесформирующих условий в рамках реализации инновационных подходов и новых требований к модернизации образовательных процессов в дошкольном образовательном учреждении (Федеральный государственный образовательный стандарт).

Данные материалы адресованы педагогам дошкольных образовательных учреждений и могут быть использованы в теории и практике работы дошкольных образовательных организаций.

Развитие зрительного восприятия с помощью офтальмотренажёров у детей с частичной потерей зрения

*О.Н. Салеева, Т.А. Шибаршина, воспитатели
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Мы работаем в коррекционных разновозрастных группах для детей с частичной потерей зрения (от 3 до 7 лет), где дети с различными диагнозами такими как: косоглазие, астигматизм, амблиопия, а также с врождённой частичной атрофией зрительного нерва.

Как известно, при нормальном зрении дети уже в дошкольном возрасте воспринимают огромное количество предметов и явлений действительности. Дети с частичной потерей зрения испытывают специфические трудности при восприятии изображений. В связи с нарушением бинокулярного зрения возникают трудности, воспринимать предметы, изображённые в перспективе, их детализацию.

Работая с такими детьми, возникла идея применения гимнастики для глаз с использованием офтальмотренажёров.

Обязательным компонентом коррекционной работы с детьми является зрительная гимнастика. В основном комплексы зрительной гимнастики основаны на авторских методиках Э.С. Аветисова, В.Ф. Базарного и др.

В наших группах созданы условия для проведения упражнений для глаз:

- зрительные ориентиры,
- офтальмотренажёры (малые и большие),
- картотека зрительной гимнастики.

В работе с детьми мы применяем гимнастику для глаз на офтальмотренажёрах, сделанных своими руками.

Офтальмотренажёры основаны на одном из законов зрения – движении. Когда глаз перемещается, он видит. Если глаз долго и пристально смотрит вблизи, зрение слабеет.

По своим функциям одни офтальмотренажёры предназначены для расслабления глазных мышц а другие - для активного упражнения глазодвигательных мышц и развития прослеживающей функции глаз.

На кончике указки, деревянной палочки прикрепляем яркий предмет, либо предметную картинку. Педагог перемещает указку в заданном направлении, сопровождая движения словами «Посмотрели вверх-вниз, влево-вправо, покружились» и т.д. или стихами.

Правила выполнения упражнений со зрительным ориентиром:

- зрительный ориентир не должен сливаться по цвету с одеждой педагога и окружающей обстановкой,
- зрительный предмет находится чуть выше уровня глаз впереди сидящих или стоящих детей,
- показ предмета осуществляется в медленном темпе,
- ребенок до конца должен проследить глазами движение зрительного ориентира,
- работают глаза, голова неподвижна (!)

К зрительным ориентирам также могут быть изготовлены малые зрительные схемы или офтальмотренажёры для выполнения упражнения. Они могут быть графические и сюжетные. Занимаясь на тренажёрах, дети прослеживают глазами линии различных конфигураций (от прямых линий до спиральных и запутанных).

Ребёнок в назначенных ему очках для видения вдаль становится на расстоянии 25 – 30 см от оконного стекла, на котором на уровне глаз прикреплена круглая метка. Вдали от линии взгляда, он намечает какой-либо предмет для фиксации, затем поочередно переводит взгляд с метки на стекле на этот предмет.

Так как у детей с нарушением зрения слабо развита и мелкая моторика, возникла идея изготовления индивидуального офтальмотренажёра, где ребёнок зрительно прослеживает движения от одной цели до другой, при этом сам передвигает предмет по траектории.

В своей работе мы используем ещё одну разновидность офтальмотренажёров, это интерактивные тренажёры с различной тематикой, которые можно так же изготовить самим. Они легки в применении и очень нравятся детям. Предлагаем вашему вниманию интерактивный тренажёр «Звездочёт», который предназначен для активного упражнения глазодвигательных мышц и развития прослеживающей функции глаз. Главный результат нашей работы - это укрепление здоровья детей и подготовка воспитанников к новой социальной ступени – школьной жизни.

Мастер – класс «Использование интерактивных технологий на теоретических поло – ролевых физкультурных занятиях»

*Н.Г. Сайфутдинова, воспитатель
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Момент вхождения в мастер-класс (введение в тему).

(звучит спортивная музыка, выходят дети, читают стихи).

- Уважаемые коллеги, не случайно я начала свой мастер класс с выступления детей. На данный момент я плодотворно работаю над своей темой самообразования. Мною был составлен практико-ориентированный проект для детей младшего дошкольного возраста «Ловкие ребята, игривые девчата!», который на сегодняшний день радует результатами и достижениями моих воспитанников.

- В его содержание вошло - ежемесячное проведение физкультурных досугов, игр-соревнований, поло-ролевых, тренировочных, сюжетных, а так же теоретических занятий.

- Но сегодня я хочу обратить внимание и поделиться с вами вариативностью использования в своей работе интерактивных технологий, на теоретических поло – ролевых физкультурных занятиях.

Теоретическая часть.

Применение Икт в дошкольном образовании становится все более актуальным. Очень важно организовать процесс обучения так, чтобы ребёнок активно, с увлечением и интересом занимался на занятии. На мой взгляд, наиболее эффективной технологией для детей младшего дошкольного возраста является использование интерактивных игр и интерактивных книг, в нашем случае, лэп буков на данных занятиях.

Практическая часть.

- Предлагаю на практике поупражняться в изготовлении предлагаемых мною интерактивных технологиях. Для этого мне нужно два человека.

Пожалуйста, занимайте свои места.

- Перед вами стоит задача: создать лэп бук из разнообразного предлагаемого вам материала на тему: «Два мира, спорт для мальчиков и девочек». На столе есть всё необходимое, это - карточки, кармашки, заголовки, картинки,

всё это вы можете использовать для оформления лэп бука. Сторона синего цвета спортивная тематика для мальчиков, сторона красного цвета спортивная тематика для девочек. Для примера, я уже начала оформление и ещё предлагаю обратить внимание на готовые лэп буки, которые мы используем в работе по ЗОЖ, тем не менее это наглядный пример, который поможет вам в его изготовлении. Проявляйте свою фантазию и воображение, я уверена, что у вас всё получится.

- У вас есть время, пока я с остальными слушателями поиграю **в интерактивную игру: «Ловкие ребята, игривые девчата».**

- Пришло время с большим любопытством посмотреть и оценить творческую работу наших участников. И так, расскажите о своей проделанной работе, что вы использовали и что получилось. (участники делятся итогом своей работы с коллегами).

- Мне стоит только вас поблагодарить за вашу работу и старание, я думаю, что вы для себя приобрели различные варианты и способы в изготовлении лэп бука. Вам понравилось? Замечательно!

- Уважаемые коллеги, я поделилась с вами вариативностью использования в своей работе интерактивных технологий, на теоретических поло – ролевых физкультурных занятиях. Как вы считаете, эффективно ли их применение в работе по данной теме? (ответы).

- В завершении своего мастер класса хочу пожелать всем крепкого здоровья вам, вашим детям и вашим воспитанникам!

**Индивидуальный здоровьесформирующий проект,
«Пейте в меру вкусный сок и будете здоровы»,
как средство поддержки и развития познавательно-исследовательской
деятельности дошкольника**

*Н.В. Абрамова, воспитатель, Е.Е. Воробьева, старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад № 4» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

С самого рождения ребёнок является первооткрывателем, исследователем того мира, который его окружает. Для него всё впервые: солнце и дождь, страх и радость. Всем хорошо известно, что детей называют «почемучками». Самостоятельно ребёнок не может найти ответ на все интересующие его вопросы – ему помогают педагоги, родители, социум. Метод индивидуального проекта актуален и очень эффективен. Он даёт ребёнку возможность экспериментировать, синтезировать полученные знания. Развивать творческие способности и коммуникативные навыки.

Исследовательская, поисковая активность – естественное состояние ребенка, он настроен на **познание окружающего мира**: малыш рвет бумагу и смотрит, что получится; наблюдает за рыбками в аквариуме, изучает поведение синицы за окном, проводит **опыты** с разными предметами; разбирает игрушки, изучая их устройство. Все это – объекты исследования. Исследовательское поведение для **дошкольника** – главный источник получения представлений о мире. Ребенок **познает мир опытным путем**. Поэтому расширение его **опыта** взаимодействия с окружающим его миром – одна из важных образовательных задач. **Развитие познавательной активности у детей дошкольного возраста** особенно актуально на современном этапе, так как оно **развивает** детскую любознательность, пытливость ума и формирует на их основе устойчивые познавательные интересы через исследовательскую **деятельность**.

Китайская пословица гласит:

«Расскажи – и я забуду,

Покажи – и я запомню,

Дай попробовать – и я пойму».

Усваивается все прочно и надолго тогда, когда ребенок слышит, видит и делает сам. Благодаря **опытам** дети испытывают большую радость, удивление от своих маленьких и больших открытий, которые вызывают у **детей** чувство удовлетворения от проделанной работы.

Одним из условий ФГОС дошкольного образования является поддержка индивидуальности и инициативы детей. Индивидуализация достигается за счет учета уровня развития каждого ребенка и планирования соответствующих видов деятельности, которые гарантировали бы каждому ребенку возможность добиться успеха.

Наблюдая за детьми в группе, я обратила внимание на воспитанницу, которая очень любит сок и активно интересовалась вопросом - как получается сок и в чем же польза его и вред? И мы решили провести исследование, в рамках которого был реализован проект **«Пейте в меру вкусный сок и будете здоровы!»**

Цель проекта: узнать, какими способами получают сок, чем сок полезен для здоровья человека и в чем его вред.

Мы хотели получить ответы на вопросы:

Как появился сок?

Какими способами можно его приготовить? Какой из способов самый удобный?

Чем полезен сок и чем вреден? Что можно приготовить из сока?

Проект реализовался по следующим направлениям:

1. Совместная деятельность с ребенком, в микрогруппе и в группе.

2. Взаимодействие с родителями.

На первом, подготовительном этапе, для пополнения знаний об истории возникновения сока, изучили статьи, книги и другие информационные источники. Из которых узнали, что выжимать сок из фруктов начали за много веков до наших дней. А вот кто придумал сок - до сих пор неизвестно.

На втором этапе в рамках реализации проекта, моя воспитанница вместе с мамой, решили посмотреть своими глазами, на разнообразие соков в магазине. Посетив большое количество магазинов, она убедилась, что в каждом из них на прилавках есть соки различных видов.

На занятиях, в играх и из беседы с медсестрой Алена узнала, что сок может быть не только полезным, но и вредным, если пить его в больших количествах он может нанести вред здоровью.

Мы решили узнать, какими способами можно приготовить сок, и какой способ лучше. Мы предположили, что можно самостоятельно изготовить сок – через марлю, с помощью механической соковыжималки для цитрусовых и с помощью электрической соковыжималки и узнать, как получится быстрее и удобней.

Большой интерес и удивление вызвали опыты по исследованию волшебных свойств сока – «Невидимые чернила» и «Лава-лампа»

Анализ работы в рамках проекта позволяет сделать вывод о том, что данный образовательный проект ориентирован на поддержку и развитие познавательной активности ребенка направлен на его личностное развитие и успешность. Практика показывает, что у отдельных детей происходит яркий расцвет способностей, Им становится «тесно» в детском саду, они готовы сделать первые шаги в мир. Необходимо расширить сферу их деятельности, создать условия для дальнейшего познавательного развития. Главными союзниками и помощниками здесь становятся наши родители, которые «перебрасывают мостик» для ребенка от детского сада в мир познания, где ребенок продолжает совершенствовать свой природный потенциал и делать свои первые открытия. В декабре 2016 года в г. Нижнекамске прошел Республиканский конкурс исследовательских работ и проектов детей старшего дошкольного возраста «Я познаю мир», где наша воспитанница успешно выступила в секции «Бегом к здоровью», заняла призовое место и отмечена дипломом победителя 2 степени

Здоровый ребенок-основа хорошего образования

Е.Н. Беспалова

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №2 «Аленький цветочек»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» (В.А. Сухомлинский).

Актуальность

Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, и в первую очередь на родителей, особую ответственность. Часто знания родителей о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Ценностные ориентации относительно значимости здоровья не актуальны и в этой связи не реализованы в повседневной жизни родителей.

Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

Вышесказанное позволяет сформулировать цель и задачи работы:

Цель: создание единой системы взаимодействия педагогов и родителей в области приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Задачи:

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;
- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;
- создавать условия для благотворного физического развития детей;
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Предполагаемые результаты проекта:

- сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;
- создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;
- активное вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную работу доу;
- использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.

Продолжительность проекта: 7 месяцев (долгосрочный)

Участники проекта: родители, дети

Я считаем, что критериями работы по взаимодействию ДООУ и семьи по вопросам здоровья являются:

- ценностное отношение сторон друг к другу;
- толерантность;
- информированность сторон об особенностях развития систем оздоровления в детском саду и семье;
- включение в совместную деятельность и прогнозируемый положительный результат.

Работа в рамках реализации проекта состоит из нескольких этапов.

На подготовительном этапе с целью определения перспектив взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и семьи в воспитании здорового ребенка и по результатам анкетирования и опросов родителей воспитанников мы получили следующие результаты: Большинство (60%) родителей оценивают состояние здоровья своих детей как хорошее, 40% как удовлетворительное, по 0% - как плохое. Среди мер, предпринимаемых с целью укрепления здоровья детей, 40% родителей регулярно соблюдают режим дня и 80% санитарно-гигиенические нормы, 86% - используют прогулки на свежем воздухе, 53% - следят за рациональным питанием, 26% - регулярно принимают лекарства, 40% - занимаются физическими упражнениями и спортом, 20% - используют закаливание, 46% - посещают врачей.

Лидирующие позиции в способах укрепления здоровья занимают меры, не требующие специальных затрат времени, а занятия упражнениями, спортом и закаливание находятся не на первом месте.

Анкетирование показало, что знания родителей дошкольников о мерах по сохранению и

укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни.

Проводился опрос воспитанников младшей группы для выявления знаний детей о здоровом образе жизни. По проведенному опросу я сделала следующий вывод: дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни»; они не осознают значимость и ценность здоровья и не знают, как его сохранить и укрепить.

У детей младшей группы выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют представление о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Физкультурные досуги и совместные занятия с родителями способствовали закаливанию и укреплению здоровья детей; повышали двигательную активность и выносливость организма; оказывали положительное влияние на физическое, психическое и эмоциональное благополучие ребенка. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка. А в целом родители считают, что здоровье это не отсутствие болезней, а образ жизни. Согласно полученным данным анкетирования на предмет удовлетворенности родителей в использовании нетрадиционных форм взаимодействия ДОО с семьями воспитанников по формированию потребности в здоровом образе жизни, проект «Будь здоров, малыш!» имеет высокий рейтинг.

В результате реализации проекта у детей наблюдается улучшение аппетита, качества сна, настроения, повысился познавательный интерес, появились зачатки осознанного отношения к физической культуре, повысилась самостоятельная двигательная активность (особенно в игровой деятельности), сформировались первоначальные культурно-гигиенические навыки, появилось стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания. Повысилась активность родителей в использовании профилактических мероприятий по оздоровлению детей. У воспитанников повысился интерес к непосредственно образовательной деятельности.

Выявлены эффективные формы работы с детьми, которые способствуют укреплению здоровья малышей, снижению заболеваемости и как следствие повышению качества образования.

Совокупность положительных изменений в состоянии здоровья и развитии детей на протяжении года позволяют считать, что использованные в проекте формы работы с детьми и родителями были достаточно эффективными.

Практическая значимость проекта очевидна – наблюдается снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей раннего возраста в условиях ДОО и семьи. Учитывая положительные результаты, планируем продолжить данное направление педагогической деятельности.

Сенсорика - как вклад в будущее ребёнка!

*И.Р. Гильмуллина, воспитатель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №5
«Аленький цветочек» Чистопольского муниципального района
Республики Татарстан*

Своё выступление хотелось бы начать с выдержки из нормативного документа ФГОС. «Содержание Программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и представляющие определенные направления развития и образования детей».

Отдельным разделом в содержании образовательной области «Познавательное развитие» представлено «Сенсорное развитие», которое направлено на формирование познавательных интересов и на их интеллектуальное развитие. Для детей раннего возраста большое значение имеет развитие восприятия, т.к. является фундаментом для развития мышления, способствует развитию речи, памяти и внимания. Но если, для детей не будет создано благоприятных условий для развития восприятия, то будут наблюдаться задержки в развитии ребёнка. Поэтому в сегодняшнем сообщении я бы хотела поделиться своим наработанным опытом. Чтобы добиться сенсорного развития детей необходимо выполнить несколько задач:

- * первоначально необходимо наладить контакт с ребёнком;
- * привлечь внимание к новой игре;
- * постепенно формировать у детей представления о свойствах предметов : их форме, размере, цвете, положении в пространстве;
- * развивать восприятие окружающего мира;
- * обучение способам исследования окружающего мира: наложению, прикладыванию, ощупыванию, группировке.
- * развивать мелкую моторику рук.

Всем известно значение моторики в психическом развитии ребёнка.

На этой основе выделяются следующие задачи:

Формирование у детей систем сенсорных эталонов

Формирование у детей умений самостоятельно применять системы действий и системы эталонов в практической и познавательной деятельности. Хотелось бы сказать о двух основных сенсорных метода — обследовании и сравнении .

Обследование — специально организованное восприятие предмета (объекта) с целью использования его результатов в какой-либо практической деятельности.

Развитие сенсорных действий ребёнка происходит не само собой, а лишь в ходе усвоения общественного сенсорного опыта, под влиянием практики и обучения. Эффективность этого процесса значительно повышается, если ребёнка специально обучают способом обследования предметов с применением соответствующих сенсорных эталонов.

Так, например, на ощупь познаём объёмную форму предметов, осязающие движения ложатся в основу изображения предмета в лепке, а чтобы определить свойства бумаги и ткани, детям предлагается послушать, что происходит, когда мнут бумагу и ткань, попробовать разорвать лист бумаги и кусочек ткани, постирать в воде кукольное платье из бумаги и из ткани. А для того, чтобы сформировать полноценный образ лимона, кроме названных способов обследования, можно при помощи обоняния и вкусовых рецепторов. Сравнение - это и дидактический метод, и одновременно мыслительная операция, посредством которых устанавливаются черты сходства и различия между предметами (объектами) и явлениями. Сравнение может идти путем сопоставления предметов или их частей, путем наложения предметов друг на друга или приложением предметов друг к другу, ощупывания, группировки по цвету, форме или другим признакам вокруг образцов-эталонов, а также путем последовательного осмотра и описания выделенных признаков предмета, способом выполнения планомерных действий. Первоначально выделенное лишь общее представление о предмете затем сменяется более определенным и детальным восприятием.

Для исполнения каждого механизма необходимы свои инструменты. Группа укомплектована разными дидактическими материалами, где наряду с купленными дидактическими играми, много было сделано своими руками. Заинтересовав родителей данной темой, беседа об актуальности сенсорного развития детей с раннего возраста, актуальными стали консультации, рекомендации по проведению игр дома. Родители активно приняли участие в пополнении нашей копилки, а многие приняли участие изготовлении пособий для игр в домашних условиях. С родителями был проведен мастер класс на тему «Погремушки наши верные друзья» где родители совместно с детьми изготовили погремушки из подручных средств. Использовались одноразовые ложки, крупа, разноцветные ленточки .

Весь этот материал позволяет нам разнообразить методические приемы и подходы в работе с ними, а также формировать устойчивый интерес ребёнка к дидактическим пособиям.

Игровой материал, как вы видите, эстетически привлекателен, доступен в эксплуатации, многофункционален, поэтому во время адаптационного периода каждый из них внёс большую лепту, чтобы этот период прошёл безболезненно и легко, тем самым оказав помощь воспитателям и нашим детям. Дети с удовольствием играют как с воспитателем, так и самостоятельно, используя в игре представленные на нашей выставке пособия и игровые модули. Особенной популярностью пользуется безиброд, направленный на развитие тактильных ощущений, мелкой моторики и координации движений пальцев рук. Оно многофункциональное, легкое в использовании. С помощью пособия закрепляем знания детей о цветах, развиваем речь, мелкую моторику, внимание, воображение, тактильные ощущения.

Панно сделано из деревянной доски, обклеенной самоклеющейся бумагой из трёх разных цветов. Каждый элемент имеет свой цвет, (желтый, красный, зеленый). При изготовлении доски использовалась различная фурнитура: замки, бубенчики, застёжки, фонарик, шнурки, прищепки, наждачная бумага, линолеум, канцелярские гвоздики, мешочки с разным наполнителем, и резинки. Это - позволяет в игре развивать у детей мелкую моторику рук. Завязывание и развязывание ленточек, шнурков, застегивание замка, липучек, а также тактильные ощущения, логическое мышление, память, внимание, речь. Панно можно повесить на стену за специальные петли, либо расположить на полу, после представления бизборда родителям они изъявили желание сделать ещё один самостоятельно.

Так же для развития мелкой моторики рук, тактильных ощущений, восприятия цвета были изготовлены нетрадиционные дидактические пособия «Поиграем с прищепками», «Весёлые крышки», «Мешочки с крупой», «Тактильные крышки», «Весёлые палочки», «Доска открыть закрыть», «Найди медведя в песке».

Особое внимание хотела обратить на дидактическую игру «**Веселый коврик**» с которым мы играем коллективно. Используется 24 круга с изображением разных геометрических фигур, почувствует 4 ребенка у каждого из них 6 кругов определенного цвета, которые они должны сопоставить с теми фигурами, которые изображены на самом коврике.

Это игра позволяет развивать сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук; развивает пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева";

способствуют развитию речи;

развитие глазомера, внимание;

укрепление пальцев и всей кисти руки;

нормализует эмоционально-волевую сферу;

развивают творческие способности.

Хочу обратить ваше внимание ещё на одно, очень интересное, дидактическое пособие «**Разноцветный куб**». Оно прекрасно используется для одновременного воздействия на различные точки кистей, пальцев и ладони, одновременно с формированием сенсорных эталонов форма, величина, материал, вес, звук. Оно прекрасно снимает эмоциональное напряжение, воспитывает усидчивость, терпеливость, пособие можно использовать при проведении различных игровых ситуаций.

На его изготовлении понадобилось: сетка для раковины, прищепки, шнурки, крышки, атласные ленточки, карандаши.

Все эти пособия помогают нам развивать наших воспитанников, вести работы с родителями.

Анализируя свою работу с детьми по сенсорному развитию можно сделать следующие выводы:

- успешно выделяют и учитывают цвет, форму, величину, фактуру и другие признаки предметов и явлений при выполнении ряда практических действий;

- большинство умеют группировать в соответствии с образцом предметы по цвету, форме, величине и другим свойствам при выборе из четырёх разновидностей;

- соотносят разнородные предметы по цвету, форме, величине, фактуре;

- узнают в разнообразных цветовых пятнах предметы или явления, имеющие характерный цветовой признак (снег, трава, апельсин и т.п.)

В пятнах разной величины, медведя медвежонка, кошку и котёнка;

- отбирают предметы необходимой формы или цвета для развития самостоятельной сюжетной игры (грузят в машину кирпичики или кубики определённого цвета, подбирают детали нарядов для кукол в соответствии с цветом их одежды).

В заключение, хотелось бы сказать:

Продуманно организованная игровая комната или уголок – залог полноценного психического развития ребенка.

Но самая лучшая и умная игрушка не вызовет интереса и не принесет пользы, если вы сами сначала не обыграете ее, не проведете некоторое время в игре с детьми.

И что ни одна, даже самая лучшая, самая развивающая игрушка не заменит ребенку живого общения с взрослыми. Играйте творчески вместе с детьми. Хорошее настроение детей, их веселый и пылкий нрав, общительность вознаградят вас за ваши труды и усилия.

Список использованной литературы:

Боровик О.В. Забрамная С.Д. Развитие ребенка в ваших руках. – М.: Новая школа, 2000.

Игра дошкольника /Л.А. Абрамян, Т.В. Антонова, Л.В. Артемова и др., Под ред. С. Л.

Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. – М.: ТЦ «Сфера», 2001.

Крупская Н.К. О дошкольном воспитании. – М., 1973.

Никитин Б.П. Развивающие игры. Москва, 1981.

Менджеричская Д.В. Воспитателю о детской игре. – М., 1982.

Максаков А.И. Тушакова Г.А. Учителю, играя. – М.: Просвещение, 1979

Михайлова З.А. Игровые занимательные задачи для дошкольников. – М.: Просвещение, 1990.

Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 1. Москва, 1999.

Эльконин Д.Б. Психология игры /Д.Б. Эльконин. – М., 1999.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО - НРАВСТВЕННОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ И НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ

М.М. Галанцева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7 «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Первое место среди поставленных задач нового стандарта (ФГОС ДОО) занимает охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Эмоции ребенка – это послание окружающим о его состоянии. Эмоции и чувства, как и другие психические процессы, проходят на протяжении детства сложный путь развития.

Для детей раннего возраста эмоции являются мотивами поведения, что объясняет их импульсивность и неустойчивость. Если малыши расстроены, обижены, рассержены или не удовлетворены, они начинают кричать и безутешно рыдать, стучат ногами по полу, падают. Эта стратегия позволяет им полностью выплеснуть все возникшие в теле физические напряжения.

В дошкольном возрасте происходит освоение социальных форм выражения эмоций. Благодаря речевому развитию эмоции дошкольников становятся осознанными, они являются показателем общего состояния ребенка, его психического и физического самочувствия.

Эмоциональная система детей дошкольного возраста еще незрелая, поэтому в неблагоприятных ситуациях у них могут возникнуть неадекватные эмоциональные реакции, поведенческие нарушения, которые являются следствием сниженной самооценки, переживаемых чувств обиды и тревоги. Все эти чувства являются нормальными человеческими реакциями, но детям трудно выражать отрицательные эмоции надлежащим образом. Кроме того, у детей в дошкольном возрасте существуют проблемы в выражении эмоций, связанные с запретами взрослых. Это запрет на громкий смех, запрет на слезы (особенно у мальчиков), запрет на выражение страха, агрессии. Ребенок шести лет уже умеет быть сдержанным и может скрыть страх, агрессию и

слезы, но, находясь долгое время в состоянии обиды, злости, подавленности, ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт, напряжение, а это очень вредно для психического и физического здоровья. Опыт эмоционального отношения к миру, обретаемый в дошкольном возрасте, по мнению психологов, является весьма прочным и принимает характер установки. Организованная педагогическая работа может обогатить эмоциональный опыт детей и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии. Важнейшими компонентами психологической поддержки и помощи детям являются:

1. Успешная адаптация дошкольников к условиям детского сада.
2. Характер складывающихся отношений со сверстниками.
3. Личностно-центрированное взаимодействие с взрослыми.
4. Рациональная организация жизнедеятельности ребенка.
5. Построение коррекционно-развивающей среды, содействующей развитию индивидуальности ребенка.

Дошкольный возраст – благодатный период для организации педагогической работы по эмоциональному развитию детей. Основная задача такой работы заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять. Педагогу важно специально знакомить детей со своеобразным эмоциональным букварем, учить пользоваться языком эмоций для выражения собственных чувств и переживаний и для лучшего понимания состояния других людей, анализировать причины различных настроений.

Вашему вниманию предлагаются некоторые упражнения, игры, которые могут использовать воспитатели для развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Данные игры направлены на достижение главной цели - установить партнерские отношения между детьми - и сопутствующих целей - развивать навыки общения, социальную активность, умение определять свое эмоциональное состояние и свое отношение к событиям и людям, преодолевать замкнутость, стеснительность, агрессивность, формировать адекватное восприятие как действительности и других людей, так и себя.

Упражнения для развития личностного самоопределения, «Я-концепция» и самооценки личности.

Упражнение «Путешествие по Стране Эмоций»:

Цель: знакомство с миром эмоций.

Необходимый материал: на листе ватмана изображена символическая карта Страны Эмоций. На ней помещены Вулкан Гнева, Пещера Страха, Болото Лени, Океан Любви, Река Добра, Мост Взаимопонимания и т.п. Все эти объекты соединены тропинкой, по которой ведущий двигает магнит, «совершает путешествие». Можно организовать музыкальное сопровождение (например, звуки природы).

Ход: Ведущий рассказывает сказку о Стране Эмоций, предлагает ребятам совершить путешествие. Каждый объект подробно обыгрывается, идет обсуждение. Дети рассказывают о своем опыте, о своих переживаниях. В конце подводится итог о важности эмоций в жизни человека.

Упражнение «Моя Вселенная»:

Цель: осознание собственной уникальности и неповторимости.

Ход: Работа ведется в кругу. Ведущий просит участников тренинга по очереди ответить на следующие вопросы:

- твое любимое занятие...,
- твой любимый цвет...,
- твое любимое животное...,
- твой лучший друг...,
- я хочу быть...,
- твоя любимая одежда...,
- твое любимое время года...,
- твой любимый герой...,
- любимая игра и т.п.

В заключение ведущий говорит о неповторимости внутреннего мира каждого человека.

Упражнение «Ромашка радости»:

Цель: переживание положительных эмоций.

Необходимый материал: сделать заготовки ромашек из бумаги форматом А3. Раздать детям наборы карандашей, красок, мелки.

Ход: Каждый ребенок получает бумажную ромашку, в середине цветка рисует веселую мордочку. После беседы о чувстве радости, на лепестках дети озвучивают окончание предложения «Я радуюсь, когда...». Делается выставка цветов, и анализируются полученные результаты. Особое внимание уделяется социально - значимым ответам (порадоваться за другого человека, порадовать другого человека и т.д.).

Упражнение «Азбука эмоций»:

Цель: обучение распознаванию эмоций по мимике.

Необходимый материал: раздаточное лото с изображением эмоций.

Ход: Ведущий раздает ребятам карточки лото. Дети должны показать мимикой ту эмоцию, которая указана на их карточке. После того как все выполнили задание, идет обсуждение: у кого это лучше получилось и почему.

Упражнение «Чаша доброты»:

Цель: обсуждение понятия «доброта».

Необходимый материал: на листе ватмана нужно нарисовать большую кружку с надписью «Чаша доброты».

Ход: Ведущий просит вспомнить детей те ситуации, в которых проявлялось добро. Идет обсуждение. В конце упражнения ведущий просит заполнить «Чашку доброты» добрыми делами и подводит итоги упражнения.

Игра «Какой я буду кошкой»

Цель: развитие рефлексии и самосознания, творческой активности, эмпатии и чуткости. В ходе упражнения дети самым безопасным способом знакомятся с различными составляющими своей личности и характера, происходит самоанализ личности. Инструкция : «Представьте себе, что вы стали кошкой. Какая вы кошка?» Далее с детьми необходимо провести анализ упражнения: Есть ли сходство между вашим характером и описанием животного? Есть ли у твоей кошки какие-нибудь отрицательные стороны? Чьи рассказы были для тебя самыми интересными? Понравилось ли вам упражнения?

Упражнение «Ваши достижения за неделю»

Инструкция: «Расскажите о том, чему вы научились за прошедшую неделю, какими достижениями вы можете гордиться»

Дети рассказывают о своих достижениях. Ведущие стимулируют рассказ ребенка, поощряя его максимально подробно рассказывать о процессе учения для того, чтобы он понял, что его успех достигнут его усилиями, стараниями, трудом.

Упражнение «К празднику» (ромашка)

Инструкция: «Ребята, вы знаете, что люди часто дарят друг другу цветы, что бы доставить радость. Сейчас мы подарим каждому из вас вот по такой ромашке (ведущие раздают подросткам большие ромашки, вырезанные из плотной белой бумаги). Что бы эти ромашки доставили вам еще большую радость, сделаем следующее. У каждого из вас в центре ромашки ваше имя. Потом мы прикрепим эту ромашку вам на спину. А теперь каждый поочередно подходит ко мне и говорит о том качестве, которое ему нравится в его друге. Когда все лепестки ромашек будут заполнены, мы снимем их с ваших спин, затем все сядем в круг и я прочитаю то, что написано на его ромашке».

Упражнение «Кто я?»

Инструкция: «Я прошу каждого сейчас составить загадку, в которой он описывает самого себя. Например, кто-нибудь из мальчиков может сказать: "Я мальчик. Я живу в небольшом белом доме. Я люблю гулять с огромной черной собакой. Я умею рисовать красивые картинки. Я с удовольствием играю в футбол. Кто я?" Придумайте пять или шесть предложений, и завершите загадку о себе вопросом: "Кто я?"

Упражнение - тест «Лесенка»

Цель: выявление уровня развития самооценки.

Детям предлагается следующая инструкция: Ребята, нарисуйте на листе бумаги лестницу из 10 ступенек .

На самой нижней ступеньке стоят ..., на второй ступеньке чуть- чуть лучше, на третьей – еще чуть- чуть лучше и т.д., а вот на верхней ступеньке стоят самые лучшие... Оцените сами себя, на какую ступеньку вы сами себя поставите? А на какую ступеньку поставит вас ваша воспитательница? А на какую ступеньку поставит вас ваша мама, а папа? Критерии оценивания: 1-3 ступени – низкая самооценка; 4-7 ступени – адекватная самооценка; 8-10 ступени – завышенная самооценка

Упражнение «Комплименты»

Цель: Помочь ребёнку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!». Упражнение продолжается по кругу. (После упражнения желательно обсудить, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.)

Игра «Сказочная шкатулка»

Цель: Формирование положительной Я- концепции, самопринятия, уверенности в себе.

Ведущий сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку — в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что у вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину. Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится».

Игра «Это – Я»

Материалы: Большие листы бумаги (примерно в рост ребенка: можно использовать обратную сторону обоев, старые газеты, но на них придется рисовать яркими фломастерами), карандаши, краски, фломастеры, цветные картинки из старых журналов и книг, цветные куски бумаги, клей. Ведущий: Сегодня каждый из вас будет рисовать автопортрет в полный рост. (Объяснить слово «автопортрет».) Может быть, кто-нибудь знает способ, как можно быстро нарисовать портрет в полный рост? Первый способ: лист бумаги прикрепляется к стене, человек прислоняется к нему, и кто-то обводит его контур карандашом или фломастером. Второй способ: человек ложится на лист бумаги и кто-нибудь обводит его контур. Дети могут изобрести и другие способы. После того как контур нарисован, каждый может раскрасить его так, как он хочет: нарисовать себе одежду — самую красивую, самую модную. Потом ведущий предлагает детям посмотреть на себя в зеркало и нарисовать свое лицо — таким, каким бы они хотели его видеть. Затем портреты прикрепляются на стене в комнате и каждому из детей предлагается рассказать о себе: как его зовут, кто его родители, где он живет, какой у него дом, что он любит.

Игра «Моё настроение. Настроение группы»

Цели: учить детей осознавать свои эмоции и выражать их через рисунок.

Содержание игры: каждый ребёнок из группы рисует своё настроение на листе бумаги карандашом одного цвета. Затем работы вывешиваются и обсуждаются. Можно взять один большой лист и предложить детям выбрать подходящий своему настроению цвет карандаша и изобразить своё настроение. В результате можно увидеть общее настроение группы. Игра рассматривается, как вариант рисуночных тестов. Необходимо обратить внимание на то, какие цвета использовали дети, что рисовали и в какой части листа. Если дети использовали преимущественно тёмные цвета, побеседовать с детьми и провести весёлую подвижную игру.

«Подними игрушку» релаксационное упражнение

Цели: снятие мышечного и психологического напряжения; концентрация внимания; освоение диафрагмально-релаксационного типа дыхания.

Содержание упражнения: ребёнок лежит на спине на полу. На живот ему ставят небольшую устойчивую игрушку. На счёт 1-2 ребёнок делает вдох через нос. Живот надувается и игрушка поднимается. На счёт 3-4-5-6 – выдох через рот, губы сложены трубочкой – живот сдувается, игрушка опускается вниз.

«Коробка переживаний» релаксационное упражнение

Цели: снятие психологического напряжения; развитие умения осознавать и формулировать свои проблемы.

Содержание упражнения: ведущий показывает небольшую коробку и говорит: « В эту коробку мы соберём сегодня все неприятности, обиды и огорчения. Если вам что-то мешает, вы можете прошептать это прямо в коробку. Я пушу её по кругу. Потом я её заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши переживания.

Игра «Создание рисунка по кругу»

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата; развитие мелкой моторики и воображения.

Содержание игры: все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

Игра «Броуновское движение»

Цели: способствовать сплочённости коллектива; учить работать в группе, общаться со сверстниками, принимать совместно решения.

Содержание игры: участники свободно двигаются по помещению. По сигналу ведущего им необходимо объединиться в группы. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнет в ладоши (можно показать карточку с цифрой). Если число участников в группе не совпадает с объявленным, группа должна сама решить, как выполнить условие игры.

Игра «Секрет»

Цели: формировать желание общаться со сверстниками; преодолевать застенчивость; находить различные способы для достижения своей цели.

Содержание игры: всем участникам ведущий раздаёт небольшие предметы: пуговичку, брошку, маленькую игрушку,.... Это секрет. Участники объединяются в пары. Они должны уговорить друг друга показать свой «секрет».

Дети должны придумать как можно больше способов уговаривания (угадывать; говорить комплименты; обещать угощение; не верить, что в кулачке что-то есть, ...)

Игра «Пресс-конференция»

Цели: развивать навыки эффективного общения; воспитывать желание общаться, вступать в контакт с другими детьми; учить детей задавать различные вопросы на заданную тему, поддерживать беседу.

Содержание игры: участвуют все дети группы. Выбирается любая, но хорошо известная тема, например: «Мой режим дня», «Мой домашний любимец», «Мои игрушки», «Мои друзья» и т. д. Один из участников пресс-конференции – «гость» - садится в центре зала и отвечает на любые вопросы участников.

Примерные вопросы к теме «Мои друзья»: Много ли у тебя друзей? С кем тебе интереснее дружить с мальчиками или с девочками? За что любят тебя друзья, как тебе кажется? Каким нужно быть, чтобы друзей стало больше? Как нельзя поступать с друзьями? И т. д.

Литература:

Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система ДОО: модели программ, рекомендации, разработки занятий. – Волгоград: Издательство «Учитель», 2016. 97-101с.

Никифорова Л. А. Вкус радости и звук страха /Л.А. Никифорова // Ребёнок в детском саду.- 2004. - №3.- с.65- 68.

Илларионова Е. В. Радость общения./Е. В. Илларионова// Ребёнок в детском саду.- 2004. - №2. – с.69 – 70.

Интернет

http://detsad9ovz.ucoz.ru/index/igry_na_razvitie_ehmocionalnoj_sfery_doshkolnikov/0-332

ресурс

НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ РИСОВАНИЯ, КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Т.С. Наумкина, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7 «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Е.А. Спиридонова, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7 «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Эмоциональное благополучие для ребенка,
все равно, что для ростка свет, тепло,
влага, удобрение...

Чтобы нормально расти, ребенку нужна
любовь, уверенность в своих силах,
в своей значимости и ценности для нас,
взрослых.

И. Сеченов

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования прописана необходимость обеспечения эмоционального благополучия каждого ребенка. Одними из действенных средств развития эмоционального мира дошкольников можно считать изобразительную деятельность. Хотелось отметить что, благоприятным периодом для организации работы по эмоциональному развитию детей является дошкольный возраст, так как ребенок – дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. У него ярко прослеживается неотделимость эмоций от процессов восприятия, мышления, воображения. Дошкольный возраст является сенситивным периодом для развития эмоциональной сферы. Поэтому, на сегодняшний день, проблема эмоционального развития ребенка является актуальной. Одними из действенных средств развития эмоционального мира дошкольников можно считать изобразительную деятельность. На занятиях по изобразительной деятельности мы стараемся особое внимание уделять не операционной стороне рисования (владение техникой, технологией и материалами), а «пробуждению» эмоций ребенка. Непосредственно-образовательная деятельность проходит в игровой форме, организовывается совместная партнёрская работа, в группе создаётся обстановка мастерской.

Работаем с детьми как в группе, так и индивидуально. Групповые и индивидуальные занятия различаются как по целям, так и по процедуре и приемам работы. Есть задачи, которые эффективно решаются в ходе встреч один на один – снятие эмоционального напряжения, преодоление негативизма и пр. А группа сверстников дает возможность удовлетворить потребность во взаимодействии с детьми, научиться учитывать мнения других и отстаивать свои, проявлять активность, сдерживаться.

Дети знакомятся как с традиционными техниками рисованием красками и мелками, так и нетрадиционными техниками, а изобразительная деятельность выступает как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных и негативных.

В работе с детьми мы используем следующие изобразительные техники: штриховка, каракули, монотипия, рисование пальцами, рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами, рисование предметами окружающего пространства, кубизм, рисование из готовых форм (валенок, капля, гриб), набрызг, кляксография, гратаж.

Цель: познакомить детей с нетрадиционными техниками рисования, показать, что различные материалы могут пригодиться в творчестве, превратить это в настоящее увлечение.

Задачи:

Формировать у детей знания, умение и навыки в области изобразительной деятельности.

Учить видеть и понимать прекрасное в жизни и в искусстве.

Учить использовать в рисовании разнообразные материалы и нетрадиционные техники, разные способы создания изображения.

Развивать эстетические чувства формы, цвета, ритма, композиции, пропорции.

Воспитывать интерес к изобразительному искусству (нетрадиционному рисованию).

Отказ ребенка рисовать – это не протест. Зачастую дети стесняются того, что в отличии от других малышей у них плохо получается. Они не видят своих успехов, зато прекрасно видят, как хорошо получается у соседей. Это не зависть, не обида, а недостаточно высокая самооценка. Дело в том, что мы с самого детства сравнивали поведение детей с остальными: «посмотри, как делает Маша», «как здорово получается у Коли» и пр. В результате со временем у ребенка может сложиться комплекс неполноценности, развиться неуверенность в себе. И это вина взрослых. Однако у взрослых есть несколько возможностей, способных исправить эту их оплошность и вернуть ребенку самооценку. Одной из них является рисование. Рисование поможет и детям и взрослым. Здесь можно забыть о законах и правилах и полностью окунуться в мир собственных фантазий, уйти от реальности. Предоставьте детям право самовыражаться – пусть они сами выбирают чем и на чем рисовать. Выбирая нетрадиционные методы рисования, взрослые дают ребенку понять, что настало время детям научить родителей. Предоставьте ребенку богатый выбор инструментов – пуговичек, веревочек, листиков, палочек... Прекрасной кистью для рисования станут собственные пальчики и ладошки ребенка. Здесь можно использовать не только привычные краски, но и любой другой материал, в который можно добавлять красящий пигмент: соль, песок, кофе, крупы.

Волшебная линия;

Рисование пальчиками, ладошками, ватными палочками;

Волшебные ниточки;

Монотипия;

Набрызг;

Отпечатки овощами и фруктами;

Отпечатки кулачком;

Оттиски разных предметов (растений) и другие техники рисования;

Таких игр – занятий можно придумать большое количество. Главное, чтоб была фантазия и смекалка

1. Волшебная линия . Для этого способа рисования понадобятся только лист бумаги, фломастер и карандаш. Предложите ребенку нарисовать любой предмет, не отрывая карандаш от бумаги, всего лишь одной линией! Параллельно делайте то же самое, а в конце сравните, что у вас получилось. Замечательная разновидность этого вида рисования – рисовать хаотичные рисунки одной линией с закрытыми глазами, можно при этом включить ребенку спокойную музыку и предложить ему нарисовать свои ощущения. А результат можно разукрасить по своему желанию.

2. Волшебная ниточка . Для этого приема возьмите веревку, нитки, разноцветную гуашь. Далее можно воспользоваться одним из следующих приемов: пропитайте красками несколько ниточек, разложите их на чистом листе, накройте сверху другим бумажным листом таким образом, чтобы хвостики ниточек выглядывали. По очереди вытягивайте нитки, придерживая верхний лист рукой. После последней вытянутой ниточки можно открыть листочки и посмотреть, что получилось, и пофантазировать на эту тему вместе с ребенком.

3. Монотипия . Для этого способа нам понадобятся бумага, краски, кисточка. Складываем пополам чистый альбомный лист. На одну сторону листа ближе к линии сгиба наносим несколько густых пятен краски. Тут же складываем лист пополам и хорошенько прижимаем ладошкой. После можно открыть и посмотреть на результат, пофантазировать на тему: «что ты видишь?».

4. Набрызг . Если у вас остались старые зубные щетки, не спешите их выкидывать – они прекрасно подойдут для этой техники рисования. Подготовьте гуашь, лист бумаги, силуэты, гербарий. Набираем немного краски на кончик зубной щетки, наклоняем ее над бумагой и

проводим по ворсу картонкой или обычной тонкой расческой. По бумаге начнут разлетаться брызги – это приводит детей в восторг.

5. Отпечатки .Пальчики . Для этой работы нам нужна только краска, бумага и тарелочка. Сжимаем руку в кулак и вдавливаем его в краску, хорошенько размазываем краску по кулаку. После этого по очереди прикладываем к листу кулак разными его сторонами – боковой частью, пальчиками, тыльной стороной. Можно сделать отпечатки пальцев на листе при помощи краски и пальцев, можно отпечатать целую ладонь. После многих сделанных отпечатков дорисуйте с ребенком разные детали, чтобы получился полноценный рисунок, настоящее изображение.

6. Отпечатки овощами и фруктами. Овощ или фрукт нужно разрезать пополам. Потом можно вырезать на нем какой-то узор или оставить как есть. Макаем в краску и делаем оттиски на бумаге. Для отпечатков можно использовать яблоко, картофель, морковь или сельдерей.

7. Отпечатки кулачком. Для такого рисунка ребёнку придётся сжать руки в кулачки. Затем обмакнуть тыльную сторону пальцев в краску и ставить отпечатки, создавая нужную форму. Рыбок и крабов можно создать при помощи отпечатков пальцев.

Таким образом, правильно организованная работа может не только обогатить эмоциональный опыт дошкольников, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личном развитии. Положительное переживание воодушевляет ребенка в его творческих поисках и смелых начинаниях.

Используемая литература:

1. И.А. Шаляпина “Нетрадиционное рисование с дошкольниками”
2. О.В. Гончарова “Театральная палитра”
3. Д.Н. Колдина “Рисование с детьми 2-3 лет”
4. Т.Г. Казакова “Развитие у дошкольников творчества”
5. И. А. Лыкова “Методы и приемы нетрадиционного рисования с детьми дошкольного возраста”

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ПРАВИЛАМ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ В ДОУ

Л.Г. Хамидуллина, воспитатель МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

«Самое дорогое у человека – это жизнь», - писал Николай Алексеевич Островский. А жизнь ребенка вдвойне дорога, потому что он еще только делает первые шаги в сложном мире, постигает день за днем все изгибы и превратности нашей жизни.

В настоящее время скорость движения, плотность транспортных потоков на улицах и дорогах нашего города неуклонно растёт. В связи с этим увеличивается и количество дорожно-транспортных происшествий. Растёт и число аварий с участием детей. Причиной этих дорожно-транспортных происшествий чаще всего являются сами дети. Дети на дороге часто ведут себя абсолютно непредсказуемо, поэтому необходимо учитывать особенности детской психики при объяснении им правил дорожного движения. Чтобы оградить ребенка от опасности, нужно как можно раньше начать готовить его к встрече с улицей, знакомить с правилами дорожного движения, с дорожными знаками, научить его ориентироваться в пространстве, сформировать у него навыки безопасного поведения на улице, в транспорте.

Актуальность работы по обучению детей правилам дорожного движения (ПДД) обоснована федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС).

Цель моей работы – это формирование осознанного отношения ребенка к своему здоровью, умение оберегать и сохранять его, а также соблюдение правил безопасного поведения на улице и в общественных местах.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие задачи:

- сформировать осознанное отношение ребенка к здоровью человека и умению оберегать его;
- вырабатывать у дошкольников привычку правильно вести себя на дорогах;
- создавать условия для сознательного изучения детьми правил дорожного движения;

- сформировать у родителей устойчивый интерес к безопасности детей привлекать взрослых к совместной деятельности с детьми.

Мною была разработана система работы с детьми, родителями, направленная на формирование у детей старшего дошкольного возраста навыков осознанного безопасного поведения на улицах города с использованием здоровьесберегающих технологий.

Предлагаю вашему вниманию несколько здоровьесберегающих технологий в обучении детей правилам дорожного движения.

Знания детей по правилам дорожного движения будут эффективными лишь в том случае, если теория тесно связана с практикой. Самым действенным методом доведения до детей элементарных правил поведения на дороге является игра, в которой они сами участвуют. Именно через игровую деятельность, возможно, обогатить и расширить представления детей о правилах безопасности, ввести детей в проблемные жизненные ситуации и активизации у них желания искать пути разрешения этих ситуаций.

Использование макетов. «Перекресток», «Круговое движение». Игра является универсальным средством передачи знаний. Ее любят и взрослые и дети. Например, даже простой переход улицы можно разучить достаточно забавно.

Создание макета способствует активизации фантазии, развитию логического мышления, мелкой моторики, учит детей взаимодействию со сверстниками, терпению, впоследствии бережному отношению к труду, учит строить диалог.

Для повышения работоспособности, снижения уровня утомляемости, снятия психологических нагрузок у детей, включая элементы здоровьесберегающих технологий:

1.Релаксация. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Если мы будем целенаправленно учить детей сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, мы будем способствовать сохранению здоровья наших детей. В целях снятия психологических нагрузок использую следующие упражнения:

- упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании: «Ленивая кошечка», «Задуй свечу»;
- упражнения на расслабление мышц лица: «Злюка успокоилась», «Рот на замочке»;
- упражнение на расслабление всего организма: «Снежная баба», «Птички», «Бубенчик».

2.Игротерапия. Игротерапия в процессе изучения правил дорожного движения способствует развитию способностей детей, помогает легче и быстрее обучаться и приобретать навыки. Игры улучшают настроение, стабилизируют работу сердечно-сосудистой и нервной систем. Проведение игр для снижения уровня утомляемости: «Шуршалки, шумелки», «Испорченный телефон», «Самолет», «Волшебные очки» и т.д.

Игротерапия являет собой ответвление арт-терапии, оказание помощи и достижение психологического комфорта детей посредством игровой деятельности. Совместно с детьми на листе бумаги изобразили дерево – весенний дуб. Дети ладонями рисовали листья, а кончиками пальцев изобразили первоцветы – подснежники.

К числу методов игротерапии относится также песочная игротерапия. Детям очень полезно "общаться" с песком и любыми сыпучими материалами. Игра с песком это не только развлечение для ребенка, это развитие тактильных ощущений, мелкой моторики рук, речи, образного и пространственного мышления, творческого потенциала ребенка. **Очень полезно рисование песком гиперактивным детям.** Занимаясь таким видом рисования, ребенок успокаивается, освобождается от «лишней» энергии, учиться лучше понимать себя, своих друзей и родителей. Рисование песком дает ребенку возможность погрузиться в мир своих придумок, фантазий и воображений.

При игре с песком мы выполняем такие упражнения:

- поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения;
- пройтись пальцами рук или ладошками по проложенным трассам, оставляя на них следы;
- нарисовать с помощью пальцев рук дорожки, перекрестки, тротуары и поставить необходимые дорожные знаки;
- создавать опасные дорожные ловушки и находить выход из сложившейся ситуации;

- построить свой микрорайон с домами и улицами, тротуарами и провести безопасный маршрут: детский сад – дом – школа.

3. Физкультминутки по правилам дорожного движения: «Машина», «Стоп, машина», «Автобус».

4. Сказкотерапия. Для повышения интереса у детей к ПДД, я сочинила сказку «Лесные друзья и трехглазый Светофор» и разработала наглядно-развивающее пособие (фланелеграф). Простые сюжеты понятны современному ребенку. Они легко изменяются и дополняются, превращая игру в живую сказку. Игра состоит из игрового поля, на которое при помощи липучек прикрепляются фигурки. С помощью плотных декораций и персонажей из фетры разыгрываем сказки по ПДД, а также придумываем свои. Фигурки держатся очень крепко и не падают при переворачивании игрового панно. Игра абсолютно безвредна для ребенка, переклеивая фигурки с места на место ребенок развивает мелкую моторику рук. А также для развития мелкой моторики использую пальчиковый театр («Грузовик», «Крутой поворот» и т.д.).

В продуктивной деятельности мы с детьми рисуем, лепим из пластилина и соленого теста, изображаем в аппликации различные виды транспорта, дорожные знаки. Работа с тестом оставляет приятные ощущения, помогает расслабиться. Этот вид работы удовлетворяет интерес ребенка к частям тела. Занятие с тестом позволяет снять стресс, помогают выражению чувств, закрепить ранее полученные знания об окружающем мире, в том числе правил дорожного движения.

Готовые фигурки используем в игре: изготовили дорожные знаки, фигуры людей – для сюжетно – ролевых и дидактических игр. А также в конструктивной деятельности создаем разнообразные здания и сооружения из строительного материала.

В двигательной деятельности продолжаю развивать у детей координацию движений и ориентировку в пространстве через подвижные игры: «Цветные автомобили», «Красный, желтый, зеленый», «Передай жезл», «Где мы были, мы не скажем, на чем ехали, покажем», «Самый быстрый» и т. д.

В музыкально-художественной деятельности дети принимают активное участие в праздниках, развлечениях по ПДД.

Для закрепления знаний использую целевые прогулки, экскурсии, беседы, подвижные игры, логические задачи, чтение художественной литературы, дидактические игры, настольные игры и игры с макетом улицы. Познакомили детей с работой регулировщика. Объясняли, в каких условиях движением управляет регулировщик, для чего ему нужен жезл, почему регулировщик стоит в центре, в игровой форме познакомила детей с жестами регулировщика: «стой», «внимание», «путь открыт».

В группе ребята любят рассматривать картинки с последующим обсуждением, играть в настольные и дидактические игры, сюжетно-ролевые, подвижные игры и моделируют разные дорожные ситуации.

На протяжении всего времени стараюсь превратить обучение в увлекательную игру. Интересной формой закрепления знаний о правилах дорожного движения стали развлечения: «Правила дорожные знать каждому положено», «Клуб веселых и находчивых».

Для обучения детей ПДД использую:

- беседы: «История светофора», «Наши друзья - дорожные знаки», «Беседа об информационно-указательных знаках», «Правила пешеходов и пассажиров», об истории транспорта, «Основные части улицы», «Какие бывают автомобили?», «Правила для пассажиров», «Знаешь ли ты свой адрес?», «Светофор и его сигналы», «Дисциплина на дороге – залог безопасности», «Пешеходный переход», «Если ты пассажир», «Где должны играть дети», «Пешеход и его поведение на улице», «Опасный перекресток», «Знаки сервиса», «Метро», «Будь осторожен», «Пост ГАИ», «Правила пешехода», «Мчатся по улице автомобили», «Безопасная улица» и др.;
- проведение экскурсий к проезжей части дороги, знакомим детей со знаками дорожного движения, обсуждаем проблемные ситуации;
- заучивание стихотворений, загадывание загадок, чтение художественной литературы В.Суслон «Его сигнал для всех закон», С.Маршак «Одна рифма», А.Клименко «Когда мы пассажиры», Я.Пишумов «Дорожная азбука», А.Дорохова «Зеленый, желтый, красный»;Б.

- Жидков. «Что я видел, светофор»; А. Северный «3 чудесных цвета»; В. Клименко «Кто важнее всех на свете!», «Происшествие с игрушками»; С. Турутин «Для чего нужен светофор»; С. Михалков «Моя улица», «Велосипедист»; С. Маршак «Милиционер», «Мяч» и др.;
- проведение занятий : по конструированию «Улица», «Транспорт»; по аппликации «Улица», «Для чего нужны дорожные знаки»; по познавательнo-речевому развитию «Правила поведения на дороге», «Составление рассказов из личного опыта «Как я шёл с мамой в детский сад», «Мы путешествуем в метро», «Путешествие в страну дорожных знаков», «Путешествие в страну правил дорожного движения»; по рисованию: «Пешеходы идут по улице», «Знаки дорожного движения»; по математическому развитию «Куда пойдешь и что найдешь»;
 - дидактических игр «Транспорт», «Дорожные знаки», «Веселый жезл», «Угадай-ка», «Лото. Дорожные знаки», «Сломанный светофор», «Сложи знак», «Собери светофор», «Кто, чем управляет?», «Подумай – отгадай», «Домино», «Это я, это я – это все мои друзья», «Расположи правильно дорожный знак» и др.;
 - сюжетно – ролевых игр «Шоферы», «Автобус», «Улица», «Мы едем, едем..», «Мы-водители», «ГИБДД»;
 - литературных викторин «Если ты пассажир», «Лучший пешеход»;
 - подвижных игр «Светофор», «Цветные автомобили», «Тише едешь, дальше будешь» и др.;
 - картины по правилам дорожного движения и иллюстрированные пособия, плакаты.

В группе создан «уголок безопасности», где собран наглядный и игровой материал по правилам дорожного движения. Материал пополняется и обновляется в течение всего учебного года. В нем находятся: наглядно-иллюстративный материал (иллюстрации: транспорта, светофора, дорожные знаки; сюжетные картинки с проблемными дорожными ситуациями); настольно-печатные игры (разрезные картинки, лото, домино и др.); настольный перекресток (маленькие дорожные знаки, различные игрушечные виды транспорта, игрушки – светофор, домики); атрибуты для сюжетно-ролевых игр с дорожной тематикой (жезл, свисток, фуражка, дорожные знаки, модель светофора); детская художественная литература по тематике; конструкторы; пособие и игры по обучению детей ПДД; действующие выставки рисунков и поделок по теме ПДД.

Работа с родителями.

Цель работы с родителями – объяснить актуальность, важность проблемы безопасности детей, повысить образовательный уровень родителей по данной проблеме, обозначить круг правил, с которыми необходимо знакомить, прежде всего, в семье.

Как мы можем помочь родителям научить ребенка транспортной культуре? Для этого они обязаны сами овладеть правилами дорожного движения, изучить психологические и физиологические особенности поведения в дорожной среде.

Родители должны стать самыми активными помощниками нам педагогам в формировании у детей дисциплинированного поведения на улице, соблюдая сами правила безопасности.

Осуществлять задачи обучения по ПДД невозможно без помощи родителей, ведь именно они являются для ребенка непосредственным образцом поведения на улице. С целью формирования у дошкольников знаний, умений, навыков безопасного поведения на улице проводила следующие формы взаимодействия и общения с родителями:

- родительские собрания: «Ребенок и правила дорожного движения», «Безопасность детей на улице». На родительских собраниях рассказывала родителям о проведенных в дошкольном учреждении мероприятиях, беседах, занятиях по воспитанию и обучению безопасного поведения на улице; знакомила родителей с программными требованиями по обучению детей Правилам дорожного движения, говорила о важности примера взрослых, о необходимости соблюдения правил поведения на улице.
- беседы с родителями «Берегите юных пассажиров», «Как переходить с ребенком проезжую часть», «Что читать детям о правилах дорожного движения», «Релаксация для снятия психологической нагрузки», «Пример родителей – один из основных факторов успешного воспитания у детей навыков безопасного поведения на улице», «Улица требует к

- себе уважения», «Где можно кататься на велосипеде» и др. с подробным раскрытием причин и условий, приводящих к возникновению дорожно-транспортного происшествия;
- консультации для родителей «Безопасность детей – забота взрослых», «Внимание! Дорога!», «Родители – пример для детей в соблюдении правил дорожного движения», «Родителям старших дошкольников о ПДД»
 - изготавливала памятки – рекомендации по ПДД и по здоровьесберегающей технологии;
 - выставляла папки-передвижки для родителей «Учим ребёнка правилам безопасности», «Причины детского дорожно-транспортного травматизма», «Как должны вести себя взрослые, находясь на улице с ребенком», «О значении обучения детей ПДД»;
 - анкетирование для родителей по исследованию их отношения к изучению правил дорожного движения детьми.
 - привлекала к изготовлению атрибутов, дидактических игр в уголок дорожного движения;
 - составление маршрутных листов «Моя дорога в детский сад».

Итогом моей работы по освоению детьми ПДД является:

- участие в конкурсах (дипломы, сертификаты);
- организация выставки детских работ (поделки, рисунки, аппликации, сказки);
- организация выставки совместных работ с родителями.

Я постоянно пропагандирую работу по ознакомлению с правилами дорожного движения в семье. В уголке для родителей обновляется материал. Провожу индивидуальные беседы с родителями. Обращаю внимание родителей серьезно взглянуть на приобретение их детьми прочных знаний и навыков поведения на улице.

Список используемой литературы:

1. Н.Н.Авдеева, Н.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. СПб «Детство-Пресс», 2005;
2. Р.Ш.Ахмадиева, Е.Е.Воронина, Р.Н.Минниханов, Д.М.Мустафин и др. Обучение детей дошкольного возраста правилам безопасного поведения на дорогах: учеб.пособие. – Издание ГУ «НЦ БЖД», 2008. – 288с.
3. О.Ю.Старцева. Школа дорожных наук: Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма. – М.: ТЦ Сфера, 2009, 2-е изд. – 64 с.
4. Использование интернет – ресурсов: ped-kopilka.ru, vseodetishkax.ru/rabota

**СОЗДАНИЕ ОПТИМАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ДЛЯ
ОХРАНЫ И УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ
В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

*А.Ф. Шайдуллина, воспитатель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7 «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Первостепенное в воспитании и развитии детей раннего и дошкольного возраста значение имеют: забота о здоровье и эмоциональном благополучии ребенка, создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения к детям. Забота о его физическом и психическом здоровье.

1. Здоровье ребенка – это, прежде всего, оптимальный уровень достигнутого развития - сомато-физического, психического и личностного, его соответствие хронологическому возрасту.
2. Здоровье ребенка - это его позитивная психическая и социальная адаптация к жизни в обществе, определенная толерантность к нагрузкам, сопротивляемость по отношению к неблагоприятным воздействиям

3. Здоровье ребенка - это его способность к формированию оптимальных адаптационных и компенсаторных реакций в процессе роста.

Независимо от социального или этнического происхождения, индивид, живущий в технологическом, современном обществе, должен обладать совокупностью определенных психологических черт, обеспечивающих его социальную адаптацию, то есть успешное функционирование в этом обществе. Эти черты обычно формируются по мере более или менее упорядоченного продвижения через различные стадии развития. Для каждой из стадий характерен как набор задач, с которыми человек должен справиться так и набор черт, которые он должен приобрести, чтобы лучше подготовиться к следующей стадии. Таким образом, психическое здоровье индивида соотносится со стадией его развития, а также с его генетическим наследием и культурным окружением. Стадии развития личности, по мнению ученых, можно представить следующим образом:

От рождения до 3 лет. Ребенок должен научиться доверять миру взрослых, осознать непрерывность существования предметов и людей даже в периоды их отсутствия.

От 3 до 6 лет. В этот период у ребенка формируется способность устанавливать взаимоотношения, делиться тем, что имеет, развивать элементарные нравственные суждения, а также отождествлять себя и других с мужским или женским полом.

От 6 до 13 лет. Это относительно свободный от кризисов период, в течение которого у ребенка закрепляются ранее приобретенные навыки, начинает развиваться нравственное чувство, в ходе игр возникает адаптация к вне семейному окружению.

Следует отметить, что психическое здоровье не означает свободу от тревоги, вины, подавленности и других отрицательных эмоций. Поскольку оно подразумевает относительную свободу от психологических проблем, здесь важна именно способность их преодолевать. Таким образом, наличие этих проблем — еще не признак болезни, однако неспособность учиться на опыте и стереотипность мышления и поведения свидетельствуют о неблагополучии в эмоциональной сфере.

Основным условием нормального психосоциального развития, помимо здоровой нервной системы, признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей или замещающих их лиц, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка, беседуют и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение и обеспечивают материальными средствами, необходимыми семье. Подчеркивается, что ребенку следует предоставлять больше самостоятельности и независимости, давать ему возможность общаться с другими детьми и взрослыми вне дома и обеспечивать соответствующие условия для обучения.

Эксперты всемирной организации здравоохранения на основе анализа результатов многочисленных исследований в различных странах убедительно показали, что нарушения психического здоровья гораздо чаще отмечаются у детей, которые страдают от недостаточного общения со взрослыми и их враждебного отношения к ним, а также у детей, которые растут в условиях семейного «разлада».

Психическое здоровье рассматривается в словаре как состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности.

Как же сохранить психическое здоровье малышу?

Психологический комфорт ребенка в детском саду – это психофизиологическое состояние, возникающее в процессе жизнедеятельности ребенка в результате взаимодействия его с образовательной средой.

Показатели психологического комфорта детей:

- устойчивое бодрое состояние;
- доминирование положительных эмоций, радостное настроение;
- высокий физический тонус;
- отсутствие тревожности;
- высокие показатели адаптивности;
- хороший сон, аппетит;

- высокая познавательная и творческая активность;
- дружелюбность, открытость, готовность к взаимодействию с окружающими людьми;
- отсутствие агрессии;
- низкая заболеваемость.

Проблема создания благоприятной психологической среды в дошкольном учреждении, которая бы способствовала укреплению психического здоровья дошкольников на сегодняшний день стоит особо актуально. Это связано с введением нового Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155.

Данный пункт стандарта не только предъявляет требования к условиям пребывания детей в ДООУ, но и требует от педагогов высокого уровня компетенции.

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, предполагают:

1) обеспечение эмоционального благополучия

- общение с каждым ребенком;
- уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;

2) поддержку индивидуальности и инициативы

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности;
- для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- поддержку детской инициативы в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);

3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национальным культурам и социальным слоям, а также имеющими различные возможности здоровья;
- развитие коммуникативных способностей детей;
- умения детей работать в группе сверстников;

4) построение вариативного развивающего образования, в совместной деятельности со взрослым (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка)

5) взаимодействие с родителями по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Организация развивающей среды в ДООУ с учетом ФГОС строится таким образом, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.

Необходимо обогатить среду элементами, стимулирующими познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей.

Насыщенная предметно-развивающая и образовательная среда становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка, является основным средством формирования личности ребенка и является источником его знаний и социального опыта.

Среда, окружающая детей в детском саду, должна обеспечивать безопасность их жизни, способствовать укреплению здоровья и закаливанию организма.

В последнее время используется принцип интеграции образовательных областей с помощью предметно - развивающей среды групп и детского сада в целом, способствующий формированию единой предметно- пространственной среды:

Создавая предметно-развивающую среду необходимо помнить:

1. Среда должна выполнять образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, организованную, коммуникативную функции. Но самое главное – она должна работать на развитие самостоятельности и самодеятельности ребенка.
2. Необходимо гибкое и вариативное использование пространства. Среда должна служить удовлетворению потребностей и интересов ребенка.

3. Форма и дизайн предметов ориентирована на безопасность и возраст детей.
 4. Элементы декора должны быть легко сменяемыми.
 5. В каждой группе необходимо предусмотреть место для детской экспериментальной деятельности.
 6. Организуя предметную среду в групповом помещении необходимо учитывать закономерности психического развития, показатели их здоровья, психофизиологические и коммуникативные особенности, уровень общего и речевого развития, а также показатели эмоционально - потребностной сферы.
 7. Цветовая палитра должна быть представлена теплыми, пастельными тонами.
 8. При создании развивающего пространства в групповом помещении необходимо учитывать ведущую роль игровой деятельности.
 9. Предметно-развивающая среда группы должна меняться в зависимости от возрастных особенностей детей, периода обучения, образовательной программы.
- Таким образом, среда выступает в роли движущей силы становления и развития личности, а так же присущих ей видов деятельности. Она способствует формированию разносторонних способностей, субъектных качеств дошкольника, обозначает его индивидуальность, стимулирует разные виды активности, создает благоприятный психологический климат в группе, активизирует «самость», создавая реальные и разнообразные условия для ее проявления.

Литература:

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»).

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» по ФГОС под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - Изд. 2-е. - Москва: Мозаика-Синтез, 2014.

Т. Богина "Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие".

Дорохина З. Охранять и укреплять здоровье детей – наша приоритетная задача. - Здоровье дошкольника, №4 – 2009.

АКВАТЕРАПИЯ В РАБОТЕ МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

*О.Е. Васильева, музыкальный руководитель
МБДОУ «Детский сад № 8 комбинированного вида «Дюймовочка»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Работа в современном дошкольном образовательном учреждении требует от музыкального руководителя применения новых технологий, направленных на эффективное усвоение детьми содержания образовательных программ в условиях ФГОС. Музыкальная деятельность занимает особое место в жизни ребёнка, так как музыка – это источник детской радости, положительных эмоций, познания и возможности самовыражения. Изменение окружающей жизни диктует необходимость выбирать более эффективные средства обучения и воспитания на основе современных методов и новых технологий. Одним из таких методов является метод акватерапии.

Невозможно не согласиться со словами древнекитайского философа Лао-цзы «В мире нет ничего более покорного и слабого, чем вода. Тем не менее, нет ничего жесткого и сильного, что может превзойти ее».

Уже в утробе матери средой обитания малыша является вода. И с самого первого дня своего рождения человек связан с водой крепкими узами. Большинство новорожденных детей с удовольствием принимают ванны, шлепая ручками и бултыхая ножками в воде. Она дает ребенку не только приятные ощущения, но и развивает различные рецепторы, предоставляя

неограниченные возможности познавать ребенку окружающий мир. В связи с этим справедливо утверждать, что одной из методик, обладающей большими ресурсами, является акватерапия.

С научной точки зрения **акватерапия** – это прежде всего метод коррекции различного рода нарушений в развитии детей, при котором применяется вода. Игра с водой – это не только естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности, но и один из самых приятных способов обучения.

Целью данной методики наряду с познанием окружающего мира является:

способствовать физическому развитию ребенка: закаливанию, развитию тактильно-кинестетической чувствительности и тонкой моторики рук, регулярные выполнения упражнений в воде являются профилактикой заболеваний;

стабилизировать психо-эмоциональное состояние ребенка.

При введении акватерапии в работу необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей, элементарные гигиенические правила и правила безопасности работы с водой.

Прежде чем приступать к играм, нужно запомнить несколько простых правил работы с водой:

нельзя намеренно выливать воду на пол;

нельзя брызгаться водой;

после игры вытереть руки насухо.

В работе музыкального руководителя целесообразно использовать метод акватерапии в следующих видах деятельности:

1. Музыкально-дидактические игры;

2. Игра на детских музыкальных инструментах;

3. Релаксационные паузы, сопровождающаяся шумом дождя, водопада, журчанием ручейка и т.д.

Рассмотрим содержание каждого из них более подробно.

1. Музыкально-дидактические игры.

Игра «Буря»

Цель: развитие диафрагмального (певческого) дыхания.

Оборудование: ёмкость с водой.

Ход игры: Предложить ребенку длительной сильной воздушной струей вызвать «бурю» на воде.

Игра «Морская прогулка»

Цель: развитие диафрагмального дыхания.

Оборудование: ёмкость с водой, бумажный кораблик, рыбка, черепашка и т.д.

Ход игры. Воздушной струей ребенок передвигает кораблик, легкую черепашку, рыбку и т.д. по поверхности воды.

Игра «Рыбалка»

Цель: развитие ладового чувства

Оборудование: емкость с водой, удочка, красная, синяя, желтая рыбки, музыкальный центр.

Ход игры: для прослушивания дается знакомое произведение. После выбирается «рыбак», который должен поймать рыбку того цвета, который соответствует настроению данного произведения. (Красная – веселая, синяя – грустная, желтая – спокойная). Соответствие цвета и настроения заранее обговаривается с детьми.

Игра «Выложи ритм»

Цель: развитие чувства ритма,

Оборудование: емкость с водой, красные и синие резиновые палочки, разные по длине.

Ход игры: На фортепиано музыкальный руководитель играет несложный ритмический рисунок, затем выходит ребенок, слушает еще раз и выкладывает в емкости с водой палочки, соответствующие долгим и коротким длительностям.

Игра «Угадай инструмент»

Цель: развитие музыкального слуха, музыкальной памяти

Оборудование: емкость с водой, пластмассовые модели инструментов (труба, гитара, маракас и т.д.,)

Ход игры: вызывается один ребенок. Дается музыкальный фрагмент звучания одного из инструментов. Ребенок должен с закрытыми глазами достать из воды нужный инструмент.

Игры с водой создают у детей радостное настроение, повышают жизненный тонус, дают детям массу приятных и полезных впечатлений, переживаний и знаний.

2. Игра на детских музыкальных инструментах.

Можно изготовить инструменты для детского шумового оркестра, наполнив пластиковые бутылочки водой.

Также массу приятных впечатлений доставляет детям игра на свистульках, наполненных водой. Партия, сыгранная на них, становится украшением любого оркестра.

Кроме того, целесообразно использование такого необычного инструмента, как стакан с водой и соломинка. С помощью этого «инструмента» достигается имитация бурления супа в кастрюльке (оркестр «Веселая кухня»), подводного мира («оркестр «Аквариум») и т.д. Игра на этом необычном музыкальном инструменте развивает не только музыкальный слух (важно слушать основную партию и вовремя вступать в оркестр), но и способствует развитию диафрагмального дыхания.

3. Релаксационные паузы.

Релаксационные паузы желательно сопровождать прослушиванием аудиозаписей - шум дождя, водопада, журчание ручейка, рокота прибоя.

Основная задача релаксационных пауз - снятие психоэмоционального напряжения детей, снижение агрессивности, гиперактивности и страхов.

Приведем пример релаксации «Отдых на море»

Звучит фонограмма шума моря. Предложить детям лечь, закрыть глаза. «Мы с вами на берегу моря. День солнечный, песок теплый мягкий. Вокруг тихо, слышен только плеск воды и крики чаек. Вам дышится легко и свободно. Ласковые волны касаются ваших ног нежно поглаживая их (пауза), поглаживают ... (перечисляются несколько имен детей). Вам приятно ощущать свежесть морской воды. Вы ощущаете свежесть во всем теле: на лбу, лице, спине, животе, руках, ногах. Ваше тело наполняется легкостью. Вы дышите легко и свободно. Ваше настроение становится жизнерадостным, хочется встать и бежать. А теперь все потянемся и на счет «три» откроем глаза. Вы полны сил и энергии».

Таким образом, использование метода акватерапии в музыкальном развитии дошкольников способствует качественному улучшению организованной образовательной деятельности, делает ее более увлекательной, насыщенной и комфортной для детей и педагога, позволяет охватить разные виды музыкальной деятельности.

Литература:

Баранова Е.В. Развивающие занятия и игры с водой в детском саду и дома/ Е.В.Баранова.- М.: ТЦ Сфера, 2014.-176с.

3. Тарасова К.В. Развитие музыкальных способностей в дошкольном детстве/ К.В.Тарасова //Музыкальный руководитель. - 2010 г. - №1. – С.10

Интернет-ресурсы

<https://podrastu.ru>

www.nashi-deti.info/akvaterapiya-igry

Мастер-класс для воспитателей «Пальчиковые игры и музыка Железновых - как один из успешных факторов оздоровления дошкольников».

И.Б. Городищенская, воспитатель МБДОУ «Детский сад № 8 комбинированного вида «Дюймовочка» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Цель:

1. совершенствование навыков педагогов в проведении пальчиковой гимнастики с музыкой Железновых как средства оздоровления детей дошкольного возраста.

2. передача опыта работы другим педагогам.

План проведения:

1. Актуальность и краткое обоснование темы.

2. Имитационная игра: проведение фрагмента работы с детьми на слушателя. Демонстрация метода работы.

3. Моделирование. Объединение слушателей в малые группы для самостоятельной деятельности по проведению пальчиковых игр в разных возрастных группах.

4. Представление результатов работы групп. Выступления.

5. Подведение итогов мастер-класса.

Оборудование:

-магнитофон

- 2 стола

-листочки с заданиями

Ход:

Для проведения своего мастер-класса я выбрала высказывание:

Здоровье свыше нам дано,

учись, малыш, беречь его.

1. Одна из основных задач современного педагога — содействовать целостному развитию здорового ребенка. В нашем детском саду проблема сохранения, укрепления, развития здоровья дошкольников стоит наиболее остро, т.к. его посещают дети часто болеющие. Ведется постоянный поиск новых формы и методов оздоровления дошкольников. Свою работу я строю на основе пальчиковых игр через интеграцию образовательных областей «Здоровье» и «Музыка».

Как вы думаете, какое значение имеет проведение пальчиковой гимнастики с детьми?

-развивающее воздействие

-оздоровительное

-развитие речи

-подготовка к письму

-приводят в гармоничные отношения тело и разум

Сегодня мы с вами поговорим об оздоровительном значении пальчиковой гимнастики.

В чем же особенность оздоровительной пальчиковой гимнастики?

-Укрепление детского здоровья

Почему пальчиковые игры я считаю важными в оздоровлении? У нас на ладони находится множество биологически активных точек. (мизинец-сердце, безымянный - печень, средний - кишечник, указательный - желудок, большой палец голова). Следовательно, воздействуя на определённые точки, можно влиять на соответствующий этой точке орган человека.

Именно поэтому нам приятно хлопать в ладоши, бессознательно посылая положительные сигналы сердцу, легким, печени, почкам, желудку и др. органам.

В каком возрасте следует начинать проводить пальчиковую гимнастику?

Такую тренировку следует начинать с самого раннего детства. Помогает ребенку координировано и ловко манипулировать пальцами. Как гимнастика снимающая стресс - легче пройти адаптацию в детском саду.

2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.

Сейчас я покажу пальчиковую гимнастику, а потом выполним ее под музыкальное сопровождение.

Включить магнитофон.

Во время игр садимся друг напротив друга так, чтобы лица взрослого и ребёнка были на одной высоте и малыш видел, как вы поёте, а вы видели его лицо. Для ребёнка до 3 лет хорошим результатом будет умение выполнять правильные движения пальчиками в то время, когда поёт. Выбирайте песенки в среднем или медленном темпе.

Все пальчиковые игры проводятся тремя способами:

А. Взрослый сам выполняет движения - ребёнок смотрит.

Б. Взрослый выполняет движения ручками ребёнка.

В. Ребёнок выполняет движения своими ручками.

Тексты упражнений - весёлые и яркие, являются подсказкой к заданным движениям, легко ложатся на слух ребёнка и без специальных установок настраивают его на игру.

Демонстрация метода работы с музыкальным сопровождением

Упражнение: ПАУЧОК

(Руки скрещены. Пальцы каждой руки “бегут” по предплечью, а затем по плечу другой руки)

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки.

Дождик с неба вдруг полил, (Кисти свободно опущены, выполняют стряхивающее движение(дождик)).

Паучков на землю смыл. (Хлопок ладонями по столу/коленям.)

Солнце стало пригревать, (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качают руками (солнышко светит)

Паучок ползёт опять, Действия аналогичны первоначальным

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке. (“Паучки” ползают на голове.)

Чтобы усложнить проведение пальчиковой гимнастики в соответствии с возрастом ребенка нужно добавить новые упражнения, "рассказать" пальцами новую историю или стишок, показать, как капает дождик за окном (с помощью пальцев обеих рук, как он постепенно превращается в ливень (удары все чаще, а в углу тихонечко скребется мышка(кончиками пальцев поскребсти поверхности стола). Словом, фантазируйте от души. Можно добавлять разнообразные действия с предметами. Предлагаю Вам такое упражнение.

2.Рыбки.

Пять маленьких рыбок

Играли в реке,

Лежало большое

Бревно на песке,

И рыбка сказала:

“Нырять здесь легко!”

Вторая сказала:

“Ведь здесь глубоко”.

А третья сказала:

“Мне хочется спать!”

Четвёртая стала

Чуть-чуть замерзать.

А пятая крикнула:

“Здесь крокодил!

Плывите скорей,

Чтобы не проглотил!”

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.

Руки прижаты друг к другу; переворачиваем их с боку на бок.

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем ими «ныряющее» движение.

Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).

Ладони поворачиваем на тыльную сторону одной из рук (рыбка спит).

Быстро качаем ладонями (дрожь).

Запястья соединены; ладони раскрываются и соединяются (рот).

Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями (рыбки уплывают).

3. Моделирование. Объединение слушателей в малые группы для самостоятельной деятельности по составлению и проведению пальчиковых игр в разных возрастных группах.

Предлагаю вам разработать варианты проведения пальчиковых игр в других возрастных группах. Работать вы будете самостоятельно.

Упражнения: "Мои вещи" (1 группа) "Дом" (2 группа)

МОИ ВЕЩИ

Вот это - мой зонтик ,
Я в дождь хожу с ним
Пусть дождь барабанит -
Останусь сухим.

А вот моя книжка,
Могу почитать,
Могу вам картиночки
В ней показать.

Вот это - мой мяч,
Очень ловкий, смешной
Его я бросаю
Над головой.

А вот мой котёнок,
Я глажу его,
Мурлычет он так
Для меня одного.

«ДОМ»

Я хочу построить дом,
Чтоб окошко было в нём,
Чтоб у дома дверь была,

Рядом чтоб сосна росла
Чтоб вокруг забор стоял,
Пёс ворота охранял.
Чтоб на травке жил жучок,
Бегал быстрый паучок.

Солнце было,
дождик шёл,
И тюльпан в саду расцвёл
Чтоб флажок на доме был,
А за домом ежик жил.

Кто уже знаком с методикой Железновых?. Отец и дочь – Железновы Сергей Станиславович и Екатерина Сергеевна являются авторами программы и методических разработок раннего музыкального развития «Музыка с мамой». Ими выпущено много разнообразных аудио и видеодисков

с веселой музыкой, красивыми мелодиями, простыми песенками, ярким исполнением, направленных на развитие способностей детей практически с самого их рождения. Методика «Музыка с мамой» пользуется популярностью во многих странах мира. С огромным желанием дети запоминают движение, подпевают слова к играм. Музыка – она поднимает настроение, проявляются положительные эмоции у детей. Очень хорошо предложить эти занятия для родителей с детьми дома.

4.Теперь покажите своим коллегам. Другая группа должна догадаться, для какого возраста можно использовать данную пальчиковую гимнастику Почему вы так думаете (Точные движения пальцев, длинный текст.)

Упражнение. В какое время можно проводить пальчиковые игры? Я перечисляю если согласны хлопаете в ладоши, нет ладони машут из стороны в сторону(на занятиях, как физкультминутки, во время сна, в утром, вечером, между занятиями, за обедом ,на прогулке. Благодарю вас за помощь проведения мастер-класса. В заключении хочу сказать ежедневное выполнение пальчиковой гимнастики переходит в устойчивый навык, затем в привычку. Все это повышает настроение ребенка, улучшает самочувствие, а значит, сохраняет и укрепляет здоровье. Уважаемые коллеги, смело используйте в своей работе новые подходы. Это даст толчок вашему творческому и профессиональному росту.

Список литературы:

- Александрова, Т.В. Сказки на кончиках пальцев. Пальчиковые игры по мотивам народных песен и сказок [Текст] / Т.В. Александрова // Дошкольная педагогика. – 2008. - №7. – С. 33-37.
- Давыдова, О.И. Адаптационные группы в ДОУ [Текст]: метод, пособие / О.И. Давыдова, А.А. Майер. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 128с.
- Игры для малышей от 2 до 6 лет [Текст] / Сост. Р. Граббет. – М.: Росмэн, 1999. – 160 с., ил.
- Коноваленко, В.В. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика [Текст]: Комплекс упражнений / В.В. Коноваленко, С.В. Коноваленко. – М.: ООО «Гном-пресс», 2000. – 18с., ил.
- Оригинальные пальчиковые игры [Текст] / Сост. Е.Ф. Черенкова. – М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», 2008. – 186 с.
- Прищепа, С. Мелкая моторика в психофизическом развитии детей [Текст] / С. Прищепа, Н. Попкова, Т. Коняхина // Дошкольное воспитание. – 2005. - №1. – С. 60-64.
- Рузина, М.С. Страна пальчиковых игр [Текст]: развивающие игры и оригами для детей и взрослых / М.С. Рузина, С.Ю. Афонькин. – СПб.: Кристалл, 1997. – 336 с., ил.
- Соколова, Г. Для девочек и мальчиков гимнастика для пальчиков [Текст] / Г. Соколова // Дошкольное воспитание. – 2005. - №6. – С. 34-36.

ЦВЕТОТЕРАПИЯ – КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

С.В. Заднева, воспитатель

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

Сегодня проблемы сохранения здоровья детей приобретают особую актуальность, поскольку все заметнее становится тенденция к ухудшению его состояния. Объем познавательной информации, получаемой малышом в дошкольном возрасте, постоянно растет. Соответственно растет и умственная нагрузка. А это нередко приводит к переутомлению, что негативно сказывается на состоянии здоровья детей. Одна из главных задач дошкольного учреждения - такая организация образовательного процесса, при которой не только сохраняется высокий уровень умственной работоспособности воспитанников, но и укрепляется их здоровье.

Цвету издавна приписывалось магическое значение, благотворное или отрицательное воздействие на человека, ведь для него зрение является самым важным из всех видов чувств. Воздействие цвета на людей неоднозначно, а сугубо индивидуально, оно носит избирательный характер, и это необходимо учитывать в работе с дошкольниками. Изучением влияния цвета на психоэмоциональное состояние ребенка занимается цветотерапия. Цветотерапия направлена на то, чтобы вернуть ребенка в счастливый мир детства и радости.

Разные цвета влияют на организм по разному. Организуя работу с дошкольниками по цветотерапии, мы учитываем то, что цвет является важнейшим элементом любого интерьера. Именно гармоничное сочетание красок в окружающей ребенка обстановке лежит в основе его комфортного существования.

Мы начинаем знакомить малышей с цветом в 1-ой и 2-ой младшей группах на специально организованных занятиях, учим узнавать, называть, выделять цвет в окружающей ребенка обстановке, учим брать краски у природы. Реализация деятельности по цветотерапии

способствует сохранению психологического здоровья, сплочению детского коллектива, развитию представлений детей об ответственном отношении к своему здоровью, о бережном отношении к себе и окружающим людям.

Мною использовались элементы цветотерапии в занятиях, игровой и самостоятельной деятельности детей. Организовывала и проводила игры по развитию цветовосприятия и цветоощущения. Очень интересно проходят в группах цветные недели – каждый день дети приходят в одежде определенного цвета, а также подбираются игры по цвету, оборудование. Разучиваются стихи, загадки. Дети узнают много интересного о цвете, что доставляет им большую радость.

Используя цветотерапию, удастся корректировать поведение детей, их настроение, эмоциональное состояние, т. е. создавать благоприятный психологический климат в детском коллективе. Если хотите увидеть потрясающее умение ребенка радоваться жизни, окружите его яркими красками.

Литература:

- Мария Бриль. Исцеляющий цвет. Цветотерапия. С чего начать. «Вектор», 2009
Крестовская К.А. Целебные силы цвета, или цветотерапия в нашей жизни. «Феникс», 2006
Саймон и Сью Лилли. Сила цвета и цветотерапия. «Диля», 2006
В. Надина. 7 чудес радуги. Практическая цветотерапия. ЭКСМО, 2011
Н.М. Погосова. Цветовой игротренинг. СПб «Речь», 2005

Организация тематической недели здоровья как формы комплексного подхода к оздоровлению детей с туберкулезной интоксикацией

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

Актуальность проекта:

Туберкулезный санаторный детский сад МБДОУ «Детский сад №14» предназначен для детей, с малыми и затихающими формами туберкулеза. Учитывая специфику дошкольного учреждения, необходимо планомерно и систематически осуществлять работу с целью обеспечения благоприятных условий для оздоровления и укрепления здоровья ребенка, формирования и становления ценностей здорового образа жизни.

Тематическая неделя здоровья «Скажем здоровью «Да!» – это краткосрочный проект, позволяющий осуществить ряд мероприятий, направленных на организацию оздоровительной работы и физическому развитию воспитанников с непосредственным участием всех участников образовательного процесса: детей, родителей, педагогов

Тип проекта: познавательный - творческий

Сроки реализации проекта: с 20.03. 2017 г. по 24.03.2017 г.

Задачи:

- Учить детей активно участвовать в заботе о своем здоровье: знать и осознанно выполнять несложные приемы оздоровления (закаливание водой, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, витаминотерапия); прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе, как средстве защиты от туберкулеза.
- Формировать у детей и родителей представление о здоровом образе жизни: правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены, о значении физических упражнений.
- Воспитывать у детей и родителей понятие о здоровье как главной ценности человеческой жизни.
- Повышение заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка

Этапы реализации проекта:

1-й этап – подготовительный (17.03-19.03)

изучить методическую, научно - популярную и художественную литературу по теме;
подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной, театрализованной деятельности;

составить план мероприятий на каждый день, картотеку стихов, загадок, пословиц, массажа, зрительной и дыхательной гимнастики

привлечь родителей к совместной работе с ДООУ по воспитанию культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста

На данном этапе необходимо обозначить проблему:

- Как укрепить сохранить и укрепить здоровье ?

2-й этап – Основной (20.03-24.03)

С целью изучения отношения родителей к данной проблеме был проведен опрос в начале проекта и по его завершению.

Работа с детьми по дням недели:

Понедельник – «Если хочешь быть здоров- закаляйся » 20.03

Цель: Воспитать у детей осознанное отношение к своему организму:

Задачи: бережно и заботливо к нему относиться, формировать у детей представление о здоровом образе жизни, научить детей любить себя и свой организм, закрепить знания о полезных и вредных привычках, формировать негативное отношение к вредным привычкам, воспитывать желание помогать себе сохранить здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям.

познавательное занятие «Полезные и вредные привычки? »

заучивание пословиц и поговорок о здоровье;

Беседа: «Если хочешь быть здоров- закаляйся!»

Дидактическая игра «Полезно-вредно»(с мячом)

Цель: закрепить знания о предметах личной гигиены, спортивных снарядах, развивать внимание.

Чтение художественной литературы С. Михалков «Про мимозу», И.Семенов «Как стать неболейкой»

Работа с родителями. Выставка информации в папках-ширмах «Закаливание ребенка»Цель: Обогащение информационной среды

Вторник - «Будем спортом заниматься» 21.03

цель: Формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.

Беседа «Для чего нужен спорт»

Рассматривание альбомов, иллюстраций по теме спорта и физической культуры

Дидактическая игра «Найди вид спорта по схеме»

Цель: закрепить знания о видах спорта, спортивных снарядах, развивать логику, внимание, речь.

«Быстрее, выше, сильнее» эстафеты и состязания с элементами спорта. Выступление выпускницы ДСШ г. Чистополя по художественной гимнастике СМС М. Левановой.

Цель: Приобщение к спорту, развитие скоростных качеств, воспитание воли к победе»

Чтение художественной литературы Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым»

Работа с родителями. Нетрадиционное творчество. Изготовление поделок на тему: «Мои любимые полезные продукты».

Цель: Приобщение родителей и детей к совместному творчеству. Расширять знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в разных продуктах

Среда – «Давайте поиграем» 22.03

Цель: приобщение детей к народной культуре народов Татарстана. Развивать координацию движений, мышечный тонус, артистические умения. Способствовать развитию инициативы, организаторских и творческих способностей.

Татарские народные игры

Русские народные игры

Чувашские народные игры

Мордовские народные игры

Работа с родителями. «Секрет здоровья в нашей семье», сбор информации (фотографий, рисунков) для изготовления коллажа по группам. Цель: Приобщение родителей и детей к совместному творчеству. Расширять знания о здоровом образе жизни.

Четверг – «Доктор Айболит в гостях у ребят» 24.03

Цель: Продолжать знакомить детей с профессией медицинского работника, дать детям представление о значимости его труда, его заботливом отношении к пациентам.

Целевая экскурсия в медицинский кабинет

Встреча с доктором Айболитом (беседы старшей медицинской сестры Пушкаревой о болезнетворных микробах;

Беседа «Мое тело»

Рассматривание иллюстраций «Тело человека», «Органы человека».

Экспериментирование «Определи плоскостопие»

Загадывание загадок про части тела.

Наблюдение на прогулке «Чем отличаемся мы от детей младших групп?»

Работа с родителями. «Папа, мама, я- здоровая семья.»

Спортивно- развлекательное мероприятие с родителями в подготовительной группе

Цель: Укрепление взаимоотношений родителей и детей, формирование стремлений к здоровому образу жизни, признание в семьях ценностей здоровья.

Пятница – «Вместе против туберкулеза» 24.03

Театрализованная постановка «Как Волк кашлять перестал». Авторская сказка.

Цель: Закрепление знаний о здоровом питании, гигиенических процедурах как средстве борьбы против туберкулеза

«Урок здоровья.» цель :Формировать навыки ЗОЖ. Уметь заботиться о своем здоровье. Воспитывать желание быть здоровыми.

Что? Где? Когда? Викторина. Цель: Закрепление знаний о здоровом питании, влиянии питания на организм

Внимание! Микроб! Занятие. Цель: Закрепление знаний о гигиенических процедурах как средстваах борьбы против туберкулеза

Викторина о здоровье. Цель: Расширять знания о здоровом образе жизни.

Оформление папки-ширмы «Всемирный день борьбы с туберкулезом» «Как укрепить иммунитет ребенка». Цель: Расширять знания о туберкулезе, его видах и методов борьбы с ним. Пропаганда ЗОЖ.

Оформление папки-ширмы «Как укрепить иммунитет ребенка» Цель: Расширять знания о здоровом образе жизни, видах и методов закаливания

По завершению проекта был проведен повторный опрос родителей, который еще раз доказывает результативность и значимость проведенных мероприятий в рамках тематической недели.

Таким образом, в силу специфики ДУ неделя здоровья важна и актуальна.

Проведенные мероприятия способствовали:

-повышению эмоционального, психологического, физического благополучия

-улучшению соматических показателей здоровья;

-дети получили новые знания о ЗОЖ,

-а так же проведенные мероприятия способствовали сплочению детского коллектива, налаживанию благоприятных взаимоотношений между детьми и родителями

Организация воспитательно-образовательной деятельности, направленной на сохранение и укрепление эмоционального и психического здоровья воспитанников

Е.Л. Выборнова, воспитатель

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

В настоящее время Правительство Российской Федерации уделяет большое внимание вопросам охраны и укрепления здоровья детей и всего населения страны.

Это отражено ФГОС ДО : «...охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия»

Наш детский специализированного типа. Его посещают дети с малыми и затихающими формами туберкулеза. Детишки проходят реабилитацию в нашем саду всего полгода, поэтому происходит частая сменяемость детей в группе. Детский коллектив очень восприимчив к появлениям «новичков» в группе.

В своих наблюдениях заметила, что среди детей часто возникают конфликты.

Чтобы адаптационный период в ДОУ прошел безболезненно и успешно, помог вновь прибывшим детям быстро включиться в воспитательно - образовательный процесс, необходимо создать благоприятную среду и организовать дополнительную образовательную деятельность.

С этой целью разработала и реализую проект «Азбука общения и эмоций», он направлен на воспитание и сохранение эмоционального, психического здоровья детей, адаптации их в социуме. В рамках реализации проекта, провожу различные упражнения, несущие диагностическую задачу и помогающие мне грамотно подойти к реализации принципа индивидуализации процесса в группе.

Игровые технологии

Например, упражнение «Моя Галактика» Упражнение помогает мне планировать работу с замкнутыми детьми, развить у детей чувство уверенности в себе, способствовать принятию их в «социум», воспитание толерантности.

Разработала и использую в работе пособие «Цветное настроение» (сказкотерапия) Эта совместная игра с педагогом интересна тем, что ребенок сам, может придумать свою сказку. В поисках решения той или иной проблемы ребенок радуется хорошему окончанию приключений героев и получает собственный опыт решения проблемы.

Применяю интересные приемы для снятия эмоционального напряжения игры - на сплочение коллектива, воспитание толерантности, на развитие навыков совместной деятельности.

Очень нравятся детям упражнения на снятие агрессии и эмоционального нервного напряжения «Апельсиновый Джоз»

Применяю упражнения «Вкусная мандала» или «Портрет» дети фантазируют и создают «портреты» своих эмоций, это выглядит забавно и в то же время способствует их самовыражению.

Информационно-коммуникационные технологии.

Современные дети очень любят играть в компьютерные игры. Использую свои авторские ИКТ игры не только с целью познавательного развития детей, но с целью развития и эмоциональной сферы, и коммуникативных способностей детей.

Здоровье сберегающие технологии.

Здоровье сберегающая деятельность формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Провожу динамические паузы, в утренний и вечерний отрезок времени которые препятствуют наступлению утомления у детей.

Применяю разнообразные приемы здоровьесберегающих технологий, которые направлены на снятие мышечного и психического напряжения.

Личностно-ориентированные технологии.

Ставлю в центре всей системы развития личности ребенка, обеспечиваю бесконфликтные и безопасные условия развития моих воспитанников, отвечающим требованиям ФГОС.

Использую такие методы открытости, доверия и разрешения конфликтов как «Стол переговоров» «Уголок доверия» с помощью которых ребенок может поделиться с педагогом чем-то сокровенным. Очень важно, чтобы ребенок всегда чувствовал поддержку и понимание от нас взрослых

В нашей группе уже стало традицией вести альбом «Счастливые мгновения» отражающие жизнь группы и детского сада (различные праздники, события) так же есть «Семейный альбом воспитанников» это воспитывает уважение детей друг к другу, успокаивает детей, когда им грустно.

Отслеживаю эмоциональное состояние каждого ребенка в течение дня благодаря рубрике «Мое настроение». Учу детей, чтобы они были внимательны к проблемам плохого настроения своих сверстников.

Очень нравится использовать в работе «Мирилки», которые помогают мирить поссорившихся детей. Дети очень открыты и эмоциональны в таких случаях, и от души радуются примирению.

Технологии развивающей среды.

Развивающая среда для ребенка – важный компонент дошкольного образования. Стараюсь обогатить её разнообразием игр, пособий, копилки с упражнениями на снятие эмоционального напряжения, атрибутами для театрализованной деятельности.

Утром, в группе каждого ребенка встречает кукла «Дуняша» Она очень «помогает» тем детям, которые не хотят идти в детский сад и устроена так, что даже может погладить, успокоить и обнять.

Ежедневно поощряю детей за успехи и достижения, пусть порой за самые незначительные. В этом мне помогает стенд «Герой дня» на котором вывешивается фотография избранного ребенка. Каждый ребенок группы по очереди должен занять это место – это помогает ему самоутвердиться и осознать свою значимость.

Провожу информационно - просветительскую работу по социально-коммуникативному развитию воспитанников среди педагогов и родителей, ведь только в тесном тандеме, можно достичь положительного результата.

Проектная деятельность и использование в ней современных образовательных технологий способствует достижению значительной динамики в социально-коммуникативном развитии воспитанников. Результаты повторного мониторинга вы видите на экране.

Дети стали дружнее, с радостью посещают детский сад, они раскрепощены, легко идут на разговор, снизились конфликтные ситуации, умеют договариваться, уступать другу, в нашей группе, самый низкий процент заболеваемости по ДООУ.

Буду и дальше стараться, работать по принципу, чтобы каждому ребенку в группе было по-настоящему весело и радостно, чтобы всегда его ожидали хорошие события в течение всего дня. И пусть крупица моего труда станет плодотворным зерном и даст хорошие всходы в становлении эмоционально здорового человека.

Используемая литература:

1. Зедгенидзе В.Я. Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников. М.,- 2006г.
2. Ковалева И.В.. Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста. М.,- 2007г.
3. Ладутько Л.К., Шкляр С.В. «Познаём мир и себя». Мн.: «И.В.Ц. Минфина», 2002г
4. Шипина Л.М., Заширинская О.В., Воронова А.П., Нилова Т. А., Санкт- Петербург 1998г.
5. Интернет – ресурсы:
[ivalex.vistcom.ru>Konsultac>konsultac2644.html](http://ivalex.vistcom.ru/Konsultac/konsultac2644.html); malishok.edusite.ru>p16aa1.html

Музыкально - ритмические движения – как средство здоровьесбережения детей раннего возраста

*А.Р. Сафина, воспитатель МБДОУ «Детский сад присмотра и оздоровления детей №14
«Подсолнушек» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Актуальность

Физическое здоровье детей является одной из первооснов его полноценного развития. Одним из условий нормального роста и развития ребенка, повышения сопротивляемости его организма, является достаточная двигательная активность. Именно двигательная активность как основа жизнеобеспечения детского организма оказывает воздействие на рост и развитие нервно – психического состояния, функциональные возможности и работоспособность ребенка. Нормально физически развивающийся ребенок, как правило, подвижен, жизнерадостен и любознателен; активен в играх, участвует в делах взрослых. Физическое самочувствие ребенка раннего возраста в дошкольном учреждении должно быть предметом особого внимания педагогов. Почему? С одной стороны в раннем

возрасте малыши начинают овладевать всеми видами основных движений и потребность в движениях и их смене велика, но с другой стороны движения детей в раннем возрасте имеют некоторые особенности: они недостаточно координированы, неуклюжи, и детям трудно сохранять равновесие.

Одним из средств развития движений, а так же удовлетворения двигательной активности детей раннего возраста являются музыкально- ритмические движения. Чтобы сформировать двигательные умения детей, поднять их эмоциональный настрой в период адаптации ребенка к детскому саду эффективно использовать музыкально-ритмическую деятельность, так как она способствует физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом.

С помощью музыкально-подвижных игр возможно снятие психо - эмоционального напряжения, что также очень важно в период адаптации ребенка к детскому саду.

Звучание музыки поможет ребенку войти в нужное эмоциональное состояние: лирическая музыка дает общее настроение успокоения, ровное внешнее поведение, а драматическая музыка создает настроение возбуждения, повышенного жизненного тонуса.

Проводя мониторинг развития детей в начале учебного года мною был выявлен низкий уровень развития двигательных умений и это позволило мне сделать вывод о необходимости развития двигательных умений и качеств через развитие музыкально - ритмических движений.

Задачи музыкально – ритмических движений:

- развитие двигательных качеств и умений
- развитие музыкальности
- развитие коммуникативных качеств
- развитие эмоциональной сферы

Ожидаемые результаты

- Развитие пластичности и движений, формирование осанки, профилактика плоскостопия.
- Воспитание привычки к повседневной физической активности
- Высокий уровень коммуникативных качеств; высокий уровень эмоциональной сферы

Виды деятельности, где я использую музыкально - ритмические движения:

- утренняя гимнастика
- музыкальное сопровождение режимных моментов
- музыкальная деятельность
- физкультурно-оздоровительная деятельность
- минутки «шалости»
- минутки – пробудки
- пальчиковая гимнастика
- бодрящая гимнастика
- динамические паузы

В утренний период времени, когда идет прием детей, дети с радостью заходят в группу, так – как играет веселая музыка и дети с удовольствием перевоплощаются в «зайчиков», «мишек», «котят», ритмично двигаясь под музыку, с радостью принимают участие в игровой ситуации. Даже если ребенок пришел в плохом настроении, радостная игровая ситуация повышает эмоциональный настрой ребенка.

Например, дети очень любят упражнение «Прятки» сл. И. Плакиды, муз. Т. Ломовой Упражнение развивает координацию движений, чувство ритма. Способствует повышению эмоционального тонуса, созданию хорошего настроения.

Также детки очень любят минутки «шалости», где мы играем в музыкальные подвижные игры такие как « Вот летели птички», « Зайчики и лисичка» муз. Б.Финоровского, сл. В.Антоновой с помощью которых происходит снятие психо - эмоционального напряжения детей.

В рамках реализации проекта мною составлена картотека музыкальных классических произведений, прослушивание которых организуется при необходимости в различных режимных моментах. Целью реализации данного направления проекта является нормализация эмоционального состояния детей. В собранной картотеке имеются музыкальные произведения композиторов-классиков, которые (по моим наблюдениям) по-разному влияют на эмоциональное состояние малышей, таким образом помогают создавать благоприятный эмоциональный фон в группе и при необходимости корректировать эмоции детей. Собранные мною произведения по-разному воздействуют на эмоциональное состояние детей таким образом решают совершенно разные задачи: снятие эмоционального напряжения, релаксация, активизация положительных эмоций, активизация психических процессов. Например, произведения на расслабление, успокоение, снятие эмоциональной напряженности: музыка Рубинштейн «Мелодия»; Брамс «Колыбельная», на активизацию положительных эмоций: музыка М. Равеля «Павана», «Болеро» и т.д.

Малышам очень нравится пальчиковая гимнастика «Разминка» сл. и муз.Е. Макшанцевой. Дети выполняют её сидя на стульчиках или на коврик, под музыку выполняя движения согласно текста и подпевая слова, развивая тем самым не только мелкую моторику и чувство ритма, но и развивают речь.

Методы и приемы обучения детей музыкально-ритмичным движениям:

- метод показа
- практический
- импровизационный
- игровой

Принципы отбора музыкально-ритмических движений:

- доступность
- индивидуализация
- систематичность
- повторяемость материала
- наглядность

Затем в повседневной деятельности можно наблюдать как дети самостоятельно, без показа, напоминания и без предложения поиграть, начинают выполнять уже знакомые им движения.

Провожу информационно - просветительскую работу по данной теме среди педагогов и родителей, ведь только в тесном сотрудничестве, можно достичь положительного результата.

На данном этапе можно сделать вывод, что использование музыкально – ритмических движений в работе с детьми раннего возраста дает положительную динамику. К концу году у детей повысился показатель уровня двигательных умений. Также улучшилось эмоционально - психологическое благополучие детей, дети с радостью идут в детский сад, легко и безболезненно проходит адаптация к детскому саду. Дети испытывают радость от предоставленной им возможности выразить себя в движении, передать движением свои чувства, свое понимание музыкального образа, что приводит к улучшению психологического и физиологического состояния организма ребенка.

Список использованной литературы

1. Т.Н.Сауко, А.И. Буренина Программа - технология музыкально- ритмического воспитания детей раннего возраста (2- 3 лет) «Топ, хлоп малыши»
- 2.Н.Ф.Губанова. Развитие игровой деятельности . Вторая группа раннего возраста.
- 3.Е.Железнова,С.Железнов « Подвижные музыкальные игры для детей 2- 5 лет»
- 4.С.Железнова « Забавные уроки» для малышей 1,5 - 4 лет.
5. А.Глазырина «Роль музыки и музыкально-ритмических движений в оздоровлении детей»

Инновационные техники и приемы, используемые в арт – терапии с детьми дошкольного возраста

*Н.С. Ворушило, воспитатель,
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 16 «Виктория»
Чистопольного муниципального района Республики Татарстан*

Как весело рисуют дети
Доверчивые чудеса.
Не истину и добродетель,
А человечка или пса.
И пес неистов и оранжев
В шарах зеленое: «гав-гав»!
И, радуги разбудоражив.
Конь скачет о шести ногах.
А над конем летит сорока.
Летит дорога под конем.
Хочоет солнце кособоко
И улыбается луна.
Дитя от мыслей безрассудных,
Меня чертою отдели.
Пусти, пусти меня в рисунки.
И в добром мире посели!
Давид Самойлов

Всем известно, что **дошкольный возраст** – один из самых важных этапов в жизни ребенка. В этот период ребенок активно познает окружающий мир. В детском саду он получает первый опыт взаимодействия со сверстниками и взрослыми, первые элементарные знания. Задача специалистов **дошкольного** образования заключается в том, чтобы создать комфортные психологические условия для него.

Именно от нас, педагогов, зависит, сможем ли мы помочь детям высвободить скрытые возможности и сохранить неповторимость каждого из них. Но чаще всего раскрыться ребенку мешают застенчивость, тревожность, агрессивность, конфликтность. Это состояние возникает от внутренних переживаний. Именно поэтому я поставила перед собой задачу – развивать эмоциональную сферу детей, улучшать их психическое развитие.

Я думаю, что основным критерием здоровья ребенка является гармония его с самим собой и окружающей средой, а так же способность понимать чужие чувства и свои.

В современном обществе родители хотят дать детям больше знаний.

Но чрезмерное интеллектуальное развитие связано с большой нагрузкой на ребенка и является одной из причин ухудшения состояния физического и психического здоровья детей. В результате, современные дети умеют читать, писать, считать, но реже восхищаются и удивляются, сопереживают.

Большинство **дошкольников** не умеют общаться со сверстниками и взрослыми.

Столкнувшись с этой проблемой я решила развивать эмоциональную сферу детей с помощью нового эффективного **метода арт-терапии**.

Что такое арт терапия?

Арт терапия (лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение) представляет собой методику **лечения и развития при помощи художественного творчества**.

Детская **арт-терапия** – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

Основная цель **арт-терапии** состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Арт-терапия в ДОУ - это комплекс психологических методов познания мира через творчество и искусство: рисование и лепка, музыка и литература, театр и сказки и так далее. Главные цели

таких занятий – формирование высокого жизненного тонуса и выстраивание гармоничных отношений с миром.

Виды арт терапии

Если говорить о классической арт терапии, то она включает в себя только визуальные виды творчества, такие, как: рисование, лепка, живопись, графика и фотография. Но современная арт терапия насчитывает большее количество видов методик. К ней относят также

- музыка — это музыкотерапия;
- литература, книга — это библиотерапия;
- театр, образ — это имаготерапия;
- изобразительное искусство — это изотерапия;
- игры - игротерапия,
- сказки - сказкотерапия,
- театр, драматизация - драматерапия,
- рисование песком - песочная терапия,
- танец, движение — это кинезитерапия.и т. д.

«Мульттики» и компьютерные игры, зачастую заменяют современным детям творческие виды изобразительной деятельности: рисование, лепку, аппликацию. В результате чего у детей формируются различные эмоциональные проблемы – страхи, агрессивность, нарушение поведения и т. д. В сочетании с неправильным воспитанием и неудовлетворенностью ребенка общением со сверстниками и близкими взрослыми эти особенности могут стать эмоциональными нарушениями. Рисуя, ребенок неосознанно дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в разных ситуациях и безболезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами. Когда он передает на бумагу свои чувства, эмоции, переживания – он возвращается в мир детского творчества, возвращается к себе самому. Об этом говорят множественные научные исследования детского рисунка прошлого и нашей современности.

Поэтому в своей работе я использую инновационную **технология - изотерапия**,

Изотерапия – одно из инновационных здоровьесберегающих технологий и является разновидностью арт-терапии(лечение искусством); психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства

Цель изотерапии – повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребенка.

В ситуации, когда вербальные контакты между детьми в группе затруднены, **изотерапия** выступает в роли средства общения, способствует сплочению и взаимодействию детей. Терапия искусством позволяет максимально реализовать творческие способности ребёнка, помогает малышу познать своё предназначение.

Изотерапия является средством для снижения психоэмоционального напряжения, агрессивности, гиперактивности, тревожности у детей.

Изотерапия - предлагает дошкольнику выразить свои чувства и переживания с помощью рисования, лепки, конструирования, работы с природным материалом, помогая тем самым найти новые способы общения с миром, делая этот процесс радостным, интересным и успешным для каждого.

В моей группе, а впрочем, как и в любом детском коллективе, имеются дети группы "риска", имеющие проблемы в эмоционально-личностной сфере, общении и поведении. Организуя совместную деятельность с детьми в группе, я заметила, что вовремя изобразительной деятельности у детей группы "риска" снижается импульсивность, тревожность, агрессивность, неадекватное поведение.

Поэтому, я решила систематизировать работу, и разработать коррекционно-развивающий цикл, в который входит 2 блока совместной деятельности.

В первый блок входят образовательная деятельность, помогающая детям осознать и отреагировать свои внутренние эмоциональные состояния: "Моё настроение", "Радость", "Грусть", "Удивление", "Страх".

Второй блок направлен на осознание своего личностного "Я" и формирование способов эффективного взаимодействия детей друг с другом: "Я", "Я и мои друзья", "Дружное путешествие", "Добрые дела".

Работа в **технологии изотерапии** рекомендует определенную структуру образовательной деятельности:

1. Ритуал приветствия.
2. Настрой, разогрев.
3. Основное содержание.
4. Любование детскими работами.
5. Итог занятия (*ритуал окончания занятия*).

Необходимо сохранить логическую последовательность её частей, что позволит снизить тревожность, увеличить предсказуемость деятельности, и сделать обстановку более защищенной.

В своей работе с дошкольниками использую следующие приемы **изотерапии**:

Изотворчество. Перед началом данного рисования проводится определенный психологический настрой, затем все участники начинают рисовать, ничего не планируя и ни о чем не думая, - никакого реализма, дети рисуют то, что они увидели, почувствовали во время психологического настроения. После окончания работы обязательно) проводится рефлексия работ — разговор по вопросам: Как удалось передать свои чувства, состояние? Что мешало рисовать, что помогло и другие вопросы.

Свободное рисование. Каждый ребенок рисует то, что хочет рисовать, на заданную тему. На рисование выделяется примерно 30 минут, затем рисунки вывешиваются и начинается беседа с начала о рисунке высказываются члены группы, а потом автор.

Коммуникативное рисование. Группа объединяется в пары, у каждой пары свой лист бумаги, каждая пара совместно рисует на определенную тему, при этом, как правило, вербальные контакты исключены, они общаются с помощью образов, красок, линий. После окончания рисования я выхожу на беседу о работах. При этом анализируется не художественные достоинства произведений, а те мысли, чувства по поводу процесса рисования, которые возникли у детей, и их отношения друг к другу в процессе работы.

Совместное рисование. Несколько человек (*или вся группа*) молча рисуют на одном листе. По окончании рисования анализируется участие каждого члена группы, характер его вклад и особенности взаимодействия с процессом рисования, то, как каждый ребенок выстраивает отношения с другими детьми, как он начинает рисовать сколько места на листе занимает и т. д. Анализ детьми общего рисунка начинается с рассказа о том, что они хотели нарисовать, как они рисовали, что у них получилось, что они выразили на рисунке, какие чувства у них вызывает рисунок.

Дополнительное рисование. Каждый ребенок, начав рисовать на своем листе, передает затем свой рисунок по кругу, и его сосед продолжает этот рисунок и что-то дополняет на лежащем перед ним чужом рисунке. Таким образом, каждый ребенок дополняет каждый раз рисунок другого ребенка. Рисунок должен побывать у каждого члена группы и прийти к своему «*хозяину*». Автор рисунка говорит, что он хотел нарисовать и что в результате общей работы на его рисунке получилось.

Особый акцент делается на выборе изобразительных **техник**.

Техники изотерапии

С **детьми** младшего возраста я использую технику «*рисование руками*» (ладонью, ребром ладони, кулаком, пальцами, оттиск печатями из картофеля, пластилином, бумагой). Некоторым ребятам сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие, а также те, в которых родители видят «*маленьких взрослых*», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «*игры с грязью*» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

- марания - в буквальном понимании «*марать*» — значит «*пачкать, грязнить*».

Данный приём нетрадиционного рисования эффективен в работе по коррекции агрессивности и гиперактивности у детей.

С детьми среднего дошкольного возраста можно знакомить с более сложными техниками:

- тычок жесткой полусухой кистью;
- печать поролоном;
- печать пробками;
- восковые мелки плюс акварель;
- отпечатки листьев;
- рисование ватными палочками;
- крупы;
- бумага разной фактуры.

А в старшем дошкольном возрасте дети могут освоить еще более трудные методы и техники:

- рисование песком;
- рисование мыльными пузырями;
- рисование предметами окружающего пространства-рисование мятой бумагой, кубиками, губками, зубными щетками, ватными палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками, спичечными коробками, свечой, пробками. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде, не ущемляет права других детей. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребёнка служит для психолога знаком вовлечённости в творческую деятельность, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей.
- кляксография с трубочкой;
- печать по трафарету;
- пластилинография;
- **работа с крупами**- эта техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.
- природным материалом;
- бумага разной фактуры.
- каракули,рисование по кругу-рисунки по кругу: техника каракулей всегда была ценной методикой психотерапии. Полученные рисунки никого не оставляют равнодушными. Эту технику можно использовать в работе с гиперактивными детьми как инструмент развития ценных социальных качеств (терпения, внимательности и др.), а также для повышения самооценки. Каракули помогают расшевелить ребёнка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают мышечное напряжение.
- рисование вдвоем
- монотипия – рисование оттисков с помощью одного штампа. Приучает к терпению и трудолюбию.
- рисование с помощью соли - технология рисования. акварелью нарисовать рисунок. на влажный рисунок насыпать крупную соль. соль насыпается на всю поверхность листа. после высыхания краски соль стряхивается.
- клеевая техника (*витражи*)
- трехмерные и плоскостные изображения из газет (бумаги)
- рисование по - мокрому листу - помогает детям расслабиться, сделать более гармоничными их. Данная техника способствует снятию напряжения, гармонизации эмоционального состояния, а также используется в работе с гиперактивными детьми.
- рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами. Сухие листья приносят детям много радости, они натуральны, приятно пахнут, невесомы, хрупки и шершавы на ощупь. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге.
- **«Волшебный клубок»**. Для работы потребуются клубки ниток разного цвета, лист ватмана или кусок обоев. Помимо того, что данная техника развивает воображение и фантазию, она

хороша ещё и тем, что идеально подходит для робких, застенчивых детей, боящихся рисовать и играть. Это своеобразная альтернатива рисованию, где не бывает «хорошей» или «плохой» работы. Технику можно смело использовать для гиперактивных, импульсивных, агрессивных детей. Работать можно как индивидуально, так и в паре.

Рисование на воде в технике эбру.

Увидев в интернете, а затем прочитав литературу об этой новой для меня **технологии рисования** я решила ввести ее в свои занятия по изотерапии и на кружке, который называется – «*Краски танцующие на воде*».

Цель **Эбру-рисования**: **развивать** художественное творчество, воображение, фантазию, интерес к изобразительной деятельности.

Задачи:

-Учить детей **рисовать в нетрадиционной технике – Эбру.**

-**Развивать** интерес к изобразительной деятельности, желание экспериментировать, творить, фантазировать, проявляя яркие чувства и эмоции. **Развивать цветовосприятие.**

-Воспитывать творческую самореализацию и индивидуальность.

Эбру — это древнее искусство **рисования на воде**. **Рисование** на воде – особый творческий процесс, заставляющий с трепетом наблюдать за происходящим. Без особого труда даже дети имеющие ограничения по здоровью могут создавать шедевры, просто проведя палочкой по каплям краски на воде. Особый восторг возникает у детей, когда они узнают о том, что рисунок можно перенести на бумагу, и он останется им на память! Зародилось Эбру, по некоторым предположениям, в Индии, потом было перенято персами, от которых перешло к османам, нынешним туркам, и здесь оно получило широкое распространение. Одно можно сказать точно — Эбру появилось на Востоке. Самая древнейшая официальная **работа этой техники** датируется 1539 годом. Для детей Эбру является прекрасным инструментом **развития воображения**, моторики, творческого начала. Эбру — не только знакомство с древнейшим видом искусства и освоение этой необычайно интересной **техники**, но и один из способов погрузиться в мир цвета и форм, получить огромный позитивный заряд и массу приятных впечатлений. Для **рисования** Эбру не требуется никаких выдающихся способностей и умений, даже совершенно не умея **рисовать**, человек с первого раза создает нечто красивое. Тайна Эбру заключается в том, что тот, кто занимается данным видом искусством, одновременно является режиссером, художником и зрителем этой волшебной сказки. Просто нужно довериться своему настроению, эмоциям, руке и не бояться экспериментировать, тогда на свет появится уникальное чудо! Ведь создать две одинаковые картины просто невозможно!

Как помогает детям творчество **рисование на воде «Эбру»**

- В творческой форме выразить свои негативные эмоции (*агрессию, гнев, обиду*). Психологи называют это «*контейнированием*» эмоций.

-Эффект релаксации. После творческого действия ребёнок становится спокойнее.

-Самоактуализация. Посредством творческого акта ребёнок самовыражается, реализует свои возможности.

-**Развивающая роль.** Такие арт-сеансы способствуют гармоничному **развитию личности ребёнка.**

Таким образом, вся творческая деятельность ребенка является важным элементом его **развития**. Для ребенка чаще важен не результат, а сам процесс **рисования**.

Помогает научиться чувствовать, понимать и творить красоту, переключаться с интеллектуальной школьной нагрузки на другую активность - созерцание и создание чего-то уникального. Яркие краски на воде поднимают настроение, сотворчество с водой приближает ребенка к природе и к своему внутреннему миру.

Необычные способы **рисования так увлекают детей**, что, образно говоря, в группе разгорается настоящее пламя творчества. Затем были совместные рисунки детей и их родителей, ведь ребятам хотелось не только показать умения, но и научить, своих близких **рисовать** без подобным образом. Когда накопилось достаточное количество **работ**, мы сделали выставку и оформили альбомы юных художников, устроили мастер классы для педагогов из других групп и их воспитанников. А как приятно слышать восторженные отзывы о детских рисунках! Как приятно **видеть как дети и видеть**, как дети гордятся своими успехами

и обретают веру в собственные силы и возможности! И самое дорогое для меня детское «*Я сам нарисовал! Я ещё много нарисую!*»

Таким образом - **используя в своей работе с детьми нетрадиционные техники рисования которые помогают развивать** познавательную деятельность, находить нестандартные способы художественного изображения, **корректировать** психические процессы детей. Дети стараются передать свои чувства и эмоции, от интересного и необычного **рисования**. Рисунки детей стали интереснее по содержанию и цветовому решению.

На первом этапе используются **техники** с неформальными материалами, не закрепощающие ребенка, например: кляксография, монотипия, пальчиковая живопись, волшебные нитки, рисование мыльными пузырями. Это позволяет снизить страхи, тревожность, дает полет фантазии.

В дальнейшем увеличивается количество парных и групповых заданий, в процессе которых детям приходится договариваться, обсуждать, делить территорию, что способствует развитию навыков позитивного бесконфликтного взаимодействия со сверстниками.

Выбор материалов определяет характер действия детей. Некоторые материалы, как карандаши, мелки, фломастеры, позволяют усилить внутренний контроль, в то время как другие - акварель, гуашь, глина - способствуют свободному самовыражению и позволяют передавать более широкий спектр эмоций.

Маленькие дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т. д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски — в невиданных животных. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

Вывод Занятия по арт-терапии или с элементами арт-терапии дарят детям радость познания, творчества.

Испытав это чувство однажды, ребёнок будет стремиться в своих рисунках, аппликациях, игре и т. д. рассказать о том, что узнал, увидел, и самое главное пережил, почувствовал. Использование детьми приёмов и техник создания изображений выступает у них как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных, а также выступает средством для снижения психоэмоционального напряжения, агрессивности, гиперактивности, тревожности у детей. Психокоррекционные занятия с использованием арт-терапевтических техник и приёмов изображения не утомляют дошкольников, у них сохраняется высокая активность, работоспособность на протяжении всего времени, отведенного на выполнение задания. Применение нетрадиционных техник в воспитательном процессе родителям и педагогам позволяет осуществлять индивидуальный подход к детям, учитывать их желания, интерес. Итак, использование арт-терапевтических методов и приёмов в воспитательном процессе с дошкольниками затрагивает нераскрытые дарования у детей, нормализует их эмоциональное состояние, развивает коммуникативные навыки и волевые качества, что существенно повышает социальную адаптацию и облегчает интеграцию в общество. Это является исключительно важным для всех детей.

Спасибо за внимание!

Литература:

1. Бережная М.С. «Арттерапия как метод социокультурной адаптации личности» – М. : Когито – Центр, 2006. – 336с.
2. Кожохина С.В. «Растем и развиваемся с помощью искусства» - СПб.: Речь, 2006, - 216с.
3. Кожохина С.В. «Путешествие в мир искусства» - СПб.: Речь, 2005. – 101с.
4. Солодякина О.В. «Социальное развитие ребенка дошкольного возраста» - М.: АРКТТИ, 2006, - 88с.

5. <http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2013/11/27/konsultatsiya-dlya-pedagogov-artterapiya-v-detskom-sadu>
6. <http://www.my-sunshine.ru/art-terapiya-v-detskom-sadu>
7. <http://ped-kopilka.ru/blogs/chernikova/art-terapija-risovanie-mankoi.html>

РОЛЬ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ

*Л.Р. Валиева, инструктор по физической культуре
МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №20 «Мозаика»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

В методической литературе мало определенных рекомендаций о музыкальном сопровождении физкультурных занятий. Поэтому введение музыки в занятие, дело самого инструктора по физической культуре. Моя практика, показала пользу от использования музыки и одновременно помогла решить многие вопросы, связанные с методикой проведения физкультурных занятий.

Одна из особенностей музыки — воздействовать на человека с самых первых дней его жизни. Услышав нежный напев колыбельной, ребенок сосредоточивается, затихает. Но вот раздается бодрый марш, и сразу меняется выражение детского лица, оживляются движения! Поэтому музыку мы можем сделать активным помощником воспитания.

Музыка, сопровождающая физические упражнения, создает определенный эмоциональный настрой, активизирует внимание детей. Влияя на физиологические процессы детского организма, она увеличивает амплитуду дыхания, легочную вентиляцию.

У дошкольников, в основной массе, процессы возбуждения преобладают над процессами торможения, и если ребенок с синдромом двигательной активности, то спокойная музыка, в конце занятия, поможет успокоить такого ребенка. Здесь особое внимание хочется обратить на релаксационную музыку со звуками природы.

А теперь, давайте конкретно рассмотрим, где на занятии физической культуры наиболее целесообразно музыкальное сопровождение. Это основные движения в водной части: ходьба, бег, поскоки, общеразвивающие и строевые упражнения.

Например, ходьба в различных построениях и перестроениях обычно проводится под маршевую музыку бодрого, четкого, иногда стремительного характера. Однако физическую нагрузку я рекомендую чередовать с ходьбой обычной, для музыкального сопровождения которой беру не только спокойного характера марш, но также вальс. Аналогично подбираю музыкальное сопровождение к бегу, поскакам. Бег грациозный, мягкий, «стелющийся» требует музыки такого же характера, например вальса, а «острый», «мелкий», с выбрасыванием ног — стремительного, задорного галопа или польки.

Прыжки-поскоки тоже бывают и быстрыми, и широкими, замедленными. В первом случае подходит динамичная, легкая музыка, желательно с подчеркнутой сильной долей такта, во втором — плавная.

В основной части занятия при общеразвивающих упражнениях музыкальное сопровождение применяю в зависимости от этапа разучивания физических упражнений. При разучивании — на 1-ом занятии, музыку не использую, так как она не способствует сознательному управлению двигательным навыком. Далее углубленное разучивание — 2-3 занятие под счет, и уже, когда идет совершенствование и закрепление комплекса, использую музыку, чтобы придать ему большую выразительность. Те физические упражнения, которые требуют индивидуального темпа выполнения, силового напряжения (лодочка, ножницы, подъем туловища из положения лежа, отжимание и т. д.), не следует проводить под музыку.

Удачно подобранное музыкальное сопровождение заменяет при выполнении упражнений мой счет. Под музыку дети хорошо усваивают ритм движений, темп выполнения их, а у меня появляется возможность, не прерывая упражнения, оказывать индивидуальную помощь.

Результаты хронометража показали, что при одинаковой длительности и содержании физическая плотность ОРУ, значительно выше при музыкальном сопровождении, чем без него.

Интенсивность движений, их темп и амплитуда больше, в случае выполнения детьми упражнений под музыку.

Действия детей при выполнении ОВД разнотипны: одни выполняют задание, другие наблюдают, готовятся к выполнению этого задания или выполняют другое. Естественно, что музыка при этом может только мешать. А вот когда, дети звеном, переходят от одного вида движений к другому, и перемещаются по залу, то музыка помогает их организовать и в быстром темпе сделать передвижение.

Во время подвижной игры, музыку использую очень аккуратно. Так как подвижная игра большой интенсивности, повышает активность и увеличивает эмоциональный подъем детей. Есть игры, где музыка может быть введена лишь частично. Одновременно с сигналом когда начинается бег с увертыванием и ловлей, музыка должна быть прекращена: каждый ребенок стремится увернуться от ловишки, двигается в зависимости от его действий и музыку не слушает. При таком беге, музыка может нести дополнительную нагрузку и побуждать детей постоянно двигаться и быстро уставать, а ведь чем хорош бег с увертыванием, можно где-то постоять и передохнуть.

Каждому виду физических упражнений тщательно подбираю музыкальных произведений. Хорошо, когда аккомпанирует опытный музыкальный руководитель, и он по ходу занятия играет нужную мелодию, но бывает, что его нет или он просто отсутствует, на такие случаи использую фонограммы, подобранные в зависимости от видов физических упражнений, а так же, в зависимости от возраста.

В младших и средних группах музыкальное сопровождение даю в более медленном темпе, чем в старших и подготовительных группах, мелодии не так часто сменяют одна другую, музыкальные произведения подбираю ярко контрастного характера.

Привыкнув к звучанию музыки на физкультурном занятии и утренней гимнастике, дети легко переключаются с выполнения одного задания на другое в соответствии с изменением характера музыки, что позволяет мне сократить время на словесные указания. Например, услышав после марша музыку польки, дети переходят на шаг польки; на мелодию песни «Пойду ль, выйду ль я» они выполняют «гусиный шаг» и т. д.

Роль музыки в формировании двигательных навыков и умений разнообразна и многопланова. Музыка делает занятия маленькими праздниками в жизни дошкольников. Если по каким-либо причинам физкультурные занятия или утренняя гимнастика проходят без музыкального сопровождения, это встречается детьми возгласами разочарования и многочисленными «почему?».

Восприятие музыки тесно связано с умственными процессами, т. е. требует внимания, наблюдательности, сообразительности.

Развивая ребенка эстетически и умственно, всячески поддерживаю пусть еще незначительные творческие проявления, которые активизируют восприятие и представление, будят фантазию и воображение.

Когда взрослый ставит перед ребенком творческие задания, то возникает поисковая деятельность, требующая умственной активности.

Моя цель физического воспитания в дошкольном учреждении состоит в том, чтобы удовлетворяя естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и всестороннего физического развития ребят; обеспечить овладение дошкольниками двигательными умениями и навыками; создать условия для разностороннего (умственного, нравственного, эстетического) развития ребят и воспитания у них потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Недаром выдающийся педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому крайне важно правильно организовать занятие физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечит в дальнейшем не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие личности.

Я считаю, что методически грамотный выбор музыкального сопровождения является важным условием правильной организации всего педагогического процесса, а значит и важным профессиональным умением современного специалиста по физической культуре.

Использование музыки во время физкультурных занятий на моей практике показывает, что дети с большим удовольствием посещают физкультурные занятия, во время занятий у детей хорошее настроение. Легче усваивается новый материал. Улучшается эмоциональный и психоэмоциональный фон у детей.

Литература:

Инструктор по физкультуре.-Сфера-Москва,2010.№1.-128с.

Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет; Просвещение- Москва, 2007.-304с.

Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения; Детство-Пресс-Москва, 2007.-416с.

Музыка О.В. Физкультурно-оздоровительная работа. Комплексное планирование по программе под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Младший. Средний, старший возраст; Учитель-Москва,2011.-128с.

Сундукова А.Х. Волшебный мир здоровья; Дрофа-Москва,2010.

Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности в детском саду; Детство=Пресс-Москва, 2010.-176с.

ДЕТСКАЯ ДОРОГА К БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНИ

*С.С. Пронина, воспитатель МБДОУ «Детский сад №22 комбинированного вида»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Повседневная жизнь обычного гражданина таит множество опасностей. Обеспечение безопасности себя и своих детей все актуальнее. Решение этой проблемы только одно – с раннего дошкольного возраста научить детей поступать в соответствии с нормами безопасности. Ведь, научившись бережно относиться к своей жизни, они будут воспринимать чужую как безусловную ценность.

Всем известно, что здоровье человека закладывается в детстве. Образ жизни – как раз та тема, об актуальности которой можно говорить много, и всё будет главное. Как сберечь здоровье? Как помочь разобраться в многообразии жизненных ситуаций? Как научить помогать друг другу? Как...? И неожиданно для себя я столкнулась с недостаточной оснащённостью дидактическими материалами и методической литературой. А также с тем, что программа Авдеевой Н.Н., Стеркиной и Князевой Н.А. рассчитана на детей старшего дошкольного возраста. Единичные наработки и их разбросанность по разным источникам затрудняли обучение детей дошкольного возраста навыкам безопасного поведения и приобщение их к здоровому образу жизни.

Ведь достижение этой цели возможно лишь при едином методическом материале, который собран с учётом психолого-педагогических особенностей детей. Я старалась подбирать его на основе желания ребёнка познавать окружающий мир, используя его любознательность, наглядно-образное мышление и непосредственность восприятия. И поэтому я решила создать свою программу, которая рассчитана на три возраста детей: «Тропинка к здоровью» - рассчитана на 4 – 5 лет, «Тропинка к здоровой улыбке» - 5 – 6 лет, «Дорога к безопасной жизни» - 6 -7 лет. Мой материал можно использовать при индивидуальной и подгрупповой форме обучения. Это такие формы работы как экскурсии, беседы, специальные занятия, чтение художественной литературы Т.А. Шорыгиной, Л.Н. Стеркиной, ситуации, игры, соревнования, конкурсы и театрализованные представления, просмотр ИКТ. Составление модельных схем о правилах поведения. Считаю, что идеальным вариантом для детей дошкольного возраста являются игры, игры – ситуации. Эти формы учат детей принимать решения, взаимодействовать друг с другом, а значит включать их в содержательное общение, в котором на эмоциональном уровне происходит, на мой взгляд, более эффективное усвоение важных правил и аксиом. Они помогают повысить эмоциональный тонус детей, активизировать их внимание и развивать их творческие способности. Проблема стоит особенно остро. Понимая, что дети – это самое дорогое, что есть в любом обществе, в независимости от политического строя и религиозного вероисповедания, я

поставила задачу важнейшей проблемы: как развивать в детях-дошкольниках навыки безопасного поведения и приобщить их к принципам здорового образа жизни. В представленном мной опыте собраны проверенные практикой дидактические игры: «Колесо здоровья», «Зеленый огонек», «Авто карусель», «Колесо безопасности» и т.д. Основной целью опыта является формирование у ребёнка моральных качеств, жизнесберегающих качеств и привычек, необходимых для жизни в здоровом обществе. Главной целью работы является формирование сознательного отношения ребёнка к личной безопасности и безопасности других людей, умение ориентироваться в экстремальных ситуациях, сохраняя жизнь себе и другим, способность оказать помощь себе и пострадавшим. На примере можно привести: «Микробы живут везде», «Папины предметы – мамини предметы», «Веселый зонтик», «Источники опасности», «Таблетки не конфетки». Поэтому основная моя задача – уделять внимание психическому и социальному здоровью, которое служит фундаментом для интеллектуальной и творческой надстройки личности.

Для этого использовала различные игровые методы и приемы работы. В доступной форме давала детям знания о правилах дорожного движения, рассматривали фотоальбом «Мы с папой – пешеходы», «Береги самое дорогое», по пожарной безопасности: экскурсия в пожарную часть, игры – ситуации «Елка, зеленая иголка». При знакомстве детей с правилами безопасности я делала акцент на формирование у них определённой модели поведения:

- предвидеть опасность
- уметь принять меры во избежание опасности
- уметь обращаться за помощью к другим
- уметь действовать так, чтобы обеспечить свою безопасность, защитить себя в опасных ситуациях.

Делая вывод, дети должны иметь представление о том, что многие вещи и предметы могут быть опасными. Они могут быть и безопасными, если используются по назначению и правильно. В ходе обучения дети получили элементарные представления о том, что человеку важно знать о правилах безопасного поведения и о том, что их надо уметь соблюдать дома, на улице, в детском саду, а также при возникновении опасных ситуаций, связанных как с человеческой деятельностью, так и со стихийными природными явлениями.

Наиболее подходящим для опыта этой работы я считаю использование традиционных педагогических принципов и методов обучения.

В беседах мы рассматриваем и обсуждаем наиболее типичные ситуации, обращая внимание детей на то, что может быть опасно оставаться наедине с незнакомым человеком. Старалась убедить их в том, что не всегда приятная внешность человека совпадает с добрыми намерениями. Сознывая это, старалась обеспечить преемственность в вопросах воспитания безопасного поведения детей на улице, на игровой площадке, встреча с животными. Для формирования заинтересованности родителей по проблеме ОБЖ я проводила следующие мероприятия:

- подборка тематических консультаций в папке для родителей, индивидуальные и групповые консультации; анкетирование, распространение буклетов, конкурсы рисунков: «Мой город», «Спички – это не игрушка», «Осторожно – гололед», «Осторожно – ледоход», «Опасные предметы», «Пешеход – будь внимателен».

— участие родителей воспитанников в экскурсиях, акциях. Так у нас проходила акция «Водители, вы ведь тоже родители» «Водитель, будь внимателен». Подводя итог, хотелось бы сказать, что работа по ОБЖ и привитию детям ценностей здорового образа жизни направлена на формирование опыта безопасного поведения дошкольников, развитие способности адекватно реагировать в случае опасности и обучение способам самосохранения и выживания.

Таким образом, формула безопасности гласит: предвидеть опасность; при возможности избегать; при необходимости действовать.

Для детей она зарифмована в стихах:
Надо видеть, предвидеть, учесть.
По возможности – всё избежать,
где надо – на помощь позвать.

Приведу яркий пример, выходя на экскурсии первыми дети обратили внимание, что открыт колодец и

нет люка возле школы кадетов. Дети задавали вопросы, почему открыт, стали вести разговор об опасности, которая поджидает людей. Беседа продолжалась целый год. Весной решили вместе с детьми обратиться в редакцию местной газеты «Без проблем». Письмо отправили в стихотворной форме. После публикации этого обращения, пришел ответ. Люк закрыли. Дети с гордостью беседовали, о том, что сделали полезное дело, обезопасили жизнь людям.

Литература:

Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б., Безопасность – Санкт-Петербург: Детство – пресс, 2002.,

Берсенева З.И., Здоровый малыш, Москва, 2005г.,

Ковалько В.И., Здоровьесберегающие технологии. М.:Вако – 2004г.,

Новикова И.М., Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников, -М.:Мозаика – Синтез, 2009г.,

Мультимедийные фильмы «Уроки тетюшки совы».

КОРРИГИРУЮЩАЯ ГИМНАСТИКА – ЭФФЕКТИВНАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Н.В. Сысуева, воспитатель МБДОУ «Детский сад № 22 комбинированного вида» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Мастер-класса для педагогов

Цель: повышение компетентности педагогов в вопросах использования современных здоровьесберегающих образовательных технологий.

Задачи:

1) расширить знания педагогов по вопросам технологии сохранения и стимулирования здоровья с учетом требований ФГОС ДО;

раскрыть значение здоровьесберегающих технологий;

познакомить с методикой проведения корригирующей гимнастики;

поделиться личным опытом работы по сохранению здоровья дошкольников;

распространить педагогический опыт по применению здоровьесберегающих технологий;

познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.

Ожидаемые результаты у детей. Формирование осанки (предотвращение дефектов осанки; приобретение стойких структурных основ осанки; укрепление мышц способствующих правильному положению позвоночника и стопы); развитие органов дыхания; развитие опорно-двигательного аппарата (укрепление двигательного аппарата; стимулирование роста костей). Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям. Уверена: каждый из вас постоянно находится в поиске новых эффективных подходов к оздоровлению, воспитанию и развитию детей. Меня всегда интересует тема использования нестандартного спортивного оборудования как эффективного средства приобщения детей к здоровому образу жизни. Своими наработками хочу поделиться сегодня с вами.

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий - обеспечить ребенку возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Согласно ФГОС, обязательным условием организации работы с детьми в дошкольном учреждении является принцип интеграции образовательных областей. Корригирующая гимнастика после сна – одна из форм оздоровительной работы в детском саду, которая входит в направление «Физическое развитие» («Здоровье»).

В своей практике я давно использую корригирующую гимнастику, как эффективную **технологии сохранения и стимулирования здоровья дошкольников**. Многим хорошо известны комплексы корригирующей гимнастики для детей как вид коррекции искривления позвоночника и плоскостопия. Действительно, корригирующая гимнастика для детей, в основном, направлена на исправление осанки и решает проблемы позвоночника. Хотя, как вид лечебной гимнастики, может решать гораздо более широкий круг проблем и корригировать с ее помощью можно гораздо больше.

Корригировать — значит исправлять. А исправлять в фигуре и здоровье современного ребенка, к сожалению, есть что. При организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми, мы, педагоги, должны четко представлять, какие упражнения и в каких ситуациях можно использовать как элементы корригирующей гимнастики.

Коррегирующая гимнастика - это система индивидуальных заданий, направленных на развитие и коррекцию конкретных видов движений и мышц.

Примерная схема проведения оздоровительной гимнастики после дневного сна выглядит так: гимнастика в постели, упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки.

В комплекс гимнастики после сна входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия (хождение по корригирующим дорожкам), воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Методика проведения оздоровительной гимнастики после дневного сна не сложная.

1. Пробуждение детей происходит под звуки плавной музыки, громкость которой медленно нарастает.

2. Гимнастика в постели может включать такие элементы, как потягивание, поочередное поднятие и опускание рук и ног, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики. Важно исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение. Длительность гимнастики в постели около 2-3 минут.

3. Затем дети переходят в групповую комнату, где выполняют ходьбу (на носках, пятках, с высоким поднятием колен, в полуприсяде, в полном присяде, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок, по корригирующим дорожкам) или комплекс упражнений направленных на профилактику плоскостопия. При этом важно следить не только за правильностью выполнения упражнений, но и за осанкой и дыханием детей. Длительность этой части гимнастики 2-3 минуты.

Общая длительность оздоровительной гимнастики после дневного сна - 12-15 минут для старших дошкольников. Такая форма двигательной активности помогает ребенку быстрее войти в активное состояние, вызывает у него положительные эмоции, укрепляет мышечный тонус. Проводится такая гимнастика при открытых фрамугах.

В постели дети выполняют 2-3 упражнения на расслабление мышц рук и ног: например, «потягушки», «бревнышко». Одно - с «дружком» (например, «Качели»: ноги согнуты в коленях; «дружок» захватывается стопами; ноги с персонажем раскачиваются вверх-вниз, как на качелях). Длительность- 2-3 минуты. Упражнения сопровождаются стишками.

Затем - на массажном коврике около кроватей, вместе с игрушкой-подушкой дети выполняют упражнения по профилактике плоскостопия: хождение на носочках, с высоким поднятием колен, на внутренней и внешней стороне стопы и т.д.

После чего переходят в проветренную до 20-22 градусов групповую комнату и продолжают профилактическую ходьбу по корригирующим дорожкам, а также 3-4 упражнения направленную на коррекцию осанки. Упражнения выполняются как с тренажерами, так и без них.

Корригирующая гимнастика рассчитана на большую самостоятельность: дети должны помнить упражнения, их последовательность и осознанно выполнять комплекс. Так, у детей прививается потребность в выполнении физических упражнений, а значит, осуществляется забота о сохранении здоровья малышей.

Список литературы:

1. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. - 2004. - № 1. - С. 114-117.

2. «Здоровьесберегающая система ДОУ». Авторы – составители М. А. Павлова, М. В. Лысогорская. Волгоград. Издательство «Учитель» 2008.

НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, КАК ЧАСТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ В РЕЖИМЕ ДНЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Э.Р. Зулькарнаева, воспитатель МБДОУ «Детский сад № 25 «Йолдызкай»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка — это самая главная забота нашего общества. Актуальность темы давно подтверждена статистикой. Отечественные ученые установили, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от системы здравоохранения, на 50% - от образа жизни. Воспитывать и развивать уважительное отношение к своему здоровью нужно уже в раннем детстве. Специалисты считают, что 75% болезней человека закладываются в дошкольном возрасте. И сегодня именно педагоги могут сделать для здоровья детей не меньше, чем врачи.

Одна из главных задач дошкольного учреждения - предоставление условий, которые будут гарантировать формирование и укрепление здоровья детей. Для эффективного решения данной проблемы в дошкольном учреждении используются здоровьесберегающие технологии. В понятие «здоровьесберегающие технологии» входят направления деятельности ДОУ по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей. Здоровьесберегающие технологии - это:

- условия обучения ребенка (адекватность требований и методик обучения и воспитания, отсутствие стресса);
- рациональная организация учебного процесса (согласно половым, возрастным особенностям и гигиеническим требованиям);
- соответствие нагрузки физической и умственной возрастным возможностям дошкольников;
- достаточный, необходимый и рациональный двигательный режим.

Целью технологий здоровьесбережения является обеспечение высокого уровня здоровья детей и воспитание культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни, валеологической компетентности, которая позволит ребенку решать самостоятельно и эффективно задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оказывать медицинскую и психологическую самопомощь.

Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий:

Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДОУ.

Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ.

Освоение педагогами ДОУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых ДОУ.

Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.

Работа валеологической направленности с родителями ДОУ.

Наши направления работы по здоровьесбережению дошкольников:

интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности;

внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ;

разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками;

формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей;

совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы;
обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДООУ.

В своей работе мы используем как традиционные, так и нетрадиционные методы: пальчиковую гимнастику, массаж и самомассаж, Су – Джок – терапию, кинезиологические упражнения, дыхательную и вибрационную гимнастику, релаксацию. Перечисленные методы являются составляющими здоровьесберегающих технологий.

Одним из показателей и условий хорошего физического и нервно-психического развития ребёнка является развитие его руки, кисти, ручных умений или, как принято называть, мелкой пальцевой моторики. На поверхности кисти рук и поверхности стопы имеются БАТ – представительство всех органов и систем. Регулярный массаж большого пальца повышает функциональную деятельность головного мозга. Воздействия на указательный палец активизируют деятельность желудка, на средний – кишечник, на безымянный – нормализуют функцию печени, на мизинец – стимулируют работу сердца. Такой массаж желательно сопровождать весёлыми рифмовками (приговорками).

Мы давно используем массаж ладоней массажными мячиками по методу Су – Джок-терапии. Цель массажа: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга. Су - Джок терапия – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок – терапия активизирует у наших детей защитные функции организма. Массаж проводим в любое свободное время: вечером, между занятиями, сопровождая стихами и нет.

Широкие возможности в работе помелкой моторики пальцев рук открывает применение нестандартного оборудования. Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, вызывает радость и положительные эмоции. Мы используем все то, что наверняка найдется в любом доме из разряда бытовых вещей: прищепки, карандаши, бусы. Особенно нравятся малышам массаж прищепками. Бельевой прищепкой на ударные слоги стиха поочередно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно, затем тыльную сторону ладонки, между пальчиками. Манипуляции с прищепками просты и легко запоминаются детьми.

Массаж с разными крупами и бусами также полюбился детьми. Перебирание круп или бусинок развивает пальцы, успокаивает нервы. В это время можно считать количество бусинок. Проводится под присмотром взрослого.

Ежедневно проводим массаж рук детей колечками. Пять небольших колечек надеваем по одному на каждый пальчик левой руки, затем на каждый пальчик правой. Надевая, называем пальчики: большой, указательный и т.д.

Массаж грецкими орехами включает в себя разные упражнения: катать два ореха между ладонями; прокатывать один орех между ладонями; удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки или несколько орехов между пальцами обеих рук.

В этом учебном году стали использовать еще один вид нетрадиционного массажа – массаж ладоней шестигранным карандашом. Научить детей такому самомассажу рук не сложно. Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. С помощью шестигранных карандашей ребёнок массирует запястья, кисти рук: пальцы, ладони, тыльные поверхности ладоней, межпальцевые зоны. Такой массаж и игры с «Весёлым карандашом» стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев. Очень нравятся детям массажные упражнения «Утюжок», «Добывание огня», «Волчок», «Вертолет», «Скольжение», которые сочетаются с проговариванием коротких стихотворений и рифмовок. Упражнения пальчиковой гимнастики с «Весёлым карандашом» нравятся малышам. Данные упражнения способствуют не только развитию мелкой мускулатуры рук, но и способствуют развитию координации движений, развитию речи ребенка, т.к. на кончиках пальцев находятся нервные окончания, которые мы с помощью данных упражнений развиваем.

В результате проводимой работы мы заметили, что применение нестандартных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает деятельности необходимую эмоциональную окраску. Наши дети научились самостоятельно пользоваться нестандартным оборудованием в течение дня, координируя тем самым действия нервной, мышечной и костной систем. Мы согласны со словами В. Сухомлинского, который сказал: «От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают ум ребенка. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок».

Таким образом, бюджетные и совсем бесполезные, на первый взгляд, предметы превратились в забавное нестандартное оборудование для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик для пальчиков рук, способствующих полноценному развитию детей.

Литература:

1. Гудонис В.П. Здоровье как необходимое основание детства. // Мир психологии. — 2000 г. — № 1 — С. 108—121.
2. Кудрявцев В.Т. Инновационное дошкольное образование: опыт, проблемы и стратегия развития. // Ж. Дошкольное воспитание. — 1999 г. — № 12 — С. 92—100.

ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ДОУ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

*А.Ю. Бадыгина, воспитатель МБДОУ «Детский сад № 25 «Йолдызкай»
Чистопольского муниципальногорайона Республики Татарстан*

Януш Корчак писал: «Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься».

Оздоровительная работа с дошкольниками в последние десятилетия приобрела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе и детей. Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15%. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата - нарушение осанки, плоскостопие. В подавляющем большинстве дети страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом.

Многие причины от нас не зависят, и изменить что-либо - не в наших силах. Но есть одна, на мой взгляд, очень важная – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранении и укреплении своего здоровья. Поэтому сегодня всё внимание работников детского сада как никогда направлено на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни.

Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии. Цель которых – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Существует множество технологий, которые выделены в группы:

технологии сохранения и стимулирования здоровья (ортопедическая гимнастика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика);

технологии обучения ЗОЖ (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, самомассаж, активный отдых);

коррекционные технологии (артикуляционная гимнастика, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, арттерапия, логоритмика, Су-Джок терапия).

Учитывая тот факт, что используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, в своей работе я использую разные формы организации здоровьесберегающей работы: физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, подвижные и спортивные игры, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, физкультминутки, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки, физкультурные досуги, спортивные праздники. На протяжении нескольких лет я использую такие технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Динамические паузы, которые провожу во время занятий в течение 2-5 минут, по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаю элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастик в зависимости от вида занятия.

Пальчиковую гимнастику провожу индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Это, как правило, инсценировка детских стихов. Игры с пальчиками - это, прежде всего, весёлые занятия, а уж потом развитие и обучение. Пальчиковые игры незаменимы: они хорошо развивают произвольное внимание, координацию и мелкую моторику, которая стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезны всем детям без исключения, особенно тем, у кого речевые проблемы. Проводится в любой удобный отрезок времени. Особенно детям нравятся пальчиковые игры «Соки» и «Медведь».

Давно в своей работе использую элементы *точечного массажа*. Доказано, что есть связь между участками кожи и внутренними органами. В результате точечного массажа укрепляются защитные силы организма. И он сам начинает вырабатывать «лекарства», которые намного безопаснее таблеток. Особенно много точек на ушной раковине. Поэтому ежедневно мы выполняем с детьми упражнение «Взяли ушки за макушки». Учитывая, что и на стопе также находится много активных точек, мы ежедневно организуем после сна *ходьбу босиком*.

Самомассаж улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. самомассаж проводится в игровой форме в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке делают его для ребенка доступным и интересным. Младшие дошкольники особенно с удовольствием выполняют комплексы «Путешествие по телу» и «Дождик».

Для оздоровления и укрепления здоровья младших дошкольников группе имеются дорожки здоровья из пластмассовых пробок, резиновые дорожки с колечками, ребристая дорожка, дорожки с массажёрами, бусинами. Дети ходят по дорожкам 2-3 раза в день, тем самым воздействуют на биологически активные точки стоп и укрепляют свое здоровье. В летний период мы используем тропу «Здоровья» на участке, разновысотные пеньки, бревно, емкость с песком, камешками. Все это создает условия для самомассажа, босохождения и выполняет главную задачу укрепления здоровья малышей.

Обучение детей простейшим приемам технологий здоровьесбережения (пальчиковая, оздоровительная, дыхательная, корригирующая гимнастика, самомассаж) способствовали получению неплохих результатов:

- 1) у детей сформированы навыки здорового образа жизни;
- 2) улучшилось взаимодействие специалистов ДОО в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками;
- 3) стала проявляться толерантность всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОО;
- 4) сформирована нормативно-правовая база по вопросам оздоровления дошкольников;
- 5) внедрены научно-методические подходы к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОО и семье;
- 6) улучшились соматические показатели здоровья дошкольников (пропуски по болезни детей снизились на 0,6 дня: с 2,8 до 2,2).

Литература:

- Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: Методическое пособие.- М.: Т.Ц. Сфера, 2005.
- Горбатенко О.Ф., Кадраильская Т.А., Попова Г.П., Физкультурно-оздоровительная работа, Издательство «Учитель», 2007.
- Карпова Т.Г. , Формирование здорового образа жизни у дошкольников, Издательство «Учитель», 2009.
- Подольская Е.И., Формы оздоровления детей 4 - 7 лет, Издательство «Учитель», 2008.
- Тарасова Т.А., Власова Л.С., Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Н.В. Березина, воспитатель

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 28»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровьесберегающие технологии в детском саду – это комплекс медицинских, психологических и педагогических мер, направленных не только на защиту детей, но и на формирование у них ценностного и осознанного отношения к состоянию своего здоровья.

Здоровьесберегающие технологии в воспитательном процессе разделены на те, которые направлены на:

- стимулировать и сохранять здоровье;
- обучение здоровому и правильному образу жизни;
- коррекцию состояния малышей.

Эффективность всех технологий в первую очередь зависит от того, как именно в ДОУ организован процесс обучения, не наносит ли он вред малышам. Цели их использования предельно ясны. Они необходимы для того, чтобы воспитанники садов стали более жизнеспособными, у них сформировалось правильное отношение к своему здоровью, они могли самостоятельно его сохранять, оберегать и поддерживать.

Компьютеры в школьных классах сегодня уже не воспринимаются как нечто редкое, экзотическое, однако в детском саду они еще не превратились в хорошо освоенный инструмент педагогов. Но с каждым годом современные информационные технологии все плотнее входят в нашу жизнь. Поэтому дошкольное образовательное учреждение, как носитель культуры и знаний, также не может оставаться в стороне.

Информационные технологии, это не только и не столько компьютеры и их программное обеспечение. Под информационно-коммуникативными технологиями подразумевается использование компьютера, Интернета, телевизора, видео, DVD, CD, мультимедиа, аудиовизуального оборудования, то есть всего того, что может представлять широкие возможности для коммуникации. Использование компьютерных технологий помогает:

- привлекать пассивных слушателей к активной деятельности;
- делать образовательную деятельность более наглядной и интенсивной;
- формировать информационную культуру у детей;
- активизировать познавательный интерес;
- реализовывать личностно-ориентированный и дифференцированный подходы в обучении;
- дисциплинировать самого воспитателя, формировать его интерес к работе;
- активизировать мыслительные процессы (анализ, синтез, сравнение и др.)

Важно, чтобы в дошкольном образовательном учреждении здоровьесберегающие воспитательные технологии применялись на регулярной основе. Например, по мере утомляемости детей необходимо использовать динамические паузы.

К технологиям, направленным на сохранение здоровья и его стимулирование, относят различные подвижные игры, в том числе и спортивные, гимнастику, разминку для пальцев, глаз, дыхания, использование дорожек здоровья.

Остановимся на преимуществах использования интерактивных материалов.

Перед педагогами стоит вопрос: какие технологии, методы и приемы наиболее эффективно помогут научить ребенка заботиться о своем здоровье, обеспечить его активную позицию в процессе получения знаний, умений и навыков о здоровом образе жизни. Мышление дошкольников носит конкретный, образный характер, их внимание неустойчиво. А это значит, что в процессе обучения обязательно должен использоваться доступный, красочный, разнообразный наглядный материал. Видео- и аудиозаписи также помогут заинтересовать детей, надолго привлечь их внимание. Поэтому в своей работе с детьми по формированию основ здорового образа жизни я активно использую информационно-коммуникационные технологии.

Если вы хотите с раннего возраста приучать ребенка к ведению здорового образа жизни, то лучшего учебного пособия, чем познавательные мультипликационные фильмы, вам не найти. Ведь именно в них в игровой форме затрагиваются такие важные темы, как личная гигиена, соблюдение режима, правильное питание, вредные и полезные привычки.

Согласитесь, рассказывать ребенку, как правильно чистить зубы, показывать ему картинки в книгах и наблюдать, как это делают любимые герои анимационных фильмов – не одно и то же. Малыши любят и с удовольствием подражают своим мультипликационным любимцам, поэтому обучающий эффект анимационных фильмов, подкрепленный собственными рассказами, будет просто колоссальным.

В мультипликационных фильмах из предложенной мной подборки забавные герои будут интересно, увлекательно и доступно разъяснять малышу основные вопросы, касающиеся здорового образа жизни. Вместе с полюбившимися героями ребенок узнает, как делать зарядку, чистить зубы, почему полезно закаливание и прогулки на свежем воздухе, поймет, почему перед едой надо обязательно мыть руки и почему крайне важно питаться правильной и здоровой едой. Смотря, как герои борются со своими вредными привычками, малыш начнет различать, что такое хорошо, а что такое плохо.

На первое место в заботе о здоровье детей я поставлю детский сериал «Смешарики». Не одна серия посвящена здоровью. Просто, не навязчиво проповедуются истины, что здоровье надо беречь смолоду. Да и том, что случается с теми, кто пренебрегает этими правилами, показывают. И получается это как-то лучше, чем у нас с нашими вечными банальностями: «Шапку одень, уши застудишь!» и «Вспотеешь, а потом протянет!»

Мультяшных героев больше слушают, им больше доверяют. Целая серия «Азбука здоровья» из 11 серий.

Дальше идут мультики советских времен о вреде курения и алкоголя. Курение опасно для здоровья. О вреде алкоголя и о пользе спорта.

Из тех же времен я помню еще со своего детства парочку интересных мультиков. Королева Зубная Щетка. Про бегемота, который боялся прививок. Птичка Тари, Мойдодыр.

Из новых мультиков довольно интересный, в духе времени. Ну и с пользой для воспитания заботы о здоровье. Как закалялся Кощей. Жила-была царевна - новый многосерийный мультфильм про маленькую обаятельную и непоседливую девчужку. В каждой серии - поучительная история из ее жизни.

Из школьных уроков тетюшки Совы (в этой серии множество мультиков, все о безопасности, образовательные... Но некоторые очень уж наставительные, моя дочь в 5-6 лет смотрела без проблем, нравился ей воспитуемый Совой — Непослуха. Уроки осторожности Тетюшки Совы (Микробы). Уроки осторожности Тетюшки Совы (Лекарства).

Специально для родителей, каким правилам придерживаться. Здоровье начинается дома. С помощью программы Power Point я сделала серию мультимедийных презентаций:

- «Полезные и вредные продукты»
- «Где живут витаминки»
- «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»
- «Советы доктора Айболита» и др.

Мультимедийные презентации - это яркие, доступные пособия, которые можно использовать как на занятиях, так и в совместной деятельности с детьми. Чередование демонстрации красочного материала и беседы помогают сформировать у детей представления о

ЗОЖ, его компонентах. А включение в презентацию анимации, звукового и музыкального сопровождения вызывает у детей еще больший интерес, повышает внимание.

С помощью программы Power Point я делаю и компьютерные игры для детей. Дети с интересом помогают Незнайке купить полезные продукты, а малышу выбрать предметы личной гигиены, разгадывают кроссворды, загадки и т.д. Вместе с Машей и медведем закрепить знания о здоровом образе жизни. При правильном выполнении задания звучит звуковой сигнал (например, аплодисменты) или появляется картинка с правильным ответом. Таким образом, поощрение ребенка при правильном выполнении заданий самим компьютером являются стимулом познавательной активности детей.

В нашем саду установлена интерактивная доска с приставкой mímio и это открывает большие возможности не только для педагога, но и для детей. Дети не просто смотрят презентации, но и становятся активными участниками образовательного процесса. Интерактивная доска реагирует на прикосновения пальцев, с помощью электронных маркеров на ней можно делать рисунки, надписи и т.п., поэтому дети могут выполнять на ней различные задания. Например:

- Дети руками передвигают картинки, группируя их по определенному признаку («Полезные и вредные продукты», «Что полезно для здоровья», «Предметы личной гигиены» и т.д.)
- Дети с помощью маркера или пальца проводят линии или стрелочки, соединяя картинки, изображения («Какие продукты полезны для зрения, для роста и т.п.», «В каких продуктах есть витамин А и т.д.», «Как правильно чистить зубы» и т.д.)
- Дети с помощью маркера дорисовывают картинки, изображения;
- Дети с помощью маркера или пальчика обводят картинки («Что возьмешь на прогулку», «Что нужно делать, когда болеешь», «Если хочешь быть здоров» и т.д.).

Работа с приставкой mímio значительно расширяет наши возможности.

Преимущество применения mímio в том, что педагоги включают их в любой этап мероприятия направленный на эффективное достижение осмысленного отношения детей к своему здоровью и здоровью своего ближайшего окружения, при объяснении нового, повторении, закреплении материала и контроля достижений.

Каждому педагогу известно, что наилучших результатов в воспитании и образовании детей можно достичь при объединении семьи и образовательного учреждения в едином информационном пространстве, подразумевающим взаимодействие и сотрудничество педагога и родителей.

Интерактивное устройство mímio включаем в проведение родительских собраний, круглых столов, открытых занятий, мастер-классов, при проведении праздников и развлечений. Специально подобранный и переработанный материал помог обыграть и донести информацию до родителей, а также mímio-проекты, презентации позволили продемонстрировать родителям и детям важность сохранения и укрепления здоровья (как физического, так и психического, нравственного и социального), формирования здорового образа жизни.

Исходя из практического опыта своей педагогической деятельности, применение инновационных технологий (mímio устройства) и приемов (арт-терапии, сказкотерапии, игротерапии, релаксации) показало огромное преимущество применения ИКТ при взаимодействии с семьей в рамках здоровьесбережения и формирования здорового образа жизни. Решались такие задачи по взаимодействию с родителями, как:

- Развитие инициативы родителей.
- Вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс.
- Укрепление детско-родительские взаимосвязи и интересы.
- Развитие потребности вести здоровый образ жизни с раннего детства.

С помощью видео-камеры снимаю высказывания детей о здоровье, о спорте. И в программе Veqas Pro создаю фильм видео-опрос для родителей.

Использование мультимедийных презентаций, компьютерных игр, возможностей интерактивной доски помогает сделать процесс формирования у детей основ здорового образа жизни ярким, наглядным, увлекательным. Диагностика показала, что в результате

использования ИКТ у детей значительно повысился уровень знаний в области валеологии, дети стали осознанно относиться к укреплению и сохранению своего здоровья.

Данные материалы:

- позволяют увеличить восприятие материала за счет увеличения количества иллюстративного материала;
- позволяют выполнять совместную работу детей во взаимодействии, осуществлять интерактивную взаимосвязь ребенок – педагог;
- использование мультимедийных презентаций обеспечивает наглядность, которая способствует восприятию и лучшему запоминанию материала, что очень важно, учитывая наглядно-образное мышление детей дошкольного возраста;
- одновременно используется графическая, текстовая, аудиовизуальная информация;
- при использовании анимации и вставки видеосюжетов возможен показ динамических процессов;
- использование новых приёмов, особенно в игровой форме, повышает непроизвольное внимание детей, помогает развить произвольное.

Применение ИКТ обеспечивает реализацию цели основной Образовательной программы - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника в соответствии с требованиями ФГОС.

Литература:

1. Калаш, И. Возможности информационных и коммуникативных технологий в дошкольном образовании. М.: институт ЮНЕСКО, 2011.
2. Калинина, Т.В. Управление ДОУ. «Новые информационные технологии в дошкольном детстве». М.: сфера, 2008.
3. Кондратьева, И.Н., Рубашкин, Д.Д. Методическое пособие. Мимио: интерактив на маркерной доске. М.: ИНТ, 2010.
4. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2010 .
5. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008 .
6. Туликов А.В., Комарова И.И., Комарова Т.С. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании. М.: Мозаика-Синтез, 2011.
7. Хабарова Т.В. Педагогические технологии в дошкольном образовании. СПб. Детство-Пресс, 2011.
8. Ягодина А.А. Методические рекомендации для педагогов-психологов по использованию информационных и коммуникативных технологий и компьютерных игровых средств в дошкольном образовании. 2-е издание. М.: ИИО РАО, 2010.

Бизиборд – развивающая игра для малышей

И.Е. Зотова воспитатель

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 28»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Актуальность

Каждому малышу нужно знакомиться с окружающим миром. В первые годы жизни он познает мир через сенсорные прикосновения и манипуляции – это один из главных способов изучения ребенком особенностей большинства предметов в доме, таких как розетки, выключатели, замки, щеколды, TV-пульты, телефоны. Однако

родители должны помнить, что неосторожное обращение с данными вещами может иметь негативные последствия и угрожать здоровью малыша. Поэтому очень важно позаботиться о том, чтобы ваше чадо не получило в будущем травм либо повреждений. К числу

самых эффективных методик развития детей относится уникальная разработка, придуманная известным педагогом и психологом Марией Монтессори.

Немного об истории возникновения развивающей доски Монтессори

Развивающая Доска или как её называют «Бизиборд», имеет достаточно давнюю историю. Придумала Бизиборд итальянский врач, педагог и философ Мария Монтессори. Эта женщина еще в 1907 году в Риме организовала свою первую «Школу Монтессори», где начинала работу сначала с умственно отсталыми детьми, а затем перешла со специальной на общую педагогику. В 1913 году её результатами в работе с детьми, заинтересовались сначала в США, и постепенно её методика была внедрена во многих странах мира. Мария Монтессори предложила в рамках своей методики обучать детей через познание сути вещей. Ведь совсем не обязательно подводить кроху к реальной двери, чтобы он понял принцип работы щеколды. Можно просто дать этот предмет в руки малышу, и он сам разберётся с его функциональностью. Разграничение действий ребёнка и грозящей ему опасности выдвинуло теорию обучения дошкольников на новый уровень. Известный методист предложила перенести подручные бытовые приспособления на стенд для изучения. Таким образом, дети смогут изучать функциональность каждой мелкой детальки, а родители перестанут опасаться за их жизнь. Двигая дверные цепочки, кольца от карниза или замок-молнию ребёнок разовьёт мелкую моторику пальцев и изучит заинтересовавшие его вещи. Нейронные сигналы от маленьких пальчиков передадутся в мозг и обогатят впечатлениями память малыша. Подобное стимулирование благоприятно влияет на интеллектуальное и физическое развитие крохи.

Мария Монтессори создала методики, которые получили признание во всём мире.

Основные преимущества бизиборда

- Во-первых, он позволяет **тренировать моторику**, поскольку сосредоточенные манипуляции развивают столь важные в жизни навыки сенсорной и моторной координации.

- Благодаря использованию бизиборда движения пальцев рук младенца становятся уверенными, четкими и точными. А это – **подготовительный этап к письму и рисованию** на бумаге.

- Помимо этого, совсем еще юный пользователь увлекательного стенда получает шанс легко и быстро **расширить представления об окружающем его мире**.

- Игра с бизибордом стимулирует познавательную деятельность ребенка и развивает его **творческий потенциал**.

- А также в процессе использования доски бизиборд **улучшается детское цветовосприятие**, поскольку карапуз теперь может адекватно различать цвета и размещенные на доске предметы.

Вы можете использовать разные цвета радуги в оформлении, разноцветные бусинки и ленточки. Все это поможет вашему ребенку в будущем.

- Еще один важный плюс оригинальной разработки заключается в удобной и доступной каждому тренировке **концентрации внимания**. Мальчик или девочка, играя с мелкими предметами, научится хорошо сосредотачиваться, не отвлекаться на посторонние звуки и шумы. А это – весьма ценный навык для современной жизни, насыщенной самыми разными событиями.

- Наконец, для того, чтобы ваше дитя стало более **терпеливым и усидчивым**. Проводя много времени с доской, маленький кроха будет посвящать себя только одному занятию, забывая обо всем другом. В дальнейшем это продуктивно скажется на выполнении домашних заданий, при учебе в школе или на работе.

- С бизибордом ребенок может самостоятельно освоить большинство предметов в доме: открывать и закрывать замки, щеколды, включать и выключать розетки, выключатели... И это будет абсолютно безопасно для него! Поэтому родители, в свою очередь, не опасаясь за здоровье любимого чада, получают возможность хотя бы ненадолго отдохнуть и переключиться на другие, более важные дела. Выходит, что изделие приносит пользу как ребенку, так и маме с папой.

- Логопедические проблемы также успешно решает бизиборд. Развитие мелкой моторики и развитие речи имеют тесную связь. Ежедневные занятия в игровой форме дают отличный результат. При стимуляции моторных навыков речевой центр активизируется.

- Бизиборд — результативная система обучения в игровой форме. Это настоящее развлечение и удовольствие для малышей! Детишки могут часами проводить время в увлекательном познании

нового. А их родители обретают уверенность, спокойствие и много-много свободного времени!

- Кроме развития мелкой моторики он хорош для улучшения координации. Для маленького человека тяжело с первого раза будет попасть ключиком в замок, повернуть ручку. С помощью бизборда он учиться управлять своими руками.
- Также обучающая доска способствует развитию причинно-следственных связей. Ребенок начинает понимать, что сначала крутим ручку, а только потом нажимаем и открываем. А это для малыша настоящий подвиг!
- Некоторые бизборды способны обучать ребенка элементарным словам. Часто родители прячут за дверцами картинки с животными, фруктами, транспортом. Когда малыш откроет дверцу, он будет рад маленькому сюрпризу в виде картинки. А если родители будут повторять при этом его название, то ребенок вскоре запомнит это слово.
- Возможно, Вас удивит, но использование развивающей доски способствует развитию воображения у ребенка. Он самостоятельно может придумать как еще использовать ключ. А что если его попробовать засунуть в другое отверстие? Такое любопытство необходимо поощрять и давать малышу попробовать свои силы.

Развивающую доску Бизборд «COMPUTER REPAIR» - «РЕМОНТ КОМПЬЮТЕРОВ» мы сделали своими руками. Это обычная доска, с зафиксированными предметами. Это может быть всё что угодно, что можно трогать, двигать, изучать без какой-либо угрозы для жизни. Суть такой панели заключается в том, чтобы ребенок учился развивать моторику пальцев, мышление и логику, и чем больше различных элементов будет закреплено на такой доске, тем более интересна она будет малышу. Изготавливая бизборд своими руками, мы задумались над тем, какие составляющие лучше всего использовать, обратили внимание на то, чтобы подготовленная доска была достаточно толстой, и фиксация элементов с помощью саморезов и гвоздей не привела к тому, что крепёж будет виден с обратной стороны, края доски тщательно зашлифовали и покрыли краской. Еще нам хотелось, чтобы наш Бизборд отличался от обычного набора предметов на доске. Поэтому мы решили объединить их одной темой, которая носит название «Ремонт компьютеров». Получилась готовая творческая игра, с вариантами сюжета и разнообразием ролей. Соблюдая правила авторского права, разработали паспорт игрового пособия.

БИЗБОРД «COMPUTER REPAIR» - «РЕМОНТ КОМПЬЮТЕРОВ» паспорт дидактического пособия

Авторы и изготовители: И.Е.Зотова, С.А.Соколова воспитатели гр. №8 МБДОУ №28
Цель: Развитие мышления; углубление теоретических знаний; самоопределение в мире увлечений и профессий; организация свободного времени; общение со сверстниками; приобретение новых знаний умений и навыков; формирование адекватной самооценки; развитие волевых качеств; контроль знаний; мотивация учебной деятельности.

Область применения: Индивидуальная и подгрупповая, практико-ориентированная исследовательская деятельность. Образовательные области «Познание», «Коммуникация», «Социализация», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».
Возрастная адресованность: Игра предназначена для детей младшего и старшего дошкольного возраста.

Методическая ценность: Использование информационно-коммуникационных технологий в воспитательно-образовательном процессе – это одна из самых новых проблем в отечественной дошкольной педагогике, так как наука и техника не стоят на месте. Современные дети уже с рождения живут среди техники и пользуются электронными игрушками, мобильными телефонами, планшетами, компьютерами. Это, по сути, их естественная среда обитания. Хочется отметить, что использование компьютерных технологий не заменяет привычных коррекционных методов и технологий работы, а является дополнительным, рациональным и удобным источником информации, наглядности, создаёт положительный эмоциональный настрой, мотивирует детей, тем самым ускоряет процесс достижения положительных результатов в работе.
Техника изготовления пособия: Фанерный блок с накладными предметами.

Варианты

Режиссерские игры - партнеры ребенка (игрушки, их заместители). **Неодушевленные** игры:

предметы не имеют своих желаний, интересов, претензий. Естественно, что такое игровое общение для маленького ребенка легче, чем общение со сверстниками, в котором необходимо учитывать позицию, настроение партнеров, искать с ними общий язык. Малыш исподволь готовится к этому общению, овладевая в режиссерской игре умением «видеть» картину игры, планировать ее, исходя из замысла, который зарождается у него в голове раньше, чем он начнет выполнять игровые действия, **ребенок учится распоряжаться своими силами.**



Сюжетные игры - творческие по своей природе, где дети самостоятельно определяют сюжет и содержание, выбирая их из жизни. Значительные преобразования происходят у ребенка старшего дошкольного возраста и в интеллектуальной сфере, если интеллект достаточно хорошо развит, то сюжет игры будет интересным, содержательным. Особенности и длительность игрового сюжета помогает в развитии творчества. Сюжеты игр не повторяются, дети

придумывают все новые и новые ситуации, фантазируют. При этом осуществляется развитие воображения и мышления дошкольника.

Что можно закрепить на бизборде: круг от дискового телефона; компьютерная клавиатура; выключатель света; дверной звонок на батарейках; дверная цепочка; работающий калькулятор; пластиковое зеркало; измерительная рулетка; компас; часы со стрелками; дверные цифры; велосипедный клаксон; небольшой замок с ключом; кран с вентилем; счеты; самодельные дверцы на навесах; молния от одежды; липучки; цепочки с крупными кольцами; пружинистый шнур от проводного телефона; кнопочная клавиатура от мобильного аппарата; панель с кнопками от ненужного электроприбора; дверные ручки; ненужная детская обувь со шнурком; колокольчик; лупа на веревочке; крупные присоски. Изготавливая бизборд своими руками для девочек, вы можете приклеить как можно большее количество зеркал. Машинки можно заменить куклами или приборами кухонного обихода. После того как предметы будут выбраны, их необходимо надежно зафиксировать. Чем большее количество составляющих будет прикручено с помощью металлического крепежа, тем лучше. Некоторые из элементов можно посадить на клей. На основе обычно рисуют изображение обуви, на неё крепят заклёпки и заправляют шнурки по всем правилам. Лучше, если вы подберёте яркие цвета для данного элемента.

Рефлексия

Доказано, что игровая форма обучения наиболее эффективна. Удивительный мир **наших бизбордов** приносит неоценимую пользу. Занимательная доска привлекает внимание малыша и помогает ему познавать мир. Во время игры улучшается мелкая моторика, повышается творческий потенциал. Развитие интеллекта, внимания, памяти, логики — это тоже заслуга бизборда. **Бизборд** — это уникальный развивающий центр. Действительно полезная вещь в группе и дома. Кроме перечисленных плюсов есть и еще некоторые. В отличие от большинства детских игрушек, он занимает немного места, так как обычно бизборд плоский. А также развивающую доску можно не только купить, но и сделать самостоятельно из подручных средств.

Диагностика эффекта использования развивающих игр Бизборд

№/ №		Октябрь 2016 г.		Апрель 2017 г.	
		Уровень	%	Уровень	%
2	Уровень развития познавательных процессов	В – 0 С - 25	65%	В – 20 С - 5	85%

Основа Диагностики - Турнир способностей «РостОК»

Проводилась с использованием заданий и критериев оценки данного турнира
Турнир способностей «РостОК» состоит из трех самостоятельных этапов:

«РостОК-SuperУм» - первый этап турнира направлен на выявление уровня развития познавательных процессов у детей дошкольного возраста.

«РостОК - UnikУм» - второй этап турнира направлен на выявление кругозора, знаний об окружающем мире дошкольников.

«РостОК -IntellectУм» – третий этап турнира направлен на выявление уровня интеллектуальных способностей старших дошкольников.

Цели диагностики:

Изучение уровня развития познавательных процессов детей

Постановка целей и задач с учётом индивидуальных особенностей ребенка

Выбор и реализация приёмов эффективного развития дошкольников

Оценка успешности мероприятий с точки зрения позитивных сдвигов в личностном развитии детей.

Критерии следующие:

Высокий уровень: ребенок проявляет выраженный интерес к предлагаемым заданиям, сам задает вопросы педагогу, прилагает усилия к преодолению трудностей, просит дополнительные задания, желает продолжить контакт

Средний уровень: ребенок активно включается в работу, но при первых же трудностях интерес угасает, инициатива отсутствует, вопросов задает немного, при помощи педагога способен к преодолению трудностей

Низкий уровень: к выполнению заданий приступает только после дополнительных побуждений, часто отвлекается, отказывается от работы.

Литература:

1. Богуславский М.В., – «Юлия Фаусек: 30 лет по методу Монтессори». Москва. 1994г.

2. Дичковская И.Н., – «Воспитание для жизни: образовательная система М. Монтессори». Москва. 1996г.

3. Любина Г. Рука развивает мозг. Журнал «Ребенок в детском саду», №6, 2003г., № 1, 2004 г. 4. Мелкая моторика в психофизическом развитии детей. Журнал «Дошкольное воспитание» №1, 2005 г.

5. Монтессори М. – «Метод научной педагогики, применяемый к детскому воспитанию в «Домах ребенка». Москва. 1993г.

6. «Упражнения с Монтессори–материалом». Рига-Москва. 1998г. Школа для малышей. Электронные ресурсы

1. Как сделать Бизиборд своими руками [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://m1lady.ru/bizibordyi-svoimi-rukami>

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

3. Турнир способностей «РостОК» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: Email: turnir-dou@mail.ru, turnir-dou2013@mail.ru

ВЫСТУПЛЕНИЕ С ПРЕЗЕНТАЦИЕЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ПО АВТОРСКОЙ СИСТЕМЕ Н. Н. ЕФИМЕНКО

*М.Р. Хайруллина, воспитатель
МБДОУ «Каргалинский детский сад №15»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Для педагогов ДОУ самым главным и интересным достижением системы Н.Н. Ефименко является создание программы "Театра физического воспитания дошкольников". Отличительной чертой этой программы является новый подход к физическому воспитанию с новой идеологией, философией и методикой. Красной нитью через всю систему проходит мысль о необходимости превратить казенные, однообразные занятия по физкультуре в увлекательные занятия спектакли, дарящие детям радость и приносящие пользу их физическому и интеллектуальному развитию. Даже названия его занятий говорят сами за себя: "Любознайки", "Сказка о любопытном солнечном зайчике", "Путешествие дождевой капельки", и т. д. и все занятие проходит в игровой форме с учетом этой темы.

В чем же суть авторской системы Н. Н. Ефименко?

А суть состоит в том, что все упражнения по его системе проводятся в определенной последовательности. Вот в такой:

- упражнения в положении лежа на боку;
- упражнения в положении лежа на спине;
- упражнения в положении лежа на животе;
- упражнение - ползание по-пластунски;
- ползание на низких четвереньках
- ползание на средних четвереньках
- ходьба на высоких четвереньках
- упражнения в положении сидя;
- упражнения в положении стоя на коленях;
- упражнения на четвереньках;
- упражнения в положении стоя;
- ходьба;
- бег (и далее к более сложным движениям - лазанье, прыжки).

В соответствии с этим у Н. Н. Ефименко выделены основные двигательные режимы – лежачий, ползательный, сидячий, стоячий, ходьбовой, беговой.

Из этих двигательных режимов вытекает 8 золотых формул двигательного развития, которые и стали методическим фундаментом нового подхода к физическому воспитанию детей.

1 золотая формула гласит: проводя любую форму физического воспитания детей, разумно начинать упражняться из "лежачих" или горизонтальных положений с постепенным увеличением нагрузки.

2 золотая формула трансформируется из первой, как бы продолжая и уточняя ее: В любом из исходных положений (лежа, стоя на четвереньках, сидя, стоя на коленях) разумно начинать упражнения с более низких поз и лишь затем переходить к максимально высоким.

3 золотая формула сформирована так: в любом исходном положении разумно начинать из позы "эмбриона"(поза группировки, закрытого бутона, с постепенным выпрямлением и разведением туловища и конечностей)

4 золотая формула: в любом исходном положении первыми выполняются движения головой, затем движения плечевого пояса, рук, далее включаются мышцы туловища, потом тазового пояса, нижние конечности, и наконец, ходьба, бег, прыжки.

5 золотая формула: работая над конечностями ребенка, первыми надо выполнять движения близлежащих к туловищу суставов (плечевых, тазовых, а затем отдаленные от туловища (локтевые, коленные) и наконец самые мелкие (кистевые, голеностопные).

6 золотая формула заключается в следующем: чем ниже положение ребенка во время упражнений, тем медленнее, спокойнее будут его движения, и наоборот, чем выше - тем более быстрые движения.

7 золотая формула: чем ниже и горизонтальнее положение тела человека - тем более естественным для него является расслабленный режим упражнений, и наоборот, чем выше и вертикальнее тело, тем более напряженным является мышечная деятельность.

8 золотая формула: для крупных, близлежащих к туловищу мышц (плеча, груди, живота, спины и таза) естественным являются медленные, спокойные движения; для мелких же и отдаленных от туловища мышц больше подходят быстрые и частые движения.

В соответствии с золотыми формулами Н. Н. Ефименко раскрывает новые формы применения музыки: так в начале занятия предлагается музыка тихая, спокойная; для повышения внимания детей - с постепенным увеличением громкости, во время финального пика - громкая по звучанию, а в конце занятия - тихая. Автор подчеркивает, что музыкальное сопровождение на занятии положительно влияет на качество движений детей.

То, с чем я вас познакомила сегодня - это только небольшая часть системы Николая Николаевича Ефименко. У него есть физкультурники, горизонтальный пластический балет, комплексы гимнастики пробуждения. Существуют сценарии его занятий, на основе которых можно составлять занятия для себя. Сейчас я вам расскажу про занятия, которые провожу с детьми своей группы в форме утренней гимнастики пробуждения.

Тема занятия: "ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ"

Наступила золотая осень, все деревья и кусты оделись в золотое убранство, звери и насекомые готовятся к холодной зиме, только разноцветные листочки не хотят покидать свои любимые дома. Они медленно опускаются на землю, где и проведут всю зиму. Только на земле они могут отдохнуть. Дует легкий осенний ветерок и раскачивает их с боку на бок.

1. "Листья перекатываются"

И. п. лежа "поза эмбриона"- перекатывание с боку на бок (6-8 раз).

Листочки проснулись и смотрят друг на друга.

2. "Листья смотрят друг на друга"

И. п. лежа, повороты головой вправо-влево (6 раз).

Появилось солнышко и листочки потянулись навстречу теплым лучам.

3. "Тянемся к солнцу"

И. п. лежа на спине, сгруппировавшись, "раскрываться" разводя в стороны руки и ноги (6-8 раз).

Подул ветер и ветки деревьев начали качаться. Мы все веточки.

4. "Ветки качаются"

И. п. лежа на спине, прямые движения руками и ногами (2-3 подхода).

Ветер усиливался так, что стал поднимать листья с земли.

5. "Осенние листья"

И. п. лежа, опереться руками, ноги согнуты в коленях - поднимаем туловище вверх-вниз (6-8 раз).

Заботливые "веточки-мамы" защищали оставшиеся листья от ветра.

6. "Заботливые мамы" (на живот)

И. п. лежа на животе, одновременное поднятие рук и ног верх-вернуться в и. п. (5-6 раз)

Иногда на ветку садилась какая-нибудь птичка и начинала смешно вилять хвостиком.

7. "Вертихвостики"

И. п. стоя на низких четвереньках движения тазом (имитация птичьего хвостика).

Но наши веточки не растерялись и весело прогнали птиц.

8. "Улетай, птичка"

И. п. стоя на средних четвереньках, взмахи ногами поочередно вверх (по 4 раза).

А листочки все падали и падали, но они не грустили, они весело приветствовали друг друга.

9. "Приветствие"

И. п. средние четвереньки, ползание друг к другу вперед и назад (4-6 раз).

Очень часто мимо листочков ползали муравьи, они тащили в муравейник то соломинку, то личинку, готовясь к зиме.

10. "Муравьи-труженики" (мы муравьи)

И. п. высокие четвереньки-ползем друг за другом.

Иногда листочки замечали как к ним приближается что-то страшное с щупальцами-лапками и начинает плести свою сеть-паутину. Конечно же это был паук.

11. "Страшный паук"

И. п. сидя,руки в упоре за спиной,передвижения ногами вокруг себя в одну и другую стороны (по 2 раза).

Крымская осень приносила новые встречи,например с улитками. Эти интересные создания передвигались по стволу дерева,неся на себе свой домик. (теперь мы улитки)

12. "Улитки"

И. п. сидя,руки к голове (как рожки,передвигаться вперед-назад (3-4 раза).

А вот и появился жук-рогач,который ползет по ветке и недовольно бурчит "Бу-бу-бу" (мы жуки).

13. "Жук-рогач"

И. п. стоя на коленях идут друг за другом.

А наши листочки,взявшись за руки,весело гуляют.

14. "Листья гуляют"

И. п. сидя на корточках передвигаются по кругу в парах.

После веселой прогулки листочки шепчутся друг с другом.

15. "Листья шепчутся"

И. п. стоя,наклон с полуприсядью друг к другу "Шу-шу-шу" (6-8 раз).

Подружившись,листочки с радостью завели свой веселый танец.

16. "Веселый танец"

И. п. стоя парами,взявшись за руки,ходьба друг к другу,бег приставным шагом по кругу (4 раза).

А что это за красивая птичка села на ветку?Это ласточка,она готовится к отлету в теплые края.

17. "Ласточка"

И. п. стоя,поза ласточки на одной ноге,а затем на другой ноге (по 4 раза).

Ласточка отдохнула,расправила свои крылья и полетела.

18. "Ласточка улетела" (бег друг за другом со взмахами рук).

А мы листочки с радостью потанцуем.

19. "Танец листьев"

Вальсирующая ходьба-покружится (3 шага вперед-покружиться).

Сейчас мы,дети,походим,отдохнем,подышим подняв руки вверх-вдох,вниз-выдох.

Дети выходят из зала.

Проект «Карусель летних игр»

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

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан,

Ф.М. Галлямова, заведующий

Г.Ж. Мардашова, ст. воспитатель

Федорова Л.В., Новикова Д.А., Тухватуллина Г.Р., Хуснутдинова З.М., воспитатели

С целью создания образовательного пространства на территории ДОО, отвечающего основным требованиям к организации предметно - пространственной развивающей среды, предъявляемым ФГОС, этим летом, в нашем ДОО, был реализован проект «Карусель летних игр». Участниками которого стали дети, педагоги и родители.

Основой проекта является использование игр на асфальте, данная форма образовательной деятельности является содержательно-насыщенной и развивающей, поскольку позволяют решать программные задачи по всем образовательным областям. Игры на асфальте не только крайне увлекательны и занимательны, но и доступны, так как не требуют специального оборудования и дополнительного места. Их легко организовать там, где есть асфальт. Количество участников не ограничено, правила предусматривают участие всех детей. Игры и упражнения многофункциональны и вариативны. Одну и ту же игру можно организовывать каждый день, но через разные виды двигательной активности. Эти виды игр легко использовать для совместной деятельности взрослого и детей, так и для самостоятельной деятельности детей. Кроме того, организованная таким образом среда отвечает требованиям здоровьесбережения и эстетической привлекательности.

Актуальность проекта.

С наступлением лета дети много времени проводят на свежем воздухе. Как внести разнообразие в эти летние прогулки? Игры на асфальте — это отличный способ поиграть с пользой. Данный проект поможет детям познакомиться с наиболее известными играми, даст возможность затем самостоятельно организовать такие игры у себя во дворе, на прогулке.

Цель проекта :

Решение задач развития игровой деятельности детей, решение программных задач по образовательным областям в свете ФГОС ДО.

Повышение двигательной активности детей на воздухе

Активизация умственной деятельности детей

Совершенствование двигательных навыков воспитанников

Варьирование способов организации детей

Развитие коммуникативных умений

Создание благоприятной психологической атмосферы

Совершенствование познавательных психических процессов воспитанников

Организация игр на асфальте в летний период позволит решить программные задачи по следующим образовательным областям:

Социально -коммуникативное развитие:

-формирование готовности у детей к совместной деятельности, развитие взаимодействия ребенка со сверстниками, развитие доброжелательного отношения к окружающим;

-развитие у детей способности преодолевать физическое и психолого-эмоциональное напряжение;

-становление самостоятельности у детей;

-формирование у детей первичных представлений о безопасных играх на асфальте с целью воспитания осознанного отношения к выполнению правил безопасного поведения.

Познавательное развитие:

-развитие внимания, памяти, мышления, способности устанавливать простейшие связи;

-развитие способностей анализировать; обобщать;

-формирование элементарных математических представлений.

Речевое развитие:

-пополнение словарного запаса детей;

-развитие свободного общения детей друг с другом и со взрослыми.

Художественно-эстетическое развитие:

-развитие образного представления;

-развитие художественного восприятия и эстетического вкуса у детей;

-развитие у ребенка умения создавать простые изображения, передавая в рисунке признаки предмета: форму, цвет, размер;

-создание условий для освоения детьми рисунков на большой поверхности асфальта цветными мелками.

Физическое развитие:

- развитие физических качеств у детей (выносливость, быстроту, ловкость);
- организация двигательной активности детей в летний период;
- развитие у детей умения согласовывать свои действия с действиями других детей.

Ожидаемые результаты:

- активное участие детей в проектной деятельности;
- освоение доступных знаний о разнообразии игр на асфальте;
- формирование у детей умения самостоятельной организации подобных игр.

Этапы проекта:

1 этап. Подготовительный.

Обоснование актуальности темы, мотивация её выбора.

Формулирование задач и цели проекта.

Подбор методической, справочной литературы по тематике проекта.

2 этап. Выполнение проекта.

Подготовка и организация игр. Проведение игр.

3 этап. Результаты.

Обработка и оформление материала по теме. Составление картотеки игр.

Работа по проекту :

В рамках работы над проектом нам хочется подчеркнуть ряд преимуществ игр на асфальте:

1. Эти игры являются содержательно-насыщенными и развивающими, так как позволяют решать программные задачи по всем образовательным областям.
2. Эти игры являются доступными, так как не требуют специального оборудования и дополнительного места, их легко организовать там, где есть асфальт.
3. Количество участников в этих играх не ограничено, правила могут предусматривать участие всех детей.
4. Игры и упражнения многофункциональны и вариативны. Одну и ту же игру можно организовывать каждый день, но по-разному, через разные виды двигательной активности, одна и та же игра может иметь разные правила.
5. Эти игры легко использовать как для совместной деятельности взрослого и детей, так и для деятельности группы детей, а так же для самостоятельной деятельности детей.

Игры на асфальте многофункциональны и вариативны. В процессе их проведения совершенствуются разные виды движений, варьируются способы организации детей. Используя один рисунок, можно организовать несколько игр для детей разного возраста и различной физической подготовленности – игр, направленных на развитие двигательных навыков с учетом зоны ближайшего развития.

Отличительная особенность игр заключается в том, что одну и ту же игру можно проводить каждый день, используя разные виды двигательной активности и разные рисунки, что позволяет избежать однообразия. Более того, меняющаяся игровая обстановка позволяет закрепить знание правил игры, обогащает двигательный опыт детей и обеспечивает его творческое использование в играх, что способствует проявлению ловкости в разнообразных жизненных ситуациях.

Игры с использованием рисунков на асфальте не требуют специального оборудования и дополнительного места для проведения. Их легко организовать везде, где есть асфальт: на групповом участке, дорожке вокруг детского сада, площадке перед зданием. Количество участников не ограничено: правила предусматривают одновременное участие в игре всех детей, что способствует повышению двигательной плотности физкультурно-оздоровительного мероприятия.

Игры помогут воспитателю интересно и эффективно провести утреннюю гимнастику, физкультурные занятия и досуги, прогулки, организовать самостоятельную деятельность детей и индивидуальную работу по развитию и совершенствованию двигательных навыков и умений.

С точки зрения решаемых в играх на асфальте педагогических задач их можно классифицировать по следующим основаниям:

- по интенсивности движений (игры малой, средней и высокой подвижности);

по типу преимущественного двигательного действия (бег, прыжки, ведение мяча, метание и др.);

по сложности построения игры (индивидуальные, командные);

с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста;

по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без них, сюжетные, бессюжетные);

по развиваемым физическим качествам (игры, способствующие развитию ловкости, быстроты, координации движений, скоростно-силовых качеств, выносливости);

по структуре физкультурно-оздоровительного мероприятия (для вводной, основной, заключительной частей занятия, для физкультурных досугов, построенных на этих играх, утренней гимнастики, прогулки).

Игры на асфальте способствуют развитию положительных эмоций и навыков сотрудничества, а также имеют оздоровительную направленность.

Основными средствами игр на асфальте являются разные виды бега, ходьбы, прыжков, метания, упражнений с мячом. Ситуации на игровой площадке, которые все время меняются, приучают детей целесообразно использовать двигательные навыки и умения, обеспечивая их совершенствование. Естественно проявляются физические качества – быстрота реакции, ловкость, равновесие, координация движений, выносливость, навыки пространственной ориентировки, глазомер.

Игровые занятия с использованием рисунков на асфальте активизируют умственную деятельность ребенка, закрепляя полученные знания в прямом и обратном счете, знания форм геометрических фигур, цветов и размеров. Они расширяют общий кругозор детей, стимулируют использование знаний об окружающем мире, поведении животных, человеческих поступках; пополняют словарный запас, совершенствуют психические процессы. Игры на асфальте содействуют обогащению нравственного опыта детей. Организуя соревновательную деятельность, воспитатель учит детей вежливому, тактичному, внимательному отношению к товарищам по команде, умению управлять своим поведением в коллективе ровесников. Необходимость подчиняться правилам и соответствующим образом реагировать на сигнал, организует и дисциплинирует дошкольников, развивает сообразительность, двигательную инициативу и самостоятельность.

Игры на асфальте способствуют формированию волевых черт характера ребенка. Они основаны на продолжительном и многократном повторении однообразных двигательных действий, при их выполнении возникает необходимость проявлять волевые усилия для преодоления постепенно растущего физического и эмоционального напряжения.

Многие упражнения в играх на асфальте (в том числе и общеразвивающие) выполняются коллективно (под музыкальное сопровождение), что требует особенной согласованности, синхронности, воспитывает положительные эмоции. У детей формируются эстетические представления о красивом в физическом развитии человека, так как занятия физическими упражнениями содействуют достижению эстетического эффекта во внешнем виде человека. Они развивают формы тела, увеличивают мышечную массу, улучшают осанку. Кроме того, сочетание движений с воздействием свежего воздуха при проведении игр на асфальте является эффективным средством закаливания детей. Повышается сопротивляемость организма к простудным и инфекционным заболеваниям.

Игры на асфальте являются хорошим дополнением к традиционной физкультуре, делая процесс каждодневных занятий более эмоциональнее и разнообразнее.

Рисунки на асфальте и варианты игр

«Классики»

Дети могут просто прыгать по клеточкам, повторяя порядковый счет и изучая цифры. Отличная подвижная игра, в которую играет каждое поколение во дворе. Преимущество этой игры в том, что в нее могут играть любое количество участников, и не важно будут это мальчики или девочки. "Классики" могут быть нескольких видов, они отличаются только рисунком и техникой прыжков. В этой игре с детьми закрепляется счёт и основные цвета на татарском языке.

«Воздушный шарик»

На асфальте нарисован огромный воздушный шар, внутри которого находятся 4 вида геометрических фигур с порядковыми номерами на них

Рисунок «Воздушный шарик» используется проведения для игр, игровых упражнений и эстафет



в организованной и самостоятельной деятельности детей. С целью повышения двигательного компонента и плотности физкультурно-оздоровительных мероприятий можно нарисовать два или три воздушных шарика на асфальте. С детьми также закрепляются названия геометрических фигур.

Игры и упражнения

«Найди свое место» (3-7 лет). Дети двигаются вокруг «шарика», выполняя задания инструктора. По команде «треугольники» они стараются встать на

треугольники, по команде «круг» — занимают круги и т.д. При каждом повторении игры меняется способ передвижения детей, и инструктор называет новые фигуры (цифры, цвета). Отметить быстрых, ловких и внимательных игроков. С детьми закрепляются цвета и названия геометрических фигур.

«Кто быстрее?» (5-7 лет) /эстафета/. В эстафете участвуют одновременно 2- 4 команды, каждая из которых выстраивается с одной стороны «шарика» напротив определенной геометрической фигуры. По сигналу ведущего первые участники команд начинают передвигаться прыжками по «фигурам» от цифры 1 до цифры 5 по порядку номеров. Выполнив задание, они выпрыгивают из «шарика» с противоположной стороны, в то время как в соревнование включаются следующие участники команды и т.д. Закончив эстафету, команды выстраивается на противоположной стороне «шарика». Эстафета повторяется, выполняя прыжки в обратном порядке. Закрепляются счёт и геометрические фигуры.

«По местам» (3-7 лет). Дети встают на любую «фигуру». По сигналу ведущего «синие» начинают бег вокруг «шарика» дети, стоящие на «фигурах» синего цвета, по сигналу «зеленые» — к ним присоединяются дети, стоящие на «фигурах» зеленого цвета, по сигналу «оранжевые» — начинают бег дети, стоящие на «фигурах» оранжевого цвета и т.д. По команде «по местам!» дети стараются найти «фигуру» своего цвета.

При повторении игры дети двигаются вокруг «шарика» подскоками, галопом. Закрепляются цвета.

«Гусеница».

Дети становятся точно на нарисованные подошвочки, двигаются прыжками от хвоста гусеницы (или от головы). Приходится прыгать и вперед, и назад, и боком. Развивать координацию движений, точность, умение ориентироваться в пространстве. Игру можно так же разнообразить вариантами: «По следам», «Попади в каждый след», «Пройди и перешагни».



«Фигурная бабочка».

В этой игре больше работает зрительный и речевой анализатор, чем двигательный. Здесь воспитатель с детьми может отработать цвета (красный, желтый, синий, зеленый), формы (круг, квадрат, треугольник), отработать понятия величины (большой, маленький, средний).



«Царь зверей»

В этой игре дети должны палкой для гольфа довести мячик в определенную цель, не выходя за линии. Эта игра развивает ориентировку в пространстве, глазомер, быстроту реакции.

«Забавная улитка»

В этой игре больше работает зрительный и речевой анализатор, чем двигательный. Здесь можно в игровой форме закрепить изучаемые звуки. Также можно использовать эту игру на быстроту реакции.



«Зверята»

Дети становятся у любимого животного и угощают его любимой пищей. Здесь закрепляются знания овощей и фруктов, также и на татарском языке. Можно эту игру использовать на быстроту, перепрыгивать от одного продукта к другому.



Список используемой литературы:

Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. -176с.: ил. ISBN 5-691-00186-8

Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников: Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений. — 2-е изд. -М.: Издательский центр «Академия», 1997. -192с. -ISBN 5-7695-0062-X

Миняева С.А. Подвижные игры дома и на улице. От 2 до 14 лет /Светлана Миняева. -2-е изд. - М.: Айрис-пресс, 2007. -208с.: ил. — (Внимание: дети!)ISBN 978 -5 – 8112 – 2328 – 2

Мастер-класс «Здоровым быть – здорово!» (физкультурно - спортивное направление)

Новикова З.В, воспитатель,

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №6» «Жемчужинка»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Цель мастер-класса	Систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников.
Задачи	Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста.

	<p>Способствовать развитию педагогического мышления, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, прививать навыки здорового образа жизни.</p>
Оборудование	презентация, столы, мультимедийное оборудование, мольберт, игровое пособие «Парашют»
Раздаточный материал	Карточки – задания: таблица, карточки с изображением продуктов с содержанием витаминов А,В,С,Д; пластиковая бутылка, самоклеяка, шило, тесьма, коробочка от киндер- сюрприза.
Ход мастер-класса:	<p>Выделение проблемы.</p> <p>Здравствуйте уважаемые коллеги, сегодня я представляю мастер- класс «Здоровым быть - здорово»</p> <p>И прежде чем начать, я хочу рассказать Вам одну притчу.</p> <p>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».</p> <p>А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».</p> <p>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. Только вот не каждый может найти и сберечь этот бесценный дар!</p> <p>Панель.</p> <p>Когда впервые детям задаешь вопрос, “что же самое дорогое и ценное, в жизни человека”, то чаще всего слышишь в ответ: “деньги”, “машина”, “золото” и т.д. Иногда после наводящих вопросов называют “здоровье”, “жизнь”, а бывает, и не упоминают их в числе основных ценностей.</p> <p>Спрашиваешь: “Вы болеете дети?” Все дружно говорят: “Да” - “А чем вас лечат?” - “Таблетками. А можно быть здоровым без таблеток?” - “Нет!”</p> <p>Такие ответы говорят о том, что детей нужно учить быть здоровыми.</p> <p>Помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель!</p> <p>И слова Сухомлинского актуальны сегодня как никогда: Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.</p> <p>Поэтому именно с раннего возраста необходимо приобщать ребёнка к заботе о своем здоровье, воспитывать у него заинтересованность и активность в саморазвитии и самосохранении.</p> <p>Посмотрите видеосюжет «Что значит быть здоровым»</p> <p>Наш мастер класс будет направлен на то, через что мы можем провести ребёнка к ЗОЖ</p> <p>Объединение в группы для решения проблемы</p> <p>Для того, чтобы нам начать наш мастер-класс, нам необходимо выбрать участников. Для этого предлагаю вам поиграть в игру «Перевертыши», я вам буду читать пословицы о здоровье в перевернутом виде, а вы должны назвать правильный ее вариант. Тот, кто правильно назовет пословицу, будет приглашен на мастер-класс как участник.</p> <p>1.В большом теле – больной дух. /В здоровом теле – здоровый дух.</p> <p>2.Держи голову в тепле, живот – сытым, ноги – в холоде. / Держи голову в</p>

холоде, живот – в голоде, а ноги - в тепле.
3. Было бы счастье, а здоровье найдем. / Было бы здоровье, а счастье найдем.
4. Здоровье можно купить/ Здоровье не купишь.
Сейчас каждый участник займёт своё место, где у каждого на столе будет дано задание, вы должны внимательно прочитать задание и выполнить его, время для работы определяют песочные часы.

Работа с материалом.
(работа со слушателями) А мы переходим к рубрике “Про здоровье”.
Упражнение “Воздушный шар” (о ценности здоровья для человека).
Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?
Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Ведущий записывает их на доске. Если слова повторяются, ведущий ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья и т.д.

Представление результатов.
Сейчас рубрика «Учим ребёнка ЗОЖ» наши участники фокус группы расскажут и покажут те задания, которые они выполнили
Итак, выходит первый участник
Ведущий: Через что вы поведёте ребёнка к ЗОЖ?
1 участник : Через занятия физическими упражнениями.
Мне нужно было нарисовать пиктограммы к предложенным исходным положениям

- И.п.: ноги на ширине плеч, руки к плечам
- И.п.: ноги шире плеч, руки за головой
- И.п.: сидя, ноги врозь, руки на поясе
- И.п.: лёжа на спине, руки в стороны
- И.п.: стоя на коленях, руки к плечам
- И.п.: ноги вместе, руки за спиной

Ведущий: Через что вы поведёте ребёнка к ЗОЖ?
2 участник: Через употребление витаминов. Мне нужно было в пустые клеточки приклеить продукты, в которых содержится данный витамин.

Ведущий: Через что вы поведёте ребёнка к ЗОЖ?
3 участник: Через развитие моторики. Я подобрала движения к пальчиковой гимнастике «Снежок» и сейчас предлагаю зрителям сделать это упражнение.
Раз, два, три, четыре,
Мы с тобой снежок лепили,
Круглый, крепкий,
Очень гладкий,
И совсем, совсем не сладкий.
Раз - подбросим, два - поймаем
Три - уроним и ломаем
Ведущий: Через что вы поведёте ребёнка к ЗОЖ?
4 участник: Через использование нетрадиционного игрового пособия. Я

изготовила игровое пособие «Бильбоке».

Ведущий: А сейчас я предлагаю всем участникам фокус группы поиграть в игру «Три медведя» с использованием нетрадиционного игрового пособия «Парашют»

«Три медведя»

Цель: создание благоприятного психоэмоционального состояния, выполнение движений в соответствии с текстом.

Ход игры:

3 медведя шли домой (дети идут с парашютом по кругу)

Папа был большой, большой (парашют поднят вверх)

Мама с ним – поменьше ростом (руки с парашютом на уровне груди)

А сынок – малютка просто (опускают парашют)

Очень маленький он был,

С погремушками ходил (парашют ритмично поднимают и опускают)

Дзинь – дзинь!

«Грибок»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Все держатся за ручки парашюта, и плавно поднимают его три раза, и на третий раз все, не отпуская ручки, заходят внутрь парашюта, и он плавно опускается сверху на всех.

Раз- два- три- грибок!

Рефлексия.

Мы знаем, что игра - это ведущий, основной вид деятельности детей.

В жизни взрослых людей игра тоже имеет огромное значение. Она всегда даёт возможность забыть об обыденном и надоевшем, окунуться в мир, где все нереально и поэтому просто. Я приглашаю сюда всех участников семинара, мы поиграем в игру «Мы команда» игра «Мы – команда!».

Цель: сплочение коллектива.

Группа выполняет задания быстро и четко.

Инструкция: Постройте, используя всех игроков, следующие фигуры:

Вы должны чётко и быстро построить фигуру по указанию. Возьмитесь за руки построите

круг;

квадрат;

треугольник;

ромб;

Мне хочется поблагодарить всех участников за активность, доброжелательность и полное взаимопонимание.

Ну а вы дорогие участники, чтобы вы хотели пожелать всем нам?

(участники фокус – группы высказывают свои пожелания)

**Системно-деятельностный подход в музыкально-образовательной деятельности,
с применением здоровьесберегающей технологии «Вокалотерапии»,
направленной на приобщение дошкольников к искусству пения**

О.Н. Назарова, музыкальный руководитель;

А.А. Никитина, музыкальный руководитель

МАДОУ «Детский сад №20 общеразвивающего вида «Мозаика»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровье - это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Наша задача создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развить интерес к

занятиям, включающим здоровые сберегающие технологии. Мы в своей музыкально-образовательной деятельности используем систему здоровьесберегающих технологий:

- музыкатерапия,
- пальчиковая гимнастика,
- сказкотерапия и т.д

Вокалотерапия – это метод, основанный на звуковых вибрациях, доступный каждому и не требующий специальной подготовки, это исцеление звуком и голосом. Вокалотерапия включает в себя музыку и пение.

Пение - это хороший тренинг, когда человек поет во внутренних органах возникает вибрация. Это плодотворно влияет на оздоровление. Пение это долгий, длинный выдох при коротком активном вдохе, что приводит к увеличению количества углекислого газа по отношению к количеству кислорода в крови, а это приводит в свою очередь к повышению сопротивляемости организма к различным стрессовым и болезнетворным факторам. Таким образом, вокалотерапией мы приобщаем дошкольников к искусству пения.

В музыкально-образовательной деятельности мы используем вокалотерапию опираясь на Уникальную авторскую методику Никитиной Оксаны Александровны «Вокальная азбука», как эффективное и профессиональное средство постановки голоса у детей дошкольного возраста.

Она одна из немногих в Москве педагогов, которая специализируется на профессиональной постановке голоса у детей дошкольного возраста.

Зачем же начинать петь в раннем возрасте?

- Дело в том, что мышцы ребёнка – дошкольника имеют удивительное свойство легко «копировать» пение «с голоса». Таким образом, у малыша быстрее и легче налаживается слух как вокальный так и музыкальный (чем старше ребёнок, тем сложнее)
- Чем меньше ребенок, тем меньше у него неправильных навыков пения, которые дети часто «напевают» себе в детских садах, на развивающих занятиях, под влиянием телевизора и радио
- Занятия пением улучшают дикцию и помогают ребенку — дошкольнику овладеть мелодичной, выразительной речью
- Дети, начинающие заниматься постановкой голоса в 3-4 года, быстрее достигают профессиональных результатов в пении.

В основу певческой методики легли современные научные исследования в области детского голоса и **принципы старинной вокальной итальянской школы.**

Каждый вокальный звук тщательно прорабатывается отдельно в вокальных упражнениях, затем звуки соединяются в вокальные слоги.

Подобный подход к обучению пению детей позволяет разбить учебный процесс на мелкие задачи, постепенно их укрупняя. Таким образом, снимается проблема многозадачности в пении и ребенку легче выполнять вокальные задания как мышечно, так и психологически.

Вокальная методика Оксаны Никитиной позволяет:

- *развить профессиональный певческий диапазон полторы октавы (даже у маленьких детей)*
- *овладеть базовыми вокальными навыками, среди которых:*

артикуляция

вibrato

певческое дыхание

пение на «опоре»

пение на кантилене и др.

- *позволяет исправить вокальные дефекты, такие как:*

пение на форсированном звуке

ломку голосовых регистров

избыточную назализацию (носовой призыв) и др.

Таким образом, особое внимание в программе «Вокальная азбука» уделяется постановке всех звуков в пении. Каждый гласный и согласный звук прорабатываются отдельно. Параллельно дети изучают буквенный аналог каждого звука, знакомясь с буквами русского алфавита.

Основу репертуара «Вокальной азбуки» составляет цикл стихов и песен Татьяны Крошилиной «Музыкальная азбука животных». На каждую букву алфавита Татьяна Крошилина

написала весёлые, остроумные стихи и песни, в которых дети знакомятся с удивительным животным миром планеты. Все песни используемые в работе, подбираются с учетом возрастных и личностных особенностей детей.

«Вокалотерапия» - это правильный подбор дыхательных и голосовых упражнений, которые оказывают лечебное действие на ребенка.

Для охраны голоса и приобщения дошкольника к искусству пения мы используем следующие разделы Вокалотерапии:

- вокальные игры и упражнения;
- дыхательная гимнастика
- упражнения для активизации дикции и артикуляции

Не секрет, что дети дошкольного возраста в целом сложно воспринимают просто информацию, а вот в ведущем виде деятельности, в игре и через игру, восприятие информации происходит эффективнее. Мы предлагаем в вокальных занятиях с малышами педагогу вокалисту не только понимать вокальную задачу и решать ее в пении с детьми, но и облекать способ решения вокальной задачи в игровую форму. Для этого и были разработаны игровые технологии по вокалотерапии для детей трех-четырёх лет, которые используются на традиционных музыкальных занятиях и доставляют удовольствие детям и обладают оздоравливающим эффектом.

Начинаются игры со звука «А», с первой буквы алфавита игра «Я люблю фрукты». Оцелбных свойствах отдельных звуков знали испокон веков и мы используем этот опыт в «Вокалотерапии».

Для активизации детей при интонировании квартового скачка используем метод наглядного моделирования - Мнемотаблица - это схема, в которую заложена определенная информация. Использование мнемотаблиц помогает развивать:

- мышление
- зрительную и слуховую память
- зрительное и слуховое внимание
- воображение

«Один из начальных этапов использования вокалотерапии на занятиях — это формирование у ребенка МЫШЕЧНОГО ощущение высоты звука. Что это такое? Часто, ребенок слышит, что этот звук высокий, а этот низкий, но с воспроизведением заданной высоты часто бывают проблемы. Мы предлагаем, прежде чем перейти непосредственно к пению, лучше всего ребенку «попробовать» свои мышечные ощущения внетонально, это значит без аккомпанемента, в режиме распевной речи. Это помогает, во первых, почувствовать звучание своего голоса в разных регистрах, а во вторых, плавно подготавливает ребенка, как мышечно, так и эмоционально к мелодическому пению». Следующий раздел – упражнения на дыхание или дыхательная гимнастика. Вы знаете, что главное в пении дыхание. Обычно дети берут дыхание шумно, поднимают плечи, берут дыхание в середине слова. Используем игровой упражнения: надуваем животик, выпускаем дымок, самолетик, на выдохе предлагаем поплясать платочкам - «Платочки пляшут». где вырабатывается правильное дыхание.

Многие педагоги-вокалисты, работающие со взрослыми голосами, распевают своих учеников в начале занятия с закрытым ртом. Такой вид упражнений очень полезен для голосового аппарата и служит хорошим «разогревом» для голоса и развития правильного дыхания. К сожалению, мало педагогов-вокалистов, работающих с детьми, используют этот вид вокальных упражнений на практике, так как детям скучно петь «без слов». Эта проблема решается в игровых формах, в игре «Коровки», предлагается детям превратиться в музыкальные коровки, которые умеют мычать с закрытым ртом. Происходит распевание на мажорных трезвучиях вверх и вниз и идет эффективная работа над дыханием. Следующий раздел – развитие дикции и артикуляции. Для развития дикции и артикуляции используем мнемотаблицы. Название упражнения ассоциируется с картинкой, глядя на которую выполняют данное упражнение. Эти упражнения не только развивают певческий голос (укрепляют горло, снимают зажатость голосового аппарата), но и способствуют его охране, укрепляют здоровье ребенка.

Данные игры – упражнения, при пропевании звуков алфавита, позволяют полностью подготовить голосовой аппарат детей к работе над песней, что предотвращает перенапряжение неокрепших голосовых связок в процессе пения. Детям становится проще разучивать и исполнять песни, так как активизируются все вокальные навыки и музыкальный слух. Используя игровые вокальные упражнения, мы отметили, что дети стали чище интонировать мелодию, правильно брать дыхание и эмоционально исполнять песни, выступать на сцене города и района.

Таким образом, система работы, которая включает в себя игровые технологии: вокальные упражнения, дидактические игры в сочетании с наглядным методом моделирования является необходимым условием для постановки голоса в раннем возрасте. Она эффективна, так как интерес к пению поддерживается в игре и вокальная задача решается в игровой форме.

Подбирать инновационные программы и технологии необходимо очень осторожно, чтобы достичь результатов.

Современное образование – это разумное сочетание традиций и инноваций.

Петь можно и нужно всем. Пение это здоровье. Пойте и будьте здоровы! Большое спасибо за внимание.

Литература:

1. Арсеновская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. Волгоград: Учитель, 2009. - 204с.
2. Никитина Оксана «Вокальная азбука» <http://childvocal.ru/hornbook/>
3. Орлова Т.М., Бекина С.И. Учите детей петь: песни и упражнения для развития голоса у детей 5-6 лет. М.: Просвещение, 1987.-144с.
4. Радынова О.П. Музыкальное воспитание дошкольников. М.: Издательский центр «Академия», 1998.-240с

Мастер-класс «Мои улыбающиеся открытия»

*И.А. Тухватуллина, старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад № 17 комбинированного вида «Березка»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Мастер-классы по реализации авторской программы «Здоровье с улыбкой» в интеграции с игровой технологией «Сказочные лабиринты игры» (раздел 1 «Мои улыбающиеся открытия»)

Ход мастер-класса.

Вводная часть: Добрый день, уважаемые коллеги! Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стали занимать во всем мире приоритетные позиции. О чем свидетельствует обеспокоенность ученых и практиков, обусловленная статистическими данными и выводами специалистов об ухудшении состояния здоровья подрастающих поколений. И хотя в психолого-педагогической теории и практике накоплен большой опыт в области оздоровления детей дошкольного возраста, поиск эффективных технологий продолжается. В жизнь нужно «внедрять» психообразовательные программы, системы самооздоровления, которые закладывают фундамент к гармоничному развитию детей, их физическим, эмоциональным и интеллектуальным возможностям, формируют новые мировоззренческие стереотипы здорового образа жизни. Именно возраст 5-6 лет очень важен, потому что закладывается фундамент будущих интеллектуальных, нравственных и физических качеств личности.

Особое внимание обращают исследователи на социально-личностное развитие дошкольника, которое неразрывно связано с общими процессами его интеллектуального, эмоционального, физического развития, поэтому иногда представляется достаточно сложным его отграничить от остальных видов и направлений. Потенциал ребенка в социально-личностном развитии значительно выше, чем это принято считать. Между тем, упущенные в дошкольном возрасте возможности в последующем не восполняются или восполняются с трудом. Важно то, что уже в старшем дошкольном возрасте можно способствовать воспитанию уверенности в себе,

развитие положительного отношения ребенка к себе, другим людям, окружающему миру, коммуникативной и социальной компетентности детей, воли, развитию эмпатии, доброжелательного отношения к людям.

Ознакомившись с авторской теорией корейского ученого, академика Международной Академии Наук, почетного доктора университета физической культуры, профессора Пак Чжэ Ву с основами Су Джок терапии, твист терапии, улыбкамедитации, мы представляем вашему вниманию собой принципиально новую технологию оздоровления детей в детском саду и семье. А используя принцип игровой технологии «Сказочные лабиринты игры»: «интерес – познание – творчество!» В основе технологии лежит развивающая игра! В сюжет сказки ребенок помогает героям, выполняя различные задания и упражнения. Игровые пособия В. В. Воскобовича делятся: на универсальные, предметные и конструктивные. Одним из универсальных пособий является игровой обучающий комплекс «Фиолетовый лес» и «Коврограф Ларчик». Эти игровые комплексы – универсальные, так как способствуют сенсорномоторному развитию и развитию психических процессов: памяти, вниманию, мышлению, воображению. Они развивают математические, речевые, экологические предпосылки у детей дошкольного возраста. Кроме того, работа с комплексами способствует развитию творческого потенциала педагогов и совершенствованию его квалификации. Проходит время – все меняется и развивается. Игры В.В.Воскобовича с технологией оздоровления Пака Ч.В. пластичны, податливы и всегда готовы к обогащению и дополнению. Это технологии с «открытым кодом»: нашли новые формы для веселых игр и творчества...
Основная часть.

Предлагаем вам отправиться в путешествие в Фиолетовый лес к Радости».

Раздел 1. «Мои улыбающиеся открытия»

Тема: «Необыкновенное путешествие в Фиолетовый лес к Радости»

Цель: формирование новых мировоззренческих стереотипов здорового образа жизни с использованием игровой технологии «Сказочные лабиринты игры» В.В.Воскобовича и инновационных здоровьеразвивающих технологий: твистгимнастики, твистходьбы и улыбкамедитации.

Задачи:

- создать непринужденную, психологическую атмосферу, положительный эмоциональный фон; настроить детей на позитивное восприятие друг друга;

- развивать саморегуляцию (концентрацию внимания);

- познакомить с каким-либо эмоциональным состоянием (настроением) радости с использованием игровой технологии «Сказочные лабиринты игры» и улыбкамедитации Пак Ч.В.;

- развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить его в мимике, жестах, пантомимике (проигрывание этюдов), умение рассказать о своих чувствах;

предоставить детям возможность осознать свое эмоциональное состояние через сюжеты сказок со сказочными героями Фиолетового леса;

нарисовать с детьми с помощью разноцветных веревочек и кружков природные явления, которые они встречают в Фиолетовом лесу на ковровой поляне, используя соответствующую цветовую гамму;

проанализировать чувства;

- выполнять твист-гимнастику, релаксационную гимнастику, Улыбкамедитацию, имеющие оздоровительную направленность.

Материалы к мастер-классу: аудиозаписи М.Л. Лазарева из программы «Сонатал».

Проведение мастер-класса. Практическая часть.

Педагог: Здравствуйте! Давайте поздороваемся и поприветствуем друг друга волшебной песней.

Рецептирование. Звучит «Гимн восходящему солнцу».

Солнышко, взойди, румяное Припев: Здравствуй, солнце золотое!

Над лесами, над полянами, Здравствуй, небо голубое!

Над морями над глубокими, Люди с песней просыпайтесь

Над горами над высокими. И друг другу улыбайтесь.

Двигательная партитура: а) в куплете руки совершают движения, адекватные образам (солнышко, взойди – руки вверх, над полянами – в стороны, над морями – вниз и т.д. б) в конце каждой строчки куплета производятся два хлопка на том уровне, где находились руки; в) в припеве производятся одиночные хлопки в конце каждой строчки.

Эмоциональная партитура: пение производится на естественной улыбке с дополнительной активной работой мимических мышц.

Давайте подарим свою добрую, искреннюю улыбку всем присутствующим и станцуем танец «Улыбки».

Звучит фонограмма «Дружба начинается с улыбки».

Беседа:

Как вы думаете, почему улыбка обладает такой волшебной силой: все плохое превращает в хорошее?

А вы умеете улыбаться? Чему (кому) вы чаще всего улыбаетесь?

В жизни можно обойтись без улыбки? Почему?

В каком настроении живет улыбка?

- Правильно, улыбка живет в настроении радости. Хотите с ней познакомиться поближе и узнать много нового и интересного? Тогда приготовьтесь...

. Сегодня мы с вами отправимся в увлекательное путешествие по «Необыкновенной стране чувств» в Фиолетовый лес. Путь нам предстоит долгий и неблизкий. У всех хватит смелости и сил? Я думаю, что нам не помешает перед дальней дорогой выполнить очень полезное упражнение, которое поможет в «Необыкновенной стране чувств» лучше все услышать, рассмотреть и почувствовать.

Твист гимнастика упражнение «Заряд бодрости».

Предложите педагогам сесть (встать) свободно, вытянуть вперед два пальчика: большой и указательный.

- Возьмитесь пальцами правой и левой руки до мочки ушей. Помассируйте ушки, выполняя спиральные движения, приговаривая: «Ушки, ушки слышат все!», в одну и в другую сторону (по 4 раза). А теперь опустите руки и потряхните ладошки. Приготовьте указательный палец, вытяните руку и поставьте его на кончик носа, выполняем веселый танец носика, возьмите крылышки носа, выполняем вращения их, меж бровями над носом. Помассируйте эту точку со словами: «Просыпайся, третий глаз!» (4 - 8 раз), под носик, массируем и эту точку, около носика, выполняем веселый массаж. Стряхните ладошки. Соберите пальцы руки в кулачок, найдите внизу шеи ямку, положите туда кулачок и со словами «Я дышу, дышу, дышу!» - помассируйте ямку (8 раз) в одну и в другую сторону. Теперь скажите: «Я все слышу! Я все вижу! Я все чувствую!»

Итак, мы отправляемся в Фиолетовый лес. Как вы думаете, почему он Фиолетовый?

Если почему то не радуют стены

Если всё тускло в душе и снаружи

Значит, сейчас нам нужны перемены

Лес Фиолетовый – вот, что нам нужно.

Фиолетовый лес – это мечта о мире, где все добрые, приветливые и всегда готовы прийти на помощь друг другу, жители этого леса хотят, чтобы в нём было интересно жить, чтобы в нём была музыка и чтобы все взрослые могли вспомнить своё детство. Итак, сейчас вы закройте глаза, и произнесите волшебные слова (*дети закрывают глаза*):

Раз, два, три – в лес дорогу покажи!

На экране появляются Фиолетовый лес и радужные гномы: Кохле, Охле, Желе, Зеле, Геле, Селе Фи.

Педагог: В Фиолетовом лесу на радужной полянке в своём домике, похожем на гриб, жили-были весёлые гномики. Это были на первый взгляд обычные гномики, но только на первый взгляд, потому что на самом деле гномики эти были совсем необычные (*показывает на гномов, расположенных на радужной поляне в Фиолетовом лесу*).

Если присмотреться к ним хорошенько, то можно заметить, что характеры у них совсем разные. Например: Фиолетовый. Фи – строгий, деловитый и властный. А зелёный – Зеле, и

голубой – Геле – спокойные и дружелюбные. Красный – Кохле – любит праздники. Жёлтый – Желе и оранжевый – Охле – солнечные и просто очень весёлые гномики. А синий – Селе – умный и рассудительный гном. Давайте с ними подружиться.

Раздаю гномов (выбирают себе сами друга).

Семь гномов, семь цветов радуги. Эти гномики очень любят гостей и считают, что вы их гости и хотят с вами поиграть и помочь собрать радугу.

Игра «Радуга».

Задачи:

- закрепление представлений детей о цветах радуги;
- обучение последовательному изображению радуги;
- обучение восприятию музыки;
- развитие крупной моторики.

Материалы и оборудование: комплект «Разноцветные веревочки», музыкальное сопровождение «Дождь» и «Солнце».

Игровая ситуация: Вот и наступила весна в Фиолетовом лесу, выглянуло солнышко. Вдруг на небе появилась тучка, и закапал весенний Дождик. Каждой капельке дождик подарил свой цвет. Но вот выглянуло солнышко и на небе засияла радуга.

Задание:

Каждому ребенку цепляется на одежду веревочка одного из цветов радуги. Педагог объясняет, что все вместе они – радуга, а каждый отдельно – капелька воды. Игрет музыка дождя – капельки бегают и играют. Музыка меняется, выходит солнышко, полоски радуги собираются вместе, выстраиваясь в радугу.

Каждому цвету радуги соответствует гномик: Кохле – красный, Охле – оранжевый, Желе – желтый, Зеле – зеленый, Геле – голубой, Селе – синий, Фи – фиолетовый.

Игра «Ассоциации».

Расскажите, какие ассоциации у вас возникают, глядя на своих гномиков. Например: Зеле похож на зеленую траву – ведь он такой зеленый... как лето. Кохле – красное солнышко как весна-красна... Желе – золотые листья, как осень. Геле – снежинки, как зима.

Приглашаю Вас в фокус группы тех, кто выбрал весну – гном Кохле, лето – гном Зеле, осень – Желе и зиму – Геле.

Игра «Живые картинки»

Материалы и оборудование: мини-ларчики, разноцветные веревочки, кружочки.

Задание: нарисовать картины: зима, осень, зима, весна.

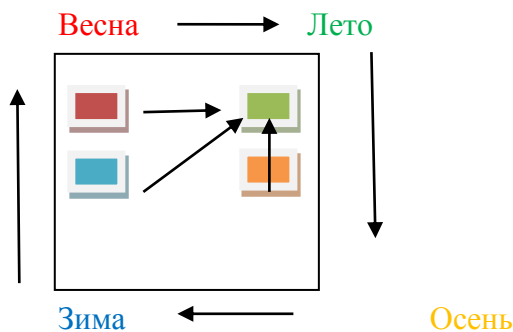
Рассказать сюжет своей сказки со своим героем Гномом и временем года, используя опорные схемы...

Спеть песенки: весны – гномик Кохле – А-А-А!!!

лета - Гномик Зеле - Э –Э – Э!!!!

зимы – М-М-М!!!

осени – О-О-О!!!



Игра «Как гномики Желе, Селе, Кохле пошли в гости к Зеле».

Материалы – оборудование: мини-ларчики, набор гномов: Зеле, Кохле, Желе, разноцветные веревочки, квадраты: красный, желтый, голубой, зеленый, кружки.

Игровая ситуация: На ковровой поляне жили разноцветные гномы Кохле, Желе, Геле, Зеле, каждый в своем домике. Какого цвета были их дома? Они очень любили ходить друг другу в гости. Позвонили однажды гномик Желе и Геле гномику Кохле. Как по-твоему они начали телефонный разговор? О чем они могли поговорить? Во время разговора Желе предложил пойти в гости к гномику Зеле – они так давно не виделись. Но вот беда, на улице прошел сильный дождь и Ковровую поляну затопило. Как им добраться до домика Зеле? Давай построим дорожку из разноцветных кочек (кружков). Только есть одно волшебное условие – каждый гномик может идти только по дорожке из кочек своего цвета. Давай твои пальчики тоже пройдут по кочкам от домика к домику. Как, по-твоему, что скажут друг другу гномики при встрече? А когда пойдут обратно?

Задание.

Построить на Поляне для каждого гномика домик соответствующего цвета. Проложить разноцветными кружками дороги от домиков Кохле, Геле и Желе к домику Зеле.

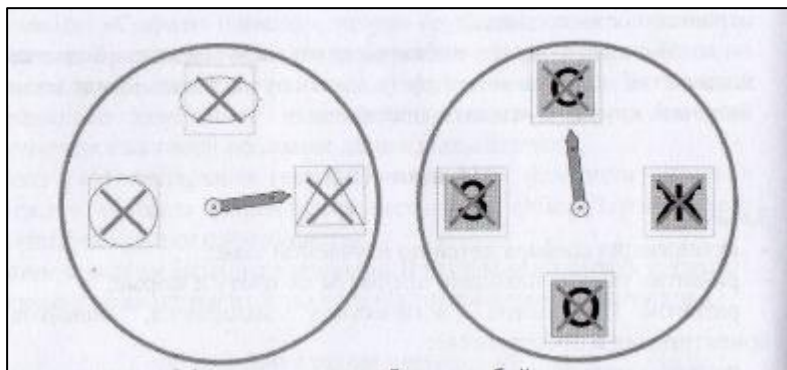
Игра «Магазин «Фрукты»

Материалы и оборудование: мини-ларчики, платки для загадки, картинки фруктов: яблоко, апельсин, банан.

Игровая ситуация: Кохле, Желе и Геле собрались в гости и решили по дороге купить гостинца Зеле. Они считают, что ему необходимо заботиться о своем здоровье есть больше фруктов. Гномы задумались, какие фрукты ему нужно купить. Кохле загадал Желе загадку с помощью волшебных кругов.

Задание:

Завязываем глаза Желе. Желе вращает стрелочку. В первом круге выбрать, какой формы будут фрукты, во втором – какого цвета. (например в области – «Фигура» стрелочка показала не треугольник, а в области «Цвет» – не синий). Значит можно купить любые фрукты, кроме треугольных и синих.



Кохле, Желе, Геле купили: зеленое яблоко, оранжевый апельсин, желтый банан.

Игра «День рождения у Кохле»

Материалы и оборудование: мини Ларчики, разноцветные веревочки и кружки.

Игровая ситуация: Сегодня день рождения у Кохле. Устроим гному Кохле праздник и подарим подарки.

Задание: Придумать, что можно подарить Кохле и выложить свой подарок на мини Ларчике при помощи разноцветных веревочек и кружков (конфета, шарик, цветок, машинка, торт и т.д.

Упражнение «Подари движение: на зарядку»

Игровая ситуация: Желе, Зеле и Геле и Кохле готовятся к соревнованиям. Но не могут без тренера. Хотите быть их тренерами?

Участники встают в круг, звучит веселая музыка. Ведущий начинает танец, выполняя какие-то однотипные движения в течение 15-20 секунд. Все остальные повторяют эти движения. (Завести мотор, покружиться волчком, покачать насос, поднять гири.) Затем кивком головы он дает знак

следующему начинать свои движения в такт музыке, и так продолжается круг. Мы славно потанцевали, как приятно улыбается наше тело, оно говорит вам спасибо за веселую гимнастику. Приглашаем на «Веселые соревнования»!

Игра «Веселые соревнования»

1. Предлагаю допрыгать на двух ногах до «Волшебного квадрата» и построить красный домик для весны – гнома Кохде.

2. Игра «Фонарики»

Предлагаю собрать подарок для Кохле. Берут фонарики и собирают «весенний» подарок (солнце, птичку, цветок).

Но нам пора возвращаться в детский сад, давайте сядем в веселый музыкальный поезд и выполним «Веселый музыкальный массаж».

Массажно-двигательная партитура. При выполнении этой песни производятся массажные движения на спине соседа.

Звуковая партитура. При попевании звуков животных – происходит голосовое тремоло с максимальным подключением вибрации в области живота, имитирующее звуки животных. При пропевании строчек о слоне и коне имитируют низкие звуки.

Вам понравилось путешествие по «Фиолетовому лесу к Радости». Предлагаю пожелать всем путешественникам счастья и радости! И так по кругу. Наше путешествие подходит к концу, и настала пора возвращаться.

Ритуал прощания «Я передаю улыбку».

Внедрение эффективных технологий в современных условиях ДОУ

Е.И. Сесина, воспитатель

МБДОУ «Детский сад «Солнышко»» г. Болгар

Спасского муниципального района Республики Татарстан

Одним из требований ФГОС ДО, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни- это главная, основная, жизненно важная позиция, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Мною разработана и успешно адаптирована программа «Здоровячки». Программа направлена на сохранение и укрепление физического здоровья дошкольников, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья. Обеспечить воспитание здорового ребенка можно только при условии содружество медицины и педагогики, четко организованного медико-педагогического контроля.

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и учета состояния здоровья детей.

Особое внимание мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Особенностью программы является использование на занятиях физических упражнений, музыкально-ритмических разминок, использование тренажеров, закаливающих мероприятий, включая полоскание рта.

В младшем дошкольном возрасте особое значение имеет физическое развитие ребенка, которое включает в себя многие компоненты: здоровье ребенка, наличие потребности в движениях, тренированность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, физическая работоспособность.

Очень важно опираться на значение индивидуальных особенностей ребенка, состояние его здоровья и физического развития. Для слабого ребенка закаливание особенно необходимо.

По совету медицинского персонала ДОУ выбираем подходящий вид закаливания. И воспитатель последовательно проводит его.

Важную роль в организации закаливающих мероприятий играет использование «фито-чая».

Занятия строятся в игровой форме с использованием игрушек, тренажеров, спортивных снарядов и т.д., что позволяет детям успешно развивать двигательные качества (ловкость, гибкость, выносливость, силу), потребность в движениях, тренировать сердечно-сосудистую и дыхательную системы, физическую работоспособность. Таким образом, формируется и развивается главная ценность - Здоровый ребенок.

Наличие условий (физкультурный зал) и обеспечение методическими пособиями, диагностическая служба дает возможным реализацию программы «Здоровячки» начиная с младшего дошкольного возраста.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 10-15 минут, во второй половине дня. Механизмом оценки является диагностика и открытые просмотры.

Я расскажу о методах и приемах здоровьесберегающих технологий, которые применяются в моей работе.

В младшей группе мы проводим оздоровительные игры по методике А.С. Галанова.

Игры которые лечат позволяют проводить лечебно- профилактические занятия в веселой занимательной форме.

«Бульканье» нормализуют восстановление носового дыхания, формирование ритмичного выдоха и его углубление. Для этого нам понадобится: стакан наполненный на треть водой, соломинка. Воспитатель показывает как нужно правильно дуть в стакан через соломинку (глубоко вдыхаем через нос и делаем глубокий длинный выдох в трубочку).

«Подпрыгни и подуй» способствует улучшению функции дыхания, повышению тонуса, адаптации дыхания и организма в целом к физическим нагрузкам. Берем для игры воздушный шарик (на небольшом расстоянии от головы ребенка висит шарик. Ребенок должен подойти, подпрыгнуть, подуть на шарик. У кого шарик отлетит дальше, тот побеждает.

Дыхательные упражнения - улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность по А.Стрельниковой. Резкие вдохи носом следует один за другим, выдох самопроизвольный. При этом полусогнутые руки на каждом вдохе резко идут навстречу друг другу 10-20 раз.

Задержка дыхания по К. Бутейко. Предлагаем ребенку «нырнуть» глубоко под воду за рыбой и долго не выныривать.

Глазодвигательные упражнения – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают самоконтроль по методике Каргушиной М.Ю.

1. Все большого навещают, - переводят взгляд вверх – вниз,

Все большого угощают

Кто морковкой - вправо - влево

Кто черникой,

Кто сушеной земляникой.

2. Зайка.

Зайка вправо поскакал –

Каждый зайку увидал.

Зайка влево поскакал

Каждый взглядом увидал,

Зайка - вправо, зайка - влево,

Ах, какой зайчонок смелый.

Дети прослеживают движения Зайчонка взглядом, голова остается в фиксированном положении.

Массаж носа «Улитка» - дать понятие о строении носа, воспитывать осознание важности познания своего организма

1. От крылечка до калитки

Три часа ползли улитки

Три часа ползли подружки

На себе таща избушки

Тут указательные пальцы массируют ноздри сверху вниз и снизу вверх -10-20 раз.

2. Песенка про носы

Воспитатель: ну-ка, ну-ка, расскажите мне
для чего нужен нос ?

Дети: отвечают.

Воспитатель: А теперь закройте глаза и попробуйте указательным пальцем дотронуться до кончика носа.

Упражнение «Морской воздух»

Носик принижали - дети принохиваются

Пахнет морским воздухом

И увидели мы море -

Красивое, большое

Воздух мы вдохнем,

Дышим носом, а не ртом - дети выполняют дыхательное упражнение

Плечи не поднимаем

Животом помогаем

Массаж пальцев «Умывание» - развивает память, мелкую моторику рук.

1. Знаем, знаем - да- да – да поочередно массируют каждый палец

Где ты прячешься, вода.

Выходи, водица, мы пришли умыться!

Лейся на лошадку

По - нем - нож - ку,

Нет, не понемножку - энергично растирают ладони и кисти рук

Посильней!

Будет умываться веселей!

2. «Непоседа» (Заболуев А.А.)

Пальчик, пальчик непоседы

Где ты бегал, где обедал?

Я с мизинцем ел калинку,

С безымянным ел малинку,

Ел со средним землянику,

С указательным - клубнику!

Обширное умывание

Умывайка

Раз - обмоем кисти рук

Два - с другого повторили,

Три - до локтя намочили,

Четыре - с другого повторили

Пять - по шее поведем

Шесть - смелее по груди

Семь - лицо свое обмоем

Восемь - с рук усталость смоем

Девять - воду отжимай

Десять - сухо вытирай.

Массаж ног - способствует расслаблению и укреплению мышц стопы

Баю - баю - баиньки потирают стопу

Купим сыну валенки

Наденем на ноженьки разминают пальцы стоп

Пустим по дороженьке

Будет наш сынок ходить поглаживают стопу

Новые валенки носить

Ходьба по дорожке «здоровья»- массаж стоп при помощи массажных мячей.

Массаж спины –используя массажор из киндер сюрприза.

Для развития дыхания сделали игру-тренажер «Футбольное поле». При помощи трубочки забивают ватные шарики в ворота, сделанные из пластиковых стаканчиков.

Мы с детьми любим играть с мыльными пузырями. Это, на первый взгляд бесполезное занятие, может принести огромную пользу. Дети выдувая пузыри, сами того не замечая, тренируют речевой аппарат и приобретают необходимые навыки для развития речи. Берем кусочек клеенки и мажем детским шампунем. Выдуваем на эту поверхность пузыри чтобы получить различные фигуры.

Обязательно на занятиях присутствует физкультминутка. Основные задачи физкультминутки -это снять усталость и напряжение, внести эмоциональный заряд, выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью.

«Точка, точка, запятая», «Вместе весело шагать».

Проводим упражнения для релаксации, которые способствуют расслаблению, снятия напряжения «Путешествие на облаке».

Все подходы к оздоровлению детей оказались обоснованными. По итогам диагностики у детей в конце года снизилась заболеваемость, повысился уровень физической подготовленности. Сформировалась потребность в движениях, умение использовать полученные знания.

Одним из путей решения задач по оздоровлению детей является взаимосвязь семьи и ДОО. С целью повышения их роли в профилактической работе, мы проводим родительские собрания «Здоровая семья- здоровый ребенок». Круглый стол «Закаливающие процедуры детей в ДОО. Фестивали подвижных игр «Играем вместе с папой». Спортивные праздники «Папа, мама, я- спортивная семья».

Таким образом, деятельность ДОО должна включать воспитательно-образовательный и воспитательно-оздоровительный разделы.

При правильной организации физического воспитания в дошкольной практике достигается хорошее развитие моторики. При реализации комплексной системы оздоровления детей, формируется здоровый образ жизни, повышается устойчивость организма к острым респираторным инфекциям.

Литература:

Галанов А.С. Игры, которые лечат. ТЦ сфера, М., 2001

Кортушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. ТЦ сфера. М., 2004

Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. М., Гномик -2003

Подольская Е.И. Формы оздоровления дете

СОЗДАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО НАСТРОЯ ДЕТЕЙ ПРИ ПОМОЩИ СУ-ДЖОК МАССАЖЁРОВ.

Л.М. Вафина, учитель-логопед

МБДОУ «Детский сад № 13 «Ивушка» г. Нурлат Республики Татарстан»

Одним из требований в деятельности с детьми с точки зрения здоровьесбережения является создание эмоционально-положительного настроения, что способствует поддержанию благоприятного психологического климата. Заряд положительных эмоций, полученный детьми, определяет положительное воздействие на здоровье. Поэтому каждую образовательную деятельность я стараюсь начинать с создания у детей благоприятного настроения. Для достижения этой цели пробую различные методы и приемы. И сегодня мне бы хотелось, уважаемые коллеги, рассказать о Су Джок массажёрах.

Что такое Су Джок?

СуДжок — это одно из направлений акупунктуры, метод которого основан на воздействии на определенные биологически-активные точки кистей и стопы. В переводе с корейского Су — кисть, Джок — стопа.

Эти лечебные системы созданы не человеком – а самой Природой. И именно в этом причина ее силы и безопасности. Стимуляция точек приводит к излечению. Неправильное применение никогда не наносит человеку вред – оно просто неэффективно.

На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействие на соответствующие точки положительно влияет на самочувствие,

приводит в тонус организм, поднимает настроение и этим достигается благотворный эффект от массажа при помощи специальных шариков.

Массаж кистей, массаж стоп проводится с помощью Су-Джок стимуляторов-массажёров, который представляет собой шарик – две соединенные полусферы, внутри которого находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжатие шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д.

Эту работу можно проводить в течение 1-2 минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, письмом, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях.

Но сегодня, не останавливаясь подробно на основных свойства Су-Джок массажёров (метод воздействия на определенные биологически-активные точки кистей и стопы), хотелось бы раскрыть их с другой стороны.

Су Джок это в первую очередь самомассаж, который не только полезен, но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии.

В работе с детьми, демонстрируя Су-Джок шарики, я заметила, что у них возникает желание заниматься. Не просто поиграть с пока еще новой и интересной для них колючими разноцветными шариками, что тоже, без сомнений, вызывает у них огромный интерес и восторг. А заниматься, выполнять различные упражнения, которые в обычной обстановке очень быстро надоедали.

Применение су-джок массажёров вызывает интерес у детей и активизирует их на протяжении всей непосредственно образовательной деятельности.

В своей практике я разработала несколько игр, которые способствуют созданию эмоционально-положительного настроения детей на образовательную деятельность.

Игра «Колючий – неколючий»

Цель: научить ассоциировать предметы с Су-Джок шариками и устанавливать взаимосвязь между тактильными ощущениями и сопоставляемыми предметами.

Вариант 1. На экране появляются предметные картинки, изображающие колючие и неколючие предметы. Когда появляется колючий предмет нужно сжать Су Джок шарик в кулачок, когда появляется не колючий предмет, разжать.

Вариант 2. На слуховое восприятие. Называются колючие и не колючие предметы. Если назвали колючий предмет нужно сжать Су Джок шарик в кулачок, когда не колючий - разжать.

Для примера:

Колючие предметы: ёж, ель, сосна, иголка, спицы, шило, ехидна, гвоздь, кактус, шиповник, булавка, вилка, проволока, укол, кнопка, скрепка, скобы и др.

Не колючие предметы: мяч, шар, платье, стул, ведро, шапка, кукла и др.

Игра «Надевай кольцо и называй»

Цель: побуждать детей выполнять задания, активизировать мыслительную деятельность, обогащать лексический словарь по ходу выполнения заданий.

Ход игры: ребенок надевает кольцо и выполняет задание. Подбираются задания на перечисление. Когда у ребенка заканчиваются ответы, к игре приступает второй игрок.

Примерные задания:

- Назвать слова на заданный звук.
- Назвать слова на заданную лексическую тему.
- Перечисли признаки весны, лета, осени, зимы.
- Опиши предмет, перечисли признаки.

Данную игру можно применять на этапах актуализации и закрепления полученных знаний.

Некоторые формы работы с детьми с применением Су Джок массажёров:

1. Массаж Су – Джок шарами с проговариванием стихотворных строчек (дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)

Этот шарик не простой
Весь колючий вот такой.
Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.
Вверх и вниз его катаем,
Свои ручки развиваем.
Можно шар катать по кругу,
Перекидывать друг – другу.
Раз, два, три, четыре, пять
Нам пора и отдыхать.

Этот шарик непростой, -(любимся шариком на левой ладошке)

Он колючий, вот какой. - (накрываем правой ладонью)

Будем с шариком играть - (катаем шарик горизонтально)

И ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем -(катаем шарик вертикально)

Сильней на шарик нажимаем.

Как колобок мы покатаем, -(катаем шарик в центре ладошки)

Сильней на шарик нажимаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)

В руку правую возьмём,

В кулачок его сожмём.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

В руку левую возьмём,

В кулачок его сожмём.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

«Шарик»

Шарик я открыть хочу.

Правой я рукой кручу.

Шарик я открыть хочу.

Левой я рукой кручу.

Крутить правой рукой правую половинку шарика, левой рукой левую половинку шарика.

2. Массаж пальцев эластичным кольцом. (Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики)

«Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.

И по пальчику качу.

Здоровья пальчику желаю,

Ловким быть его учу.

3. Придумывание и рассказывание сказок с использованием шарика.

В лесу встретился ёжик. Он был очень грустным. Я подошел к нему и поздоровался с ним.

Потрогала пальчиками его иголки. Он рассердился. Я хотел его раздобрить и погладил его.

Ему очень понравилось. Он разрешил взять его на руки. Я держала его в правой руке, затем в левой, а после взяла обеими руками, и положила его на землю. Он пошел дальше.

Это лишь некоторые примеры использования Су – Джок массажёров в нашей работе. Творческий подход, использование альтернативных методов и приемов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению образовательной и совместной деятельности педагогов и детей в детском саду.

Систематически выполняя пальчиками различные упражнения, дети достигают хорошего развития мелкой моторики рук, которая оказывает благоприятное влияние на развитие речи. Поэтому рекомендуется шире использовать разнообразные игры и упражнения, направленные на формирование тонких движений пальцев рук и создание эмоционально – положительного настроения детей.

Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только специально обученным людям, но и педагогам в детском саду и дома самим родителям.

Литература:

1. Дмитрий Коваль. «Су-Джок» Целительные точки нашего тела. Просто и действенно»
2. Ольшевская Наталья. «Золотые рецепты Су-Джок»
3. Пак Чжэ Ву. Оннури аурикулярная терапия. Су-Джок терапия. – М.: «Су Джок Академия», 1998, - 322с.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СИСТЕМЕ ДОО (из опыта работы)

*З.И. Васькова, воспитател, Г.М. Бакирова, воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

Одна из задач ФГОС ДО - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия (приказ Министерства образования и науки РФ от «17» октября 2013г. № 1155). Решение проблемы укрепления здоровья детей позволяют здоровьесберегающие технологии в ДООУ.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей; -система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе

Виды технологий: образовательная деятельность, утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, прогулки и подвижные игры, динамические паузы и физминутки, самомассаж, музыкатерапия, цветотерапия, дыхательная гимнастика, пальчиковые игры, гимнастика для глаз, музыкотерапия, сказкотерапия, изотерапия, релаксация и т.д. Рассмотрим подробнее все виды здоровьесберегающей технологии в ДООУ по ФГОС.

Физкультурное занятие: главной задачей занятий по физической культуре является формирование необходимых двигательных навыков и умений, развитие физических качеств. **Физкультурные занятия** проводятся 3 раза в неделю в соответствии с образовательной программой. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.

Кружок «Здоровячок»-это система занятий направлена на формирование различных групп мышц ребенка, улучшает рост и развитие всех органов и систем растущего организма, способствует совершенствованию дыхательного аппарата. Благодаря правильно подобранным упражнениям укрепляется мышечный тонус, осуществляется профилактика плоскостопия и нарушений осанки, развивается координация движений, выносливость.

ОБЖ и валеология- на первом этапе работы по валеологическому воспитанию наша задача-помочь детям осознать себя как человека. Темы первых занятий: «Кто я?», «Как меня зовут?», «Моя семья», «Я расту», «Мои ушки», «Крепкие зубы» и т.д. Знания, полученные по валеологии в детстве поможет сохранить здоровье на всю жизнь.

Утренняя гимнастика - является одним из важнейших компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятия эмоционального и мышечного тонуса детей. В содержание утренней гимнастики включаем различные виды ходьбы и бега, прыжков, упражнение на равновесия и координации и т.д.

Дыхательная гимнастика - неотъемлемый компонент лечения любых заболеваний дыхательных путей, укрепления его здоровья и надежная профилактика ОРВИ. Регулярные занятия укрепляют дыхательную мускулатуру и иммунитет ребенка, даже когда он здоров.

Гимнастика для глаз -необходима для сохранения зрения. Упражнения для глаз снимают зрительное напряжение, укрепляют глазные мышцы. Можно поморгать, попросить зажмуриться, широко открыть глаза и посмотреть вдаль. Также детям интересно следить за пальчиком, который, то приближается к носу, то отдаляется от него. Такие здоровьесберегающие технологии в работе с детьми используются постоянно.

Динамические паузы, физминутки- применяем с целью поддержания умственной работоспособности. Они развлекают детей, создают благоприятную для обучения атмосферу, несут элементы релаксации, снимают нервное напряжение от перегрузок. Также они способны ненавязчиво корректировать эмоциональные проблемы в поведении ребенка, предупреждают психологические нарушения, способствуют общему оздоровлению.

Бодрящая гимнастика-как комплекс мер, направленных на обучение здоровому образу жизни. Это упражнения, выполняемые детьми после дневного сна. Можно выполнять эти упражнения на кроватках. Это самомассаж, прогулки по ребристым дощечкам, камням, пробежки из спальни в игровую комнату, в которых поддерживается небольшая разница температур. После таких упражнений проводятся обширные умывания прохладной водой. Такие бодрящие процедуры позволяют быстро включиться организму ребенка в рабочий ритм и укрепить состояние его здоровья.

Пальчиковые игры для детей очень полезны-они улучшают координацию и стимулируют развитие речи к тому же эти игры очень нравятся детям. Игры развивают не только ловкость и точность рук, но и мозг ребенка, стимулируют творческие способности, фантазию и речь.

Прогулка и подвижные игры- служат методам совершенствования уже усвоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств. Любимые игры детей с ползанием, лазанием, бегом, бросанием и ловлей.

Музыкотерапия -как целостное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия на развитие ребенка включает такие направления, как вокалотерапия (пение, музыкотерапия в движениях), танцы, музыкально-ритмические игры, музицирование на музыкальных инструментах .

Сказкотерапия или «лечение сказкой»-это новое молодое течение в прикладной психологии , которое используют психологи и педагоги. Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать, для этого используют кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии.

Изотерапия-как самостоятельный метод арт- терапии, изотерапия разгружает нервную систему, стимулирует развитие моторики, успокаивает психику. Этот метод является одним из лучших способов, чтобы узнать о внутреннем состоянии ребёнка. В изотерапии применяются различные материалы: карандаши, краски, пластилин, цветная бумага.

Релаксация- релаксационные паузы помогают снять умственное, нервное и эмоциональное напряжение. Своевременное расслабление способно помочь восполнить силы, дать отдых

мышцам и не позволить эмоциям выплеснуть через край. Используется спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы...

Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей: в группе ведется активная работа с семьей воспитанников: оформляем стенды, папки, -передвижки, где представлены рекомендации по оздоравливающим, закаливающим мероприятиям, режимом дня, возрастными особенностями детей, проводим консультации, беседы, семинары по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний, привлекаем родителей к участию в физкультурных мероприятиях, праздниках и т.д.

Для того чтобы работа в таком направлении, как здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС, принесла реальную пользу для наших детей, мы создали для них оптимальные условия в детском саду, включая в повседневную жизнь ребенка систему технологий здоровьесбережения, учитывая его индивидуальные особенности.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами.

Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Свое выступление хочу закончить словами великого педагога В.А.Сухамлинского

«Забота о здоровье ребенка-это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знания, вера в свои силы»

Литература:

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. № 2. с.21–28.
2. Тихонова О.А. Системный подход к здоровьесбережению населения. Материалы Российской научно-практической конференции. г.Набережные Челны, 20 мая 2011г.
3. Иванова С. С. Здоровьесберегающая среда в ДОУ как фактор внедрения ФГОС ДО [Текст] Теория и практика образования в современном мире: материалы VII междунар. науч. конф. г. Санкт-Петербург, июль 2015 г. — СПб.: Свое издательство, 2015. — С. 14-16.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК ФАКТОР ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ

*Л.Ф. Колесникова, воспитател; Т.З. Фадеева, ст. воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида»
г. Нурлат Республики Татарстан*

ФГОС ДО определяет гармоничное развитие у детей физического и психического здоровья через формирование интереса к здоровьесбережению и ценностного отношения к своему здоровью. Содержание образовательной области «Физическая культура» интегрируется с содержанием образовательной области «Здоровье» в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Физическое развитие представляет собой процесс формирования и изменения на протяжении жизни индивидуальных естественных свойств организма ребёнка и основанных на них психофизических качеств. Основу индивидуального развития ребёнка и его жизнеобеспечения составляет двигательная активность. Под *двигательной активностью* понимается сумма естественных и специально организованных движений ребёнка, обеспечивающая его успешное физическое и психическое развитие. Двигательная активность является главной движущей силой и условием развития ребенка. Двигательная активность оказывает влияние на развитие нервно-психической сферы и функциональных возможностей ребёнка. Существует прямая зависимость между уровнем физического развития ребёнка и развитием его психических функций, так как двигательная активность стимулирует перцептивные, мнемические и интеллектуальные процессы. В наибольшей степени эта взаимосвязь проявляется в раннем детстве и дошкольном возрасте. Физиологические исследования подтверждают: многие функции центральной нервной системы зависят от активности мышц. И.М. Сеченов по этому поводу писал, что «всё бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности сводится окончательно к одному лишь явлению – мышечному движению». Двигательная активность ребёнка является основой для организации различных форм двигательной деятельности в образовательном процессе ДО. Под *двигательной деятельностью* мы понимаем такую активность, для которой характерны целесообразность, осознанность и произвольность движений, совершаемых человеком в качестве двигательных актов (операций) для решения вполне определённых задач. Таким образом, мы рассматриваем двигательную деятельность как высшую форму развития двигательной активности, когда ребёнок из субъекта спонтанной активности, обусловленной органическими потребностями, превращается в субъекта деятельности, целенаправленно реализующего свою активность в форме двигательных актов и движений, обеспечивающих операциональную сторону спортивной, игровой и иной деятельности. Двигательная деятельность человека является основной формой его поведения во внешней среде.

Современные научные исследования в этой области свидетельствуют о том, что существующий в дошкольных образовательных организациях двигательный режим позволяет реализовать потребность ребёнка в движении только на 55–60% (Т.В. Волосникова, Л.Н. Волошина, М.А. Рунова). Такая ситуация складывается вследствие подмены в системе дошкольного образования развивающих и оздоровительных тенденций информационными. Если к этому прибавить ещё и малоподвижный образ жизни, увлечённость всевозможными гаджетами, то проблема принимает угрожающий характер. А между тем её решение очевидно: необходимо организовать образовательный процесс так, чтобы реализовать в полном объёме потребность дошкольников в движении.

Какое количество двигательных актов и движений в день будет обеспечивать полноценное развитие дошкольника?

Учёными определены примерные гигиенические нормы суточной активности для детей разного возраста и пола.

Количество движений (локомоций) в среднем за сутки

Возраст	девочки	мальчики
3 года	5400	6300
4 года	6800	6900
5 лет	8400	9600
6 лет	9700	11900
7 лет	11300	13500
8 лет	12000	16000

Потребности в движении у девочек на 20–30% ниже, чем у мальчиков. Проявления двигательной активности зависят от времени года: как правило, зимой и у девочек, и у мальчиков двигательная активность снижается. Воспитателю нужно иметь в виду, что девочки в большей степени нуждаются в организации двигательной деятельности, мальчики могут организовать её самостоятельно. Именно поэтому рекомендуется оформлять двигательную деятельность девочек яркими атрибутами, красивым инвентарём и пр. Для определения двигательной активности каждого ребёнка можно использовать следующие методы:

определение моторной плотности занятия и подсчёт частоты сердечных сокращений (как правило, используется инструкторами по физической культуре во время занятий), а также подсчёт количества локомоций (движений) ребёнка за сутки. Последний метод даёт более полное и корректное представление о двигательной активности. Метод доступен, так как для проведения диагностики необходим простой шагомер (многие из них фиксируют не только шаги, но и другие движения тела).

Условия, удовлетворения потребности детского организма в двигательной активности.

В теории и методике физического воспитания выделяют регламентированную, частично регламентированную и нерегламентированную двигательную активность. В программе «Детский сад 2100» предлагается модель организации двигательной активности детей в полном объёме. В соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами на регламентированную двигательную активность (занятия физической культурой) отводится 3 условных часа в неделю для каждой возрастной группы. Помимо этого, в режиме дня выделено время на проведение гимнастических упражнений, зарядки и т.д. Формы организации описаны в организационном разделе Программы. Частично регламентированная и нерегламентированная активность находятся за рамками занятий физической культурой. Это прежде всего подвижные игры, организуемые на прогулке, в свободное время и т.д. Кроме того, на любом занятии статического характера рекомендуется запланировать двигательную деятельность, которая будет органично поддерживать тему. Таким образом двигательный режим будет выполнен в полном объёме.

Учёт индивидуальных особенностей детей при организации двигательной деятельности.

Помимо половозрастных норм, существуют также индивидуальные особенности и потребности детей в двигательной активности. Двигательная активность ребёнка может характеризоваться через такие параметры, как *уровень двигательной активности* и *двигательный тип*. Специалисты выделяют три уровня двигательной активности: высокий, средний и низкий.

Для детей с *высоким уровнем двигательной активности* характерны высокая подвижность, многие из них отличаются повышенной психомоторной возбудимостью, часто их называют гиперактивными. Такие дети имеют довольно богатый двигательный опыт, который позволяет им обогащать свою самостоятельную деятельность. Такие дети не всегда способны следовать правилам, движения могут быть хаотичными из-за невозможности сосредоточиться на их выполнении и из-за общей невнимательности.

Дети *со средним уровнем двигательной активности* самостоятельно разнообразят свою двигательную деятельность. Они демонстрируют хорошую сформированность двигательных навыков, могут организовать свою двигательную деятельность в соответствии с указаниями взрослого. Такие дети спокойны и внимательны при выполнении упражнений, способны адекватно реагировать на свои успехи и неудачи.

Третью категорию составляют малоподвижные дети, которые характеризуются *низким уровнем двигательной активности*. Как правило, у этих детей наблюдается отставание показателей развития основных видов движений и физических качеств от возрастных нормативов. Они, как правило, пассивны, застенчивы, часто обидчивы. Чтобы организовать двигательную деятельность дошкольников с разным уровнем двигательной активности, необходимо учесть ещё один параметр – двигательный тип.

Под двигательным типом понимается набор индивидуальных двигательных особенностей, присущих ребёнку. Каждый ребёнок обладает своим типом двигательной активности. В процессе наблюдения за ребёнком в течение длительного времени педагог и родители обращают внимание на то, какие виды движений ребёнок предпочитает и выполняет с удовольствием, и фиксируют результат своих наблюдений. По мнению Л.М. Лазарева, невыявление двигательного типа и навязывание ребёнку несвойственного движения приводит к тому, что у ребёнка возникает неприязнь к этому движению, а часто и к двигательной активности вообще. Увеличение количества физкультурных занятий, которые не являются для ребёнка необходимой психоэмоциональной разрядкой и не соответствуют его типу двигательной активности, может привести к резко отрицательным последствиям, стать

источником длительного стресса, вплоть до устойчивого нежелания выполнять эти движения. Л.М. Лазарев выделяет следующие двигательные типы ребёнка:

1. Взрывной. Дети с этим типом двигательной активности предпочитают быстрое, непродолжительное по времени движение. Таким детям нравится бег на короткие дистанции, прыжки с места, метание и другие виды движений, не требующих длительного сосредоточения.
2. Циклический. Дети с циклическим типом двигательной активности склонны к длительным, монотонным, повторяющимся движениям (лыжи, бег на длинные дистанции, плавание, коньки и пр.).
3. Пластический. Дети с пластическим типом движений предпочитают мягкие, плавные движения (художественная гимнастика, спортивные танцы и пр.).
4. Силовой. Дети с силовым типом предпочитают силовые нагрузки (спортивная гимнастика, различные силовые упражнения). Большинство дошкольников относится к взрывному и циклическому двигательным типам. Наименьшее количество детей привлекают силовые нагрузки. Знание этих особенностей двигательной активности ребёнка поможет воспитателю и родителям создать оптимальный индивидуальный двигательный режим для дошкольника.

О чём должен знать педагог, организуя двигательную деятельность детей

Любое двигательное действие требует организации и регуляции со стороны нервной системы. При этом если предварительное общее планирование действий может производиться субъектом до их выполнения, то сам процесс выполнения требует постоянной регуляции всевозможных неточностей и отклонений, которые возникают по ходу действий. Эти регуляции обеспечиваются центральной нервной системой и носят название сенсорных коррекций. Развитие двигательной сферы ребёнка и заключается в формировании сложнейших систем сенсорных коррекций, обеспечивающих быстрое, верное и точное выполнение разнообразных двигательных действий за счёт их исправления по ходу выполнения. Физиологи выделяют несколько уровней организации сенсорных коррекций, на основе которых организуется и регулируется выполнение разных по сложности действий.

Первый уровень (А) – уровень регуляции тонуса, второй (В) – уровень регуляции действий в пространстве тела, третий (С) – уровень регуляции действий в пространственном поле (внутри него выделяются подуровни С1 и С2), четвёртый уровень (D) – уровень преднамеренных осмысленных произвольных действий.

Только в старшем дошкольном возрасте начинает развиваться способность к произвольной регуляции движений. Движения приобретают силу и точность. С третьего года развития растёт успешность действий, которые обеспечиваются уровнем регуляции осмысленных действий. Этот уровень развивается на всём протяжении жизни человека. Но так как в дошкольном возрасте он только начинает развиваться, ребёнку с трудом даются действия, обусловленные этим уровнем: происходит очень быстрое утомление.

В целом же двигательная сфера дошкольника развивается в трёх основных направлениях:

- рост трудности решаемых двигательных задач и их точности;
- развитие способности решать внезапные, нешаблонные двигательные задачи;
- рост интеллектуальной и смысловой сложности двигательных задач.

На этой основе развиваются те двигательные качества, которые традиционно рассматриваются как основные направления физического развития ребёнка в процессе физического воспитания: ловкость, сила, скорость, выносливость.

В связи с этим в дошкольном возрасте особое внимание рекомендуется уделять именно развитию ловкости, так как именно в основе ловкости лежит согласованная работа всех уровней построения и коррекции движений. Развитие других физических качеств должно быть подчинено задачам развития координации и ловкости. Помимо включения в повседневные занятия и игры с дошкольником различных классов двигательных действий важным является развитие рефлексивности по отношению к собственным движениям и действиям – умения осознавать выполняемые действия: рассказывать о том, с какой целью, как и в какой последовательности они выполняются.

Двигательная деятельность способствует формированию обобщённых представлений дошкольника о своем организме, его возможностях. Педагог подводит ребёнка к пониманию

того, что между переживаемыми им состояниями существует тесная связь: боль рождает отрицательные чувства, а приятная музыка, танец поднимают настроение. Организация педагогом различных игр, тренинговых упражнений помогут ребёнку познать внутренний мир чувств и состояний, а также научат анализировать их и управлять ими. Не менее важно по мере адаптации приучать ребёнка к различным жизненным ситуациям – оберегать себя от возможных травм, ушибов, падений, учить предвидеть возможную опасность, находить способы избежать её.

Литература:

1. ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ СТАНДАРТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155
2. Основная образовательная программа дошкольного образования «Детский сад 2100». Сб. материалов в 3-х ч. Ч. 1. Образовательные программы развития и воспитания детей младенческого, раннего и дошкольного возраста /Под науч. ред. Р.Н. Бунеева. – Изд. 2-е, перераб. – М.: Баласс, 2016. – 528 с. (Образовательная система «Школа 2100»).

ОЗДОРОВЛЕНИЕ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ

*Л.М. Данилова, воспитатель; З.З. Мухаметзянова, воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г.Нурлат РТ*

«Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье –
это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний,
вера в свои силы»
В.А. Сухомлинский

Тема здоровья детей на современном этапе считается не только актуальной, но общечеловеческой. Здоровье детей, его охрана и обогащение является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом. Поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически развитой личности.

Актуальность здоровья детей говорит о необходимости принятия неотложных мер по здоровьесбережению, оздоровлению детей. По профилактике и коррекции различных отклонений в здоровье.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим, поэтому - воспитание здорового ребенка является главной задачей дошкольного учреждения.

Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении.

Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания, как в дошкольном образовательном учреждении, так и в семье. Только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам укрепления и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Проблема оздоровления детей – целенаправленная, систематически спланированная педагогическая работа дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, с которым ежедневно вступают в контакт родители и где начинается их систематическое просвещение. Поэтому образовательное учреждение имеет возможность оказывать непосредственное влияние на семьи воспитанников. Воспитательные функции дошкольного учреждения и семьи различны, но для всестороннего развития ребёнка необходимо их взаимодействие. От качества целенаправленной совместной деятельности родителей и дошкольного учреждения зависят уровень педагогической культуры родителей, а, следовательно, и уровень воспитания. Положительных результатов в воспитании здорового ребёнка можно достичь при поддержке, желании и тесном сотрудничестве педагогов с семьями воспитанников. Укрепление и развитие тесной связи и взаимодействия дошкольного учреждения и семьи обеспечивают благоприятные условия жизни и воспитания здорового ребёнка, формирование основ полноценной, гармоничной личности.

Если родители и педагоги объединяют свои усилия и обеспечивают малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную содержательную жизнь в детском саду и дома, то можно с уверенностью сказать, что произошедшие изменения в жизни ребёнка – ему на благо.

В нашем саду комплексный подход к организации здоровьесберегающего пространства: укрепление, сохранение здоровья наших воспитанников. Коллектив сотрудников целенаправленно работает над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищет новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

Постоянно осваивается комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья наших воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Один из важнейших этапов в жизни каждого ребёнка - это поступление в детское дошкольное учреждение. В детском саду созданы оптимальные условия для комфортного пребывания детей, а также их всестороннего развития.

Разнообразные лечебно - оздоровительные мероприятия, осуществляемые в рамках программы по здоровьесбережению, наряду с активно проводимой разносторонней санитарно - просветительной работой, позволяют максимально использовать все доступные средства для достижения главной цели - формирование, сохранение и укрепление здоровья всех детей дошкольного учреждения.

В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий:

Соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН.

Облегченная одежда в детском саду (внутри учреждения).

Утренняя гимнастика.

Гимнастика после сна.

Закаливающие процедуры (согласно возрасту детей).

Резиновые дорожки – для профилактики плоскостопия.

Правильная организация прогулок и их длительность.

Соблюдение сезонной одежды воспитанников (индивидуальная работа с родителями).

Мытье прохладной водой рук по локоть – средний-старший возраст.

Комплекс контрастных закаливающих процедур - старший возраст.

Самомассаж

Витамиотерапия

Три раза в неделю дети посещают физкультурные занятия, которые проводят воспитатели, в том числе один раз (в соответствии с погодными условиями) занятия физкультурой проводятся на улице. Кроме того, проводятся спортивные игры и соревнования, в том числе на свежем воздухе.

Находим применение народных средств (ношение кулонов с чесноком) в целях профилактики вирусных инфекций.

В период повышенной заболеваемости ОРВИ и ОРЗ – проводится вакцинация воспитанников детского сада и сотрудников.

В группах проводим с детьми коррегирующую и дыхательную гимнастику после дневного сна. Осуществляется воздушное, солнечное закаливание (летом).

Систематически проводится гимнастика для глаз с целью профилактики близорукости. Важная роль в рамках здоровьесберегающих программ отводится противоэпидемической работе и медицинскому контролю работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами.

Осуществляется витаминпрофилактика (витаминизация третьих блюд).

Также с детьми проводим звуковую, артикуляционную гимнастику; логоритмика (с участием логопеда, музыкального руководителя).

Большое внимание уделяется санитарно-просветительной работе. Оформляются папки передвижки, ширмы для родителей на различные темы: «Адаптация детей к дошкольному учреждению», «Закаливание ребёнка в домашних условиях», «Рациональное питание и режим дня», «Грязные руки - источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки и их значение» и др.

Таким образом, тема здоровья считается не только чрезвычайно актуальной, но и глобальной. Полноценное здоровье это- залог успешного развития всех сфер личности. Всех его свойств и качеств. А система здоровьесберегающих технологий позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течении всего пребывания в дошкольном учреждении.

Наличие здорового будущего завтра-это постоянная забота о физическом, психологическом и социальном благополучии ребенка сегодня.

Литература:

1. Анисимова М. В. Музыка здоровья: Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников.- М.: ТЦ «Сфера», 2014;
2. Сертакова Н. М. «Инновационные формы взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьёй».
3. Деркунская, В.А. Сотрудничество детского сада и семьи в воспитании культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская // Дошкольная педагогика. – 2006. - № 5, с. 49 – 51.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Н.А. Евдокимова, воспитатель; Л.Р. Абдулвалеева, воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

«Забота о здоровье - это важный труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний,
вера в свои силы».
А. Сухомлинский.

Дошкольный возраст - это решающий этап в формировании основ психического и физического здоровья детей. Именно в эти годы интенсивно формируются органы и развиваются функциональные системы организма. В последние годы замечена устойчивая тенденция снижения уровня здоровья дошкольников, все больше детей показывают нарушение речевого и психического развития. Это все делает необходимым поиск механизмов, которые бы помогли изменить ситуацию.

Главная задача воспитателей детского сада - подготовить дошкольника к будущей самостоятельной жизни, предоставив ему необходимые условия для получения и закрепления устойчивых навыков, умений, знаний, воспитав в нем необходимые привычки.

Цель: здоровьесберегающей технологии - предоставить каждому дошкольнику высокий уровень здоровья, дав ему необходимый багаж умений, знаний, навыков, которые нужны для здорового образа жизни, заложив в нем культуру здоровья.

Эта цель достигается путем решения многих задач педагогом в ходе своей деятельности. Воспитатели учат детей культуре здоровья, как следует ухаживать за своим телом, т.е. разумному отношению к личному здоровью, безопасному поведению.

Задачи здоровьесберегающих технологий: Объединить усилия родителей и педагогического коллектива для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, профилактики нарушений осанки и плоскостопия; Обучить воспитанников безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в городе и в природных условиях; Осуществить преемственность между ДОУ и школой посредством физкультурно-оздоровительной работы.

Здоровьесберегающие технологии в целом делятся на 4 группы:

I. Технологии сохранения и стимулирования здоровья дошкольников: Динамические паузы (физкультминутки, включающие пальчиковую, дыхательную, гимнастику для глаз и артикуляционную гимнастику); Спортивные и подвижные игры; Тренажеры, контрастная дорожка.

II. Технологии обучения ЗОЖ: Физкультурные занятия; Гимнастика после сна; Точечный массаж; Бассейн; Спортивные праздники, развлечения; СМИ (ситуативные малые игры - подражательная ролевая имитационная игра); День здоровья.

III. Технологии музыкального воздействия: Музыкалотерапия; Сказкотерапия.

IV. Технология коррекции поведения.

Эффективные формы оздоровления в дошкольном учреждении, которые помогли бы ребенку справиться с возросшей нагрузкой и остаться здоровым являются оздоровительные занятия и утренняя гимнастика, направленные на повышение двигательной активности, физической подготовленности и укрепления здоровья.

В структуру каждого занятия мы включаем не только общеразвивающие упражнения для отдельных частей тела, подвижные игры, игровые упражнения, но и используем здоровьесберегающие технологии. Это применение точечного массажа и дыхательной гимнастики. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность. Эффективной профилактикой снижения заболеваемости болеющих детей, по нашему мнению, являются дыхательная гимнастика и точечный массаж.

Дыхательная гимнастика имеет ряд преимуществ. Она основана на носовом дыхании. Не случайно поэтому, йоги предупреждают: если дети не будут дышать через нос, то не получат достаточно умственного развития, т.к. носовое дыхание стимулирует нервные окончания всех органов, находящиеся в носоглотке. И наша задача научиться и научить детей правильно дышать.

Точечный массаж- это надавливания подушечками пальцев на кожу и мышечный слой в месте расположения основных точек и разветвлений нервов. В массаже мы принимаем 7 биологических активных точек, с которыми детям удобно работать:

- 1.Начало надбровных дуг.
- 2.Переносица.
- 3.Крылья носа.
- 4.Углы нижней челюсти.
- 5.Мочки ушей.
- 6.Ладони
- 7.Спина (качание).

Делая массаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом.

Чтобы реализовать обогащенное физическое развитие и оздоровление детей в ДОУ применяются нетрадиционные приемы.

В каждой группе оборудован "Уголок здоровья". В нем должны находиться традиционные пособия (массажеры, массажные коврики, спортивный инвентарь), а также нестандартное оборудование, изготовленное своими руками.

Оздоровительную гимнастику проводим ежедневно после сна, босиком под музыку.

В оздоровительные режимы группы должны входить спектры медико-восстановительных методик:

гимнастика для глаз (снимает статическое напряжение глазных мышц, улучшает кровообращение);

мимические разминки;
пальчиковая гимнастика (влияет на развитие мелкой моторики, стимулирует развитие речи, внимания, пространственного мышления, помогает развить быстроту реакции);
дыхательная гимнастика (укрепляет и развивает грудную клетку);
точечный массаж;
упражнения и игры для коррекции и профилактики осанки и плоскостопия.
Здоровье сберегающая деятельность формирует в результате у ребенка мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

Дополнительно используются методы закаливания:

Умывание водой после дневного сна;
Полоскание рта и полоскание горла отварами трав (ромашка, шалфей, календула), которые обладают антисептическим действием на слизистую оболочку дыхательных путей, либо раствором морской соли. Проводиться должно ежедневно после обеда, в течение 2 недель поочередно;
Хождение босиком вместе с воздушными ваннами может проводиться на физкультурных занятиях и после дневного сна.

В здоровый образ жизни входит адекватная физическая активность, личная гигиена, рациональное питание, здоровый психологический климат в семье, школе, детском саду, внимательное отношение к личному здоровью, отсутствие вредных привычек.

Здоровье сберегающие технологии, которые применяются в работе с родителями

Консультации с родителями, беседы, рекомендации по поводу профилактики болезней, пользе дополнительных прогулок и занятий в спортивных секциях, по поводу соблюдения личной гигиены; родительские собрания; Оформления папок-передвижек; Личный пример педагога; Нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы; Анкетирование; Совместные акции: дни здоровья, спортивные праздники; Буклеты, памятки из серии "Пальчиковая гимнастика", "Как правильно закалывать ребенка?"; Дни открытых дверей; Обучение родителей методам оздоровления детей (практикумы, тренинги); Выпуск газеты ДОУ и т.д.

Создание условий здоровьесберегающего воспитания дошкольников подразумевает:

Организацию деятельности детей в игровой форме; Организацию культуротворчества дошкольников; Построение педагогического процесса в образе модели культуры; Снабжение деятельности детей игрушками, оборудованием, играми, пособиями.

Эта вся работа должна проводиться комплексно, на протяжении всего дня. В этой работе должны участвовать и педагогические, и медицинские работники: педагог-психолог, учитель-логопед, воспитатель, инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель.

Родители - главные воспитатели ребенка. От того, как организован режим дня ребенка, сколько внимания родители уделяют здоровью ребенка, зависит его настроение, психологический комфорт. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в детском саду, может или поддерживать ежедневно дома, и закрепляться, либо не находить поддержку, тогда информация, полученная ребенком, будет для него тягостной и лишней.

Педагоги, врачи, родители, все хотят, чтобы наши дети учились хорошо, становились с каждым годом сильнее, выросли и выходили в большую жизнь людьми не просто знающими, но и здоровыми. Ведь здоровье - бесценный дар!

Литература:

1. Методическое пособие. Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых требований.
2. Журнал «Воспитатель» №2 2015 г.
3. Взаимодействие детского сада и семьи в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников. 1 часть. Охрана и укрепления здоровья.
4. Массаж лицевых мышц. А

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ ДООУ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ФГОС ДО

*Н.П. Ендирякова, воспитатель; А.Д. Халикова, воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 5 «Камыр Батыр»общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

В настоящее время проблемы оздоровления и подготовки детей к школе стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией к ухудшению здоровья дошкольников. В детских садах используются инновационные технологии, вариативные и дополнительные программы, направленные на здоровьесбережение детей. Но, на настоящий момент мы не можем сказать, что здоровье детей – это уже не проблема. Это задача, которая требует постоянного поиска новых форм и методов работы, поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию. А между тем, дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребёнка. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Дошкольный возраст – самый поддающийся воздействиям период. В этом возрасте ребенок быстро обучается и усваивает. На сегодняшний день жизнь ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - это технологии, которые направлены на решение сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. Главное назначение здоровьесберегающих технологий в том, что это объединяет педагогов, медицинский персонал, родителей и детей на сохранение, укрепления и развития здоровья.

В нашем ДООУ активно используется технология здоровьесбережения, задачами которой являются:

Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.

Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья.

Усилия работников ДООУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка – дошкольника, поддержания здорового образа жизни. Неслучайно, именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Здоровье – состояние физического и социального благополучия человека (по уставу ВОЗ) здоровьесберегающий педагогический процесс ДООУ – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия.

В нашем детском саду здоровьесберегающая деятельность осуществляется в следующих формах:

медико-профилактические;

физкультурно-оздоровительные;

здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов ДООУ;

валеологического просвещения родителей.

Медико-профилактические здоровьесберегающие технологии обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

В нашем детском саду ежедневно ведётся медицинский осмотр детей медицинской сестрой, что позволяет получить чёткую информацию о состоянии здоровья каждого ребенка дошкольного учреждения. Для наибольшего эффекта закаливания нами используется: чёткая организация теплого и воздушного пространства, рациональная одежда детей, соблюдение режима прогулок во все времена года, гигиенические процедуры. Для профилактики

респираторных заболеваний осуществляется фитотерапия, витаминотерапия, а так же полоскание горла настоями, отварами трав календулы, ромашки.

Физкультурно-оздоровительные технологии- направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

К ним относятся: ежедневные утренние гимнастики, физические упражнения; закаливания КГН, спортивные праздники, развлечения и досуги, соревнования, недели здоровья. В нашем детском саду ведется непрерывная, ежедневная работа по развитию физических возможностей детского организма и укреплению его здоровья. Так, например, реализуется проект «Тропинка здоровья», по профилактики плоскостопия. Также полностью реализуются разнообразные формы оздоровления детей, осуществляется оздоровительно-профилактическая работа (физиотерапевтические процедуры, ходьба по массажным, ребристым дорожкам, точечный массаж). В каждой группе детского сада имеется свой физкультурный уголок, где огромное количество различного оборудования для реализации в потребности движений детей. Вся работа по физическому воспитанию дошкольников строится с учётом физических возможностей и различных отклонений об их состоянии здоровья. Всё это непосредственно положительно влияет на укрепление здоровья воспитанников и уменьшению уровня заболеваемости.

Здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов ДОУ. Это технология, направлена на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Воспитатель, стоящий на страже здоровья, который укрепляет здоровье детей, сам должен быть здоровым, следить за своим здоровьем. Ведь от здорового педагога зависит здоровье воспитанников. В нашем детском саду проводятся семинары-тренинги, консультации для педагогов, практикум для педагогов ДОУ, обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях.

Валеологическое просвещение родителей. В целях сотрудничества с родителями по созданию общей цели по укреплению здоровья детей, в нашем детском саду проводятся такие мероприятия как: родительские собрания, консультации, памятки, индивидуальные беседы, круглые столы, спортивные праздники, конкурсы, папки-передвижки, праздники здоровья. Всё это направлено на взаимодействие педагогов ДОУ с родителями для поддержания здоровья детского организма, что является непосредственной деятельностью в образовательном процессе ДОУ.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка - вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка - это основа формирования личности.

Система здоровьесбережения в ДОУ.

различные оздоровительные режимы (адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул);

комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; хождение босиком, “топтанье” в тазах, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);

физкультурные занятия всех типов;

оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажёры, тактильные дорожки);

организация рационального питания;

медико-профилактическая работа с детьми и родителями;

соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;

комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

Тесное сотрудничество с родителями дает положительные результаты, родители стали больше проявлять интерес к успехам своих детей в области здоровья и физической подготовки, охотно участвуют в организации и проведении досуговой деятельности детей. В детском саду проводятся беседы с воспитанниками, о важности здорового образа жизни, о поддержании здоровья, о профилактике различных заболеваний, о соблюдении режима дня, важности пребывания на свежем воздухе, выполнения физических упражнений.

В результате постоянной, непрерывной работы по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе в ДОУ сформированы навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ. Сформирована медико – оздоровительная, физкультурно – оздоровительная база, по вопросам оздоровления дошкольников. Улучшены и сохранены соматические показатели здоровья детей, и значительно снизилась их заболеваемость.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21- го века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья. И это является главной задачей нашего дошкольного учреждения. Однако, мы не останавливаемся на достигнутом, работа с применением здоровьесберегающих технологий и дальше будет продолжаться регулярно, систематизировано и искать новые пути для укрепления, сохранения и развития здоровья наших детей.

Литература:

- Ахутина Т. В. «Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход» // Школа здоровья. 2000. Т. 7. № 2. с.21–28.
Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребёнка» Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений – Москва АРКТИ, 1999 г..
Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога»
Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей» М. Просвещение, 1986 г.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ ДЕТЕЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО

*Н.А. Юхмальчина, воспитатель МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

"Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье ребенка –
это важнейший труд воспитателя"
В.А. Сухомлинский

Необходимость организации оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении уже ни у кого не вызывает сомнений. Актуальность такого подхода обоснована состоянием здоровья детей, посещающих дошкольное учреждение. Заболевание детей раннего и дошкольного возраста продолжает оставаться высокой и имеет тенденцию к увеличению, и невозможно утверждать, что здоровье детей – это уже не проблема. Это задача, которая требует постоянного поиска новых форм и методов работы, поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию.

А между тем, дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребёнка. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма.

Основными задачами детского сада в этом направлении являются:

Охрана и укрепление здоровья детей;

Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни. Обеспечение физического и психического благополучия

В течение дня воспитателю предстоит практически ежеминутная работа по здоровьесбережению детей своей группы, начиная с утреннего приёма и заканчивая уходом детей с родителями домой, т.к. увеличилось число ослабленных, часто и длительно болеющих детей, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистые и ЛОР – заболевания.

Поэтому для решения задачи сохранения и укрепления здоровья ребенка необходимо обеспечить оптимальный двигательный режим в детском саду, В нашей группе основу режима дня составили здоровьесберегающие технологии, приемы и способы:

Обширное умывание;

Ходьба по оздоровительным дорожкам ;

Пальчиковая гимнастика;

Дыхательная гимнастика;

Артикуляционная гимнастика;

Физкультминутки;

Игры-упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия и осанки;

Подвижные игры.

Для профилактики заболеваний в своей группе я провожу, хорошо известную всем традиционную оздоровительную гимнастику после дневного сна. С учетом индивидуальных особенностей детей включает щадящие элементы закаливания, не имеющие противопоказаний или ограничений. Сочетаю с другими оздоровительными процедурами: дыхательной и звуковой гимнастикой, профилактикой и нарушением осанки, плоскостопия, упражнениями для глаз. Комплексы оздоровительной гимнастики после сна составляю на две недели, за это время дети успевают овладеть техникой выполнения отдельных оздоровительных процедур. Благодаря частой смене комплексов, интерес детей к данной гимнастике поддерживается на протяжении всего года. Провожу физкультурные занятия.

В нашем дошкольном учреждении имеются все условия для обеспечения достаточного уровня двигательной активности на занятиях. В специально оборудованном зале со всеми необходимыми атрибутами и инвентарем.

Свои занятия организую в игровой форме, немного фантазии - и достаточно сложная для малышей деятельность превращается в увлекательное дело. Во время занятий учитываю разную степень их подвижности, дифференцированно подхожу к дозировке физических упражнений. В методике занятий с малышами главное заключается в определении величины необходимой физической нагрузки, с учетом индивидуального развития и состояния здоровья каждого ребенка.

Особенно эффективным для улучшения и укрепления здоровья, на мой взгляд, являются дыхательные упражнения. Прежде чем проводить дыхательную гимнастику, я хорошо проветриваю помещение: в чистом воздухе меньше микробов, уменьшается риск заболевания. Дыхательная гимнастика в младшем дошкольном возрасте помогает повышению общего жизненного тонуса ребенка и сопротивляемости, закаленности и устойчивости его организма к заболеваниям дыхательной системы.

Дыхательные упражнения провожу в игровой форме (*жуужжит пчела, гудит самолет, стучат колеса поезда и т. д.*) В комплексе упражнений обязательно должны быть элементы надувания резиновых мячей, игрушек. Контролирую, чтобы вдох у детей происходил только через нос. Кроме дыхательной гимнастики, в своей группе я применяю точечный массаж, который повышает защитные свойства слизистых оболочек носа, глотки, трахеи, бронхов и других органов.

Также с детьми проводится звуковая, артикуляционная гимнастики; логоритмика.

Но важна не только гимнастика, игры и прочие активные способы времяпровождения. Особая роль отводится отдыху и расслаблению. Для этих целей малышам включаем звуки природы или спокойную классическую музыку. Релаксационные паузы помогают снять умственное, нервное и эмоциональное напряжение. Своевременное расслабление способно помочь восполнить силы,

дать отдых мышцам и не позволить эмоциям выплеснуть через край. Это очень важные здоровьесберегающие технологии по ФГОС.

Расслабление необходимо и при чрезмерной активности малышей, и при их явной вялости, которую можно даже назвать апатией. Ряд упражнений на релаксацию способен снять напряжение, улучшить самочувствие, повысить внимание и помочь лучше концентрироваться.

Особое внимание уделяем отдыху детей во время образовательного процесса. По мере утомляемости малышей делаем специальные паузы (2-5 минут). Но даже такого небольшого отдыха вполне достаточно, чтобы здоровьесберегающие технологии в младшей группе начали работать. При динамических паузах можно выполнять элементы дыхательной гимнастики, делать упражнения для пальчиков и глаз. Выполняют их обычно под стихотворный материал с определенной сюжетной линией. Это помогает детям уловить связь между действием и выполняемым ими движением. При подборе стихов обязательно учитываем возраст малышей, их двигательные и речевые возможности.

Паузы очень важны для развития детей. Совместные упражнения со взрослыми помогают избавиться от зажатости, неуверенности, снять напряжение после ознакомления с новым материалом, развить внимание и память.

Еще одним важным элементом в здоровьесберегающей технологии являются прогулки с детьми. Прогулка один из важнейших режимных моментов во время, которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности и навыки, совершенствуются физические качества детей.

Для того чтобы прогулки были разнообразными и интересными для детей, ежедневно планируем их содержание, включая образовательную составляющую и самостоятельную деятельность дошкольников.

Вышеперечисленные оздоровительные мероприятия направлены на сохранение имеющегося потенциала здоровья и на своевременную коррекцию возникающих отклонений. Большое внимание уделяется санитарно-просветительной работе.

Оформляются папки передвижки, ширмы для родителей на различные темы: «Адаптация детей к дошкольному учреждению», «Закаливание ребёнка в домашних условиях», «Рациональное питание и режим дня», «Грязные руки - источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки и их значение» и др. Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию и отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех его физических и духовных сил.

Существует десять золотых правил здоровьезбережения:

1. Соблюдайте режим дня!
2. Обращайте больше внимания на питание!
3. Больше двигайтесь!
4. Спите в прохладной комнате!
5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
7. Гоните прочь уныние и хандру!
8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
10. Желайте себе и окружающим только добро!

Литература:

1. Борисова Е. Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, 2006
2. Каштанова Т. В. Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении (практическое пособие), 2006
3. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников, 2005

4. Лосева В. С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение, 2007
5. Никанорова Т. С., Сергиенко Е. М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников, 2006
6. Прищепа С. С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет, 2009

Здоровьесбережение детей дошкольного возраста. Инновационные подходы к формированию здорового образа жизни.

Н.А. Зяблова, воспитатель

*МБОУ «Ново-Иванаевская начальная школа-детский сад
Новошешминского муниципального района Республики Татарстан»*

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту одной из современных задач образования является сохранение и укрепление здоровья детей. Дошкольное учреждение должно обеспечить детям возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни.

«Здоровьесберегающая технология» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

В последнее время возросла актуальность поиска инновационных и более эффективных форм привития здорового образа жизни дошкольникам и их родителям. В качестве инноваций рассматривается любое новшество в области физического воспитания детей дошкольного возраста, так как это коррекция общего психического развития. Игровой метод придает воспитательно-образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию

мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Поэтому в нашем детском саду большое внимание уделяется игровым методам в формировании здорового образа жизни.

Инновационными формами физического развития нашего дошкольного учреждения являются: игрогимнастика, игротанец, игротерапия, игромассаж.

Игрогимнастика. В этот раздел входят общеразвивающие, строевые, акробатические упражнения, направленные на укрепление мышц тела, становление осанки и формирование дыхательного аппарата детей. При выполнении упражнений с детьми использую веселые стихотворения и потешки, сопровождающие движения и различные импровизации под детские песенки.

Игротанец. В этот раздел входят элементы хореографических упражнений, танцевальные шаги, ритмичные упражнения в ритм с музыкой, музыкальные задания, игры. Ритмичные упражнения развивают координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве - исправляют природные недостатки (сутулость, развернутость стоп). Постоянно уделяю внимание технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость корпуса - общие требования на всех занятиях. Играя, разучиваю с дошкольниками танцевальные движения.

Игротерапия. Игровой терапией называют психотерапевтические направления, использующие игрушки и игру. Что бы мы ни понимали под этим загадочным словом «*игротерапия*», каждый раз, когда мы включаемся в игру с ребенком, ставим цель способствовать его развитию или помочь в преодолении психологических трудностей. И это лучшее, что можно применить из психотерапии к детям дошкольного возраста. Стоит отметить, что сегодня существует множество видов игротерапии, к которой относят и сказкотерапию. Игротерапия и сказкотерапия, в буквальном смысле слова означает лечение игрой и сказкой. Педагог моделирует ребенку истории, повторяющие жизненные ситуации и совместно обыгрывают их, используя те или иные игрушки, картинки. А так же, заканчивают рассказ начатой сказки и

сочиняют новые. Ребята с помощью грубой интонации голоса произносят слова страшных героев, с помощью мягкой интонации изображают положительных персонажей.

Игромассаж формирует у детей навыки собственного оздоровления, сознательного стремления к здоровью. Овладеть основными навыками самомассажа - для дошкольников один из способов приобщиться к здоровому образу жизни. С детьми проводится самомассаж точечный, игровой, в стихах, с использованием массажных мячиков, деталей конструктора. Это прекрасный способ расслабить мышцы и избавиться от нервно-эмоционального напряжения в забавной игровой форме.

Хочу подробнее остановиться на **игромассаже**.

Мы используем: **самомассаж, взаимомассаж, точечный массаж, пальчиковые игры**. Игромассаж помогает не только расслабить мышцы, снять напряжение, но и улучшить координацию. Специально разработанные упражнения способны помочь научиться переключать движения – тормозить лишние и активизировать необходимые. Детки учатся массировать ладони, предплечья, кисти рук. Для этого используются такие движения, как поглаживания, вдавливание, растирание, похлопывание, пощипывание, разгибание/сгибание пальчиков. Для такого массажа могут использовать и подручные предметы: карандаши, мячи, шарики.

Надавливание подушечками пальцев на кожу и мышечный слой в месте расположения осязательных точек и разветвлений нервов, как элемент психофизической тренировки, способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения. Применяется для профилактики ОРЗ, гриппа, для улучшения протекания нервных процессов.

Хороводница – это игровая кукла, развивает мелкую моторику рук, внимание, творческое воображение. Эта тряпичная кукла используется как тренажер. Чтобы Хороводница расправила свои юбочки и закружилась в пляске ее нужно «оживить». Для этого быстро вращают пальчиками палочку, на которой закреплена кукла. У ребенка может не получиться крутить двух кукол – Хороводниц одновременно левой и правой рукой. Пусть ваш малыш крутит Хороводницу, поместив палочку между двух ладоней. При этом надо совершать движения, как будто потираете руки.

Дидактическая игра **«Сортировка прищепок по цвету»**. Эта игра направлена на познавательное и физическое развитие. У некоторых деток до сих пор не получается открыть прищепку, очень слабенькие ручки, но они стараются, я помогаю надавливая тихонечко на их пальчики и они очень радуются, когда видят, что прищепка открылась, верят, что у них получилось сделать это самостоятельно.

«Рисуем на крупе».

Насыпьте тонким слоем манную крупу на поднос. Ребенок с удовольствием нарисует что-нибудь на поверхности.

Игра **«Цветочная полянка»**. Дети очень рады таким затеям: застегнуть и расстегнуть пуговицы.

«Гречневая куколка» - снятие эмоционального напряжения, повышение речевой активности.

«Гречневая» куколка (кукла, выкроенная из байкового материала, туловище наполнено гречкой, голова — ватой).

Методика проведения. Перебирая пальцами туловище куколки, педагог вместе с детьми произносит различные потешки. Например:

Вот какие мы большие —

Не малюсенькие.

Вот такие, вот такие,

Вот такусенькие!

Ножки мыли?

— Мыли!

— Ручки мыли?

— Мыли!

— Щечки мыли?

— Мыли!

— Все помыли!

И теперь мы чистые, зайчики пушистые!

Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка, среднего – на кишечник, безымянного - на печень и почки, мизинца – на сердце. На занятиях можно использовать перчаточных кукол и игрушки на пальцы, сделав их непосредственными участниками сюжета. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику.

Игра «Золушка» - сортировка макарон по форме. В эту игру любят играть и мальчики и девочки, соревнуясь между собой.

Работу по развитию движений пальцев и всей кисти можно проводить во время утренней стимулирующей гимнастики, физкультминутки, в свободное время утром и после сна. Упражнения следует подбирать так, чтобы в них содержалось больше разнообразных движений пальцами, перебирание небольших предметов также способствует развитию мелкой моторики. С этой целью ребёнку можно давать бусины, нанизанные на верёвку, конструкторы и мозаики. Однако нужно следить, чтобы малыш не задохнулся или не подавился мелкими деталями.

Дошколята, погружаясь в волшебный сказочный мир, играют, путешествуют, импровизируют, не задумываясь о том, что таким образом становятся здоровее психически и физически.

Таким образом, каждая из технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка привычку к здоровому образу жизни. Внедрение в образовательный процесс инновационных технологий помогает мне в повышении профессионального мастерства и формировании компетентности в области физического воспитания и сохранения здоровья детей.

Литература:

1. «Организация двигательной деятельности в детском саду» Е. Харченко – М. «Детство-пресс», 2010г.
2. «Играем каждый день» В.И.Ткачева, Мн.: НИО, 2001 г.
3. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» А.М.Сивцова, Методист-2007 г.
4. «Формирование представлений о себе у старших дошкольников» М.Н.Сигимова-Волоград: Учитель, 2009 г.
5. Интернет – ресурсы: Международный образовательный портал МААМ.RU

Мастер-класс по дыхательной гимнастике «Комплекс оздоровительных методик по профилактике заболеваний верхних дыхательных путей»

Е.А. Гречко, инструктор по ФК МБДОУ

«Детский сад присмотра и оздоровления для детей с аллергическими заболеваниями № 69»

Нижнекамского муниципального района РТ

Профилактические упражнения для верхних дыхательных путей состоит из комплекса дыхательной гимнастики в соответствии с возрастными особенностями и упражнений, направленных на подвижность грудной клетки.

Цель: Научить детей правильному дыханию для достаточного обмена газа в организме и согласованности нормальной деятельности всей дыхательной системы.

Задачи: Повысить жизненный тонус и сопротивляемость, устойчивость организма к заболеваниям дыхательной системы. Развивать дыхательную мускулатуру, увеличивать подвижность грудной клетки, улучшать лимфо - и кровообращение в легких.

Все упражнения проводятся в игровой форме для достижения положительных эмоций и увлеченности детей, что само по себе является эффектом концентрации внимания детей на дыхательном упражнении – это увеличивает его положительное действие.

Возрастная группа: подготовительная группа

-Уважаемые коллеги! С вашей помощью мы сегодня поиграем, но поиграем с пользой для своего здоровья, настроения и дыхания. Я буду рада, если знания, полученные сегодня, пригодятся вам в педагогической практике. Поэтому хочу презентовать вам подборку подвижных игр и упражнений на дыхание, которые, я надеюсь, займут достойное место в вашей картотеке.

Представленные игры малой, средней и большой подвижности мы применяем на физкультурных занятиях, физкультминутках, в свободной деятельности дошкольников.

Подобные тренинги помогают и нашим воспитателям: учат их владеть собой, настраивают на спокойный лад, приводят организм в тонус и просто поднимают настроение.

Благодаря правильному дыханию у детей повысился уровень общей выносливости, возросли показатели по скоростно-силовым качествам. Техника дыхания (вдох через нос и спокойный выдох через нос или рот) помогает дошкольникам быстро восстанавливаются после интенсивной нагрузки. Игры на дыхание учат их прислушиваться к своему организму.

При дыхательных упражнениях с профилактической целью:

- Совершенствуются механизмы дыхания
- Укрепляются основные и вспомогательные мышцы
- Улучшается подвижность грудной клетки
- Растягиваются спайки в плевральной полости
- Удаляется мокрота из бронхов.

Нельзя строить занятие только из дыхательных упражнений!!!, так как это приведет к переутомлению дыхательных мышц. После каждых 3-4 дыхательных упражнений необходимо дать несколько элементарных ОРУ.

Вводная часть:

Специальные упражнения	Дозировка	Методические указания
Приветствие, построение в круг <i>Организационный момент: «Поход в весенний лес», разбиваемся на пары.</i>	0,5мин.	Следим за осанкой - <i>Вдвоем идти в походе легче и веселее!</i>
Ходьба с перекатом с пятки на носок	0,5мин.	Плечевой пояс расслаблен
Ходьба приставным шагом (пяточка к носочку)	1мин	- <i>Идем по узкой дорожке!</i> Идем парами друг за другом (паровозик)
Ходьба, переходящая в легкий бег и обратно	1мин	- <i>Вот он лес не далеко!</i>
Бег с ускорение (парный)		<i>Давайте вместе побежим!?</i> на перегонки!?
Дыхательное упражнение в ходьбе.	1мин.	Следим за осанкой и его восстановлением.
Парами, держась за руки	4-6раз	Следить за осанкой.
1-Руки через стороны вверх		Спина прямая
2-опустить руки		1-вдох 2-выдох ртом

Основная часть:

Специальные упражнения	Дозировка	Методические указания
Построение в круг парами (внутренний и внешний круг)	0,5мин	- <i>Вот и пришли мы ребята на полянку!</i> Проверяем осанку, встаем прямо, голову не опускать, плечи опустить и отвести назад, грудную

<p>И.П. – ноги на ширине плеч, спиной друг к другу, взявшись за руки. 1-Поднимаем руки вверх, встаем на носочки. 2-и.п. И.П. – ноги на ширине плеч, лицом друг к другу, руки прямые, ладони касаются 1-4- попеременно сгибая то одну то другую, с силой давить на ладони партнера. Сжимаем и разжимаем кисти рук.</p> <p>И.П. – ноги на ширине плеч, лицом друг к другу, взявшись за руки. 1-2-развести руки в стороны 3-4-5- руки скрещиваем 6- И.П.</p> <p>И.П. –стоя на коленях, лицом друг к другу, взявшись за руки прямые вперед. 1-наклон влево (вправо) 2-и.п. 3-4-тоже вправо (влево) И.П.- сидя ноги врозь стопы касаются друг друга, руки в упоре сзади. 1- приподнимаем правую (левую) ногу вверх 2-и.п. 3-4- другой ногой И.П.- сидя спиной друг к другу, взявшись за руки. руки в стороны полунаклон вперед 1 и.п. 8- тоже И.П. – лицом друг к другу, взявшись за руки. 1-4- Прыжки на двух ногах</p> <p>Игры: «Совушка» Садимся полукругом. По сигналу «День», закрываем глазки и медленно поворачивают голову из стороны в стороны, по сигналу «ночь» взмахивают крыльями и летают по поляне произносят «УУУУФ» «Бабочки» Врассыпную по залу («поляне») с «бабочками». Глубокий вдох и удлинённый выдох. «Хомячки» Перебежки с задержкой дыхания.</p>	<p>10раз</p> <p>6-8раз</p> <p>4-6раз</p> <p>4-6раз</p> <p>4раза каждой ногой</p> <p>2-4раза</p>	<p>клетку развернуть <i>-Посмотрим, что у нас на полянке вокруг!?Высокие деревья!</i> 1-вдох 2-выдох - «<i>Мишки играют</i>» Темп увеличиваем. Следить за дыханием и темпом.</p> <p>Дыхание носом (отдыхаем) - «<i>Мышки веселятся</i>» 1-2-вдох 3-4-5-продолжительный выдох с наклоном (полунаклоном) вперед</p> <p>- «<i>Лисички танцуют</i>» 1-вдох 2-выдох Следить за дыханием и темпом</p> <p>- «<i>Ёжики</i>» 1,3-вдох 2,4-выдох ртом, звук «пфф», «фрфрфр»</p> <p>- «<i>Белочки веселятся</i>» 1-3-вдох 2-4-выдох Медленный темп</p> <p>- «<i>Зайчики прыгают</i>» Дыхание носом (отдыхаем)</p> <p>-<i>Ребята вы видели сову? Давайте, поиграем с ней.</i> День- носовое дыхание Ночь- вдох, выдох со звуком «УУУУУФ»</p>
---	---	--

Потерялись в лесу Ходьба парами		- У кого дольше летает и у кого выше летает посмотрим. Чередуем с отдыхом. - Хомячки переносят зернышки в домик - АУУУУУУ -Пора возвращаться в детский сад ребята.
------------------------------------	--	--

Заключительная часть:

Специальные упражнения	Дозировка	Методические указания
«Вкусный чай» И.П. – сидя по-турецки. Садимся полукругом. Достаем «кружки с чаем». Диафрагмальное дыхание. (можно начинать с ключичного)	0,5мин.	- Мы играли, мы устали! Вот и вернулись мы в детский сад! Поъем вкусный горячий чай! Нужно его остудить, давайте подуем на него!? Вдох и удлиненный выдох.

Примечание: Если не противопоказаний, то можно заменить заключительную часть на настоящее чаепитие с фиточаем или теплой водой.

Волшебный напиток.

Упражнение способствует улучшению психоэмоционального состояния; улучшает вентиляцию легких.

И.П. – сидя по-турецки.

Перед детьми ставятся бокалы с водой (фиточай) (темп. 36-38)

Взрослый: Представим, что мы превратились в добрых волшебников.

Закройте на несколько секунд глаза, расслабьтесь и представьте, какие добрые дела вы хотели бы совершить. Откройте глаза, и все вместе произнесите «волшебные» слова:

Вот волшебная водица,
 В солнечных лучах искрится,
 Она сладкая, как мед,
 Она радость нам несет!
 Будем мы водицу пить,
 Станем всех вокруг любить,
 Станем лучше и добрей.
 Волшебство таится в ней!
 В этой сказочной водице,
 Что на солнце серебрится!

Делая пассивные движения над бокалами с водой, произнесите «заклинание»: «Водичка вкусная и приятная. Я никогда не буду болеть. Я здоров!».

А теперь отпейте немного «волшебной» водички.

Ощущения: Какой стала «волшебная» водичка? Какой у нее вкус, запах? Что ты сейчас чувствуешь? (Т.В. Нестерюк – дыхательная и звуковая гимнастика «дыхание, звук и образ»).

Совместная работа детей и родителей как эффективная форма здоровьесбережения дошкольников

*Э.М. Иргубаева, инструктор по физической культуре
 МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №10 «Рябинушка»*

Здоровье дошкольников во многом определяется отношением родителей к физическому воспитанию ребёнка в семье. Отмечается, что низкие физические кондиции детей наблюдаются вследствие недостаточных знаний родителей в вопросах использования средств физического воспитания в условиях семьи. Важное воспитательное значение имеют совместные занятия физическими упражнениями ребенка и взрослых (мамой, папой, бабушкой, дедушкой). Они не только прививают любовь к физическим упражнениям, но и укрепляют, объединяют семью, позволяют родителям и ребенку стать ближе, понять друг друга.

Занятия детей совместно с родителями повышают как уровень развития физических качеств, так и скорость формирования жизненно важных двигательных навыков детей. Чем богаче и разнообразнее двигательный режим ребёнка, тем легче и правильнее он будет выполнять новые двигательные действия. В связи с тесной взаимозависимостью физического и умственного развития ребёнка активизация двигательной деятельности ведёт к повышению интеллектуального развития. На таких занятиях появляется возможность активно способствовать развитию мелкой моторики детей и тем самым стимулировать их речь.

Постоянное наблюдение родителей за своим ребёнком и осуществление страховки позволяют предоставлять детям большую свободу двигательной деятельности, а это приводит к развитию ловкости, освоению ребёнком всё более сложных движений, умению быстро и чётко их выполнять. Движения, особенно новые, доставляют ребёнку большое удовольствие. Он в большей мере совершенствует свои движения в процессе самостоятельной игры, когда ходит, бегает, взбирается на возвышения, спускается и пр.

Задача взрослого – не мешать ребёнку, но при необходимости вовремя оказать помощь.

В результате предоставленной свободы и помощи со стороны взрослых ребёнок совершенствуется в жизненно важных двигательных навыках. Хорошее развитие движений имеет большое значение не только для физического, но и для общего развития ребёнка: он становится смелее, увереннее в своих силах, способен преодолевать страх, проявлять сообразительность и настойчивость при достижении намеченной цели.

Совместное занятие с родителями

«Вместе с мамой, вместе с папой»

Цель: Возрождение традиций семейного физического воспитания в современных условиях ДОУ.

Задачи:

Вовлечь родителей в образовательный процесс через организацию совместной деятельности по развитию интереса воспитанников к физической культуре.

Продолжать работу по взаимодействию родителей и детей при обучении их движениям и двигательным действиям с помощью игровых приемов.

Укреплять и объединять семейные ценности.

Оборудование:

2 маски «Мышка» и «Кот», ленточки с кольцами (по количеству участников), пластмассовые игрушки зверей (по количеству детей), большие мягкие игрушки (Лиса, Медведь), сюрприз (по количеству детей)

Ход занятия:

-Сегодня мы с вами отправимся на прогулку. Давайте построимся в одну шеренгу, сначала ребенок, затем мамочка.

Направо, под музыку шагаем бодро.

Вводная часть.

Ходьба на носочках, руки вверх.

Мы оказались в лесу в лесу растут высокие деревья.

Ребята поднимают руки, мамы подтягивают за ручки.

Вот какие у нас высокие ребятки, вот какие высокие деревья.

Обычная ходьба.

Ходьба гуськом.

В нашем лесу растут маленькие кустики.
Присели, мамочки придерживают за спинку.
Ой, какие маленькие кустики. Молодцы!
Обычная ходьба.

«Муравьи» (ползание на четвереньках)

- А теперь мамочки делают воротики (ноги шире плеч), а наши ребятки превращаются в муравьишек. Муравьи ползают на четвереньках восьмеркой, проползаем между ног.

«Зайчики» (перепрыгивание через предметы)

- Сейчас мамы превращаются в бревна, надо вытянуть ножки, а ребята будут перепрыгивать через бревнышки. Прыг- скок, прыг- скок!

Бег.

- Мои Хорошие, сейчас мы под музыку побежим по кругу друг за другом, но как только музыка затихнет нужно будет подхватить ребенка и покружить, ребенка держим спиной.

Бег врассыпную.

- А сейчас побежим врассыпную, как только музыка закончится, находим друг друга, сейчас уже мамочка подхватывает ребенка лицом к себе и кружит. Побежали, где хотим- бегаем. Нашли друг друга- покружились.

ОРУ

«Борцы»

- Сейчас станем в круг напротив друг друга, превращаемся в борцов, поставили руки вот так, сильно уперлись руками и начинаем работать, одна рука сгибается, другая разгибается. Сильные руки, сильно нажимаем.

Вот какие мы сильные.

«Качалочки»

- А сейчас превращаемся в качалочки. Мамы садятся на колени, ребята становятся на ножки, ручки вверх, стоим спиной друг другу, беремся за руки и вот так качаемся.

«Лодочка»

- А сейчас мы с вами отправляемся кататься на лодочках. Ребенок садится на ноги мамы, лицом к ней, держимся за ручки. Сначала мамочка ложится на спину, а затем ребенок. Вот какие лодочки у нас получились. Молодцы.

«Дружные ножки»

- На лодочке мы покатались, а сейчас «дружные ножки». Мамочка сидит, упор сзади, ребенок спиной на ее ногах, при этом ножка на ножке. Сначала поднимаем правую ножку дружно, а затем левую.

Основная часть.

ОВД

«Обезьянки»

Ребята, отгадайте загадку: «На людей они похожи, очень любят корчить рожи». Кто это?

- И вот наши мамочки превращаются в пальмы, а детки в маленьких обезьянок. Встали напротив друг друга, а я разложу вам друзей. Надо будет обнять маму ногами крепко- крепко, руки поднять вверх, мама держит за спину, наклоняемся вниз, берем своего друга, поднимаем ребенка. Посмотрели кто у вас. Поднимаем руки вверх, наклоняемся и ставим своего друга обратно. Затем меняемся местами по кругу.

Эстафета.

-А сейчас мы пойдем в гости, знаете к кому мы пойдем?

Но пойдем мы необычно.

Пойдем «Крокодильчиком». Мама берет ребенка за ноги, ребенок передвигается руками. Дошли до зайчика (медведя), поздоровались с ним.

А обратно мама превращается в лошадку, ребенок на спине и поскакали.

- А сейчас пойдем «Дружными ножками». Ребенок становится на ноги мамы, также здороваемся с хозяином.

- Обратно возвращаемся «Медведи». Мама превращается в медведя и становится на колени, а ребенок- медвежонок на спине. Молодцы, Умнички мои.

Подвижная игра «Кошки - мышки»

- Ну, а сейчас встали в круг. Мы с вами поиграем в «Кошки - мышки».
Сейчас я вам раздам хвостики, бегать можно где хотите, но только после слов. Как только у вас мыши отнимут хвост, сразу садимся на скамейку. Кто хочет стать кошкой.
«Мы веселые мышата, любим бегать и скакать, раз, два, три – кошечка лови!!!»
Будем быстро бегать? Но только аккуратно, ладно.

Релаксация «Добрые слова»

- Ребята, а сейчас игра, которая называется «Добрые слова».

Сейчас займите любое место в зале, сядьте так как вам удобно, можете обнять мамочку свою, погладить, поцеловать и говорите друг другу добрые ласковые слова, скажите своим мамочкам какие они у вас добрые, хорошие и мамы тоже скажите своим деткам добрые слова....

Завершение.

- Ребята, подойдите ко мне, я хочу что то очень важное вам сказать.

Вы знаете, что взрослые вам приготовили сюрприз, но они его спрятали. Вы хотите его найти?
А я вам помогу, если я скажу холодно, то там сюрприза нет, если я говорю тепло, то сюрприз где то рядом, если – горячо, то сюрприз совсем рядом.

Молодцы.

Давайте дружно попрощаемся. Что мы скажем дружно? До свидания!!!

Проект «Капелька» по адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада

*А.Г. Арешко, воспитатель МБДОУ детский сад комбинированного вида № 30 «Улыбка»
Елабужского муниципального района*

Адаптации детей к условиям детского сада в рамках проекта «Капелька»

«Если руки наши в ваксе, если на нос сели кляксы,
Кто тогда нам первый друг, снимет грязь с лица и рук?
Без чего не может мама ни готовить, ни стирать,
Без чего, мы скажем прямо, человеку умирать?
Чтобы лился дождик с неба, чтоб росли колосья хлеба,
Чтобы плыли корабли, жить нельзя нам без Воды».

В период адаптации главным фактором является их успокаивающие и расслабляющие воздействие: дети могут пускать кораблики по воде, надувать мыльные пузыри, ловить рыбок и т.д. Игры с водой действуют на детей умиротворяюще и обладают большими возможностями. Выбор игр в зависимости от эмоционального состояния ребенка позволит его ободрить, развеселить, успокоить, переключить внимание.

Цель проекта: обеспечение благоприятного процесса адаптации, развитие творческого потенциала детей в играх с водой.

Задачи проекта:

преодоление стрессовых состояний у воспитанников в период адаптации к детскому саду;
регулирование их психоэмоционального состояния;
снижение импульсивности, тревоги и агрессии;
знакомство воспитанников со свойствами воды (вкусом, цветом, запахом);
формирование представления о том, для чего нужна вода в жизни человека, в природе;
развитие речи, мышления, воображения, внимания, любознательности;
воспитание культурно-гигиенических навыков;
формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.
Участники проекта: воспитанники второй группы раннего возраста № 5, их родители, воспитатели.

Сроки проведения проекта: август-ноябрь

В соответствии с планом реализации проекта будут проводиться: чтение художественной литературы по теме проекта, в том числе умывательные пестушки; пальчиковые игры; дидактические игры; игры с водой в ходе режимных моментов, проводиться опыты и эксперименты; физкультминутки будут проводиться в рамках проекта режимные моменты.

Родителям будут предложены консультации по вопросам адаптации детей к ДОО, будут даны рекомендации и советы по проведению игр с водой в домашних условиях, в целях адаптации к детскому саду.

Актуальность проекта «Капелька»

Адаптация – сложный процесс приспособления организма к новым условиям, сложный и постепенный процесс, имеющий свою продолжительность у каждого ребёнка. Целью этого процесса является адекватное реагирование на колебания разных факторов внешней среды. Благоприятные бытовые условия, соблюдение режима питания, сна, спокойные взаимоотношения членов семьи - все это не только полезно для здоровья, но и является основой для нормальной адаптации ребенка при поступлении в детский сад.

Период раннего и младшего возраста эмоционально насыщен для ребенка, но время идёт, малыш подрастает и появляется необходимость нового этапа в его жизни – знакомство с таким социальным институтом, как детский сад. Это обстоятельство вносит в жизнь ребёнка серьёзные изменения, к которым необходимо привыкнуть:

- к отсутствию близких, родных людей;

- к соблюдению режим дня;

- к постоянному контакту со сверстниками и незнакомыми взрослыми.

В результате ребенку приходится приспосабливаться к новым условиям, а это, в свою очередь, требует от него разрушения некоторых уже сложившихся ранее связей и быстрого образования новых. На данном этапе ребенок переживает адаптационный период.

Главное обстоятельство, провоцирующее стресс у ребенка при поступлении в детский сад - это отрыв ребенка от матери, и оставление его одного с незнакомыми детьми и чужими взрослыми. Ведь до сих пор, оказываясь в новой ситуации, ребенок получал поддержку матери, ее присутствие рядом создавало психологический комфорт. Также следует учесть и то, что у ребенка младшего дошкольного возраста пока еще не сформирована потребность в общении со сверстниками и навыки совместной игры не развиты.

С поступлением ребенка 2-х летнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д. В итоге, первые дни в детском саду оставляют негативное впечатление и, как следствие, следуют яростные отказы от дальнейшего посещения, слезы, истерики.

Исходя из этой проблемы, мной был разработан проект по адаптации детей к детскому саду «Капелька».

Этапы реализации проекта.

1-й этап «Подготовительный»

Подбор и изучение необходимой литературы.

Изучение рекомендаций для грамотного ведения работы с родителями в адаптационный период.

Составление плана работы

Анкетирование родителей.

Предоставление родителям папки-передвижки с практическими рекомендациями; информационных листов с кратким материалом по адаптации.

Подготовка игротек (дидактические, пальчиковые игры).

Подготовка места для игр с водой (в группе).

2-й этап «Основной»

Реализация проекта (см. таблицу).

3-й этап «Заключительный»

Анализ адаптационных карт, определение уровня адаптации детей;

Разработка рекомендаций для родителей по соблюдению единых требований к детям в детском саду и дома;

Анкетирование родителей по итогам адаптации (реализации проекта).

Презентация проекта:

- выставка фотографий «из жизни детей в детском саду», по адаптации детей в ДОУ;
- правила поведения в ДОУ;
- формирование навыков самостоятельности и самообслуживания.

Перспективный план реализации проекта «Капелька»

СРОКИ	ФОРМЫ РАБОТЫ	ЦЕЛИ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
АВГУСТ	Наблюдение за водой «Льется из крана водичка»	Уточнение представления о том, что вода появляется, если открыть кран, вода прозрачная, сквозь нее видны руки, мыло. Вода в кране бывает теплая и холодная.	Воспитатель
	Режимные моменты «Вымой руки»	Формировать культурно-гигиенические навыки у ребенка	Воспитатель
	Чтение художественной литературы	Знакомство с произведениями художественной литературы по теме проекта – Я. Тайц «Послушный дождик»	Воспитатель
	Опыты и эксперименты «Тонет - не тонет»	Знакомство со свойствами воды. Формирование о том, что некоторые предметы тонут в воде, а некоторые плавают. Развитие любознательности и усидчивости.	
	Дидактические игры: «Вымой руки», «Водичка, водичка -	Закрепление привычки к чистоте и опрятности.	Воспитатель

	умоем куклу»		
	Консультации для родителей на тему: «Игры с водой дома»	Расширение знаний родителей об использовании воды в играх с детьми дома.	
СЕНТЯБРЬ	Утро радостных встреч «Ловля рыбок»	Создание благоприятного и радостного настроения, ловкости.	Воспитатель
	Опыты и эксперименты «Узнай, какая вода»	Выявление свойств воды (прозрачная, без запаха, растворяет некоторые вещества)	
	Самостоятельная деятельность в воде «Тонет - не тонет»	Создание благоприятной адаптации, развитие творческого потенциала детей в игре с водой	Воспитатель
	Опыты и эксперименты «Теплая-холодная-горячая»	Формирование представлений о том, что вода может быть теплой, холодной, горячей	Воспитатель
	Пальчиковая гимнастика: «Водичка и дождик», «Лодочка», «Рыбки весело резвятся»	Закрепление представлений о чистоте и опрятности.	Воспитатель
	Опыты и эксперименты «Прятки»	Формирование представления о том, что вода может быть прозрачной и мутной	Воспитатель

	Подвижная игра «Солнышко и дождик»	Развитие у детей ловкости и быстроты реакции, умения внимательно слушать, действовать по сигналу	Воспитатель
	Консультации для родителей по теме «Адаптация детей» (папка для родителей)	Расширение знаний родителей об адаптационном периоде (советы, рекомендации)	
	Режимные моменты «Водичка - умывалочка»	Закрепить формирование культурно- гигиенических навыков у ребенка	Воспитатель
	Чтение художественной литературы	Знакомство с произведениями художественной литературы по теме проекта – В. Сутеев «Кораблик»	Воспитатель
ОКТАБРЬ	Утро радостных встреч «Игры-забавы с мыльными пузырями»	Развитие ловкости	Воспитатель
	Режимные моменты «Помощники»	Формирование представления о том, что предметы станут чище, если их помыть	Воспитатель
	Чтение художественной литературы	Знакомство с произведениями художественной литературы по теме проекта – К. Чуковский «Мойдодыр»	Воспитатель

	Дидактическая игра: «Водичка, водичка, умой мое личико»	Закрепление представлений о чистоте и опрятности, формирование у ребенка стремления научить умываться и мыться	Воспитатель
	Самостоятельная деятельность в воде «Ловля рыбок»	Совершенствование умения пользования предметами по назначению	Воспитатель
	Физкультминутка «Тихо плещется вода»	Создание у детей хорошего, радостного настроения	Воспитатель
	Дидактическая игра «Помоем посуду»	Закрепление привычки к чистоте и опрятности, формирование у ребенка культурно-гигиенических навыков	Воспитатель
	Подвижная игра «Пузырь»	Развитие у детей ловкости и быстроты реакции, умения внимательно слушать, действовать по сигналу	Воспитатель
	Пальчиковая гимнастика: «Кораблик», «Стираем белье», «Моем посуду»	Развитие мелкой моторики пальцев рук, формирование положительных эмоций	Воспитатель
НОЯБРЬ	Наблюдение на прогулке за тучками, дождем	Обсуждение с детьми о природных явлениях.	Воспитатель
	Утро радостных встреч «Игры-забавы с водой»	Развитие творческого потенциала у детей, создание благоприятной адаптации	Воспитатель

<p>Пальчиковая гимнастика: «Куда бежишь водичка», «Моем руки», «Стираем белье»</p>	<p>Развитие мелкой моторики пальцев рук, кисти.</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Опыты и эксперименты «Экологическая сказка»</p>	<p>Исследование причины загрязнения воды</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Режимные моменты «Помоем ручки»</p>	<p>Закрепление представлений о культурно-гигиенических навыках ребенка</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Чтение потешек по теме проекта: «Шла купаться черепаха», «Кран откройся, нос умойся», «Буль, буль, буль»</p>	<p>Знакомство с потешками по теме проекта, расширение словарного запаса</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Дидактическая игра «Капельки и тучки»</p>	<p>Развитие у детей внимания и быстроты реакции, умения внимательно слушать, действовать по сигналу</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Чтение художественной литературы</p>	<p>Знакомство с произведениями художественной литературы по теме проекта – Н. Калинкина «Как Вася ловил рыбу»</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Опыты и эксперименты «Вода - жидкая,</p>	<p>Знакомство со свойствами воды, почему она жидкая и</p>	<p>Воспитатель</p>

	течет»	течет.	
	Физкультминутка: «Тихо плещется вода», «Речка»	Создание у детей хорошего, радостного настроения	Воспитатель
	Дидактическая игра «Гучка»	Сенсорное развитие. Развитие речи, активация словаря	Воспитатель
	Самостоятельная деятельность «Помощники»	Формирование представления о том, что предметы станут чище, если их помыть	Воспитатель

МАСТЕР – КЛАСС «ЗДОРОВЬЕ В НАШИХ РУКАХ»

*О.О. Захарова, воспитатель, Л.Д. Феоктистова, воспитатель
МБДОУ «Детский сад №23 «Сказка» Чистопольский муниципальный район РТ*

Уважаемые коллеги, мы хотим поделиться с вами вариативностью использования в своей работе разнообразных методов и приёмов для сохранения и укрепления здоровья младших дошкольников. Мы можем с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на здоровье наших воспитанников во всех смыслах этого слова, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса, они всегда в хорошем настроении, а это для нас самое главное.

Цель мастер класса: содействовать сохранению и укреплению здоровья дошкольников, формированию ценности здоровья и здорового образа жизни всех участников образовательного процесса

Задачи:

- обсудить вопросы здоровьесбережения
- поделиться опытом работы по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса

Оборудование: компьютер, проектор, электронная презентация, «Су-джоки», тёмный мешочек, карандаши, прищепки, картинка солнышка, мыльный раствор, пластиковая бутылка, клеенка, салфетки

Методы работы с аудиторией: эвристическая беседа, практическое выполнение упражнений.

Ход мастер - класса:

Активизация и мотивация для работы:

- Здравствуйте, уважаемые коллеги.

Здравствуйте, я говорю вам, здравствуйте!

Доброго здоровья люди вам.

Каждый день и час желаю – здравствуйте!

Я для вас тепло души отдам.

Постановка проблемы:

- Скажите, пожалуйста, почему мы приветствуем людей словом «здравствуйте». (Высказывания участников)

Да, здоровье для человека самая главная ценность. Здороваться означает желать человеку самого главного — здоровья.

Забота о здоровье дошкольников – обязанность каждого дошкольного учреждения, каждого воспитателя.

Ведь ключик к здоровью находится в наших руках, нужно, только, умело им воспользоваться.

Обоснование темы, цели мастер- класса:

Цель нашего мастер класс: содействовать сохранению и укреплению здоровья дошкольников, формированию ценности здоровья и здорового образа жизни всех участников образовательного процесса

Задачи:

обсудить вопросы здоровьесбережения

поделиться опытом работы по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса

Из опыта работы:

Как сказал великий ученый Иммануил Кант «Рука – это вышедший наружу головной мозг». Проверим? А проверить нам поможет игра « Что у меня в мешочке?»

(Угадывают предметы в мешочке 5 предметов)

1. Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок»

Он будет представлен в стихотворной форме. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

«Ежик»

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,

на клубочек ты похож.

(дети катают Су Джок между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

на ежа похожи

(дети катают Су Джок между ладонями).

«Мальчик-пальчик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- Мальчик-пальчик,

Где ты был?

(надеваем кольцо Су Джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил,

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец)

-С этим братцем щи варил,

(надеваем кольцо Су Джок на средний палец)

-С этим братцем кашу ел,

(надеваем кольцо Су Джок на безымянный палец)

-С этим братцем песни пел

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец).

Спасибо, молодцы, у вас получилось.

ВЫВОД осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;

- стимулируются речевые зоны коры головного мозга;
- развивается координация движений и мелкая моторика;

• развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности.

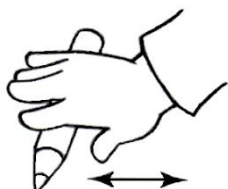
Неоспоримыми достоинствами использования элементов Су – Джок терапии являются: абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно.

универсальность - Су – Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

простота применения – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су – Джок шариков. Они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат.

1. Массаж ладоней шестигранным карандашом.

2. Упражнение « Утюжок».



Толстый карандаш положить на стол, прогладить его сначала одной ладонью, потом другой, покатавать карандаш по столу в разных направлениях.

Карандаш я покачу

вправо-влево – как хочу.

Упражнение « Ладонка».



«ЛАДОШКА»

Обрисовка тупым концом карандаша ладони, лежащей на столе, массируя карандашом межпальцевые зоны.

Положи на стол ладонь. Широко раздвинь пальцы. Обведи несколько раз каждый палец тупым концом карандаша.



**Нарисую я ладошку,
Отдохну потом немножко.**

Упражнение « Вертолёт».



Вращать длинный тонкий карандаш между большим, указательным и средним пальцами. Пусть он вращается быстро, как винт вертолёта!

Отправляется в полёт

необычный вертолёт.

Упражнение «ГОРКА»



1. Скатывание карандаша с тыльной поверхности кисти руки.

Положи карандаш на тыльную сторону кисти. Наклони руку вниз. Придерживай карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с твоей руки, как с горки. .

Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. Одним из видов нетрадиционного массажа является массаж с помощью карандашей. Научить детей самомассажу рук не сложно. С помощью шестигранных карандашей ребёнок массирует запястья, кисти рук: пальцы, ладони, тыльные поверхности ладоней, межпальцевые зоны. Такой массаж и игры с карандашами стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев. Очень нравятся детям массажные упражнения, которые сочетаются с проговариванием коротких стихотворений и рифмовок.

2. Массаж с прищепками

Бельевой прищепкой на ударные слоги стиха поочерёдно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно. После 1-го двустипия — смена рук. (Проверьте на себе, чтобы прищепки были не слишком тугими.)

Кусается сильно котёнок-глупыш,
Он думает: это не палец, а мышь.
—Но я же играю с тобою, малыш! (Смена рук)
—А будешь кусаться — скажу тебе «кыш!».

Гусь

Гусь стоит,
И всё гогочет.

Ущипнуть тебя он хочет.

Га – га – га!

Берут в руки бельевую прищепку.

Бельевой прищепкой прищепляют ногтевые фаланги пальцев (правой, а затем левой руки).

На каждый ударный слог.

От большого пальца к мизинцу.

ВЫВОД Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, указательного – оказывает благотворное влияние на состояние желудка; среднего – на кишечник; безымянного – на печень и почки, мизинца – на сердце.

Игры с прищепками хорошо развивают щипковый хват, способность перераспределять при щипковом хвате мышечный тонус.

Регулярные упражнения с предметами, а в данном случае с прищепками улучшают память, умственные способности, устраняют эмоциональное напряжение.

3. Гимнастика для глаз: «Солнышко»

Солнышко вставало, солнышко тучки считало.

Посмотрело вверх, посмотрело вниз,

Вправо, влево, глазками поморгало

И закрыло глазки, не хочется солнышку просыпаться!

Но просыпаться надо.

Солнышко проснулось, к щёчкам прикоснулось.

(Дети гладят себя по щекам).

Лучиками провело и погладило, и погладило.

(Дети гладят себя по голове).

(**ВЫВОД**) Что позволяет сделать такая гимнастика. Она направлена на: Профилактику распространенных заболеваний — близорукости и дальнозоркости; Снятие усталости с глазных мышц; Обеспечение правильного кровоснабжения глазного яблока; Своевременное выявление патологий – регулярно проводя такие упражнения, пациент может ранее отметить снижение резкости зрения и другие базовые проблемы, возникающие в данной сфере.

4. Гимнастика на дыхание «Мыльные пузыри»

Берем пластиковую бутылочку, широким дном бутылки, на которую одет капроновый носок, опускаем в мыльный раствор. Затем через узкое дно бутылки начинаем выдувать мыльную пену (сделать глубокий вдох и выдуть воздух со всей силы). Должна получиться «змейка» из мыльной пены. (можно сделать из нее снеговика, корону и т.п.)

С помощью этой гимнастики повышается общий жизненный тонус ребенка, сопротивляемость и устойчивость организма к простудным заболеваниям.

У детей развивается дыхательная мускулатура, увеличивается подвижность грудной клетки и диафрагмы, улучшается кровообращение в легких.

Вывод:

Эта гимнастика восстанавливает нарушенное носовое дыхание, положительно влияет на обменные процессы, исправляет развившиеся в процессе заболеваний деформации грудной клетки и позвоночника, улучшает нервно-психическое состояние.

Игра со зрителями

ИГРА «НИКТО НЕ ЗНАЕТ, ЧТО Я...»

Гости передают друг другу мячик со словами «Никто не знает, что я ...» и говорят свои вредные привычки, которые мешают сохранению здоровья. (гости дают следующие ответы: я пью кока – колу и много газированных напитков, я ем гамбургеры, я не соблюдаю режим питания, я редко ем первые блюда).

Вы понимаете, что нам необходимы знания о том, как сохранить свое здоровье и избавиться от вредных привычек. Мы все боримся с нашими вредными привычками и для того, чтобы наша борьба была продуктивной, возьмитесь за руки и скажи громко вслух «Нет - вредным привычкам!». «Мы - за здоровый образ жизни!».

Игра со зрителями

Составим совместными усилиями «Словарь здоровья-пословицы о здоровье».

- 1.Здоровье дороже богатства.
- 2.Не спрашивай здоровья, а глянь на лицо.
- 3.Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.
- 4.Двигайся больше, проживёшь дольше.
- 5.Не дал бог здоровья — не даст и лекарь.
- 6.Сляжешь не встанешь.
- 7.Здоровье — всему голова, всего дороже.
- 8.Береги платье снова, здоровье смолоду.
- 9.Добрый человек здоровее злого.
- 10.Утро встречай зарядкой, вечер провожай прогулкой.
- 11.Ешь чеснок и лук - не возьмёт недуг.
- 12.Здоровье дороже денег.
- 13.Здоров буду и денег добуду.
- 14.Здоровья не купишь.
- 15.Лук семь недуг лечит.
- 16.Доброе слово лечит, а злое калечит.
- 17.В здоровом теле - здоровый дух.
- 18.После обеда полежи, после ужина походи.
- 19.Сидеть да лежать, болезни поджидать.
- 20.Ходи больше, жить будешь дольше.
- 21.Недосыпаешь - здоровье теряешь.
- 22.Заболеть легко, вылечится - трудно.
- 23.Кто много лежит, у того бок болит.
- 24.Умеренность - мать здоровья.
- 25.Чистота - залог здоровья.

И в завершении мастер – класса мы предлагаем вам найти своё сердце, прижать обе руки к груди, и прислушаться, как оно стучит: «тук, тук, тук». А теперь представьте, что у вас в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и теплый свет его разливается по телу, рукам, ногам. Его столько, что он уже не вмещается в нас. Давайте улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца.

А нам остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу.
Вы прекрасно потрудились, будьте всегда здоровы, и мы желаем здоровья вашим близким, воспитанникам и детям! Спасибо за внимание.

Список литературы:

1. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. М. «Вако» 2004
2. Ковалько В. И. Школа физкультминуток. М. «Вако» 2005
3. Нежкина Н.Н. Психофизическая тренировка – новая технология сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса (Ивановский областной институт повышения квалификации и переподготовки педагогических кадров).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. – М., Просвещение, 2010
5. Подольская Е.И., Формы оздоровления детей 4 - 7 лет, Издательство «Учитель», 2008.
6. Крылова Н.И., Здоровьесберегающее пространство в ДОУ, Издательство «Учитель», 2008.
7. Каропова Т.Г. , Формирование здорового образа жизни у дошкольников, Издательство «Учитель», 2009.
8. Горбатенко О.Ф., Кадрильская Т.А., Попова Г.П., Физкультурно-оздоровительная работа, Издательство «Учитель», 2007.
9. Арсеновская О.Н., Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду, Издательство «Учитель», 2009.
10. Тарасова Т.А., Власова Л.С., Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008.
11. Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: Методическое пособие.- М.: Т.Ц. Сфера, 2005.

МАСТЕР – КЛАСС «ЛУЧИКИ ЗДОРОВЬЯ»

*Е.А. Сучкова, воспитатель,
МБДОУ «Детский сад №23«Сказка» Чистопольский муниципальный район РТ*

Цель: применение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

Задачи:

1. Формирование элементарных представлений о здоровьесберегающих технологиях и возможностях их применения:
2. Познакомить педагогов с разнообразными методами и приёмами, которые оказывают положительное воздействие на здоровье воспитанников.

Ход мастера - класса:

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка — это самая главная задача не только для родителей, и для педагогов.

Для эффективного решения данной проблемы в дошкольном учреждении используются здоровьесберегающие технологии. Что же это такое? Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

В своей работе я использую традиционные и нетрадиционные методы. Применяю их как в образовательной, так и в игровой деятельности (в познавательном развитии, в развитии речи, художественном - эстетическом, социально – коммуникативном, физическом развитии). Эти методы можно использовать или в комплексе в зависимости от деятельности.

Буду рада, если данные методы вы будете использовать в своей работе.

1 часть

Одной из форм оздоровительной работы является – пальчиковая гимнастика.

(Приглашаю 3 коллег для выполнения задания).

Ваша задача придумать движения по заданному тексту и продемонстрировать пальчиковую гимнастику. На выполнение задания отведено 3 минуты.

*Жил-был зайчик длинные ушки.
Отморозил зайчик носик на опушке.
Отморозил носик, отморозил хвостик
И поехал греться к ребятишкам в гости.
Там тепло и тихо, волка нет,
И дают морковку на обед.*

2 часть

А пока наши коллеги трудятся, я вам предлагаю тоже не отставать, а размять наши пальчики.

Польза от пальчиковой гимнастики огромна. Развитие тонких движений пальцев очень хорошо влияет на функционирование речевых зон коры головного мозга. Иначе говоря, делая зарядку для пальчиков, ребенок стимулирует клетки головного мозга, т.к. мозг напрямую связан с работой пальцев и двигательной активностью ребенка. Дети, которые регулярно занимаются пальчиковой гимнастикой, быстрее учатся писать, лучше говорят, обладают хорошей памятью, развивают координацию движений, скорее успокаиваются после стресса.

3 часть

Коллеги продолжают подготовку, а мы с вами составим рецепт витаминного салата, полезного для здоровья, отгадав загадки:

1. С оранжевой кожей,
На мячик похожий,
Но в центре не пусто,
А сочно и вкусно. (апельсин)
2. Желтый, цитрусовый плод,
В странах солнечных растет,
Вкус кислешкий он,
А зовут его – Лимон.
3. Фрукт похож на неваляшку,
носит желтую рубашку.
Тишину в саду нарушив,
С дерева упала – Груша.
4. Круглое, румяное
Я расту на ветке,
Любят меня взрослые
И маленькие детки.
Груша, яблоко, банан,
Апельсин из жарких стран.
Эти полезные продукты
Называют вместе – Фрукты.

4 часть.

А теперь приглашаем наших коллег продемонстрировать свою пальчиковую гимнастику:

*Жил-был зайчик длинные ушки.
Отморозил зайчик носик на опушке.
Отморозил носик, отморозил хвостик
И поехал греться к ребятишкам в гости.
Там тепло и тихо, волка нет,
И дают морковку на обед.*

Спасибо большое зайчики за вашу гимнастику!

6 часть

Следующий метод, который я применяю – массаж для глаз.

Сегодня многие проводят за компьютером большую часть рабочего времени. Это требует максимального напряжения глаз, от чего мы испытываем дискомфорт, сухость, усталость. Эти, казалось бы, незначительные симптомы и есть первые признаки ухудшения зрения.

Даже если человек обладает стопроцентным зрением, ему все равно необходим полноценный отдых для глаз. В этом поможет специальная гимнастика для глаз.

Направлена эта гимнастика на для поддержание, восстановление и улучшение зрения:

Мы гимнастику для глаз выполняем каждый раз. Вправо, влево, кругом, вниз, Повторить ты не ленись. Укрепляем мышцы глаза. Видеть лучше будем сразу. * * * Глазки вправо, глазки влево, И по кругу проведем. Быстро – быстро поморгаем И немножечко потрем. Посмотри на кончик носа И в «межбровье» посмотри. Круг, квадрат и треугольник По три раза повтори. Глазки закрываем, Медленно вдыхаем. А на выдохе опять Глазки заставляй моргать. А сейчас расслабились На места отправились

7 часть.

Следующий метод, с которым я хочу вас познакомить – гимнастика в профилактике плоскостопия.

Лечение плоскостопия у ребенка — длительный и кропотливый процесс. Ортопедическая обувь и стельки — само собой, но не стоит недооценивать и лечебную гимнастику.

Зачастую, оказавшись перед фактом плоскостопия у ребенка, родители теряются. Одни мечутся в поисках быстродействующего средства, другие, напротив, пускают болезнь на самотек, недооценивая ее негативное влияние на детский организм. Тем не менее, плоскостопие у ребенка — это действительно серьезно, требует внимания и длительной кропотливой работы, направленной на коррекцию формы стоп.

Сформировавшееся плоскостопие у детей принято лечить активно с помощью гипсовых повязок, лангет, специальной ортопедической обуви и стелек. Но не меньшее значение имеют процедуры и лечебная гимнастика.

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему; упражнять в правильной постановке стоп при ходьбе; укреплять мышцы и связки стоп с целью предупреждения плоскостопия; воспитывать сознательное отношение к правильной осанке. (на слайд)

Вот несколько гимнастик

Эстафета "Загрузи машину"

Оборудование: машины, палочки, карандаши, фломастеры.

Дети стоят босиком, руки на поясе, спина прямая, пальцами ног поочередно берут палочки и передают их друг другу по цепочке, последний складывает в машину.

"Поймай рыбку" ("Достань жемчужину")

Оборудование: таз с водой, плавающие предметы (пробки), камешки.

Методика проведения: в таз с водой опускаются камешки и пробки, дети пальцами ног "ловят рыб" (пробки) и достают со дна "жемчужины" (камешки).

"Стирка"

Оборудование: платочки (салфетки).

На полу перед детьми платочки. Пальцами ноги дети собирают платочек в гармошку и отпускают 2 раза (стирают). Затем берут платочек за край, поднимают и опускают его (полощут) и снова собирают в гармошку (отжимают) и вешают платочек сушиться.

В результате проведения таких игр с детьми, выявлена положительная динамика в укреплении мышц стопы и формировании правильной осанки.

8 часть

Следующий метод, с которым я хочу вас познакомить – гимнастика для профилактики ОРВИ «Пятиминутка»

Разминка шеи: медленно вращать голову вправо, влево, в течении 2-3 минут

Поза льва: кончик языка пытаться достать края подбородка, в течении 2-3 минут

Массаж бронхов и легких: на выдохе легкое поколачивание грудной клетки, с произношением звуков –А, -О, -У, в течение 2-3 минут.

Список литературы:

1. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. М. «Вако» 2004
2. Ковалько В. И. Школа физкультминуток. М. «Вако» 2005

3. Нежкина Н.Н. Психофизическая тренировка – новая технология сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса (Ивановский областной институт повышения квалификации и переподготовки педагогических кадров).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. – М., Просвещение, 2010
5. Подольская Е.И., Формы оздоровления детей 4 - 7 лет, Издательство «Учитель», 2008.
6. Крылова Н.И., Здоровьесберегающее пространство в ДОУ, Издательство «Учитель», 2008.
7. Кареева Т.Г. , Формирование здорового образа жизни у дошкольников, Издательство «Учитель», 2009.
8. Горбатенко О.Ф., Кадринская Т.А., Попова Г.П., Физкультурно-оздоровительная работа, Издательство «Учитель», 2007.
9. Арсеньевская О.Н., Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду, Издательство «Учитель», 2009.
10. Тарасова Т.А., Власова Л.С., Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008.
11. Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: Методическое пособие.- М.: Т.Ц. Сфера, 2005.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Развитие зрительного восприятия с помощью офтальмотренажеров у детей с частичной потерей зрения. <i>О.Н. Салеева, Т.А. Шибаршина</i>	4
2. Мастер – класс «Использование интерактивных технологий на теоретических поло – ролевых физкультурных занятиях». <i>Н.Г. Сайфутдинова</i>	5
3. Индивидуальный здоровьесформирующий проект, «Пейте в меру вкусный сок и будете здоровы», как средство поддержки и развития познавательно-исследовательской деятельности дошкольника. <i>Н.В. Абрамова, Е.Е. Воробьева</i>	6
4. Здоровый ребенок-основа хорошего образования. <i>Е.Н. Беспалова</i>	7
5. Сенсорика - как вклад в будущее ребёнка! <i>И.Р. Гильмуллина</i>	9
6. Игры и упражнения на развитие эмоционально-нравственной сферы детей и навыков общения со сверстниками. <i>М.М. Галанцева</i>	12
7. Нетрадиционные методы рисования, как средство развития эстетического воспитания и здоровьесбережения детей младшего дошкольного возраста. <i>Т.С. Наумкина, Е.А. Спиридонова</i>	17
8. Здоровьесберегающие технологии по правилам дорожного движения в ДОУ. <i>Л.Г. Хамидуллина</i>	19
9. Создание оптимальных условий в дошкольном учреждении для охраны и укрепления психического здоровья дошкольников в контексте реализации ФГОС. <i>А.Ф. Шайдуллина</i> .	23
10. Аква-терапия в работе музыкального руководителя дошкольного образовательного учреждения. <i>О.Е. Васильева</i>	26
11. Мастер-класс для воспитателей «Пальчиковые игры и музыка Железновых - как один успешных факторов оздоровления дошкольников». <i>И.Б. Городищенская</i>	28
12. Цветотерапия – как фактор укрепления психического здоровья дошкольников. <i>С.В. Заднева</i>	32
13. Организация тематической недели здоровья как формы комплексного подхода к оздоровлению детей с туберкулезной интоксикацией. <i>С.А. Иванцова</i>	33
14. Организация воспитательно-образовательной деятельности, направленной на сохранение и укрепление эмоционального и психического здоровья воспитанников. <i>Е.Л. Выборнова</i>	35
15. Музыкально - ритмические движения – как средство здоровьесбережения детей раннего возраста. <i>А.Р. Сафина</i>	37
16. Инновационные техники и приемы, используемые в арт – терапии с детьми дошкольного возраста. <i>Н.С. Ворушило</i>	40
17. Роль музыкального сопровождения во время физкультурных занятий. <i>Л.Р. Валиева</i> ...	46
18. Детская дорога к безопасной жизни. <i>С.С. Пронина</i>	48
19. Корригирующая гимнастика – эффективная здоровьесберегающая технология сохранения и укрепления здоровья дошкольников. <i>Н.В. Сысуева</i>	50
20. Нестандартное оборудование, как часть здоровьесберегающей технологии в режиме дошкольников. <i>Э.Р. Зилькарнаева</i>	52
21. Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ как эффективное средство сохранения и укрепления здоровья дошкольников. <i>А.Ю. Бадьгина</i>	54
22. Здоровьесбережение дошкольников посредством информационно-коммуникативных технологий. <i>Н.В. Березина</i>	56
23. Бизиборд – развивающая игра для малышей. <i>И.Е. Зотова</i>	59
24. Физическое воспитание по авторской системе Н.Н. Ефименко. <i>М.Р. Хайруллина</i>	64
25. Проект «Карусель летних игр». <i>Ф.М. Галлямова, Г.Ж. Мардашова, Федорова Л.В., Новикова Д.А., Тухватуллина Г.Р., Хуснутдинова З.М.</i>	66
26. Мастер-класс «Здоровым быть – здорово!» (физкультурно - спортивное направление) <i>З.В. Новикова</i>	71

27. Системно-деятельностный подход в музыкально-образовательной деятельности, с применением здоровьесберегающей технологии «Вокалотерапии», направленной на приобщение дошкольников к искусству пения. <i>О.Н. Назарова, А.А.Никитина</i>	74
28. Мастер-класс «Мои улыбающиеся открытия». <i>И.А. Тухватуллина</i>	77
29. Внедрение эффективных технологий в современных условиях ДОУ. <i>Е.И. Сесина</i>	82
30. Создание эмоционально-положительного настроения детей при помощи су-джок массажеров. <i>Л.М. Вафина</i>	85
31. Здоровьесберегающие технологии в педагогической системе ДОУ (из опыта работы). <i>З.И. Васькова, Г.М. Бакирова</i>	88
32. Двигательная активность детей дошкольного возраста как фактор организации здоровьесберегающих технологий в ДОУ. <i>Л.Ф. Колесникова, Т.З. Фадеева</i>	90
33. Оздоровление ребенка в детском саду. <i>Л.М. Данилова, З.З. Мухаметзянова</i>	94
34. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном учреждении. <i>Н.А. Евдокимова, Л.Р. Абдулвалеева</i>	96
35. Здоровьесберегающие технологии в работе ДОУ в условиях внедрения ФГОС ДО. <i>Н.П. Ендирякова, А.Д. Халикова</i>	100
36. Организация работы здоровьесбережения детей младшей группы в условиях реализации ФГОС ДО. <i>Н.А. Юхмальчина</i>	101
37. Здоровьесбережение детей дошкольного возраста. Инновационные подходы к формированию здорового образа жизни. <i>Н.А. Зяблова</i>	104
38. Мастер-класс по дыхательной гимнастике «Комплекс оздоровительных методик по профилактике заболеваний верхних дыхательных путей». <i>Е.А. Гречко</i>	106
39. Совместная работа детей и родителей как эффективная форма здоровьесбережения дошкольников. <i>Э.М. Иргубаева</i>	109
40. Проект «Капелька» по адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада. <i>А.Г. Арешко</i>	112
41. Мастер-класс «Здоровье в наших руках». <i>О.О. Захарова</i>	119
42. Мастер-класс «Лучики здоровья». <i>Е.А. Сучкова</i>	124
СОДЕРЖАНИЕ.....	128

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