

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида «Гусельки»



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ: ИННОВАЦИОННЫЙ АСПЕКТ

Сборник научно-методических материалов

городской педагогической мастерской

Югорск - 2018

Составитель: Захарова Е.Н., заместитель заведующего по воспитательной и методической работе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида «Гусельки»

Рецензенты:

Филиппова А. Б., кандидат философских наук, директор Советского филиала автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Уральский промышленно-экономический техникум»;

Андреева О.И., кандидат педагогических наук, доцент, ГБПЦУ РО «Донской педагогический колледж»

В сборник вошли научно-методические материалы, подготовленные воспитателями и специалистами муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида «Гусельки» города Югорска Ханты-Мансийского автономного округа-Югра. Описанный опыт был представлен в рамках деятельности городской педагогической мастерской «Здоровьесберегающая педагогическая система дошкольной образовательной организации в условиях реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» в 2017-2018 учебном году.

Оглавление

Раздел 1. Укрепление здоровья дошкольников на основе комплексного использования технологий обучения здоровому образу жизни.....	3
<i>Захарова Е.Н. Технологии обучения дошкольников здоровому образу жизни.....</i>	<i>3</i>
<i>Столбова Н.В. Использование интерактивных образовательных игр для дошкольников как средства организации образовательного процесса по формированию здорового образа жизни</i>	<i>5</i>
<i>Шихалеева К.В. Фонетическая и логопедическая ритмика для дошкольников с различными нарушениями речи</i>	<i>8</i>
Раздел 2. Здоровьесберегающие технологии во взаимодействии с родителями и в работе с физически одарёнными воспитанниками	12
<i>Глазырина И.В. Развитие физически одарённых дошкольников в образовательной организации.....</i>	<i>12</i>
<i>Большакова А.А. Использование здоровьесберегающих технологий при организации взаимодействия с семьями дошкольников.....</i>	<i>14</i>
Раздел 3. Укрепление здоровья воспитанников на основе использования коррекционных технологий.....	18
<i>Захарова Е.Н. Обеспечение социально-психологического благополучия дошкольников.....</i>	<i>18</i>
<i>Амерханова Г.Ф. Музыка как средство здоровьесбережения дошкольников.....</i>	<i>19</i>
<i>Козьмина Н.В. Сказкотерапия как один из видов здоровьесберегающих технологий в коррекционно - воспитательной деятельности с дошкольниками.</i>	<i>22</i>
Приложение 1.....	25
<i>Шихалеева К.В. Фонетическая и логопедическая ритмика. Игры и упражнения.....</i>	<i>25</i>
Приложение 2.....	27
<i>Глазырина И.В. Фитнес технологии в дошкольной образовательной организации (сценарий мастер-класса).....</i>	<i>27</i>
Приложение 3.....	31
<i>Большакова А.А., Глазырина И.В. Использование здоровьесберегающих технологий при организации взаимодействия с семьями воспитанников (сценарий мастер-класса)</i>	<i>31</i>
Приложение 4.....	35
<i>Козьмина Н.В. Сценарий мастер-класса по сказкотерапии</i>	<i>35</i>
Приложение 5.....	38
<i>Белоусова Е.С. Упражнения, направленные на снятие психоэмоционального напряжения дошкольников.....</i>	<i>38</i>

РАЗДЕЛ 1. УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ КОМПЛЕКСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Захарова Е.Н.,
заместитель заведующего
по воспитательной и методической работе

Здоровый образ жизни для детей – основополагающий фактор физического и нравственного развития дошкольников, их гармоничного существования в обществе, формирование которого должно начинаться уже в детском саду. Это не сумма полученных знаний, а стиль жизни, жизненно важная привычка, закладываемая дошкольным образовательным учреждением через специально организованные формы обучения и реализацию здоровьесберегающих технологий, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Технологии обучения дошкольников здоровому образу жизни - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов и субъектов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья дошкольников на всех этапах обучения и развития [2].

Данные технологии направлены на решение следующих задач:

- Создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей;
- Сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности;
- Создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения;

Основные принципы, направленные на сбережение здоровья дошкольников:

- Принцип «Не навреди!»;
- Непрерывность процесса;
- Систематичность и последовательность;
- Доступность и индивидуальность;
- Системность чередования нагрузок и отдыха;
- Постепенное наращивание оздоровительных воздействий.

Классификация технологий обучения дошкольников здоровому образу жизни
[1]:

Медико-профилактические – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала дошкольного учреждения в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований санитарных норм и правил; организация здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении;

Физкультурно-оздоровительные – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями дошкольного учреждения.

Здоровьесберегающие образовательные– технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников, направленные на осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Психолого-педагогического сопровождения – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника.

Современные технологии обучения дошкольников здоровому образу жизни, применяемые в учреждении:

1. **Технологии сохранения и стимулирования здоровья:** стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая;

2. **Технологии обучения здоровому образу жизни:** физкультурное занятие, проблемно-игровые (игровые тренинги и игротерапия), самомассаж, точечный самомассаж;

3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика. Инновационными находками стало применение криотерапии (игры со льдом) и использование камешков Марблс.

Очень важно, чтобы каждая из технологий обучения здоровому образу жизни дошкольников имела оздоровительную направленность, а реализуемая учреждением в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.

Список используемых источников:

1. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015;
2. Подольская И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. – Издательство Учитель, 2014;

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ИГР ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК СРЕДСТВА ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Столбова Н.В., воспитатель

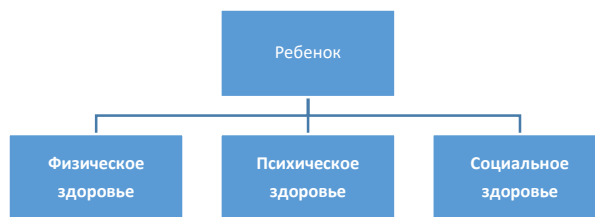
Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом, в дошкольном учреждении используются различные виды современных технологий обучения здоровому образу жизни дошкольников, в том числе, и интерактивные игры.

Согласно новым требованиям, внедрение **информационно-коммуникационных технологий** в дошкольном образовании становится все более актуальным, так как позволяет средствами мультимедиа, в наиболее доступной и привлекательной, игровой форме развить логическое мышление детей, усилить творческую составляющую воспитательно-образовательного процесса [1].

В федеральном государственном образовательном стандарте также указывается, что у дошкольников ведущим видом деятельности является **игра**.

Использование **интерактивных образовательных игр по здоровьесбережению** способствует воспитанию интереса ребёнка к процессу обучения, осознанной потребности в ведении здорового образа жизни, повышает познавательную активность и, самое главное, улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей [2].

Рис. 1. Модель здорового выпускника дошкольного образовательного учреждения



Физическое здоровье включает в себя: соответствие возрасту по антропометрии; имеет I или II группу здоровья; развиты в соответствии с возрастом физические качества; сформированы двигательные и моторные навыки; сформированы культурно-гигиенические навыки; высокая выносливость и работоспособность.

Компоненты психического здоровья: сформированы все психические функции; развиты в соответствии с возрастом познавательные процессы; сформированы представления об окружающем мире; сформированы все сенсорные представления; обладает школьными навыками; сформирована учебная деятельность; сформирована мотивация к обучению.

Составляющие социального здоровья: имеет представление о духовных ценностях в категориях «красиво-безобразно», «плохо-хорошо»; имеет представление о здоровом образе жизни; имеет представления о социальных ценностях в категориях «можно-нельзя», «хочу-могу-должен»; имеет представления о бесконфликтном поведении; умеет строить отношения со взрослыми и сверстниками; умеет управлять своими желаниями, эмоциями, поведением.

Понятие «интерактивный» к нам пришло из английского языка (interactive: inter — между, меж; active от act — действовать, действие). Оно означает возможность взаимодействовать, вести беседу, диалог с кем-либо. В отличие от активных методов интерактивные ориентированы на более широкое взаимодействие дошкольников не только с воспитателем, но и друг с другом и на доминирование активности дошкольников в процессе обучения.

Рис.2. Интерактивные игры по здоровьесбережению, применяемые в учреждении



Интерактивные дидактические игры способствуют всестороннему развитию творческой личности ребенка. У ребенка развивается: восприятие, зрительно-моторная координация, образное мышление; познавательная мотивация, произвольная память и внимание; умение построить план действий, принять и выполнить задание, проверить свои знания, выполнить гимнастику для глаз. Включать интерактивные технологии в дошкольное обучение можно практически во все образовательные области, в том числе, и при решении вопросов здоровьесбережения дошкольников. В интерактивных моделях обучения меняется взаимодействие педагога с воспитанниками: активность педагога уступает место активности воспитанника, задача взрослого — создать условия для инициативы детей. В интерактивной технологии воспитанники выступают полноправными участниками, их опыт важен не менее чем опыт взрослого, который не столько дает готовые знания, сколько побуждает обучающихся к самостоятельному поиску, исследованию.

При организации и проведении организованной образовательной и совместной деятельности с использованием интерактивных игр существуют несколько методических и технологических особенностей:

1 этап – погружение ребенка в сюжет организованной образовательной деятельности путем создания игровой мотивации, период подготовки — через развивающие беседы, которые помогут справиться с поставленной задачей.

2 этап – основной. Психические процессы у ребенка включаются в деятельность: восприятие, память, внимание, мышление, речь, воображение.

3 этап – заключительный: необходим для снятия зрительного напряжения. Гимнастика для глаз, упражнения для снятия мышечного и нервного напряжений (физкультурные минутки, точечный массаж, комплекс физических упражнений, расслабление под музыку).

Используемые интерактивные игры позволяют педагогам:

- успешно усваивать программный материал и повысить качество знаний по вопросам здорового образа жизни;
- обеспечить систематическую проверку и объективную оценку знаний, умений и навыков обучающихся;
- моделировать в реальном учебном процессе различные жизненные ситуации;
- сделать учебный материал менее сложным, глубже усвоить материал;
- усилить активность детей в учебном процессе, стимулировать их творческие способности.



Фото: Создание участниками городской педагогической мастерской интерактивных игр по формированию здорового образа жизни дошкольников. Делится опытом создания игр Столбова Н.В., воспитатель учреждения

Благодаря интерактивным играм можно добиться большей динамики при проведении занятий, организовать уникальные викторины, осуществить коррекционно-развивающую работу и провести педагогическую диагностику. Основываясь на личном опыте можно сказать, что применение интерактивных игр значительно повышает эффективность воспитания и обучения дошкольников по вопросам здорового образа жизни, вызывает интерес. Анализ практической деятельности позволяет сделать вывод, что активное применение таких игр активизирует познавательную активность и способствует развитию психических познавательных процессов детей дошкольного возраста, что подтверждают результаты итоговой диагностики.

Список используемых источников:

1. Российская газета - Федеральный выпуск №6241 (265) от 25 ноября 2013 г. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" <https://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html>;
2. Ярусова Е. А. Компьютерные игры – новый вид развивающего обучения. <http://www.ivalex.vistcom.ru/konsultac203.html>.

ФОНЕТИЧЕСКАЯ И ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С РАЗЛИЧНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ

Шихалеева К.В., учитель-логопед

Одной из методик, направленных на формирование чувства ритма, является ритмика. В педагогическом аспекте ритмика - это система физических упражнений, построенная на связи движений с музыкой. Она способствует воспитанию

познавательной, волевой и эмоциональной сфер личности, гармоничному физическому и художественному развитию детей, развитию музыкального слуха, внимания и восприятия, комплексных видов памяти, выразительности движений, формирует эмоциональную отзывчивость и музыкально-ритмическое чувство, учит движениями выражать характер и темп музыкального произведения. На занятиях ритмикой используется бег, прыжки, игровые упражнения, элементы художественной гимнастики, танцевальные и имитационные движения.

В настоящее время ритмика может использоваться в коррекционных целях. Занятия по логопедической и фонетической ритмике можно эффективно использовать в работе с детьми, имеющими речевую, двигательную и интеллектуальную патологию, нарушения слуха.

В арсенале воспитателей и музыкальных руководителей имеется многообразный материал для развития чувства ритма (двигательные упражнения, стихи, потешки, игры пальчиковой гимнастики), однако этой работе уделяется недостаточно внимания, так как взрослые не всегда осознают, какие возможности открывает перед ребенком развитое чувство ритма. Например, многие не знают, что проводимая на занятиях динамическая пауза воздействует на нейродинамику коры головного мозга благодаря импульсации, идущей от ритмических двигательных сокращений рук, шеи и туловища.

На современном этапе под **логопедической ритмикой** понимается одна из форм терапии, направленная на преодоление речевых нарушений путем развития, воспитания и коррекции двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой.

Основная цель логоритмики – преодоление речевого нарушения путём развития и коррекции двигательной сферы. В соответствии с целью определяются коррекционные, образовательные и воспитательные задачи логоритмики.

К коррекционным задачам относятся: преодоление основного речевого нарушения, развитие дыхания, голоса, артикуляции, а также развитие и совершенствование основных психомоторных качеств (статической и динамической координации, переключаемости движений, мышечного тонуса, двигательной памяти и произвольного внимания) во всех видах моторной сферы (общей, мелкой, мимической и артикуляционной).

В образовательные задачи входит формирование двигательных навыков и умений, знакомство с разнообразием движений, с пространственной организацией тела.

К воспитательным задачам относятся воспитание и развитие чувства ритма музыкального произведения и собственного ритма движений, воспитание способности ритмично двигаться под музыку.

Особенность метода заключается в том, что в двигательные задания включается речевой материал, над качеством которого призвана работать логопедическая ритмика. Под влиянием регулярных логоритмических занятий у детей происходит положительная перестройка сердечно-сосудистой, дыхательной, двигательной, сенсорной, речедвигательной, и других систем, а также воспитание эмоционально-волевых качеств личности [1].

Логоритмика включает в себя упражнения для укрепления мышц артикуляционного аппарата, чистоговорки для автоматизации звуков, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие общей моторики, песни и стихи, сопровождаемые движением рук, ритмические игры под музыку, упражнения на релаксацию, артикуляционная гимнастика.

Фонетическая ритмика – система специальных упражнений, сочетающая речь и движение, где проговаривание речевого материала (звуков, слогов, слов, текстов) сопровождается движениями (рук, ног, головы, корпуса) [2, с.7].

Логопедическая и фонетическая ритмика в первую очередь полезны детям:

- с заиканием или наследственной предрасположенностью к нарушениям речи;
- с быстрой/медленной или прерывистой речью;
- с недостаточно развитой моторикой и координацией движений;
- с дизартрией, задержками развития речи, нарушениями произношения отдельных звуков;
- часто болеющим и ослабленным;
- находящимся в периоде интенсивного формирования речи (в среднем это возраст от 2.5 до 4 лет).

В качестве игр и упражнений можно использовать:

Игры с гласными звуками очень важны для отработки сильного, плавного и длительного выдоха, необходимого в работе над звукопроизношением, они являются фундаментом, на котором базируется вся работа по развитию фонематических процессов, просодики.

Проговаривание текстов с движениями, направленное на координацию речи с движениями.

Пальчиковую гимнастику, способствующую развитию речи, ее выразительности и творческих способностей ребенка.

Игры, направленные на развитие чувства ритма.



Фото. Игра на развитие чувства ритма «Передай другому». Ведущий игры К.В. Шихалеева, учитель-логопед учреждения, участники игры-педагоги дошкольных образовательных учреждений города

Материал для работы подбирается разного уровня сложности, начиная с самого простого: научиться хлопать, топать, управлять руками, ногами, телом. Когда ребенок справляется с предъявляемыми заданиями, то можно их усложнять, увеличивать темп и амплитуду движений, добавлять речевой материал. Обязательным элементом занятия является релаксация.

Фонетическая и логопедическая ритмика нормализуют речь ребенка вне зависимости от вида речевого нарушения, формируют у детей чувства ритма, внимание, координацию в соответствии с музыкальным сопровождением, что способствует снижению психоэмоционального напряжения и укреплению здоровья детей.

Список используемых источников:

1. Власова Т.М., Пфафенродт А.Н. Фонетическая ритмика. - М., 2016г.
2. Костылева Н.Ю. Покази и рассказы. Игровые упражнения по развитию речи дошкольников на основе фонетической ритмики. М.: ТЦ: Сфера, 2014г.

РАЗДЕЛ 2

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С РОДИТЕЛЯМИ И В РАБОТЕ С ФИЗИЧЕСКИ ОДАРЁННЫМИ ВОСПИТАННИКАМИ

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИ ОДАРЁННЫХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Глазырина И.В.,
инструктор по физической культуре

В условиях реализации федерального государственного образовательного стандарта возрастает значимость проблемы раннего выявления и развития одарённости детей. Существует достаточно много исследований и разработок в рамках развития детской одарённости. Разносторонность и многоплановость научных исследований позволяет внедрять в образовательную среду передовые педагогические технологии, что, несомненно, способствует более качественному и продуктивному психолого-педагогическому сопровождению одарённых детей. Тем не менее, не все специалисты образовательных учреждений готовы внедрять в практику новые технологии, а также сопровождать данную деятельность [1].

Нерешённой остаётся и проблема образования одарённых детей. Каким должно быть образование, чтобы оно развивало личность одарённого ребёнка, а не некоторые черты его одарённости? [1]

С целью решения данных проблем в учреждении разработана и реализуется программа «Одарённый ребёнок», направленная на выявление и развитие предпосылок одарённости, в том числе психомоторной, у воспитанников в условиях МАДОУ «Детский сад «Гусельки».

В учреждении созданы благоприятные условия, способствующие прохождению ребенком за период дошкольного детства пути от первых проявлений склонностей до яркого расцвета способностей, одаренности.

К таким условиям относятся:

- подготовленные высококвалифицированные педагоги;
- богатая развивающая предметно-пространственная среда;
- атмосфера доброжелательности и заботливости по отношению к воспитаннику, обстановка, формирующая у него чувство собственной значимости, поощряющая проявление индивидуальности;
- наличие образовательной системы.

Цель работы с физически одаренными детьми согласно программе:
гармонизация и развитие ярко выраженных физических способностей у воспитанников дошкольного возраста.

Задачи:

- Использовать в работе дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные особенности;
- Вовлечь родителей в работу с одаренными детьми;
- Достичь с детьми более высоких результатов.

Так как детский сад является учреждением общеразвивающего вида, выявление и развитие предпосылок одаренности у воспитанников осуществляется **по следующим направлениям:**

- теоретическое (познавательная, интеллектуальная одаренность);
- творческое (одаренность художественная, вокальная, литературная, артистическая, конструкторская);
- психомоторное (спортивная одаренность);
- коммуникативное (социально-личностная одаренность).

Этапы реализации Программы:

1. Исследовательско-диагностический этап (сентябрь-октябрь)

- педагогическая диагностика;
- психологическая диагностика;
- специальная диагностика (углубленная);
- создание банка данных по одаренным детям.

2. Подготовительный этап (ноябрь)

- определение функций каждого субъекта воспитательно-образовательного процесса;
- координация и интеграция деятельности специалистов и родителей в этом направлении;
- разработка рекомендаций для родителей по сопровождению развития одаренного ребенка;
- просветительская работа со всеми субъектами образовательного процесса;
- составление индивидуальных маршрутов психолого-педагогического сопровождения одаренных детей;
- коррекция рабочих программ воспитателей и педагогов, реализующих программы дополнительного образования, с учетом индивидуального подхода к одаренным детям.

3. Развивающий этап (декабрь-май)

- организация различных мероприятий, формирующих развивающую среду для одаренных детей, с включением в них всех субъектов воспитательно-образовательного процесса (педагоги, воспитатели, администрация, педагог-психолог, родители и др.);
- развивающая работа с воспитанниками в соответствии с индивидуальным маршрутом развития воспитанника;
- диагностический мониторинг (анализ динамики развития);
- внесение результатов диагностического мониторинга и выводов в банк данных по одаренным детям.

4. Итоговый этап (май-август)

- обсуждение итогов развивающей работы с одаренными воспитанниками, выявление проблем;
- коррекция данной Программы в соответствии с выявленными проблемами.

В ходе реализации программы «Одарённый ребёнок», направленной на выявление и развитие предпосылок одарённости, в том числе психомоторной, у воспитанников в условиях МАДОУ «Детский сад «Гусельки», удалось создать воспитательно-образовательную среду, способствующую успешности каждого ребёнка через проявление его способностей и сохранение физического и психического здоровья, а также увеличить количество воспитанников, имеющих достижения в спортивных соревнованиях различного уровня.

Список используемых источников:

1. Белова Е.С. Одаренность малыша: раскрыть, понять, поддержать. М., Московский психолого-социальный институт, изд-во «Флинта», 2014.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Большакова А.А., воспитатель

Как известно, ни одна оздоровительная программа не может дать ожидаемых результатов, если не реализуется вместе с семьёй, поэтому одна из главных и важных задач деятельности дошкольного образовательного учреждения – взаимодействие с семьями воспитанников [2].

Одним из способов реализации взаимодействия дошкольного учреждения с родителями является организация совместной деятельности, где родители выступают в роли не сторонних наблюдателей педагогического процесса, а становятся его активными участниками [1, с. 39-42].

В ходе работы, решая задачи годового плана, стараемся добиваться того, чтобы цели и задачи воспитания здорового ребенка были хорошо понятны родителям наших воспитанников.

Наиболее эффективна для формирования сотруднических отношений методика организации здоровьесберегающих мероприятий, в основе которых сотрудничество взрослого и детей «на равных», а самое главное - забота друг о друге, улучшение самих себя и своего здоровья [3, с. 132-134].

Организация совместной деятельности детей, родителей и педагогов может быть успешной, если:

- дети, родители, педагоги положительно настроены на совместную работу, желают действовать сообща, осознают цели и находят в ней личностный смысл;

- осуществляется совместное планирование, организация и подведение итогов деятельности, с учетом желания и возможностей участников работы, распределены роли, функции, сферы деятельности;

- создаются ситуации свободного выбора участниками: видов, способов, форм и своей позиции в совместной работе;

- отсутствует навязывание, давление на детей и родителей, действия, стиль педагога способствуют самореализации и самовыражению участников деятельности.

Действующая в учреждении система взаимодействия с родителями, в том числе, по вопросам здоровьесбережения, включает в себя следующие мероприятия:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психосоматического развития;

- участие в составлении индивидуальных программ по оздоровлению детей;

- участие в санаторно-просветительской работе: правильный режим дня, рационально сбалансированное питание, закаливание;

- обучение конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, самомассаж, разные виды закаливания)

- ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, отдельными нетрадиционными методами оздоровления детей;

- различные консультации, дискуссии с участием психологов, медиков, инструкторов по физическому воспитанию, а также родителей с опытом семейного воспитания;

- семинары-практикумы (игры тренинги, совместные спортивные досуги в физкультурном зале, на спортивной площадке).

В ходе таких мероприятий педагоги учреждения в активном деятельностном режиме рассказывают родителям о том, как внедрить здоровьесберегающие технологии в повседневную жизнь, а также привлекают их к участию в подборе фонотеки, костюмов, атрибутов.

Педагогами применяются и новые подходы к взаимодействию двух важных институтов (семьи и дошкольного учреждения) в вопросах оздоровления, сохранения и укрепления здоровья детей, которые можно успешно использовать и дома, такие как:

Ритмопластика

Ритмопластика — это инновационный метод, основанный на выполнении под музыку специальных пластичных движений, имеющих оздоровительный характер и способствующих:

- восполнению «двигательного дефицита»;
- развитию двигательной сферы детей;
- укреплению мышечного корсета;
- совершенствованию познавательных процессов;
- формированию эстетических понятий.

Игротерапия

Обязательным видом здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении должна являться игротерапия. Эта технология подразумевает участие в разнообразных играх, в ходе которых у участников будет возможность:

- проявить эмоции, переживания, фантазию;
- самовыразиться;
- снять психоэмоциональное напряжение;
- избавиться от страхов;
- стать увереннее в себе.

Игротерапия считается отличным средством для борьбы с детскими неврозами.

«Спортивный ералаш»

Это организованная деятельность с использованием свободного творчества, проводится в виде круговой тренировки. Для выполнения упражнений предлагается спортивный инвентарь, который используется участниками на свое усмотрение.

Свободная игровая деятельность позволяет организовать спортивный досуг и развивает:

- основные физические качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость, координацию;
- спортивный азарт и эмоциональность.

Данная система взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и родителей способствует формированию у родителей активной позиции в вопросах сохранения и укрепления здоровья в условиях детского сада и семьи, приобретению и систематизации знаний о некоторых видах здоровьесберегающих технологий и методик, и возможности их применения в домашних условиях.

Список используемых источников:

1. Веннецкая О., Рунова М. Взаимодействие детского сада и семьи при реализации задач образовательной области «Физическое развитие» //ж. Дошкольное воспитание №6, 2015 с. 39-42
2. Рунова М., Веннецкая О. Взаимодействие семьи и детского сада по вопросам укрепления физического и психического здоровья детей//ж. Дошкольное воспитание №10, 2014 с. 61-67
3. Фролова А. А., Селиверстова Л. С. Развитие здоровьесберегающего образовательного пространства в условиях внедрения ФГОС ДО // Проблемы и перспективы развития образования: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Пермь, апрель 2015 г.). — Пермь: Меркурий, 2015. — С. 132

РАЗДЕЛ 3

УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОРРЕКЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Захарова Е.Н.,
заместитель заведующего
по воспитательной и методической работе

Забота о психологическом здоровье предполагает внимание к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам. Способностям и знаниям, его отношению к себе, сверстникам, взрослым и окружающему миру, происходящим семейным и общественным событиям, к жизни, как таковой. Под технологией обеспечения социально-психологического благополучия ребенка понимается совокупность мероприятий, обеспечивающих комфортное и позитивное пребывание ребенка в детском саду. Задача взрослого – помочь ребенку в соответствии с его возрастом овладеть средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития.

Эти задачи решают технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка:

Музыкотерапия — это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека. [1].

Сказкотерапия - один из приемов в арт-терапии, разделе психологии — психологическое воздействие на личность через сказки, способствующее коррекции проблем и развитию личности [5].

Дидактические игры - современное технологическое средство формирования социального поведения ребенка, которое учит принятым в обществе моделям социального поведения.

Психогимнастика - это комплекс особых упражнений, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, а также на борьбу с различными психологическими проблемами [4].

Песочная терапия — это психотерапевтическая методика, основанная на понимании личности человека с точки зрения глубинной психологии [2].

Танцевальная терапия — это психотерапевтический метод, основывающийся на творческом самовыражении и направленный на исцеление психики [3].

Данные технологии обеспечивают социально- психологическое благополучие дошкольников и способствуют успешной адаптации, сохранению и укреплению здоровья,

а также оптимальной коррекции и компенсации имеющихся у детей нарушений в познавательной, речевой и личностной сфере. Очень важно, чтобы они имели оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Список используемых источников:

1. Бурно М.Е. Практическое руководство по терапии творческим самовыражением. М., 2015, с.214.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». СПб.: Речь, 2015 -340 с.
3. Козлов В. В., ГиршонА. Е., Веремеенко Н. И. Интегративная танцевально-двигательная терапия. 2-е изд., расширен, и доп. СПб.: Речь, 2016. 286 с.
4. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога: в 2 кн. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста / Е. И. Рогов. – М. : Владос, 2014. – 383 с .
5. Сакович Н.А. Практика сказкотерапии Санкт-Петербург, «Речь», 2017. - 214 с.

МУЗЫКА КАК СРЕДСТВО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Амерханова Г.Ф.,
музыкальный руководитель

Музыка – это воздух. Музыка - это то, что мотивирует каждого из нас и в некоторых случаях заставляет двигаться вперед на встречу к своей цели.

В дошкольном образовании музыка является средством здоровьесбережения дошкольников. Занятия музыкой способствуют общему развитию личности ребенка. Взаимосвязь между всеми сторонами воспитания объединяется в процессе разнообразных видов и форм музыкальной деятельности. Эмоциональная отзывчивость и развитый музыкальный слух позволяют детям в доступных формах откликнуться на добрые чувства и поступки, помогают активизировать умственную деятельность и, постоянно совершенствуя движения, разовьют дошкольников физически [1].

Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние всего организма ребенка, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В.М. Бехтерев, подчеркивая эту особенность, доказал, что если установить механизм влияния музыки на организм, то можно вызвать или ослабить возбуждение. П.И. Анохин, изучая вопросы влияния мажорного или минорного лада на

самочувствие, сделал вывод о положительном влиянии мелодического и ритмического компонентов музыки на работоспособность и отдых человека [2].

Пение развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь, способствует выработке вокально-слуховой координации. Правильная поза поющих регулирует и углубляет дыхание. Музыкальный ритм движения улучшает осанку ребенка, координацию, вырабатывают четкость ходьбы и легкость бега. Динамика и темп музыкального произведения требуют и в движениях соответственно изменять скорость, степень напряжения, амплитуду и направление.

Музыка, сопровождая утреннюю гимнастику и физкультурные занятия, активизирует детей, заметно повышает качество выполняемых ими упражнений. Многочисленными исследованиями доказано, что звучащее музыкальное произведение повышает работоспособность сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной систем организма. При выполнении упражнений с музыкальным сопровождением улучшается легочная вентиляция, увеличивается амплитуда дыхательных движений. Так же развивается музыкальность у детей, эмоциональная отзывчивость, слух. Ребенок учится воспринимать музыку, двигаться в соответствии с её характером, средствами выразительности.

Таким образом, музыка – одно из средств физического развития детей. А здоровье ребенка – это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

О лечебной силе музыки свидетельствуют самые древние источники. Так Пифагор, Аристотель, Платон считал, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Врач Авиценна ещё тысячу лет назад лечил музыкой больных нервными и психическими заболеваниями.

Музыкально-оздоровительная работа в детском саду – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

Система музыкально-оздоровительной работы учреждения предполагает использование на музыкальных занятиях, следующих здоровьесберегающих технологий:

Валеологические распевки;

Дыхательная гимнастика;

Артикуляционная гимнастика;

Оздоровительные и фонетические упражнения;

Игровой массаж;

Пальчиковые игры;
Речевые игры;
Музыкотерапия.

Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья. Начинать музыкальные занятия с жизнеутверждающей валеологической распевки, дающий позитивный настрой на весь день.

Слушание музыки и разучивание текстов песен можно перемежать с игровым массажем или пальчиковой игрой, пассивной музыкотерапией. Перед пением песен – заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры лучше сопровождать музыкально-ритмическими движениями, игрой на детских музыкальных инструментах, а танцевальную импровизацию совместить с музыкотерапией.

Проведение интегрированных музыкально-валеологических занятий позволяет рассказать дошкольнику о пользе здорового образа жизни, о необходимости знать и выполнять правила личной гигиены.

Результатами такой работы являются:

1. Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка;
2. Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными болезнями);
3. Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
4. Повышение уровня речевого развития;
5. Стабильность физической и умственной работоспособности.

Современные методы здоровьесбережения на музыкальных занятиях помогают обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, выявить и развить музыкальные способности и творческий потенциал каждого дошкольника, а полученные на занятиях знания, будут способствовать формированию привычки жить в гармонии с самим собой и окружающим миром.

Список используемых источников:

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2014. - 220 с.
2. Арсеновская, О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. - Волгоград: Учитель, 2017. -204 с.- (Серия: Музыкальному руководителю ДОУ).

СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК ОДИН ИЗ ВИДОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННО - ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Козьмина Н.В., воспитатель

Есть у здоровьесберегающих технологий одна особенно приятная технология- сказкотерапия. Ее можно применять в любых количествах и в любом возрасте. У нее нет побочных эффектов и противопоказаний. Сказка для ребенка — это «соединительный мост» между сознательным миром и уровнем бессознательного, эмоционального и телесного опыта. То, что проиграно, или прожито, или понятно в сказке, ребенок может непосредственно сделать частью своего опыта так же, как если бы это было прожито в жизни. Это позволяет ребенку усвоить правильные моральные нормы и ценности, различать добро и зло. Поэтому сказкотерапию используют и в воспитании, и в образовании, и в развитии, и в тренинговом воздействии, и как инструмент психотерапии [2].

Для того, чтобы сказка оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил [1]:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но не в коем случае не иметь с ней прямого сходства.
2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребёнок может сделать новый выбор при решении своей проблемы.
3. Сказочный сюжет должен разворачиваться в определенной последовательности: зачин (начало сказки), кульминация (встреча с её героями), заключение.

Используя в работе элементы сказкотерапии, обязательно учитываем следующие особенности: речевой статус детей; недостаточное развитие неречевых психических функций (особенно слухового внимания и памяти, недостаточное стремление к познавательному общению с взрослым, быстрая истощаемость произвольного внимания, низкая работоспособность); специфику возраста (высокая эмоциональность, непосредственность, повышенная возбудимость).

Данная технология нацелена на развитие самосознания ребенка и обеспечивает контакт, как с самим собой, так и с другими, способствуя построению взаимопонимания между людьми и усвоению необходимых моделей поведения и реагирования, новых знаний о себе и мире. Главный критерий реализации данного принципа — удовлетворённость детей самой деятельностью и её результатами, снятие эмоциональной напряжённости [3].

На занятиях активно используем сказкотерапию на разных его этапах:

- в начале занятия: создание положительной мотивации обучающихся;
- изучение нового материала (сказки и легенды по теме занятия);
- в конце занятия (обобщение и закрепление изученного материала).

Принципы данной технологии заключаются в знакомстве ребенка со своими сильными сторонами, в «расширении» его поля сознания и поведения, в поиске нестандартных, оптимальных выходов из различных ситуаций, обмене жизненным опытом и развитии умения слушать себя и других. Одна из важных функций сказочной истории – это хранение опыта, то есть даже после окончания психотерапевтической работы она продолжает оказывать свое действие на ребенка.

В процессе каждого занятия по сказкотерапии можно дополнительно решать определенные задачи. Например, отработка произвольного внимания или сплочение группы, развитие чувства взаимопомощи и поддержки, или развитие памяти, расширение эмоционально-поведенческих реакций, где на примерах сказочных героев дети учатся разбираться в людских характерах.

Через использование сказки, её сюжетных линий решаются многие коррекционные задачи, такие как: снижение чрезмерной двигательной активности, нормализация эмоционального и речевого состояния ребенка, избавление от собственных страхов.

В системе работы учреждения по сказкотерапии выделены три этапа работы с дошкольниками:

I этап — познавательно-эффективная ориентировка, направленная на осмысление сюжета сказки, восприятие музыкальных композиций, выразительное интонирование и исполнение сказочного образа. (Ведущий метод - словесная режиссерская игра).

II этап — словесное комментирование эмоционально-аффективных ситуаций. Дети учатся управлять своими поведенческими реакциями с помощью словесных описаний тембра, динамики, выразительных движений и ритмического рисунка. (Ведущий метод — словесное комментирование).

III этап — выражение замещающей потребности, способствующей приведению в равновесие эмоционального поведения и выразительного слова. (Ведущий метод — совместная импровизация, в которой взрослый предлагает разыграть отдельные эпизоды сказки, при этом главными героями становятся сами дети.) Дети пробуют внести новые элементы в сказку, при этом сохранив сюжетную линию.

Использование сказкотерапии в обучении детей влияет на:

- активность — от потребности в эмоциональной разрядке к самовыражению в речевом действии;

- самостоятельность — от ориентации в средствах выразительности, проблемных ситуациях сказки, к поиску адекватных способов самовыражения в речи и движении;

- творчество — от подражания взрослому в действии выразительном слове к совместному составлению словесных описаний;

- эмоциональность — от восприятия образов сказки к адекватному воплощению собственного опыта в действии, ритме и слове;

- произвольность — от переживания эмоциональных состояний сказочных героев, понимания образных выражений к оценке собственных устных сообщений и эмоциональных поступков;

- связную речь — от продолжения фраз взрослого к рассуждениям о музыкальных композициях, пантомимических этюдах, сказочных образах.

Педагогами в своей работе с дошкольниками необходимо использовать сказкотерапию, потому что ребёнок почерпнет из сказки много, путешествуя по сказочным дорогам, переживая удивительные приключения и превращения, встречаясь со сказочными существами. Попадая в сказку, дети легко воспринимают «сказочные законы» — нормы и правила поведения.

Список используемых источников:

1. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева Практикум по сказкотерапии. — СПб.: ООО «Речь», 2017. — 310с
2. Пономарева В.И. Там, на неведомых дорожках... Из практики сказкотерапии. — М.: Академический Проект; Альма Матер, 2016. — 244 с. — (Психотерапевтические технологии).
3. Ткач Р. М. Сказкотерапия детских проблем. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2018. — 118 с.

ФОНЕТИЧЕСКАЯ И ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

Шихалеева К.В., учитель-логопед

Игры с гласными звуками [А], [О]

1. Дети вытягивают руки вперёд, соединив ладони. Произносятся гласный звук (а-а-а...), они плавно разводят руки в стороны ладошками вверх. Интонация радости.

2. По команде педагога «Спрятались!» дети принимают исходное положение: приседают на корточки, обхватив руками колени и прижав подбородок к груди (сгруппировались). По команде «Встали и обрадовались!» дети быстро встают и, радостно улыбаясь, разводят руки в стороны ладошками вверх, одновременно произносятся гласный звук (а-а-а...) [2, с.6].

3. Дети соединяют опущенные руки перед собой сак, чтобы кончики пальцев касались друг друга. Произносятся гласный (о-о-о...), они плавно поднимают руки через стороны вверх и соединяют их в кольцо над головой. Интонация удивления.

4. По команде педагога «Спрятались!» дети принимают исходное положение (см. звук [а]). По команде «Встали и удивились!» они встают и с удивлением на лице и в голосе произносят гласный (о-о-о...), одновременно поднимая руки через стороны вверх и соединяя их в кольцо над головой [1, с.7].

Проговаривание текстов с движениями

Ананас похож на шишку,

(Дети разводят руки в стороны, затем соединяют в замок перед грудью)

Хомячок похож на мышку,

(Ласково проводят ладошкой сверху вниз по правой щеке, затем по левой)

Вертолёт – на стрекозу,

(Делают вращательные движения руками над головой - «моторчик», затем машут руками, словно стрекоза крылышками).

Антилопа – на козу,

(Разводят руки в стороны, затем прижимают указательные пальцы к голове, «бодаются»)

Маленький верблюд – на ламу,

(Приседают и встают)

Ну а я похож на маму.

(Указывают на себя и обнимают себя) [1, с.13].

Пальчиковая гимнастика «Вышел пальчик погулять»

Вышел пальчик погулять (большими пальцами стучим по ногам)

Стал его он догонять (указательными пальцами стучим по ногам)

Средний пальчик шел пешком (средними пальцами стучим по ногам)

А четвертый кувыркком (безымянными пальцами стучим по ногам)

Пятый пальчик шел гулять (мизинцами стучим по ногам)

Своих братьев догонять. [1, с.19]

Игра, направленная на развитие чувства ритма «Передай другу».

Все садятся на стулья в круг. Под музыку перекладываем друг другу в руки мяч; отхлопываем в ладоши; постукивания по спине; отведение ладоней от плеч вперед. Все движения выполняются под счет, ритм музыки.

Список используемых источников:

1. Костылева Н.Ю. Покази и рассказы. Игровые упражнения по развитию речи дошкольников на основе фонетической ритмики. М.: ТЦ: Сфера, 2014г.

**ФИТНЕС ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ (СЦЕНАРИЙ МАСТЕР-КЛАССА)**

Глазырина И.В.,
инструктор по физической культуре

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Сегодня наша встреча посвящена теме «Фитнес технологии в ДОО».

Звучит спокойная музыка. Упражнение «Воздушный шар»

Ведущий: 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)

Определяется рейтинг жизненных ценностей. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья и т.д. (в зависимости от выбора необходимо своими словами подвести к значимости здоровья в жизни людей).

Ведущий: О здоровье говорят и пишут много (можно перечислить). Но в первую очередь нас волнует здоровье наших детей. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки; вырабатываются черты характера, без которых не возможен здоровый образ жизни. Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и родителей, и нас педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь не только образованными, но и здоровыми. Есть ли ключи к решению этой задачи? Конечно, есть. Для нас педагогов это, в первую очередь, организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольном образовательном учреждении в условиях реализации федерального государственного образовательного стандарта.

Современные дети испытывают «двигательный дефицит», проводя большую часть времени в статичном положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных мышечных групп, а как следствие, нарушение осанки,

искривление позвоночника, плоскостопие, задержку в развитии основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, выносливости. А ведь детство – лучшее время для формирования привычки «быть в форме». Главная задача взрослых выработать у детей такую привычку, создать все необходимые условия для утоления «двигательного голода», найти новые подходы к физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников. В определенной мере помочь в этом может детский фитнес.

Фитнес технологии в образовании повышают уровень проведения традиционных занятий физической культурой, вносят положительный эмоции, удовлетворяют потребности в укреплении здоровья, формировании положительного и активного отношения к здоровому образу жизни, помогают выявлению способностей занимающихся, их физическому развитию и физической подготовленности. [1, с.5]

«Дождь здоровья»

Ведущий: Уважаемые педагоги, перед вами набор различных слов. Я предлагаю вам разобрать весь этот беспорядок и выбрать только те слова, которые, по вашему мнению, относятся к фитнес технологиям.

(Гости выполняют задание и выбранные слова приклеивают на лист, с нарисованной тучкой). Подводится итог.

Ведущий: В нашем учреждении используются такие фитнес технологии, как: детская аэробика (ритмическая гимнастика), игровой стретчинг, пилатес, степ-аэробика, фитбол-гимнастика. Проведенный анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения и педагогический анализ фитнес-конвенций позволил выделить ряд их общих признаков, характерных для современных, научно-обоснованных технологий по фитнесу. Это «общие признаки»: оздоровление, повышение уровня физического и психического развития, развитие физических способностей, использование инновационных средств, методов, форм проведения занятий, интеграция, использование средств искусства (музыкальное сопровождение, элементы хореографии и танца), повышение настроения, позитивный эмоциональный фон, результативность, удовлетворённость от занятий.

Ведущий: Назовите отличительные признаки (*используемый спортивный инвентарь, медицинские противопоказания, и т.д.*).

Ведущий: Мы с вами выяснили, чем похожи и чем отличаются данные фитнес технологии.

Ведущий: Ну а сейчас, я предлагаю вам перейти к практической части нашей встречи.

1. Общеразвивающие упражнения на степ-платформах. [1, с.132]



Фото. Общеразвивающие упражнения на степ-платформах с участниками мастер-класса. Упражнения проводит инструктор по физической культуре учреждения Глазырина И.В.

2. Упражнения фитбол-гимнастики.

Ведущий: необходимо придумать упражнения на фитболах к предложенным картинкам с изображением животных.



Фото. Упражнения фитбол-гимнастики с участниками мастер-класса

3. Упражнения детского стретчинга [1, с. 73,74, 75]:

Упражнение «Кошечка». И.п.: стоя в упоре на ладони и колени. 1- прогнуться в пояснице, голову поднять вверх вперед (вдох); 2- округлить спину, голову опустить вниз (выдох).

Упражнение «Звездочка». И.п.: широкая стойка, стопы параллельно, руки опущены вдоль туловища. 1- вытянуть руки в стороны ладонями вниз; вдох – плечи не поднимать, грудную клетку «раскрыть», голова прямо; 2- руки опустить (выдох), расслабиться.

Упражнение «Солнышко». И.п.: широкая стойка, левая (правая) стопа развернута наружу, левая (правая) пятка находится на одной прямой со сводом правой (левой) стопы, руки в стороны. 1- на выдохе наклон влево (вправо), пока левая (правая) рука не коснется пола, правая (левая) рука вытянута вверх. 2- и.п.

Ведущий: Мы сегодня успешно поработали с вами, славно пообщались. Желаем вам и в дальнейшем творить, искать, реализовывать свои планы. В заключение нашего общения давайте возьмёмся за руки, тем самым поблагодарим руками соседа слева и справа за сегодняшнюю встречу. И каждому предлагаю подарить всем участниками нашей встречи на память словесный подарок (комплименты, отзывы и т.д.)

Список используемых источников:

1. Борисова Марина Михайловна. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. -метод. пособие/ Марина Борисова. -Москва: Обруч, 2014. - 256 с.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ
ОРГАНИЗАЦИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ
ВОСПИТАННИКОВ (СЦЕНАРИЙ МАСТЕР-КЛАССА)**

Большакова А.А., воспитатель
Глазырина И.В., инструктор
по физической культуре

Участники мастер-класса выходят в центр зала, закрывают глаза, выполняют по три оборота вокруг себя: вправо и влево. В зал заходят дети, и все присутствующие, делятся на пары: взрослый и ребенок.

Ведущий: Прежде чем отправиться в путь, мы предлагаем вам разделить на две группы, вас ждут четыре станции, на каждой нужно принять активное участие в выполнении задания, за это команда получает часть солнца, после испытаний мы соберем все частички в одно большое солнце.

Речёвка «Мы на стадион идём»

Мы на стадион идём, отряд наш будет Чемпион!

Мускулы сильные, а сами мы красивые.

Кто задору, солнцу рад?

Эй, спортсмены, стройся в ряд!

А команды есть? Есть!

Капитаны здесь? Здесь!

Выходи скорее на поле, поддержать отряда честь!

Группы отправляются по станциям.

Станция «Весёлая зарядка».

Ведущий: (встречает группу речёвкой) «На зарядку выходи!».

На зарядку выходи, на зарядку всех буди!

Все ребята говорят: физзарядка – друг ребят!

Физкультурник – малышонок, набирайся - ка силёнок!

Физзарядка по утрам не во вред – на пользу нам.

Вырастаем смелыми, на солнце загорелыми!

Затем ведущий загадывает загадки, участники отгадывают их и выбирают спортивный инвентарь согласно отгадке:

Он бывает баскетбольный, волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе, интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!
Ну конечно это.....(мячик)
Я его кручу рукой, и на шее и ногой,
И на талии кручу, и ронять я не хочу.....(обруч)
На гимнастику хожу, крепко с мячиком дружу.
Я скакалкина сестричка, из верёвочки(косичка)
Я не мячик, не скакалка. Гимнастическая(палка)

Участники выполняют предложенные ведущим упражнения, используя спортивный инвентарь.

Станция «Ералаш». Группу встречает музыкальное сопровождение «Ералаш».

Ведущий: Добро пожаловать на станцию «Ералаш». На этой станции вы можете проявить совместное творчество и фантазию, используя спортивный инвентарь. Здесь вы можете продемонстрировать умение самостоятельно регулировать двигательную активность.



Фото. Выполнение участниками мастер-класса и воспитанниками подготовительной к школе группы совместных упражнений с использованием спортивного инвентаря

Станция «Игротерапия».

Ведущий: Эта технология подразумевает привлечение детей к участию в разнообразных играх. И я предлагаю вам принять участие в совместных подвижных играх. Но прежде чем начать, давайте встанем в круг парами и посчитаемся.

Раз, два, три, четыре, пять!
Начинаем мы играть!
Раз, два, три, четыре, пять!
Всех нам надо сосчитать!
Раз, два, три, четыре, пять! Чтоб знать, кому начать!

Раз, два, три, четыре, пять —

Мы собрались поиграть.

К нам сорока прилетела и тебе водить велела.

Та пара, которая вышла, начинает водить.

Игра «Найди свою пару». Для игры нужны ленточки двух цветов (по количеству детей и взрослых) (половина платочков одного цвета, остальные – другого). Каждый играющий получает один платочек. По сигналу все разбегаются, стараясь занимать всю площадь зала (площадки). На слова «Найди пару!» или начало звучания музыкального произведения дети и взрослые, имеющие платочки одного цвета, встают парами.



Фото. Участие педагогов дошкольных образовательных учреждений города и воспитанников подготовительной к школе группы в игре «Третий лишний»

Станция «Ритмопластика». Под музыку (П.И.Чайковский - "Вальс цветов" из балета "Щелкунчик", Полька-шутка, р.н.п. «Ой, блины, блины, блины...») группы выполняют различные движения с лентами.



Фото. Участники мастер-класса совместно с воспитанниками подготовительной к школе группы выполняют различные движения под музыку

Ведущий: Ну что дорогие взрослые и ребята. Наша с вами встреча подходит к концу. И сейчас, вам нужно собрать в единые целые частички солнца (пазлы).

Участники собирают пазлы.

А на лучах солнца, мы предлагаем взрослым участникам мастер-класса написать впечатлениями от небольшого путешествия, которое осталось позади.

Взрослые пишут на лучах, а дети выбирают смайлики, отражающие их настроение, и приклеивают их на собранное солнце.

Ведущий: Посмотрите, какое веселое солнце у нас получилось, мы думаем, что настроение у вас такое же. Всем спасибо за работу. До новых встреч. До свидания!

СЦЕНАРИЙ МАСТЕР-КЛАССА ПО СКАЗКОТЕРАПИИ

Козьмина Н.В., воспитатель

Ведущий: Уважаемые коллеги! Я предлагаю нам всем познакомиться!

1. Давайте познакомимся «Ладошки» (Каждому участнику мастер-класса необходимо представиться. Первый участник представляется и кладет ладошку на стол, второй участник представляется и кладет свою ладошку на руку первому участнику и т.д.)

2. «Ритуал вхождения в сказку». (Включается музыка. Ведущий берет книгу, подходит к участникам мастер-класса, просит их прикоснуться к книге, надеть корону на голову).

Ведущий: Вот и попали мы в сказку, а вы превратились в сказочниц.

3. «Рассказывание сказки».

Ведущий: «Решил Иван-Царевич поступить на службу к Бабе-Яге, для того чтобы заработать меч-кладенец. А Баба Яга хитрой была: всем, кто хотел поступить к ней на службу всякие задания придумывала. Вот и говорит она Ивану-Царевичу: «Очень уж я люблю сказки слушать, даю тебе два дня сроку. На вечерней зорьке жду тебя со сказками».

4. «Сказочная задача».

Ведущий: Ну что, сказочницы? Давайте поможем Ивану-Царевичу придумать сказки. Чтобы удивить Бабу-Ягу и получить меч-кладенец. Перед Вами картинки, на которых изображены: животные, люди, растения, транспорт, сказочные персонажи, атрибутика и волшебные книги, но пока ещё с пустыми страницами. Ваша задача сочинить сказку, разместить на страницах предложенные картинки-иллюстрации. Приступаем к работе и помним, Баба-Яга ждет интересных сказок.

Ведущий: Но прежде, чем вы приступите к выполнению задания, я познакомлю Вас со схемой составления сказки.

В любой сказке присутствуют следующие элементы: герой, герои, сюжет, конфликт, развязка, поэтому сюжетная линия может быть и такой:

1. Для начала мы должны выбрать героя сказки (Это может быть человек, может быть представитель животного или растительного мира, вымышленный персонаж)
2. Затем придумываем Зачин - Начало сказки (Жил-был..., или в некотором царстве, в некотором государстве...)

3. Далее мы даем более подробную характеристику герою (Наделяем его характером, темпераментом)
4. Затем сталкиваем героя с проблемой, трудностью, конфликтом (Однажды Змей Горыныч похитил Василису Прекрасную)
5. Описываем реакцию героя на случившееся (Василиса заплакала ...)
6. Далее наш герой начинает искать выход из ситуации, пробует решить свою проблему
8. В итоге Герой должен справиться с ситуацией, найти верное решение
9. Завершающий шаг - сказочная развязка (герой получает награду, и сказка приобретает счастливое завершение)

Ведущий: Вы сочиняли сказку, и, наверное, очень устали, давайте поиграем:

Присаживаются на стулья

Ведущий: Я буду бросать мяч, называя животное, а вы называете сказку, где оно присутствует, например, корова – сказка «Крошечка - Хаврошечка»? Коза -...; Медведь - ...; Волк -...; Гуси -...; Лиса -...; Курица -...; Заяц-...

Ведущий: Спасибо за игру. А теперь переходим к знакомству с вашими сказками

5. «Обобщение приобретенного опыта». Сказочницы рассказывают сказку.

- Есть ли среди ваших знакомых людей, похожие на героев этой сказки?
- С кем бы вы хотели дружить из героев сказки?
- Чему Вас учит эта сказка?

6. «Ритуал выхода из сказки» (Перевоплощение из сказочных героев в простых людей).

Ведущий: Очень уж понравились Бабе-Яге сказки, и решила она подарить меч-кладенец Ивану-Царевичу. А нам пора покидать сказку. (Под музыку участницы прикасаются рукой к книге, закрывают глаза, воспитатель снимает с них кокошники).

7. «Рефлексия» (Обмен эмоциями)

Ведущий: Уважаемые коллеги! Сегодня мы познакомились с понятием «Сказкотерапия», рассмотрели основные этапы работы со сказкой. Считаете ли вы, проведенный мастер-класс результативным? Какими впечатлениями вы можете поделиться? Результатом нашей работы стали эти замечательные сказочные книги.

Ведущий: Таким образом, можно сделать вывод, что каждый из нас может научиться сочинять сказку для детей дошкольного возраста, которая поможет раннему развитию ребёнка, снимет стресс у малыша, а также поможет наладить контакт: мостик понимания и дружбы между обыденным миром взрослых и волшебным миром детей.

Спустился вечер за окном,
Затушеввал дневные краски,

Окутал город нежным сном,
Вновь наступило царство Сказки...
Ведь тот, кто с детства Сказку любит,
Тот в жизни злым уже не будет!

УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА СНЯТИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Белоусова Е.С., педагог-психолог

При регистрации участники городской педагогической мастерской выбирают цветок того цвета, который соответствует их настроению на данный момент.

Ведущий: Здравствуйте, дорогие педагоги, я рада сегодня вас видеть на нашей встрече. Все игры и упражнения, которые мы с вами сегодня проиграем, можно применять в работе с детьми.

«Шерстяной тимбилдинг» [3, с.61]

Цель: включение в работу, снятие напряжения, создание положительного эмоционального настроения на дальнейшую работу.

Ведущий: Для начала давайте познакомимся друг с другом. А сделаем мы это необычным способом: я предлагаю вам сделать круг, мы будем перекидывать друг другу клубок ниток, называя при этом свое имя и то, чем вы любите заниматься в свободное от работы время, то есть свое хобби! При этом ниточка должна остаться в руках того, кто получил клубок. Затем мы посмотрим, что из этого получится!



Фото. Участники городской педагогической мастерской выполняют упражнение «Шерстяной тимбилдинг». Проводит упражнение педагог-психолог учреждения Белоусова Е.С.

Ведущий запускает клубки ниток разного цвета, при этом проговаривая, что каждый цветной клубок символизирует:

Ведущий: Я запускаю в ваши сердца любовь (розовый клубок)

Успех (синий клубок)

Здоровье (зеленый клубок)

Хорошее настроение (оранжевый клубок)

В итоге получается большая разноцветная паутина!

Игра «Меняются местами все те, кто...» [1, с.6]

Цель: снятие напряжения, сплочение участников группы.

Ведущий: «Поменяйтесь местами те, кто ... ». Все стоят в кругу.

Ведущий (без стула, в центре круга) говорит: Поменяйтесь местами те, кто:

любит болтать по телефону;

кто любит красный цвет;

кто любит мороженое;

у кого есть дома собака (кошка);

кто любит ходить в кино;

кто любит танцевать;

кто первый раз участвует в тренинге;

кто любит смотреть телесериалы;

кто любит детей.

«Буква» [2, с.25]

Цель: повышение работоспособности мозга.

Ведущий: Попробуйте написать первую букву своего имени головой в воздухе.

Упражнение «Комплименты друг другу» [3, с.60]

Цель: развитие эмпатии, снижение психоэмоционального напряжения.

Участники встают в 2 круга - внешний и внутренний. Причем, внутренний круг стоит лицом к внешнему кругу. Под любую музыку оба круга начинают движение в противоположные стороны. Когда музыка останавливается, участники, которые оказались друг напротив друга, делают друг другу комплимент или говорят приятные слова, пожелания, можно даже обнять человека.

Упражнение «Рисунки на спине» [4, с.103]

Цель: развитие тактильной чувствительности, способствовать позитивным взаимоотношениям между членами группы.

Материал: цветные картонные карточки и фломастеры.

Ведущий делит участников на подгруппы по 3-4 человека (раздает цветные карточки), каждому участнику выдается карточка и фломастер.

Ведущий: Предлагаю вам построиться в колонну, последнему человеку в колонне я выдаю карточку с заданием. Его задача - нарисовать на спине впереди стоящего то изображение, которое ему было выдано. Тот человек, в свою очередь, сначала зарисовывает почувствованное на своей карточке, а затем на спине впереди стоящего. И так далее... Затем сравнить, что получилось в итоге с исходным изображением.

Участники выполняют упражнение. Каждая подгруппа по очереди выполняет данное упражнение.

Ведущий: Помните, в самом начале нашего мероприятия, мы вам предложили выбрать цветок такого цвета, который соответствует настроению, с которым вы пришли к нам. Предлагаю вам еще раз сделать свой выбор!

Список используемых источников:

1. Дедулевич М.Н. Играй – не зевай: подвижные игры с дошкольниками: пособие для воспитателей дошкол. образоват. учреждений / М.Н.Дедулевич. – М.: Просвещение, 2017. – 64с. – (Дошкольный мир).
2. Педагогика взаимопонимания: занятия с родителями / авт.-сост. О.В.Москалюк, Л.В. Погонцева. – Волгоград: Учитель, 2016. – 123с.
3. Рамендик Д.М. Тренинг личностного роста: Учебное пособие. – М.: ФОРУМ: ИНФА – М, 2017. – 176с. – (Профессиональное образование).
4. Спирева Е.Н. Коррекционно – развивающие занятия с детьми старшего дошкольного возраста // Психолог в детском саду – Москва, 2014. – Вып. 2. – С. 98 – 105.