

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка – Детский сад «Сказка»  
ГО Богданович



# **СБОРНИК ТЕЗИСОВ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

**ПО ИТОГАМ  
III ОКРУЖНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
ФЕСТИВАЛЯ «МЫ ВМЕСТЕ»**



**Выпуск № 3  
«ЗДОРОВЬЕ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ»**

**БОГДАНОВИЧ  
2019**

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка – Детский сад «Сказка»  
ГО Богданович

**Сборник тезисов выступлений по итогам III окружного Педагогического фестиваля «Мы вместе». Выпуск № 3 «Здоровье как социальная ценность». – Богданович: МАДОУ «Сказка», 2019. – 101с.**

Составитель, редактор:

Алимпиева Татьяна Николаевна, заместитель директора МАДОУ «Сказка».

В сборнике опубликованы тезисы выступлений представителей научного знания, социального управления и педагогической практики, педагогических и руководящих работников дошкольных образовательных организаций Южного и Восточного управленческих округов, представленные на III окружном Педагогическом фестивале «Мы вместе» на тему «Здоровье как социальная ценность».

Педагогический фестиваль организован муниципальным автономным дошкольным образовательным учреждением Центр развития ребенка - Детский сад «Сказка» при поддержке МКУ «Управление образования» ГО Богданович и Кафедры педагогики и психологии детства (ИПиПД, УрГПУ) для педагогических и руководящих работников дошкольных образовательных организаций, студентов учреждений высшего и среднего профессионального образования разных управленческих округов.

Тезисы представляют лучшие педагогические и управленческие практики с точки зрения «трехмерного» понимания здоровья как качества жизни, которое предполагает взаимодействие и взаимозависимость между физическим состоянием ребенка, его психическими проявлениями, эмоциональными реакциями и социальной средой, в которой он живет.

Материалы рекомендованы педагогам дошкольных образовательных организаций, студентам учреждений высшего и среднего профессионального образования.

МАДОУ «Сказка», 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ</b>	<b>6</b>
<b>Койнова М.В.</b> Здоровье – это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность	<b>6</b>
<b>АКТУАЛИЗАЦИЯ</b>	<b>9</b>
<b>Царегородцева Е. А.</b> Счастливый и успешный ребенок – основа психологического здоровья	<b>9</b>
<b>Емешкина О. А.</b> Социальный опыт ребенка: риски и развитие	<b>12</b>
<b>Колобова Н. В.</b> Физическое здоровье подрастающего поколения в целостной системе воспитания	<b>17</b>
<b>ПЛОЩАДКА № 1 «В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ, ЗДОРОВЫЙ ДУХ» - О ЗДОРОВЬЕ ФИЗИЧЕСКОМ...</b>	<b>20</b>
<b>Борисова С. В.</b> Фестивальное движение как форма взаимодействия ДОО ГО Богданович с целью обмена опытом по созданию условий, способствующих формированию у дошкольников валеологической культуры в контексте мотивации ребенка на ценностное отношение к здоровью	<b>20</b>
<b>Васкан А.Н.</b> «В здоровом теле – здоровый дух!»	<b>25</b>
<b>Дягилева А.А.</b> «Детский фитнес» - возможности сохранения и укрепления здоровья ребенка	<b>26</b>
<b>Зарецкая С. Г.</b> Интерактивные формы валеологического воспитания дошкольников в рамках реализации комплексной программы «Расти, здоровым малыш»	<b>28</b>
<b>Калянова Е. Е.</b> «Минутки здоровья» с Су-Джок	<b>31</b>
<b>Карелина Ю. В.</b> Технологии сохранения и стимулирования здоровья детей в ДОО	<b>34</b>
<b>Копырина О. И.</b> Сохранение и укрепление здоровья старших дошкольников средствами простейшего туризма	<b>37</b>
<b>Коробицына Л. П.</b> Возможности использования нестандартного физкультурного оборудования в образовательном процессе с дошкольниками – мотивация, проект и эксперимент...	<b>42</b>
<b>Кузнецова О.В.</b> Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста	<b>46</b>

<b>Малкова Е. С., Озорнина Н. В.</b> Активный отдых как основа формирования здорового образа жизни всей семьи	<b>48</b>
<b>Нагибина И. С., Коробицына А. Д.</b> Результаты реализации физкультурно-оздоровительного проекта «Энциклопедия здоровья»	<b>50</b>
<b>Печеркина Ж. А.</b> Круглый год: здоровая семья – здоровые дети	<b>56</b>
<b>Свинкина Е. В.</b> «Геокешинг» – интерактивная форма работы с детьми дошкольного возраста	<b>58</b>
<b>Черноскутова Н. Р., Мельничкина Я. Б.</b> Флешмоб: формирование культуры здорового образа жизни всех участников образовательных отношений ДОО	<b>60</b>
<b>ПЛОЩАДКА № 2 «ЗДОРОВАЯ ДУША И ТЕЛО ЗДОРОВО» - О ЗДОРОВЬЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ...</b>	<b>63</b>
<b>Бабинова Н. В.</b> Релаксация как средство профилактики эмоционального выгорания педагога	<b>63</b>
<b>Жердева Е. А.</b> Роль воспитателя в формировании эмоционального здоровья дошкольников	<b>66</b>
<b>Зуева Е. В.</b> Эмоциональное развитие ребенка через реализацию технологии «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т.Кудрявцева	<b>69</b>
<b>Квашнина О. А.</b> «Для тела – аэробика, а для мозга - нейробика»	<b>70</b>
<b>Кузнецова Ю. В.</b> «Пусть звучит повсюду смех, шутки добрые для всех»	<b>70</b>
<b>Майорова Н. А.</b> «Путешествие в страну Радость»	<b>71</b>
<b>Павлова Л. М.</b> Профилактика «профессионального выгорания» педагога как способ сохранения психологического здоровья дошкольников	<b>75</b>
<b>Прожерина Н. Г.</b> Эмоциональное развитие дошкольников в музыкальной деятельности	<b>79</b>
<b>Трохова В. М.</b> Музыкалотерапия – как способ коррекции психологического здоровья детей	<b>80</b>
<b>ПЛОЩАДКА № 3 «ДОБРЫЙ ЧЕЛОВЕК ЗДОРОВЕЕ ЗЛОГО» - О ЗДОРОВЬЕ СОЦИАЛЬНОМ...</b>	<b>80</b>
<b>Банникова О. Н., Дерябкина Н. Н., Бунтовских М. В.</b> Использование здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей раннего и младшего дошкольного возраста	<b>80</b>
<b>Беляева Ю. В.</b> Использование нетрадиционных методов и приёмов здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с особыми возможностями здоровья	<b>85</b>

<b>Болотская Л. В.</b> Знакомство с приёмами социально-коммуникативного развития детей дошкольного возраста	<b>87</b>
<b>Волкова Н. В.</b> Применение авторской методики развития речи Августовой Ромены Геордовны в работе с детьми с синдромом Дауна	<b>88</b>
<b>Зубова Н. В.</b> «Социальный театр» как средство решения личностных и нравственных проблем ребенка	<b>88</b>
<b>Коновалова А. М.</b> Здоровьесберегающие технологии в речевом развитии дошкольников	<b>89</b>
<b>Мотречко Т.А.</b> Специфика работы по формированию здорового образа жизни с детьми с особыми возможностями здоровья в условиях детского сада	<b>91</b>
<b>Степанова В. В., Спиридонова О. И., Катукова Л. Ю.</b> Консультационный центр МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №14» Камышловского городского округа как форма работы с родителями дошкольников с особыми образовательными потребностями	<b>93</b>
<b>Устьянцева Т. В.</b> Влияние социо-игровых технологий на социально-коммуникативное развитие детей дошкольного возраста	<b>96</b>
<b>Хвостикова О. В.</b> Взаимоадаптация детей с ограниченными возможностями здоровья и детей без ограничений здоровья в условиях дошкольного учреждения общеразвивающей направленности	<b>99</b>

## **ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ**

### **ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЕСТЕСТВЕННАЯ, АБСОЛЮТНАЯ И НЕПРЕХОДЯЩАЯ ЖИЗНЕННАЯ ЦЕННОСТЬ**

Койнова Марина Валерьевна,  
директор МАДОУ «Сказка», ГО Богданович  
mkdouskazka@uobgd.ru

Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы так говорил Сухомлинский.

Детство – период активного социального «развертывания» растущего человека, его личностного «вызревания», которое протекает при непосредственном участии взаимодействующего с ним взрослого.

В процессе взаимодействия с миром и с людьми осуществляется стыковка двух основных потребностей ребенка, в которых реализуется основной план его саморазвития. Это потребность в самореализации как проявлении и утверждении себя среди окружающих и потребность в социализации как возможности вписаться в мир, найти в нём собственное место.

Мы взрослые должны создать благоприятные условия и сами решить для себя. Например, в занятии спортом какова цель спортивных устремлений ребенка- здоровье и удовольствие или другое. Какие ценности он перенимает от тренера, других игроков, членов своей семьи, сверстников.

Мир детства особый мир, имеющий свои закономерности, свои взаимоотношения и свое пространство. Отличительная особенность этого мира, этой среды (семья, двор, группа, детский сад, класс, летний лагерь) заключается в том, что ребенок чувствует себя здесь своим.

Детская среда при всей её высокой значимости всегда ориентирована на мир взрослых, на взрослого задающего круг деятельности, приобщающего к социуму.

Я не могу представить себе, что случилось бы с вулканом, если бы люди закупорили его кратер и лавина не смогла бы извергаться из него. Но я вполне отчетливо могу предвидеть, основываясь на научных знаниях, что может произойти с ребенком, если папы и мамы будут воспитывать его, предварительно завязав ему руки и ноги.

Силы, стремящиеся к извержению, приглушатся, затупеют, бессильными станут не только руки и ноги, но и ум. Развяжи года через два воспитанного

таким образом ребенка – и ему, возможно, никогда не вздумается кубарем скатиться с горы или усовершенствовать станок.

Ребенок стремится, сам этого не понимая, развивать свои возможности, умения, способности, которыми так щедро наделила его природа.

Он ищет среду, заполненную трудностями. Он чувствует: ему необходимы трудности, именно трудности. Он неутомим и вдруг: он кладет игрушку в рот. «Брось, нельзя!», он лезет под кровать: «Вылезай!». Он бегает по комнатам, ведя за собой игрушечный паровоз и пыхтя, как паровоз. «Хватит!». Задает вопрос за вопросом: «Почему? Кто? Что?» - «Замолчи!». Как быть с бабочкой? Может быть, оторвать ее красивые крылышки, чтобы она не утомляла себя своими полетами от цветочка к цветочку и не портила эти цветы?

Меня пугает и индифферентность некоторых пап и мам, разрешающих ребенку делать все, что вздумается. «Пусть!»

Ребенок рвет красочно оформленную книгу. «Пусть!». Отрывает голову кукле: «Пусть!». Дергает маму за волосы и визжит: «Пусть!». И воспитываются дети в очень многих семьях под давлением всезапрещающей императивности взрослых или всеразрешающей хаотической дозволенности...

Зачем ребенку трудности. Как зачем? Чтобы преодолевать их. Зачем же создавать себе трудности, а затем преодолевать их? Нельзя ли без них? Нет, нельзя. Трудности в физическом, умственном, нравственном развитии ребенка это ступени, преодолевая которые он поднимается на пьедестал человечности. Потребность в здоровом и правильном развитии души и тела является наравне с трудом первой жизненной потребностью человека. Ребенок чувствует: ему необходимо укреплять свои силы и задатки именно в преодолении трудностей, а нам необходимо готовить ему эти ступени, каждая из которых будет побуждать к деятельности, его физические и духовные задатки.

Уважаемые коллеги! Здоровье детей самая высокая социальная ценность.

Воспитательная деятельность педагога осуществляется в «пространстве детства» и ее целью является гуманизация этого пространства.

Главными ценностями той деятельности являются личность ребенка и процесс его развития – признание самоценности детства, прав ребенка и его свободы в воспитательном процессе.

Дети разного возраста, социальных групп, разных рас, национальностей, стран, состояния здоровья уровня благополучия ждут от педагогического воспитания искренности, открытости к диалогу, а по отношению к себе – принятия, уважения эмпатии, помощи и понимания.

«Ребенок не только готовится к жизни, но он уже живет».

«Пусть дети сами говорят за себя! Пусть говорят, что думают! Пусть воспримут они наши мысли сердцем и умом, а не кончиком языка!» Пусть! Давно пора.

И в заключении я хочу зачитать слова Амонашвили. Он решил сочинить короткое выступление представителя детского парламента, обращенное к

взрослым. Хотя оно сочинено им вместо детей, думаю, его сочинил бы любой ребенок, дай ему счастливый случай хоть на секунду осмыслить заботы взрослых, взглянуть на своё будущее глазами своих воспитателей.

Тогда бы загорелось его маленькое сердце, и его осенила бы мысль, и он с детской искренностью произнес бы следующее от имени миллионов своих сверстников:

1. «Дорогие наши воспитатели, мамы и папы, учителя, милые люди, любящие нас и заботящиеся о нас!

2. Берите нас такими, какие мы есть, и сделайте нас такими, какими должен стать каждый из нас!

3. Мы будем сопротивляться, шалить, прятаться, хитрить, мы будем радоваться жизни и стремиться к удовольствиям. Ибо это в нашей натуре.

4. Зачем возмущаться тем, что у нас пока еще нет здравого смысла! Он придет к нам с помощью ваших добрых забот, может быть не сразу и не очень скоро.

5. Не надо видеть в нас взрослых, себе подобных, а затем удивляться тому, как мы недогадливы, непонятливы, неблагодарны.

6. Лучше принимайте нас с нашими недостатками и помогите нам преодолеть их. Только уважайте наше чувство радости, которое мы находим в наших шалостях, неустанных играх, сопротивлении, сиюминутных удовольствиях.

Принимайте все это как наши детские болезни, против которых вы никогда не сможете найти вакцины, и лечите нас так, чтобы не было нам очень больно, т.е. не лишайте нас наших радостей.

Если окажется, что в нас мало усидчивости, мы ленивы, но желаем учиться, не надо ставить нам это в вину. Это не вина, а беда наша. Не будете же вы ругать человека за то, что он находится в яме, сам не понимая, почему и как он туда попал? И не будет же вы ругать его за то, что он не может выбраться оттуда, а может быть, вовсе не догадывается, что надо выбраться? Скорее всего, вы проявите к нему доброту, спустите ему веревку и научите, как выбраться, поможете ему выбраться на свет, а затем покажете, какой этот свет многоцветный.

7. Так помогите нам тоже пристраститься к познанию, к учению, научите, как надо добывать знания и совершенствовать себя.

Нам трудно понять вас. Потому мы и дети.

Вы должны разгадать нас. Потому вы и взрослые.

Здоровье – это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность, занимающая самую верхнюю ступень на иерархической лестнице ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония, красота, смысл и счастье жизни, творческий труд, программа и ритм жизнедеятельности. Нам необходимо готовить ребенку такие ступени на его лестнице успеха, каждая из которых будет пробуждать к деятельности его физические и духовные задатки.



Мы предлагаем в рамках фестиваля принять участие в обмене лучшими педагогическими и управленческими практиками с точки зрения «трехмерного» понимания здоровья, как качества жизни, которые предполагает взаимодействие и взаимосвязь между физическим состоянием ребенка, его психическими проявлениями, эмоциональными реакциями и социальной средой, в которой он живет.

## **АКТУАЛИЗАЦИЯ**

### **СЧАСТЛИВЫЙ И УСПЕШНЫЙ РЕБЕНОК – ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**

Царегородцева Елена Анатольевна,  
кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии  
детства ИПиПДФГБОУ ВО УрГПУ, г. Екатеринбург  
uspu@uspu.me

Проблема сохранения и поддержки психического здоровья детей одна из интересных и сложных научных проблем в образовании. Психическое здоровье раскрывается многими авторами Я.Л. Коломинским, Е.А. Панько, Г.С. Никифоровой и другими авторами как целостное состояние личности, которое часто описывается в понятиях «эмоциональное самочувствие», «эмоциональное благополучие», «внутренний духовный комфорт».

В отношении к дошкольному периоду в целом именно эмоциональная составляющая является доминирующей в сохранении и поддержке психического здоровья детей. К основным признакам психического здоровья можно отнести:

- способность справляться с трудностями в сложных незнакомых ситуациях,
- чувство уверенности и доверия,
- формы проявления эмоций и поведения, соответствуют ситуации и вероятным чувствам ребенка,
- достаточный диапазон познавательных, социальных чувств и эмоций,
- позитивное самопринятие и «Я-концепции».

Анализ современных исследований в области дошкольного образования позволил выделить следующие компоненты эмоционального благополучия, как показатель оптимальности общего развития ребенка и его психического здоровья (Г.Г. Филиппова):

- эмоция удовольствия - неудовольствия как содержание преимущественного фона настроения,
- переживание комфорта как отсутствие внешней угрозы и физического дискомфорта;
- переживание комфорта в присутствии других людей и ситуациях взаимодействия с ними;
- социальные эмоции в общении, взаимодействии с другими детьми и взрослыми;
- переживание успеха - неуспеха в достижении целей;
- переживание ребенком оценивания другими людьми результатов его активности.

В результате анализа реальной практики организации образовательной деятельности в детских садах были определены следующие признаки эмоционального благополучия или неблагополучия: неспособность выразить словами и описать собственные эмоциональные переживания, неумение распознавать и учитывать чувства других людей; апатичность, в том числе и в общении; трудности социальной адаптации ребенка к окружающим условиям; наличие невозрастных страхов, мешающих нормальной жизни ребенка; неудовлетворенность отношениями с воспитателем или сверстниками; затруднения в общении со сверстниками и взрослыми: неуравновешенность; возбудимость и, как следствие, бурные аффективные реакции (гнев, истерика и т.п., сопровождающиеся соматическими изменениями); негативизм; конфликтность; жестокость; «застывание» на отрицательных эмоциях; эмоциональная холодность; отчуждение, скрывающее неуверенность.

К основным психолого-педагогическим условиям сохранения и поддержания психологического здоровья можно отнести:

- повышение работоспособности и укреплении защитных сил дошкольника; пребывание на свежем воздухе;
- установление и соблюдение режима дня (оптимальное сочетание периодов сна и бодрствования), что настраивает их на определенный ритм; облегчает процесс овладения полезными навыками; приучает детей к порядку-дисциплине;
- организация разнообразных игр (не доигравшие в детстве дошкольники впоследствии могут испытывать проблемы с адаптацией в обществе, ощущать собственную неполноценность и демонстрировать неумелость в сфере выражения чувств);
- организация ситуаций, где дети имеют возможность высказаться, передавать свои переживания (О СЕБЕ, О СВОЕМ....);
- стабильная и благополучная атмосфера взаимодействия ребенок-дети, ребенок-взрослые;
- организация заданий по возможностям и способностям детей в разных видах продуктивной деятельности.

Согласно мнению И.В. Дубровиной сохранение психологического здоровья предполагает «обучение ребенка в соответствии с его возрастными особенностями средствам самопонимания, самопринятия, саморазвития во взаимодействии с окружающими людьми». Это определит развитие у детей-дошкольников способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать и полноценно переживать, а также закреплять положительные переживания и состояния во взаимодействии с другими воспитанниками и формирует самооценку и позитивное самопринятия, чувства собственного «Я», со-радование (вместе с другим).

Необходимо в образовательной деятельности в разных возрастных группах осуществлять совместные действия взрослых с детьми, которые способствуют расширению круга осознаваемых эмоций и чувств: ролевых игр, игр – драматизаций, подвижных игр, психогимнастики, мимических и пантомимических этюдов, психомышечной тренировки, эмоциональные паузы, чтение-слушание и анализ литературных произведений и сказок.

Например, игры с детьми на накопление эмоций предполагают создание положительного эмоционального настроения для каждого ребенка в группе детей; игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми - вызывают у детей радость от общения друг с другом и со взрослыми; игры на развитие эмпатии у детей - развивают умения понимать чувства и состояния других людей, развивать способность сопереживать, сочувствовать.

Основным фактором психического здоровья и благополучия детей дошкольного и младшего школьного возраста являются оценочные высказывания педагогов. В работах Абрамовой Г.С., Бодалева А.А., Запорожца А.В. и других исследователей отмечаются особенности психического здоровья детей дошкольного возраста. В этот период ребенок начинает все больше и больше обращать внимание на себя в образовательной деятельности: на свои индивидуальные особенности; оценивать свое поведение и результаты собственных действий среди других; проявлять открытость-закрытость внешнему миру, т.е. стремление познать его во всех проявлениях; , положительное самопринятие и отношение к себе, стремление к самовыражению в разных видах детской активности.

Именно педагогические оценки опосредуют проявление (или нивелирование) положительных социальных эмоций дошкольников, а также определяют формирование, адаптацию и коррекцию поведения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями конкретного воспитанника и его взаимодействий с окружающими людьми и самим собой. Педагогическая оценка ориентирует воспитанника в осуществлении адекватной оценки своих действий, что в свою очередь переживание достижений в каком-либо виде деятельности и социального успеха среди других. Педагогические оценки помогают ребенку выработать чувство самоценности, позитивное эмоциональное самоощущение, воспитывают чувство уверенности и безопасности, которые являются базисом психического здоровья.

---

В заключении хотелось бы предложить стихотворение-рассуждение Сэлли Филдман о психологическом здоровье и благополучии детей дошкольного возраста.

Дети, привыкшие к КРИТИКЕ, учатся осуждать.

Дети ВРАЖДОЮ воспитанные, знают, как нападать.

Дети, в НАСМЕШКАХ выросшие, впитывают робость.

Много и часто СТЫДИМЫЕ — с виною своей неразлучны.

Те, кто воспитан ТЕРПИМОСТЬЮ, постигают науку терпения.

Воспитанные ОБОДРЯЮЩИМ СЛОВОМ — умеют верить в себя.

Дети, взращенные ПОХВАЛОЮ, умеют видеть хорошее.

А воспитание СПРАВЕДЛИВОСТЬЮ учит детей доверию.

Дети, воспитанные ОДОБРЕНИЕМ, живут с собою в ладу.

Одаренные ДРУЖБОЙ, ДУШЕВНЫМ ТЕПЛОМ — находят в мире любовь.

## **СОЦИАЛЬНЫЙ ОПЫТ РЕБЕНКА: РИСКИ И РАЗВИТИЕ**

Емешкина Оксана Анатольевна,  
заместитель директора ГАУ «ЦСПСиДг.Богдановича», ГО Богданович  
oblzentr@mail.ru

Состояние и процесс социального развития ребенка можно рассмотреть через призму такого термина, как «социальное здоровье». Критерии, входящие в характеристику социального здоровья ребенка могут совпадать с критериями воспитанности, социализированности, поскольку источник этих явлений общий.

Данные показатели и критерии социального здоровья ребенка рассматриваются на стыке процессов воспитания, социализации, развития.

Социальное развитие детей, заключающееся в усвоении социального опыта и социальных связей, определяется социальной средой, её качественными характеристиками. В практике социальной работы социальная среда рассматривается, прежде всего, с точки зрения процесса включения ребенка в нее и интеграции через ближайшую социальную среду в общество в целом. Каждого ребенка можно рассматривать как объект социализации, так как общество в целом ориентировано, чтобы его члены успешно овладели разными социальными ролями.

Многолетняя практика социальной работы с семьями различных категорий позволяет сделать выводы, ребенок это еще и субъект социализации, усваивающий социальные нормы и культурные ценности, современные требования сверстников, авторитетные показатели значимых людей в единстве с реализацией своей активности, саморазвитием и самореализацией в обществе. При этом субъектом человек становится объективно, ибо на протяжении всей

жизни на каждом возрастном этапе перед ним встают задачи, для решения которых он более или менее осознанно, а чаще неосознанно, ставит перед собой соответствующие цели, т.е. проявляет свою субъективность.

Именно поэтому, взаимодействуя с детьми различного возраста, в семье и профессиональной деятельности необходимо изучать актуализированные тенденции, владеть медиативными технологиями, рассматривать сленговые особенности как данность, использовать их в общении с детьми разного возраста.

Быть «в ногу со временем» так же важно, как быть профессиональным педагогом и психологом.

В Центре помощи семье и детям города Богдановича социальное обслуживание в стационарной форме предоставляется несовершеннолетним в возрасте от 3 до 18 лет; отделения полустационарного обслуживания оказывают помощь и поддержку семьям, воспитывающих детей раннего возраста.

Можно выделить три группы задач для каждого этапа социализации:

1. Естественно-культурные – достижение на каждом возрастном этапе определенного уровня физического сексуального развития.

Важно помнить, что ребенок рассматривает и использует любого человека, особенно родителей и значимых как возможность получения знаний и опыта.

Важно в профессиональной деятельности педагога и в личном общении, в семье помнить об этом. К сожалению, в настоящее время дети раннего возраста становятся жертвами посягательств против половой неприкосновенности (независимо от социального статуса, возраста, пола ребенка). Поэтому важно ежедневно с детьми обсуждать, как прошел день; знать круг друзей, знакомых, ежедневно неоднократно обнимать ребенка и говорить ему о его сильных сторонах.

2. Социально культурные – познавательные, морально-нравственные, ценностно-смысловые.

В любом возрасте ребенок найдет источник для формирования ценностей; авторитетным, значимым человеком может стать как ровесник, так и сосед, выдуманный персонаж.

Хотелось бы отметить, что дети из асоциальных семей не всегда перенимают неодобряемое поведение взрослых членов семьи. Очень часто на определенном этапе ребенок отторгает, не принимает и осуждает лень, алкоголизм, отрицательный ролевой статус родителей и родственников. Вот этот момент важно не пропустить и, помещая ребенка в ситуацию успеха, различными средствами и способами, применяя, в том числе медийные технологии, соревновательный процесс с успешными сверстниками, мы в учреждении ломаем стереотипы о «трудных подростках». Конечно, процент таких несовершеннолетних – «вставших на путь успешной социализации» не

высок, но коллектив Центра радуется каждому воспитаннику, который работает по профессии, создает семью, успешен в бизнесе.

3. Социально-психологические – это становление самосознания личности, ее самоопределение в актуальной жизни и на перспективу, самореализация и самоутверждение.

Каждому ребенку необходимо понять и усвоить, что в обществе всегда есть сильные и слабые; здоровые и люди с особенностями; с разными привычками, с различными талантами, социальными установками, ощущениями и переживаниями, стереотипами поведения. Поэтому, коллектив Центра строит воспитательную работу именно в этом контексте. Все мы уникальные, но живем в одном обществе, не делаем различий между детьми, оставшимися без попечения родителей, и детьми, проживающих в семьях в СОП и ТЖС.

Вопрос о соотношении общественного опыта (закодированного в культуре и предназначенного молодому поколению) и индивидуального социального опыта ребенка решаем двумя противоречащими друг другу подходами:

1. Социальный опыт ребенка – это результат специально организованного усвоения общественного опыта, то есть всегда «производный продукт» целенаправленного воспитания и обучения, поэтому на них и необходимо сосредоточить главные усилия взрослых.

При этом, основная работа строится с родителями, организована клубная деятельность, используются технологии взаимодействия поколений. Активно включены общественные организации – ветераны ОМВД (опытные люди), волонтеры – студенты (успешные молодые люди). Мотивируем родителей на создание воспитательных условий, которые ребенок будет воспринимать и принимать, обучаем техникам ответственного родительства.

2. Социальный опыт присущ ребенку изначально как некая «априорная» сущность, а в условиях целенаправленного воспитания и обучения (особенно в их жестких, авторитарных формах) она беднеет и даже умирает. Не случайно Л.Н. Толстой считал, что каждый ребенок знает о жизни гораздо больше, чем взрослый, потому что «знает» он сердцем, душой, а взрослые уже утратили этот «канал» восприятия мира.

Коллектив Центра помощи семье и детям города Богдановича предоставляет возможность каждому ребенку и его семье увидеть собственные ресурсы, чтобы использовать самостоятельно для решения проблем. Метод «Сеть социальных контактов» как семейно-ориентированная технология позволяет использовать социальный опыт всех членов семьи.

Нетрудно заметить поляризацию этих двух подходов: первый абсолютизирует воспитательный процесс как источник социального опыта ребенка, второй — спонтанные предпосылки социального поведения.

Немного остановлюсь на источниках собственного социального опыта:

- в процессе разнообразной деятельности, осваивая обширный фонд социальной информации, умений и навыков;
- в процессе общения с людьми разного возраста, в рамках различных социальных групп, расширяя систему социальных связей и отношений, усваивая социальные символы, установки, ценности;
- в процессе выполнения различных социальных ролей, усваивая модели.

Факторы риска развития ребенка.

Нормативно-правовые факторы риска.

Ненадлежащие условия для воспитания.

Государственная семейная политика провозглашает право ребенка жить и развиваться в семье своих родителей. Однако практика показывает, что пребывание ребенка в родительской семье далеко не всегда является оптимальным условием его успешного физического и интеллектуального развития. Не буду Вам озвучивать статистику о выявлении семей в СОП и детях, признанных оставшимися без попечения родителей, скажу лишь, что отделение социальной реабилитации (временный приют), рассчитанное на 30 койко – мест выполняет государственное задание на 100 %, отделение дневного пребывания принимает ежедневно 10 несовершеннолетних и для коллег отделения профилактики безнадзорности несовершеннолетних всегда есть работа. Отделение сопровождения замещающих семей работает со всеми приемными семьями, проживающими на территории ГО Богданович, держим руку на пульсе, так как ранее зафиксированы факты возврата детей из замещающих семей. Одной из причин – это подростки, которые применяли свой социальный опыт, свои знания и умения, а бабушки не могли с этим справиться, так как не были готовы к новым актуальным нормам в современном обществе - запрещали пользоваться мобильным телефоном, интернетом, не прислушивались к детям.

Жестокое обращение с ребенком, как в семейной, так и в несемейной среде.

Часто жестокое обращение рассматривается только в контексте избиения. Коллектив Центра помощи семье и детям города Богдановича имеет большой опыт работы с последствиями насилия и жесткого обращения: физического, психологического, экономического, сексуального и т.д. - это отдельная тема для разговора. Хочется подчеркнуть, что каждый из нас, кто поставил ребенка в угол или некоторое время не разговаривал с ребенком, игнорировал общение, тот выступил в роли насильника. Опыт планирования семьи.

В качестве фактора риска выступает еще один неблагоприятный показатель: высокий уровень младенческой смертности, т.е. детей, не доживших до одного года. И хотя, в последние годы наблюдается ее сокращение, ситуацию нельзя считать удовлетворительной, поскольку

российская статистика значительно уступает аналогичной в других странах мира.

Причинами младенческой и ранней детской смертности с большой долей вероятности следует считать некачественную перинатальную диагностику плода, а также низкий уровень медицинских услуг во время родов и в послеродовой период, в том числе отсутствие современного медицинского оборудования в роддомах.

Высокая смертность детей связана самым непосредственным образом с состоянием здоровья рожениц.

Ранее были обозначены задачи социализации – физическое и сексуальное развитие, неэффективно решение которой и приводит к тому, что выпускники школ имеют хронические заболевания (у юношей - 36%), в том числе 50 - 70% девочек имеют болезни, которые напрямую связаны с репродуктивной функцией

#### Качество и уровень жизни как факторы риска развития детства.

Ежедневно, проводя обследование условий жизни несовершеннолетнего и его семьи, специалисты оценивают уровень обеспечения основных потребностей ребенка. Каждому родителю или законному представителю разъясняем, что требованиями семейного законодательства определены обязанности родителей по содержанию, воспитанию и обучению несовершеннолетних детей в силу возможностей.

При низком уровне жизни семья не имеет возможности предоставить ребенку необходимые условия для нормального развития; ограничивается удовлетворение не только когнитивных, но и физиологических потребностей.

Отсутствие работы - фактор не только низкого уровня жизни семьи и невозможности удовлетворения потребностей ребенка. Общественное положение безработных определяет низкий статус семьи в ее социальном окружении и формирует низкую самооценку, как у родителей, так и у детей.

Здоровье как фактор риска развития детства. Прежде всего, это конечно состояние здоровья женщин-рожениц. Сложная беременность, осложненные роды, послеродовая депрессия.

Дети, родившиеся больными, с врожденными аномалиями. Сегодня лишь 60% новорожденных признаются здоровыми.

Неблагоприятная статистика выявляется с взрослением детей: так, среди учащихся младших классов 12% соответствуют медицинской норме, в средней школе - 8%, а среди выпускников - только 5% здоровы, 30% юношей, достигших призывного возраста, ежегодно признаются негодными к военной службе.

Уровень детской инвалидизации имеет четкую тенденцию к росту. С семьями, воспитывающими детей с ограниченными возможностями здоровья, Центр так же работает, используем передовые технологии реабилитации, включение родителей в процесс адаптации.



Анализ состояния здоровья детей и подростков показывает, что они не приучены к предупреждению заболеваний. Напротив, они демонстрируют небрежное отношение к собственному здоровью: среди жизненных ценностей здоровье занимает у подростков лишь пятое место после семьи, друзей, личной жизни, карьеры.

Дети в возрасте от 11 до 18 лет более 50% регулярно употребляют спиртные напитки и пиво. Количество подростков 10 - 14 лет, состоящих на профилактическом учете в связи с употреблением алкоголя, возросло. Серьезной проблемой является табакокурение, которое подрывает здоровье детей и подростков не менее, чем наркотики. В 90 случаях из 100 ребенок, воспитывающийся в семье с курящими родителями, сам приобщается к курению.

Развитие детства объективно связано с познанием окружающего мира опытным путем, что неизбежно приводит к попаданию детей в ситуации риска.

Наша задача, как специалистов и родителей не оградить детей от внешнего контакта со всеми опасностями рисками, так как это неоправданно, и препятствует процессу социализации. Наоборот, предлагаем признать допустимость минимального уровня риска, сохранять познавательный интерес ребенка.

Задача воспитания и социализации, в таком случае состоит не в том, чтобы изолировать ребенка от рисков, а в том, чтобы вооружить его умением их преодолевать.

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ В ЦЕЛОСТНОЙ СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ**

Колобова Наталья Владимировна,  
инструктор-методист МАУ ГО Богданович МСФЦ «ОЛИМП»  
metodist\_777@mail.ru

Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни приобрели в наше время большую социальную силу и значимость, и являются не только эффективным средством физического развития, но и укреплением, и охраной здоровья человека.

А закладывается это и формируется с самого маленького возраста, с семьи и с дошкольных учреждений.

Физическое воспитание ребёнка в условиях учреждений для детей раннего и дошкольного возраста является важной и ответственной задачей общественного воспитания, т.к. все дети, начиная с самого раннего возраста, должны расти здоровыми и крепкими, гармонически развитыми. Именно в дошкольном возрасте формируется здоровье, общая выносливость,

работоспособность, активная жизнедеятельность, сила воли и сила духа и др. качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности.

Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями и навыками. К моменту поступления в школу дети должны овладеть определённым запасом двигательных умений и навыков, которые позволят им адаптироваться к новым условиям и требованиям, предъявляемым к учебной деятельности, помогут более успешно усваивать школьную программу не только на первых, но и на последующих этапах обучения, проявлять интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и в частности ко всей физкультурно-спортивной деятельности. Формы организации физического воспитания представляют собой воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности детей, основу которого составляет двигательная активность ребёнка.

Совокупность этих форм создаёт определённый двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

К формам организации физического воспитания детей относятся:

1) физкультурные занятия, специальной задачей которых является обучение детей всех возрастных групп правильными двигательными навыкам и воспитания физических качеств. Значения занятий заключаются в систематическом осуществлении взаимосвязанных оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление здоровья ребёнка, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие его личности.

Систематическое выполнение в процессе занятий всех поставленных задач формирует духовные и физические силы детей, морально - волевые черты личности ребёнка.

2) физкультурно-оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, разминки, закаливающие процедуры);

3) повседневная работа по физическому воспитанию детей (подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений, прогулки).

Все эти формы, отвечая общим задачам физического воспитания и всестороннего развития ребёнка, находятся во взаимосвязи. Каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие её место в режиме дня дошкольного возраста.

Средства физического воспитания детей дошкольного возраста.

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются различные средства, одним из которых являются - физические упражнения. Это основное средство физического воспитания. Это двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности,

отобранные для решения задач физического воспитания. Двигательной деятельностью называют всякую деятельность, характерным компонентом которой является активность двигательного аппарата человека. Понятие «упражнение» применяется и для обозначения неоднократного выполнения двигательных действий.

При правильной методике проведения физические упражнения способствуют осуществлению физического, нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания, развитию всех психических процессов.

С каждым годом развитию физкультуры и спорта в России уделяется все больше внимания со стороны государства, эта положительная тенденция не обошла стороной и систему дошкольного образования.

Сейчас Управление физкультуры и спорта ГО Богданович активно работает в направлении развития и пропаганды физической культуры и спорта в дошкольных учреждениях, ведь именно в первые годы жизни ребенка физическое воспитание является основой всестороннего развития.

На данный момент в ГО Богданович достаточно много спортивных секций и направлений, где дети дошкольного возраста активно занимаются и пробуют свои силы, при поддержке родителей и профессиональных тренеров и наставников.

Активно развиваются такие виды спорта как:

- футбол, сейчас у нас образована академия футбола, где могут заниматься дети с 3-ёх лет,
- хоккей,
- борьба,
- бокс, тайский бокс,
- волейбол, баскетбол,
- плавание,
- лыжи,
- детская йога, детский фитнес, спортивные танцы, гимнастика.

Организуются очень много мероприятий, популяризирующих спорт в семье, привлекаются к участию семьи, где родители принимают активное участие в соревнованиях вместе с детьми, пример этого очень популярный спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», где дети вместе с родителями проходят спортивные состязания.

Проводится всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО /готов к труду и обороне» – это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации, где также принимают участие и выполняют нормативные требования, согласно своей ступени, от 6-ти лет, и дети дошкольного возраста.

И много еще других спортивных направлений, где дети дошкольного возраста получают физическое и спортивное воспитание, а это значит – укрепляют своё физическое здоровье!

Нельзя не сказать о детях с ОВЗ, которые имеют возможность сейчас у нас проходить курсы гидрореабилитации в нашем бассейне, и некоторые из них делают значительные успехи в плане улучшения здоровья.

И подводя итог, организованные физкультурные занятия, а также свободная двигательная деятельность сказываются положительно и улучшают деятельность сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной системы, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ, повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма.

Чем больше физически развивается ребенок, тем шире его возможности для восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Поэтому период дошкольного возраста в плане грамотного физического воспитания очень важен! И этот очень важный период в жизни ребенка нельзя упустить из виду.

### **ПЛОЩАДКА № 1 «В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ, ЗДОРОВЫЙ ДУХ» - О ЗДОРОВЬЕ ФИЗИЧЕСКОМ...**

#### **ФЕСТИВАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ КАК ФОРМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОО ГО БОГДАНОВИЧ С ЦЕЛЬЮ ОБМЕНА ОПЫТОМ ПО СОЗДАНИЮ УСЛОВИЙ, СПОСОБСТВУЮЩИХ ФОРМИРОВАНИЮ У ДОШКОЛЬНИКОВ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КОНТЕКСТЕ МОТИВАЦИИ РЕБЕНКА НА ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ**

Борисова Светлана Викторовна, старший воспитатель  
МАДОУ детский сад № 19 общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением физического развития воспитанников, ГО Богданович  
mkdou19@uobgd.ru

Представление опыта работы нашего образовательного учреждения хотелось бы начать с небольшой преамбулы.

В уже далеком 2014 году по инициативе Управления образования городского округа Богданович дошкольными образовательными организациями были внесены предложения по организации и проведению мероприятий в рамках сетевого взаимодействия.

Так появился Календарь ежегодных мероприятий в русле Фестивального движения муниципальной системы дошкольного образования ГО Богданович на 2014-2015 учебный год.

Каждый детский сад (желающий принять участие в Фестивальном движении) постарался занять определенную нишу, исходя из приоритетных направлений своей деятельности, содержимого своего методического портфеля, а также своего опыта в решении тех или иных задач дошкольного образования.

В течение прошедших 5 лет количество детских садов – участников Фестивального движения, увеличилось. Кто-то из года в год проводит свои мероприятия, ставшие уже традиционными и любимыми, кто-то вносит изменения.

Сейчас для воспитанников ДОО ГО Богданович, в рамках Фестивального движения, проходят такие мероприятия как фестиваль «Алло, мы ищем таланты», Олимпиады «Математические ступеньки» и «Знатоки этикета», очень красивый фестиваль «Урал многогранный», конкурс чтецов «Солнечные капельки поэзии», конкурс «Детский сад и семья – это лучшие друзья», городской шашечный турнир «Юный шашкист», интеллектуальная Олимпиада «Умка», с успехом прошла первая детская научно-практическая конференция «Исследовательский дебют-2019», стартует конкурс детских театральных спектаклей на экологическую тему «Зеленая планета» и многие другие.

Нашим образовательным учреждением организованы и проведены конкурсы чтецов, приуроченные к юбилеям М. Ю. Лермонтова и В. В. Маяковского, 4 этапа фестиваля «Зеленый свет», День юного пешехода – знатока правил дорожного движения «Добрая дорога детства», 3 этапа фестиваля «Человеку друг огонь, только зря его не тронь!», фестивали-шоу детсадовских талантов «Лучше всех!» – 2018 и «Лучше всех!» – 2019, фестиваль юмора «Юморина – 2018. Смех, да и только!», а также 5 этапов фестивального движения «Маленькими шагами к большому спорту!», о котором хочется рассказать подробнее.

Идеей организации такого рода фестиваля и красной нитью, прошедшей через все пять его этапов, являлась популяризация физической культуры и спорта среди участников образовательных отношений ДОО ГО Богданович как важнейшей составляющей здорового образа жизни, а также возможность обмена опытом детских садов по совершенствованию физкультурно-спортивной и оздоровительной работы.

Главной задачей I этапа стало формирование у дошкольников представлений о разных видах спорта. Воспитанники дошкольных образовательных учреждений городского округа презентовали по своему выбору один из видов спорта посредством любого вида детской деятельности: рассказа или рассказа с показом, музыкально-спортивного номера, мини-инсценировки, обыгрывания стихов и песен соответствующей тематики и т.д.

Основными целями и задачами II этапа стали:

- формирование у дошкольников валеологической культуры, бережного и заботливого отношения к собственному здоровью и здоровью других людей как высочайшей ценности,
- становление у воспитанников дошкольных образовательных организаций городского округа ценностей здорового образа жизни и опыта в овладении его элементарными нормами и правилами (в питании, занятиях физкультурой и спортом, закаливании, при формировании полезных привычек и т.д.),
- формирование у детей навыков здоровьесберегающего поведения и умения устанавливать причинно-следственные связи между своим поведением по сохранению и укреплению здоровья и его возможными последствиями.

Воспитанники ДОО представляли познавательный материал на тему «Где живет здоровье...» посредством разных видов детской деятельности: презентации выпущенной газеты, выступления агитбригады, театрализации, рассказа о своей семье, музыкально-спортивных номеров и т.д.

Так как одной из задач, на решение которой направлен федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, является обеспечение психолого-педагогической поддержки семье и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей, целью и задачами III этапа стали:

- пропаганда семейных ценностей, укрепление престижа и роли семьи в обществе;
- распространение опыта семей воспитанников ДОО ГО Богданович по сохранению и укреплению здоровья детей;
- повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления детского здоровья;
- гармонизация детско-родительских отношений средствами физической культуры;
- популяризация ЗОЖ, физической культуры и спорта среди педагогов, родителей и воспитанников ДОО ГО Богданович как важнейшей составляющей здоровья человека;
- обмен опытом сотрудничества дошкольных образовательных организаций городского округа Богданович с семьей в физкультурно-оздоровительном направлении, взаимодействия в системе «педагоги-родители-дети».

В III этапе принимали участие семьи воспитанников дошкольных образовательных организаций ГО Богданович, которые презентовали свой опыт по сохранению и укреплению здоровья детей и взрослых членов семьи (через ведение ЗОЖ, занятия физической культурой и спортом, традиции и увлечения и т. д.) на тему «Здоровые дети – в здоровой семье!». Интересно и креативно

родители вместе с сыновьями и дочками представили свои семейные достижения посредством презентаций, устного журнала, выпуска семейной газеты, выступления семейной агитбригады, театрализации, рассказа о своей семье, обыгрывания стихов и песен, в том числе авторских, циркового выступления и т. д.

Идеей проведения IV и V этапов стала все возрастающая тенденция использования детского фитнеса, различных фитнес-технологий в образовательном процессе ДОО, в системе физического развития дошкольников, ориентированной на их особенности и возможности.

Целью и задачами IV и V этапов стали:

- формирование в детской среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом,
- формирование у дошкольников представлений о детском фитнесе,
- обогащение двигательного опыта детей, формирование «школы движений» средствами детского фитнеса,
- содействие самопознанию, самоидентификации, самоактуализации, самоорганизации, самоконтролю и самореализации дошкольников через занятия детским фитнесом,
- создание условий для развития физических способностей и творческого потенциала детей.

Воспитанники дошкольных образовательных организаций презентовали различные направления детского фитнеса, фитнес-технологии: степ-аэробику, фитбол-гимнастику, упражнения с использованием спортивных снарядов – обручей, мячей, скакалок, лент, вееров-вейлов, ритмику, игроритмику, ритмопластику, танцевально-игровую гимнастику, черлидинг и др.

Назову несколько составляющих, которые, по нашему мнению, в полной мере способствовали реализации идеи и решению поставленных целей и задач.

У нас в гостях всегда были почетные гости, интересные люди, вот некоторые из них:

- в 2017 году участник муниципального общественно-политического телевизионного проекта «Молодой депутат», а в настоящее время депутат Думы ГО Богданович Иван Владимирович Воронин;
- обладатель Почетного знака «Отличник физической культуры и спорта», Лауреат премии Губернатора Свердловской области, тренер-преподаватель отделения самбо и заведующий учебной частью детско-юношеской спортивной школы Владимир Иванович Панов;
- ведущий специалист по социальной работе с молодежью Центра молодежной политики и информации ГО Богданович Любовь Владимировна Ананичева;
- балетмейстер ДиКЦ Алина Игоревна Ситникова;

- заместитель директора МАОУ СОШ №5 Ирина Петровна Савченко и учитель физической культуры высшей квалификационной категории Людмила Николаевна Семенова;
- Патриотический клуб «Ермак»;
- кадеты Первого Уральского казачьего кадетского корпуса;
- выпускник нашего детского сада, тренер-преподаватель отделения легкой атлетики детско-юношеской спортивной школы Яков Сергеевич Клементьев;
- выпускник нашего ОО, неоднократный победитель Первенств ГО Богданович и Свердловской области по боксу, победитель Первенства УрФО по боксу, неоднократный победитель и призер Первенства России по боксу, призер Первенства Европы по боксу в Турции, в г.Анталия Даниил Андреевич Лысенко и многие другие.

Наши гости всегда находили для детей слова, чтобы поддержать их, похвалить, дать напутствие, рассказать интересные факты из своей жизни, приглашали к себе на занятия, удивляли своими умениями. Дети с восторгом смотрели на импровизированные боксерские поединки выпускников нашего детского сада, силовые упражнения представителей патриотического клуба «Ермак», в руках которых тяжелые гири летали как пушинки, на фланкировку и профессиональный брейк кадетов Первого Уральского казачьего кадетского корпуса и т. д.

Реализовывался подход, основанный на применении принципа осознанности в работе с дошкольниками, т.е. понимания детьми сохранения своего здоровья через занятия спортом, понимания, что здоровым и спортивным быть здорово!

Тем самым активно решалась двуединая задача: формирование основ физического и психологического здоровья дошкольников, а также особого осознанного отношения детей к собственному здоровью.

У детей формировались дружеские взаимоотношения, коммуникативные и социальные навыки, уверенность в себе, положительная самооценка, что очень важно, т.к. сегодня проблема благополучия эмоционального самочувствия стоит достаточно остро.

В полной мере реализовывалась задача обмена опытом работы ДОО по созданию условий, способствующих формированию у дошкольников валеологической культуры в контексте мотивации ребенка на ценностное отношение к здоровью. Мы брали и берем у коллег себе на вооружение какие-то идеи, с удовольствием делимся своими, учимся у других, каждый раз стараемся чем-то удивить. Благодаря этому появляются интересные формы работы с детьми, красивые номера, которые потом успешно используются как на внутренних мероприятиях детского сада, в частности для родителей, так и в других мероприятиях разного уровня.





Так, например, появились веселые модницы Бабки-Ежки на степах, заплутавшие Мишки, лихо выполняющие акробатические элементы и после уткнувшиеся в снежное брюхо Большой Медведицы, нежные балеринки-снежинки с довольно сложными упражнениями с полупрофессиональными лентами, рисующими зимние узоры, африканцы (воспитанник с мамой) с волшебного

острова «Чунга-Чанга», прыгающие на батуте, танцевально-акробатический номер «Чарли», танцевально-спортивный номер с веерами-вейлами «Я рисую этот мир...» и многие-многие другие.

Спорт, красота и здоровье неразделимы и всегда находятся на одной ступеньке. Мы учим своих воспитанников пониманию и осознанию того, что каждому из них необходимо встать на эту ступеньку, чтобы расти счастливыми и дарить радость себе и окружающим. Любой из этапов фестивального движения «Маленькими шагами к большому спорту!» мы стараемся подготовить в виде концерта, чтобы дети чувствовали себя артистами-звездочками на спортивном небосклоне...



### **«В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ!»**

Васкан Анна Николаевна,  
инструктор по физической культуре  
МДОУ детский сад № 28, ГО Богданович  
[mkdou28@uobgd.ru](mailto:mkdou28@uobgd.ru)

Здоровье является достоянием всего человечества, достоянием, которое невозможно оценить. Его мы желаем друг другу при встрече, когда расстаемся, пожелание здоровья и долголетия является неотъемлемой частью поздравления дорогих нам людей. Именно здоровье помогает преодолеть различные жизненные трудности, добиться успеха, долголетия, осуществить мечты. Но, к сожалению, большинство из нас вспоминает о своем здоровье лишь тогда, когда оно пошатнется, когда организм начинает напоминать нам о том, что с ним далеко не все в порядке. А ведь многих болезней можно избежать без каких-либо трудностей, достаточно всего лишь вести здоровый образ жизни.

Поддержанию и укреплению здоровья способствуют не только различные лечебные и профилактические мероприятия, но и тот образ жизни, который мы ведем. Отрадно, что в последнее время здоровый образ жизни становится модным увлечением. Все больше людей вовлекаются в спорт, оставляют вредные привычки, начинают правильно и полноценно питаться. Но немало людей все еще не до конца осознают всю ценность своего здоровья, ведение здорового образа жизни кажется им чем-то трудным. Они продолжают пить, курить, вести малоподвижный образ жизни. А ведь для того, чтобы жить полноценной жизнью, надо так мало: соблюдать элементарные гигиенические требования, отказаться от злоупотребления алкоголем и табака, правильно питаться и больше двигаться, причем даже не обязательно серьезно заниматься спортом.

### **«ДЕТСКИЙ ФИТНЕС» - ВОЗМОЖНОСТИ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА**

Дягилева Алена Алексеевна,  
инструктор по физической культуре  
МАДОУ «Сказка», ГО Богданович  
[mkdouskazka@uobgd.ru](mailto:mkdouskazka@uobgd.ru)

Фитнес появился в нашей стране в 90-е гг. XX в. это деятельность, направленная на повышения уровня здоровья и предполагающая множество видов физической активности, здоровый образ жизни. Действительно, фитнес подразумевает сочетание различных спортивных упражнений, физкультурных занятий и прочих способов улучшения здоровья, укрепления организма.

Фитнес — один из самых молодых видов физкультурно-спортивной деятельности взрослых и детей, быстро завоевавший популярность во всем мире. Своеобразие его определяется органическим соединением спорта и искусства, единством движения и музыки.

Детский фитнес — хорошо продуманная детская физкультура: общеукрепляющая и формирующая жизненно важные навыки и умения. Это занятия под специально подобранную музыку с использованием разнообразного спортивного инвентаря, которые укрепляют мышцы ребенка, повышают способность ориентироваться в пространстве, развивают координацию и ловкость движения, чувство ритма, гибкость и пластичность, внимание и быстроту реакции.

Занятия по детскому фитнесу, кроме развития детского организма и укрепления здоровья, способствуют подготовке ребенка к школе, к занятиям в спортивных кружках. Фитнес формирует у ребенка большой запас двигательных умений и навыков, развивает и совершенствует все физические качества, данные ему от природы, в группе дети учатся общаться друг с другом,

переживать спортивные неудачи и радоваться вместе победам, и конечно же, занятия по фитнесу под веселые детские песни улучшают настроение, общее физическое и эмоциональное состояние ребёнка.

Сегодня детский фитнес пользуется большой популярностью не только среди тренеров – преподавателей, но и среди педагогов дошкольного образования.

Несомненным плюсом детского фитнеса является и то, что эта форма физических нагрузок является менее травматичной (т.е. более безопасной), чем профессиональные тренировки в секциях любого из «настоящих» видов спорта.

Занятия детским фитнесом не предусмотрены федеральным государственным стандартом дошкольного образования. В нашем центре реализация в данной технологии предусмотрена в рамках дополнительного образования детей 4-7 лет.

Программа «Детский фитнес» систематизирует и обобщает педагогический опыт различных фитнес-направлений: фитбол-гимнастики, ритмической гимнастики и занятия на тренажерах.

Цель: развитие координационных двигательных способностей, поддержка и укрепление психосоматической сферы ребенка (оздоровление) средствами фитнес-технологий.

Задачи:

1. Развивать основные физические качества – гибкость, выносливость, силу, быстроту, координацию движений.
2. Формировать чувство ритма и музыкальной памяти.
3. Способствовать формированию правильной осанки
4. Содействовать профилактике плоскостопия.
5. Содействовать функциональному совершенствованию органов дыхания, сердечнососудистой и нервной систем.
6. Развивать творческие способности воспитанников.
7. Воспитывать умение выражать эмоции, раскрепощенность и творчество в движении.
8. Знакомить детей с различными видами спорта через занятия фитнесом.
9. Повышать интерес к физкультурным занятиям.

Программа пользуется успехом. С 2012 года, количество детей, посещающих занятия выросло с 10 до 45 человек, занятия проводятся 2 раза в неделю с группой не более 15 детей.

За время реализации программы мы достигли определенных результатов.

1. Активно включились в реализацию программы родители. Кроме традиционных форм мы проводим,





занятия с участием родителей. Родители участвуют в выполнении упражнений, проведении игр.

2. Объединение усилий с детско-юношеской спортивной школой и фитнес клубом «Звездный», приводит к тому, что наши дети завоевывают призовые места. Многие выпускники впоследствии продолжают занятия спортом в секциях ГО Богдановича.

3. Пропагандируя идеи использования фитнес – технологии в дошкольном возрасте, мы второй год с воспитанниками, посещающими спортивную секцию «Детский фитнес», принимаем участие в районном Фитнес – фестивале в рамках фестиваля «Маленькими шагами к большому спорту», где представляли фитбол – гимнастику и степ – аэробику.

Таким образом, учитывая результаты реализации дополнительной общеразвивающей программы, можно отметить рост показателей физического развития детей за более короткие сроки, чем у ребят занимающихся только по основной общеобразовательной программе.



### **ИНТЕРАКТИВНЫЕ ФОРМЫ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ «РАСТИ ЗДОРОВЫМ, МАЛЫШ»**

Зарецкая Светлана Геннадьевна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад № 92» КГО  
dsad92@mail.ru

Ценностное отношение к здоровому образу жизни, по мнению Гребенюк Галины Никитичны – это важный компонент структуры личности человека, который в целом отражает направленность личности на ценность «здоровье» и проявляется в деятельности и поведении, направленных на сохранение и укрепление физического, психологического, социального и духовного здоровья.

Основной целью работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении является формирование у них осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни, накопление знаний о здоровье.

В Федеральном законе N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» обозначено «Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного содержания образовательной области «Физическое развитие» направлено на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно-гигиенических навыков, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Реализация работы по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни требует создания педагогических условий, позволяющих осуществлять это направление в условиях дошкольной образовательной организации.

Под педагогическими условиями понимаем сочетание возможностей содержания, форм, методов, действий, педагогических приемов, определяющих работу, направленную на достижение целей формирования ценностных отношений к здоровому образу жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Нами были выделены условия: создание здоровьесберегающей среды; эффективное взаимодействие семьи и дошкольного учреждения в вопросах формирования ценностного отношения у детей к здоровому образу жизни; взаимодействие детей в совместной и самостоятельной деятельности.

Многочисленно разработана структурная модель процесса формирования ценностного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста. Обязательное условие реализации модели формирования ценностного отношения к здоровью у старших дошкольников - это взаимодействие всех субъектов образовательного процесса.

В 2014 году спроектирована и реализуется комплексная программа «Расти здоровым, малыш».

Основной целью внедрения данной программы является воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Задачи программы:

1. Проанализировать и систематизировать нормативно-правовое и методическое обеспечение здоровьесформирующей деятельности в ДОО.

2. Определить оптимальные психолого-педагогические условия пребывания ребенка в дошкольной образовательной организации.

3. Внедрить здоровьесформирующие технологии в практику МАДОУ «Детский сад № 92» КГО.

4. Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей.

Программа «Расти здоровым, малыш» предполагает реализацию следующих направлений:

1. Медико-профилактическая деятельность.
2. Физкультурно-оздоровительная деятельность.
3. Социально-психологическое благополучие ребёнка.
4. Здоровьесберегающая образовательная деятельность.

Эффективность реализации программы обусловлена результатами педагогической диагностики: анкета «Что такое здоровье?» (автор: Г. А. Хакимова), «Диагностика выявления особенностей отношения детей к практическим действиям, направленным на сохранение и укрепление здоровья» (автор: Г. А. Хакимова), снижением уровня заболеваемости воспитанников, результатами анкетирования педагогов и родителей.

Многочисленны разработаны и используются в практике работы методические рекомендации для воспитателей «Уроки здоровья» по формированию ценностей здорового образа жизни у дошкольников.

Данные методические рекомендации представляют собой комплекс игровой деятельности с детьми, включающий в себя физический, духовно-нравственный, социальный, психический аспект здоровья.

Игровые мероприятия в рамках «Уроков здоровья» развивают у дошкольников потребность в здоровье через формирование и закрепление навыков: культурно-гигиенических; закаливания; физической культуры; безопасной жизнедеятельности на улице, в детском саду, дома; оказания первой помощи в необходимых случаях (ожоги, обморожения, травмы, ранения); воспитание ценностного отношения к здоровью.

Отслеживая изменения, происходящие в системе образования, пришла к выводу, что одним из перспективных методов является метод проектирования.

Разработала и реализовала в сотрудничестве с детьми и родителями исследовательские проекты: «Витаминный огород», «Семейные традиции сохранения здоровья», «Азбука дыхания».

По результатам наблюдений в рамках проектной деятельности отмечается интерес детей к проблемам здоровьесбережения, дети устанавливают связи между ведением основ здорового образа жизни и состоянием здоровья. Дошкольники не только могут назвать последствия вредных привычек для здоровья человека, но и сами владеют навыками гигиены.

Внедряю технологию «Лэп-бук». Многочисленны разработаны лэп-буки разной тематики: «Здоровье и спорт»; «Вредные и полезные продукты и т.д.

Для успешной реализации поставленной цели и задач возникла необходимость пересмотра форм организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольной образовательной организации

Многочисленна модель здоровьесберегающей образовательной среды. Эффективность и результативность оздоровления детей в ДОУ определяется организацией целенаправленных системных воздействий на этот процесс, созданием специальных педагогических условий.

В центре физического развития созданы необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а также для их расслабления и отдыха. В данном центре сосредоточены дидактические пособия, схемы, модели, обеспечивающие детям возможность под руководством взрослого накапливать свои впечатления, знания, выделять те или иные объекты мира физической культуры и здоровья. Вместе с детьми и родителями изготавливается нестандартное оборудование.

Основным итогом качественного изменения в основах здорового образа жизни детей стали показатели когнитивного, эмоционально-оценочного и мотивационно-поведенческого компонентов.

Таким образом, можно сделать вывод о позитивном влиянии педагогических условий на формирование ценностного отношения к здоровью старших дошкольников.

Список литературы:

1. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века. / Авторы составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. – М.: АРКТИ, 2001.
2. Маханева М. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе.- М.: АРКТИ, 2004.
3. Новикова И.М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». (Библиотека программы воспитания и обучения в детском саду), Мозаика-Синтез, 2009.

### **«МИНУТКИ ЗДОРОВЬЯ» С СУ-ДЖОК**

Калянова Елизавета Евгеньевна

воспитатель МАДОУ Детский сад № 39 «Гнёздышко», ГО Богданович

[mbdou39@uobgd.ru](mailto:mbdou39@uobgd.ru)

В последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития. Поэтому так важно заботиться о формировании речи детей, о ее чистоте и правильности.

На сегодняшний день в арсенале педагогов, занятых воспитанием и обучением детей с такими нарушениями, имеется обширный практический материал, включающий традиционные методы, так и нетрадиционные технологии.

Су-Джок технология является одним из эффективных нетрадиционных методов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и благотворно воздействует, на весь организм в целом.

Актуальность использования Су-Джок технологии в развивающем процессе у дошкольников с речевыми нарушениями состоит в том, что:

- во первых, ребенок-дошкольник очень пластичен и легко обучаем, но для детей с речевыми нарушениями характерна быстрая утомляемость и потеря интереса к обучению. Использование массажера Су-Джок вызывает интерес и помогает решить эту проблему;

- во вторых, детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на мелкую моторику пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время занятия.

Достоинства Су – Джок:

- высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект;

- абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно;

- универсальность – Су-Джок технологию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Су-Джок технология - метод точечного воздействия на кисть и стопу.

Вся работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов: массажёры типа «каштан». Внутри таких шариков – «каштанов», как в коробочке, 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. Использование массажных шариков "Каштан" в комплекте с двумя металлическими кольцами в сочетании с упражнениями по развитию звукопроизношения способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создаёт функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной речевой работы с ребёнком. Сочетание таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж с



упражнениями по развитию звукопроизношения, позволяет значительно повысить эффективность занятий.

Вот некоторые формы данной работы с детьми при нормализации мышечного тонуса и стимуляции речевых областей в коре головного мозга, совершенствовании навыков пространственной ориентации.

Автоматизация звуков. Дети катают массажные шарики между ладонями, проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [с]: «На сосне сидит сова, говорит она слова...» С этой же целью можно предложить ребёнку поочередно надевать массажные кольца на каждый палец, произнося стихотворный текст пальчиковой гимнастики: « Этот пальчик гриб нашёл (на большой палец), этот пальчик чистить стал (указательный), этот резал (средний), этот ел (безымянный), ну этот всё глядел (мизинец)».

Совершенствование лексико-грамматических категорий. Упражнение "Один - много". Педагог катит "Каштан" по столу ребёнку, называя предмет в единственном числе. Ребёнок, поймав ладонью массажёр, откатывает его назад, называя существительное во множественном числе. Аналогично проводятся упражнения "Назови ласково", "Скажи наоборот" и т.п.

Совершенствование навыков пространственной ориентации, развитие внимания, памяти. Дети выполняют инструкцию взрослого: надеть колечко на мизинец правой (левой) руки и т.д. Ребёнок закрывает глаза, взрослый одевает колечко на любой его палец. Ребёнок должен назвать, на какой палец одето колечко.

Использование массажного шарика при выполнении гимнастики. Дети могут выполнять задание педагога по переключиванию "Каштана" из одной руки в другую руку.

Совершенствование навыков употребления предлогов. По инструкции педагога ребёнок кладёт разноцветные шарики соответственно в коробку, под коробку, около коробки. Затем наоборот - ребёнок должен описать действие взрослого.

Их используем не только для развития мелкой моторики, но и для развития цветовосприятия, при обучении счёту и т.д. Можно использовать следующие игры: "Разложи шарики по цвету", "Найди все синие (красные, желтые, зеленые)", "Сделай разноцветные шарики" (сине-красный, зелено-желтый). Это лишь некоторые приёмы использования Су-Джок технологии в педагогической работе с детьми. Творческий подход педагогов, использование альтернативных методов и приёмов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению занятий и режимных моментов в образовательном учреждении.

## **ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ДОО**

Карелина Юлия Владимировна,  
старший воспитатель МАДОУ №39 «Гнёздышко», ГО Богданович  
mbdou39@uobgd.ru

Мы все и педагоги, и родители хотим видеть наших детей здоровыми и гармонично развитыми.

«Что же это такое – здоровье?» По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.

Одним из приоритетных направлений работы нашего ДОО является содействие укрепления психического и физического здоровья детей.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья дошкольников. Комплекс этих мер получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Это система, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды.

Если мы хотим, чтобы наши дети были здоровыми, то мы должны научить детей заботиться о своем здоровье.

Здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий.

Каждая минута пребывания ребенка в детском саду способствует формированию первичных навыков ценностного отношения к собственному здоровью, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свое состояние и ощущение;
- работа по ОБЖ, выработка знаний и умение действовать в опасных жизненных ситуациях.

Здоровьесберегающие технологии имеют оздоровительную направленность, формируют у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Для поддержания, укрепления здоровья детей моей группы я применяю следующие технологии сохранения и стимулирования здоровья:

артикуляционная гимнастика

«Блинчик». Улыбнуться. Приоткрыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Упражнение расслабляющее, релаксационное, язык в покое до счета 10.

Язык широкий положи

И спокойным удержи.

«Чистим верхние зубки». Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево.

Открывай рот, детвора,

Чистить зубы нам пора.

дыхательная гимнастика

Упражнение «Свеча» (упражнение на развитие дыхания без участия речи).

И. П. - дети сидят за столом. Ребята представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох носом – животик становится как «шарик», и постарайтесь одним выдохом задуть свечу (выдох – «шарик сдувается»). А теперь перед вами пять маленьких свечек. Сделайте вдох и задуйте свечки маленькими порциями выдоха.

Упражнение «Имитации» (упражнение на развитие дыхания с участием голоса). Подражаем гудку парохода, писку комара, вою ветра, произнося звуки тише или громче в зависимости от удаления объекта.

гимнастика для глаз

Упражнение «Веселые рыбки» (упражнение для профилактики нарушения зрения).

- Ребята, посмотрите, мы попали на морское дно. Кругом снуют маленькие рыбки. Попробуем проследить за ними. Следить за рыбками надо тихо, одними глазами, чтобы не спугнуть (кисть руки – «рыбка», ребенок глазами следит за движением «рыбки», повторяя движения за воспитателем). Рыбки резвятся – в воде кружатся! Пузыри пускают, весело ныряют, друг дружку догоняют! Вильнут хвостом туда – сюда, глядишь, и нет их следа.

Упражнение «Письмо носом» (снижает напряжение в области глаз).

- Ребята закройте глаза. Используя нос как длинный карандаш, пишите или рисуйте что-нибудь в воздухе. Глаза при этом мягко приоткрыты.

\* Релаксация - комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата.

Упражнение «Путешествие на облаке» (под спокойную расслабляющую музыку).

- Ребята сядьте удобно и закройте глаза. Два раза вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгнете на белое пушистое облако, похожее на гору из пухлых подушек. Облако медленно поднимается в

синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь в небе все тихо и спокойно. Пусть облако перенесет вас в такое место, где вы будете счастливы. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное. А теперь облако везет вас назад. Спуститесь с облака и поблагодарите его за, то, что оно так хорошо вас покатило.

Упражнение «Снеговик» (упражнение на чередование мышечного напряжения и расслабления).

- Зима - снеговик крепкий, как лёд. Пришла весна - снеговик начал таять.

#### пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика в стихах – это очень полезная программа для развития моторики у детей разного возраста, так как в психическом развитии человека очень многое определяется тем, насколько он управляет своими руками. Также она способствует развитию речи и творческих способностей.

«Мальчик-пальчик».

«Тик – так, тик – так» (на вступление указательными пальчиками изображаем стрелочки часиков и говорим)

Мальчик - пальчик лёг поспать (указательный палец смотрит вверх, остальные поджаты)

На ладошку, как в кровать (положить указательный палец на ладонь второй руки, большой палец второй руки прижат к ладони - подушка)

А когда прохладно стало, он укрылся одеялом (обхватить указательный палец одной руки остальными пальцами другой)

«Баю-баю, баю-бай» и всю ночь так пролежал,

А когда он утром встал,

Начал братьев поднимать (поочередно разжимаем остальные пальцы, начиная с большого пальца)

Чтобы с ними поиграть (шевелим пальцами и последние две строчки повторяем два раза).

#### бодрящая гимнастика после сна

Систематически проводимая гимнастика после сна служит хорошим средством укрепления здоровья. Под мелодичную, тихую музыку дети просыпаются и выполняют упражнения в постели, повторяя каждое 3-4 раза. В таких упражнениях не должно быть резких движений. Это разные повороты, поглаживание рук, ног, разведение рук в стороны, сжимание и разжимание кистей рук, сгибание ног в коленях. Все упражнения должны выполняться поочередно «с головы до ног». После выполнения упражнений дети встают на массажный коврик и выполняют различные действия на нем.

«Прогулка в лес».

I. В кроватках

1. «Потягушки».

И. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, потягивание.

2. «В колыбельке подвесной летом житель спит лесной» (орех).

И. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. Вдох, сесть с прямыми ногами, руки к носкам, выдох, вдох, и. п.

II. Возле кроваток

3. «Вот нагнулась елочка, зеленые иголочки».

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу.

Вдох, выдох, наклон туловища вперед, вдох, и. п., выдох, наклон.

4. «Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит».

И. п.: вдох, руки в стороны, выдох. Наклон туловища вправо, вдох, выдох. Наклон туловища влево, вдох, выдох.

5. «Дети в беретках с ветки упали, беретки потеряли» (желуди).

И. п.: руки за голову, вдох – подняться на носки, выдох - присесть.

6. «Стоит Алена, листва зелена, тонкий стан, белый сарафан» (береза).

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища, вдох, руки через стороны вверх, подняться на носки, выдох.

III. Дыхательное упражнение

7. «Лес шумит». И. п. – ноги на ширине плеч, руки опущены. Наклониться вправо – вдох, вернуться в и. п. – выдох, то же влево. Усложнение – руки при выполнении вытянуты вверх.

IV. Ходьба по дорожке «Здоровья».

Ежедневное применение здоровьесберегающих технологий способствует осознанному отношению детей к своему здоровью, накоплению знаний о здоровье и развитию умения оберегать, поддерживать и сохранять своё здоровье.

## **СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ПРОСТЕЙШЕГО ТУРИЗМА**

Копырина Ольга Ивановна,  
инструктор по физической культуре «Детский сад №72»,  
город Каменск-Уральский  
dou\_72\_ku@mail.ru

В настоящее время наблюдается устойчивая тенденция снижения уровня здоровья и физической подготовленности различных контингентов населения, в том числе у детей дошкольного возраста как в целом по стране, так и у нас в городе.

По данным национального исследовательского медицинского центра здоровья детей повышение заболеваемости детей в последние годы прекратилось, но остается стабильной высокой (Баранов А.А., Альбицкий В.Ю. Состояние здоровья детей России, приоритеты его сохранения и укрепления. Казанский мед.ж. 2018; 99 (4): 698–705. DOI: 10.17816/КМЖ2018-698.)

Возможными причинами называют: социально – экономические факторы, обременённость родителей вредными привычками, отсутствие внимания родителей к профилактике здоровья ребенка, но главной причиной считают образ жизни, который ведут родители и, к которому приучают своих детей. Одновременно с вышесказанным, объём познавательной информации для современного ребенка постоянно увеличивается, растёт доля умственной нагрузки.

В связи с этим очень остро встаёт проблема укрепления и сохранения здоровья и формирования основ здорового образа жизни, начиная с дошкольного возраста. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В дошкольном образовании одна из основных задач по оздоровлению – это внедрение инновационных подходов к сохранению и укреплению здоровья дошкольника.

Поиски эффективных путей, которые сочетали бы теоретическую и практическую направленность решения данной проблемы, привели нас к туризму как к самой оптимальной, на наш взгляд, форме работы по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников 6-7 лет.

Исходя из того, что наш детский сад № 72 расположен рядом с лесопарковой зоной Ленинского микрорайона г. Каменска-Уральского мы имеем возможность активно использовать туризм.

Прогулки и экскурсии – походы по лесопарковой зоне с детьми старшего дошкольного возраста стали популярными в практике работы нашего детского сада ещё и потому, что позволяют в комплексе решать задачи укрепления здоровья детей, физического и нравственного воспитания.

Кроме того, туристический поход – это своеобразный мониторинг, позволяющий оценить результативность педагогического процесса по формированию основ здорового образа жизни, интереса к содержательной досуговой деятельности, по приобщению детей к экологическому краеведению.

Таким образом, актуальность работы обусловлена задачами дошкольного образования, медико-педагогическими факторами, территориальной расположенностью детского сада.

«Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста» (Закон РФ «Об образовании» (с изм. и доп. вступил в силу с 24.07.2015)).

Организация туристско - краеведческой деятельности, позволяет решить большинство из этих задач в доступных и интересных детям формах: экскурсии, походы, туристические слеты, спортивные мероприятия регионального и федерального значения.

В условиях неблагоприятного воздействия окружающей среды и все возрастающей гиподинамии дошкольников, очень важно то, что воспитание, обучение и развитие происходит в непосредственном контакте с природой.

В туристских походах дети закаляют свой организм, укрепляют здоровье, развивают выносливость, силу и другие физические качества, приобретают умения ориентирования на местности, преодолевать естественные препятствия, самообслуживанию и др. . Туристические походы устраняют как минимум два из пяти выделенных факторов риска сердечно- сосудистых заболеваний, гиподинамию и ожирения.

Туризм является наиболее комплексным видом воспитания здорового и закаленного человека. Он учит коллективизму, дружбе, товариществу, расширяет кругозор, обогащает духовную жизнь, является прекрасным средством познания красоты природы

Активный туризм – это спорт на чистом воздухе, это возможность дать детям интересное, объединяющее дело, закалить тело и дух, обрести друзей и уверенность в собственных силах. Все виды активного туризма вырабатывают чувство товарищества, понимания необходимости заботиться не только своим здоровьем, но и о тех, кто рядом.

Участие в походах и экскурсиях расширяют кругозор ребят, знакомит их с природой, воспитывает любовь к родному краю. В любую погоду, находясь среди природы, постигая какие-то ее тайны, у детей развивается чувство ответственности за ее состояние, понимание необходимости бережного отношения ко всем видам и формам живой и неживой природы, возникает потребность быть активным ее защитником. А пребывание на свежем воздухе, соблюдение четкого режима и постоянная спортивная тренировка физически закаляет ребят.

В целом самостоятельный туризм дает детям:

- радостные переживания (эмоциональность);
- любопытную, полезную информацию (познавательность);
- укрепление здоровья;
- физическое развитие;
- яркие впечатления (восприятие);
- разного рода полезные умения, навыки.

Для решения комплексных задач воспитания и развития дошкольников в совместной деятельности была разработана программа дополнительного образования "Мы - туристы!"

Цель программы: сформировать основы здорового образа жизни у детей 5-7 лет средствами туризма.

Задачи:

- 1) совершенствовать основные виды движений и обогащать двигательный опыт детей;
- 2) развивать выносливость как основу физической подготовки ребёнка - будущего туриста;
- 3) расширять объем знаний в области туризма, краеведения;
- 4) заинтересовать родителей детским туризмом, как средством здорового семейного отдыха;
- 5) формировать межличностные, в частности, дружеские отношения дошкольников в процессе туристской деятельности;
- 6) способствовать формированию у детей нравственно - патриотических чувств, бережного отношения к историческому, культурному и природному наследию края;
- 7) формирование представлений о природе родного края, ознакомление с памятниками природы Каменского района, спортивными традициями города, страны;
- 8) сохранение исторических памятников и природоохранных уголков своей малой Родины.

Срок реализации программы 2 года и предназначена она для детей 5-7 лет (старший дошкольный возраст).

Участники программы: дети старшего дошкольного возраста, родители, педагоги детского сада.

Новизна программы «С чего начинается Родина?» заключается в интеграции разнообразных форм и видов деятельности (спортивно-оздоровительная, военно-патриотическая, эколого-биологическая, художественно-эстетическая и др.).

Отличительной особенностью данной программы является то, что она предполагает сохранение и укрепление здоровья детей через ознакомление детей с природой родного края, с традициями массового спорта, предусматривает формирование навыков туризма, освоение навыков исследовательской работы, организации походов и участия в спортивных мероприятиях.

Программные мероприятия осуществляются с учётом возрастных особенностей детей, а также разнообразием форм и видов деятельности по 2 разделам, с учетом основных направлений:

- рекреационное (походы выходного дня, пешие прогулки и т. д.);
- спортивное (соревнования по туризму и др.);
- краеведческое (тематические экскурсии, создание краеведческого мини-музея детского сада и т. д.).

В рамках реализации данной программы было сделано следующее:

- определены содержание и формы работы
- разработаны конспекты НОД по ознакомлению дошкольников с малой Родиной, родной страной



- разработан план походов, экскурсий, туристических соревнований, помогающих систематизировать работу по формированию у детей дошкольного возраста положительного отношения к родному краю
- разработан план взаимодействия воспитателей, музыкального руководителя, инструктора по физическому развитию.
- подобраны видеоматериалы, презентации о родном городе, стране
- разработан и систематизирован консультационный материал для родителей и педагогов детского сада,
- оформлены презентации, фотоколлажи.

В своей работе я опиралась на исходное состояние здоровья детей, имеющиеся у них знания и опыт, двигалась от простого к сложному, учитывая их психологические особенности и эмоциональное восприятие окружающего, образность и конкретность мышления.

Вся работа осуществляется в процессе интеграции разнообразных форм и видов деятельности, так как наряду с сохранением здоровья, развитием физических качеств, необходимо формировать нравственно-патриотические чувства и взаимоотношения детей со взрослыми и сверстниками.

В результате такой деятельности у детей возрос познавательный интерес к истории родного города, страны, формируется уважение к знаменитым землякам.

Для определения динамики физического развития у моих воспитанников, я использовала мониторинг развития физических качеств и двигательных умений.

Он заполняется на каждого ребенка группы в начале и конце учебного года по 4 бальной системе, где 1 балл- соответствует низкому уровню, а 4 балла- высокому уровню развития.

В результате мониторинга реализации программы были получены следующие результаты:

Снизилась заболеваемость острыми респираторными заболеваниями:

Год:	2015г	2016г.	2017г	2018г
Количество детей болевших ОРЗ	58	54	48	45

Повысился уровень физической подготовленности:

Год:	2014-2015г	2015-2016г.	2016-2017г	2017-2018г
Средний балл на начало года	3,0	2,8	3,1	3,0
Средний балл на конец года	3,4	3,3	3,4	3,5

Так же:

- дети проявляют любознательность, дружелюбие, считаются с интересами товарищей;
- имеют представления о своем районе, городе, памятниках природы;
- понимают особенности правил поведения и безопасного поведения на природе;
- испытывают желание беречь и сохранять природу родного края.

Таким образом, туризм, на наш взгляд, является наиболее эффективной формой педагогической деятельности по формированию основ здорового образа жизни у детей 5-7 лет.

Сочетание природных факторов леса с дозированной физической нагрузкой оказывает неоспоримое положительное воздействие на развитие органов и систем детского организма, физических качеств; повышает двигательную активность, способствует формированию морально-волевых качеств личности, а значит, и здорового образа жизни.

Это помогает детям обрести систему ценностных ориентиров, которые в дальнейшей жизни обеспечат им чувство защищенности, духовной силы, нравственное здоровье.

### **ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НЕСТАНДАРТНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ – МОТИВАЦИЯ, ПРОЕКТ И ЭКСПЕРИМЕНТ**

Коробицына Людмила Павловна,  
инструктор по физической культуре,  
МАДОУ детский сад № 19 общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением физического развития воспитанников, ГО Богданович  
mkdou19@uobgd.ru

Приобщение к миру физической культуры, здоровому образу жизни начинается с создания условий для достижения оптимального уровня двигательной активности (ДА). Движение – естественный стимул жизнедеятельности организма, тренировка всех его систем и органов.

Интерес, игра, предметная среда являются побудительными стимулами для детей.

Для формирования мотивации и повышения интереса к ДА в нашем ДОУ было изготовлено нестандартное оборудование (Н/О).

Цель его использования: развитие у детей дошкольного возраста устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья. Эта цель отражена в ФГОС ДО.

#### Основные принципы использования Н/О:

- оборудование может быть использовано детьми с учетом уровня их физической подготовки и индивидуальных возможностей;
- начиная упражнения с самых простых, следует постепенно переходить к более сложным, разнообразить движения;
- важно чередовать упражнения так, чтобы нагрузка в движениях, идущих друг за другом, не приходилась на одни и те же группы мышц. Полезно использовать дыхательные упражнения на расслабление мышц;
- в процессе выполнения упражнений необходимо внимательно следить за состоянием самочувствия детей, не допускать перегрузок. Дозировку упражнений воспитатель выбирает, исходя из степени тренированности организма ребенка;
- с целью воспитания самостоятельности и активности целесообразно предлагать детям самим придумывать упражнения со спортивным пособием, исходя из их физических возможностей и уровня двигательных навыков.

В детском саду для удобства в пользовании педагогами ДОУ или демонстрации другим участникам педпроцесса и педсообщества ГО Богданович мною были оформлены альбом и брошюра по нестандартному оборудованию, где описаны:

- технология изготовления;
- варианты использования;
- что развивает и какую группу мышц тренирует используемое оборудование.

Н/О многофункционально в использовании, изготовлено из мягких и экологически безопасных материалов, имеет эстетический вид.

Бесполезные на первый взгляд предметы превращаются в яркое, удобное в использовании оборудование для занятий с детьми физкультурой.

Для развития кистей рук активно используем нестандартное оборудование, например:

- тренажер «Серсо» развивает ловкость, меткость, глазомер;
- пособие «Веселый карандаш» тренирует, массирует, развивает мелкую и крупную моторику рук и очень нравится ребятам;
- увлекательно проходит массаж кистей рук с массажером «Пластмассовая палочка с гранями», он прост и удобен в применении;
- массирует, тренирует терпение и выносливость массажер «Ежик». Использование массажера в подвижной игре «Ежики» очень нравится малышам. Заключается игра в следующем. Разложить массажеры - «ежики» «на полянке» по кругу. Дети играют в лесу, по сигналу «дождь» они помогают ежикам вернуться домой (собирают их в коробку);

- научить не бояться мяча помогает мяч «Мякиш»;
- укрепить мышцы верхнего плечевого пояса можно тренируясь с малыми мягкими мячами, «Шишками», «Морковками»: все эти пособия для метания;
- развитие мелкой моторики рук выполняем с помощью разнообразных вариантов тренажера «Моталочки»: к одному концу веревки привязать разные игрушки (мышки, машинки, собачки, рыбки, кошки и т.п.) к другой палочку. Вариантов игр с этим тренажером множество, например: «Рыбаки», «Кто быстрее», «Поднять якорь»;
- укрепить руки, плечевой пояс, потренировать силу нам помогают замечательные гири, сшитые из дерматина и наполненные ватой.

Для коррекции осанки и профилактики плоскостопия мы особо делаем упор на использование нестандартного оборудования, помогающего поддерживать интерес детей к выполнению физических упражнений.

Например:

- наибольшим спросом у детей пользуются «Разноцветные бочонки», которые привлекают детей своей яркостью, тренируют опорно-двигательный аппарат;
- мягкий инвентарь «Гибкие палки» помогает выполнять корригирующие, общеразвивающие упражнения, проводить подвижные игры», игровые упражнения, служит ориентиром. С этим оборудованием легко и интересно выполнить основные виды движений, такие как перешагивание, перепрыгивание, оббегание. Разные виды прыжков, в том числе прыжки на короткой скакалке;
- яркие «Мешочки с песком» способствуют формированию стереотипа правильной походки и осанки;
- на «Цветных ковриках» можно выполнить различные физические упражнения из разных положений (сидя, стоя, лежа);
- физкультурное пособие «Гусеница» развивает координацию, укрепляет мышцы спины и брюшного пресса, используется на сюжетных занятиях и физкультурных досугах;
- мягкая, длинная скакалка без страха позволяет освоить прыжки, укрепить опорно-двигательный аппарат;
- одно из любимых пособий «Тоннель» способствует смелости, ловкости, расслаблению мышц опорно-двигательного аппарата, используется в соревнованиях, как элемент полосы препятствий, в игровых упражнениях;
- для профилактики плоскостопия применяется большое разнообразие тренажеров: «Собери мячи» «Массажные валики», «Разноцветные цилиндры», платочки, деревянные кирпичики, плоские обручи;

- спортивное пособие «Клумба», в задачу которого входит профилактика плоскостопия. Дети захватывают пальцами ног колокольчик и садят его в «Клумбу».

Большой выбор «Дорожек здоровья» увлекает детей и позволяет укрепить голеностопный сустав, формировать осанку. Это ребристые дорожки, следовая дорожка, дорожка из пуговиц, косички, верёвочки разной длины.

Провести интересную игру «Муравейник» помогут использованные яркие фломастеры. Игра способствует укреплению мышц стопы и голени и заключается в том, что дети пальцами ног удерживают палочку-фломастер, на одной ноге двигаясь к обручу-муравейнику.

Упражнения для профилактики простудных заболеваний и тренировки дыхательной мускулатуры легко выполнить с пособием «Подуй на снежок», «Бабочка» и т. д. Эти упражнения позволяют в дальнейшем улучшить результаты физической подготовленности.

Освоить ходьбу и бег «змейкой» детям помогают необычные зрительные ориентиры, изготовленные из пластиковых бутылок, на которые надеты костюмы сказочных героев. Для этой же цели используются фигурки животных из экокожи – «Черепашки», «Божие коровки» и другие.

Основное движение «Равновесие» тренируем на «Шагоступах», «Балансирах», «Парных лыжах». Деревянные кубы, большие и малые, служат прекрасным пособием для стимулирования активного движения, для преодоления страха высоты.

Для проведения праздников и развлечений используем нетрадиционные пособия: листочки, грибочки, звёздочки, снежинки, ленточки, «волшебный колпак», помпоны, лошадки, скакалки из пробок и многое др.

Работа по физическому развитию не может быть результативной без вовлечения в образовательный процесс родителей. Они являются активными участниками, проводимых в дошкольном учреждении спортивных праздников, конкурсов.

В начале апреля 2019 года состоялся очередной конкурс среди родителей нашего ДОУ по изготовлению физкультурного нестандартного оборудования для формирования ЗОЖ. Одно из ярких пособий, изготовленных родителями – «Замок спорта». Играя в «замке», дети могут пройти испытания в лабиринте, потренироваться с веселой обезьянкой, встретиться с западной паука. Малыши могут придумать еще множество игр-забав в спортивном замке.



Таким образом, целесообразный подбор и рациональное использование нестандартного оборудования и пособий способствуют развитию двигательной сферы дошкольников, быстрому и качественному овладению основных видов движений, повышению интереса к физической культуре и спорту как в детском саду, так и дома.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Кузнецова Ольга Владимировна,  
воспитатель МАДОУ № 39 «Гнездышко», ГО Богданович  
Kuznetsova\_ulyan@mail.ru

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольной образовательной организации представляет дошкольное детство как важный период времени в общем развитии личности, а также направлен на решение важных задач: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Физическое развитие включает в себя приобретение опыта в становление ценностей здорового образа жизни, овладение ребенком элементарными нормами и правилами. Одним из главных аспектов для полноценного гармоничного развития ребенка является здоровье. Здоровый ребенок — одно из главных условий правильного формирования его характера, развития творческой инициативы, сильной воли, природных задатков. У здорового ребенка формируются все необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявляемые к нему требования.

Здоровье – основа физического развития ребенка. Полноценное физическое развитие ребенка взаимосвязано с его общим психическим развитием. Сформированное сознание, развитый интеллект, понимание значимости здоровья – основа культурной личности. Обращенность современного общества к культуре, человеку, его здоровью и духовному миру становится доминантой цивилизованного общества.

Под ведением здорового образа жизни мы понимаем комплекс мероприятий, способствующих сохранению и укреплению здоровья, которые планомерно, систематично вводятся в жизнь человека и закрепляются им на протяжении всей его жизни, став некой философией существования личности. Комплексом таких мероприятий для ребенка дошкольного возраста, которые по-настоящему привить детям в соответствии с ФГОС ДОО в условиях дошкольного учреждения могут выступать: закаливание, проведение культурно-гигиенических процедур, отказ от употребления вредных продуктов питания, умеренность в использовании информационно-коммуникационных технологий, физкультурные занятия, применение здоровьесберегающих технологий

(пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, релаксационные упражнения; логоритмика; дыхательная гимнастика).

Успешное решение проблемы, возможно при условии создания в дошкольных учреждениях эффективной системы работы по пропаганде здорового образа жизни, целью которой являются:

- укрепление нравственного и физического здоровья детей;
  - направление внимания дошкольников на собственное здоровье и развитие умений и навыков его сохранения;
  - постоянная пропаганда принципов здорового образа жизни;
  - информирование детей о негативных последствиях вредных привычек
- привлечение родителей и общественности к утверждению принципов здорового образа жизни.

Очевидно, что отношение ребенка к своему здоровью должно быть предметом педагогического попечительства. Формы, содержание, способы напрямую связаны с теми возрастными особенностями, которые определяют своеобразие каждого этапа развития ребенка и становятся основой формирования у него определенных внутренних установок, в том числе и на здоровый образ жизни.

Среди форм и методов процесса формирования положительной мотивации на здоровый образ жизни приоритетная роль принадлежит активным методам, основанным на демократическом стиле взаимодействия и способствующим формированию критического мышления, инициативы и творчества. Целесообразно применять в работе с детьми традиционные методы это: беседа, наблюдение, разъяснение, убеждение, положительный и отрицательный примеры, а также методы выработки привычек, упражнений, контроля и самоконтроля. Такая работа по развитию здорового образа жизни в дошкольном учреждении направлена на раскрытие определенных знаний и навыков, осознанных потребностей в физическом воспитании и спорте, понимание того, что здоровье — это не только отсутствие заболевания, но и необходимость тщательного отношения к своему организму. Чтобы цель была достигнута, необходимо создавать определенные условия. Основное условие в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом можно определить, как учет индивидуальных особенностей и потребностей каждого ребенка. Так же важными условиями формирования у детей здорового образа жизни являются:

- технологии сохранения здоровья и их внедрение в дошкольные образовательные учреждения;
- сотрудничество с семьей;
- систематическая работа в области сбережений для здоровья;
- создание особых условий для обеспечения детской двигательной активности, удовлетворения их потребности в движении;
- обеспечение соблюдения дневного режима;
- индивидуальная работа с детьми;
- работа по улучшению здоровья ослабленных детей;

- индивидуальный подход для детей со слабым здоровьем;
- проведение диагностических исследований;
- достаточные материальные ресурсы, создание развивающейся среды.

Взрослые окружающие ребенка должны не только давать знания, но и обучать детей тому, как их использовать: разумно относиться к своему здоровью, проявлять заботу в отношении своего здоровья, быть в состоянии предотвратить ситуации, которые угрожают их здоровью, без напоминания соблюдать аккуратность, чистоту, культурные и гигиенические навыки. Особенно следует помнить, что личный пример педагогов и пример родителей имеют большое значение в этом. ФГОС ДОО направлен на поддержку многообразия детства, сохранение его уникальности и внутренней ценности. Все дети имеют право на счастливое и яркое детство, полное впечатлений. Каждый ребенок хочет быть здоровым, сильным, подвижным, бегать, прыгать, кататься на велосипеде, играть со сверстниками во дворе, полностью жить этой блестящей страницей своей жизни и стать достойным гражданином этой страны. А помочь ребенку ценить свое здоровье, заботиться о нем, могут взрослые: педагоги ДОО и родители ребенка.

Список литературы:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Екатеринбург: Ажур 2014.
2. Волошина Л.Н. Представления современного ребенка – дошкольника о здоровье и здоровом образе жизни. М. 2012.
3. Ирихин В.Н. Здоровьесберегающая деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения. 2006.

## **АКТИВНЫЙ ОТДЫХ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ВСЕЙ СЕМЬИ**

Малкова Елена Сергеевна, воспитатель  
Озорнина Наталья Васильевна, воспитатель  
МАДОУ № 39 «Гнездышко», ГО Богданович  
mbdou39@uobgd.ru

«Здоровье не купишь», «В здоровом теле - здоровый дух», «Здоровье и счастье не живут друг без друга» - эти и другие пословицы о здоровье мы знаем с самого детства, ведь именно в детстве формируется большинство основ здорового образа жизни.

Большую роль в этом непростом, но очень важном вопросе занимает дошкольное образовательное учреждение, которое прививает детям культурно гигиенические навыки, занимается физическим развитием ребенка, формирует представления ребенка о здоровом образе жизни. Но в первую очередь



воспитанием здорового образа жизни ребенка занимаются родители, которые, в период дошкольного детства, являются безоговорочным авторитетом в глазах детей. Согласно п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании» родители являются первыми педагогами, они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка.

К сожалению, на современном этапе, статистика выявила тенденцию к ухудшению состояния здоровья детей, которая связана со многими факторами, но одним из главных факторов ухудшения здоровья детей является малоподвижный образ жизни. Дети все меньше времени проводят на свежем воздухе, предпочитая активному отдыху, игры с гаджетами.

Активный семейный отдых по своей сути воспринимается всеми членами семьи, а особенно детьми, как развлечение. Данный вид отдыха дает возможность совершенствования имеющихся знаний или же получить новый опыт, а также провести время вместе со своей семьей с пользой для здоровья. Во время активного совместного отдыха родители и дети учатся лучше понимать друг друга, дарят близким свою заботу, получают положительные эмоции.

Существует великое множество форм активного семейного отдыха. Зимой это катание на лыжах, санках (ледянках), коньках. Данные формы активного семейного отдыха принесут не только радость детям и взрослым, но и огромнейшую пользу. Так например, катание с горки это очень хорошая зарядка, которая тренирует легкие, укрепляет мышцы, ведь чтобы спуститься с горы, ребенок вместе со взрослым должен на нее забраться, а затем повторить все снова несколько раз. Катание на коньках заставляет детей и взрослых больше двигаться и находиться на свежем воздухе, оно улучшает осанку, координацию, владение телом, делает движения пластичней и выразительней. Один из самых полезных зимних видов спорта, доступный практически всем – это катание на лыжах. Свежий зимний воздух, содержащий большое количество кислорода, оказывает положительное воздействие на легкие, благодаря ритмичным движениям тренируются разные группы мышц, давление приходит в норму, укрепляется сердечно - сосудистая система, улучшается циркуляция крови, организм закаляется, повышается иммунитет. Лето, также благоприятная пора для организации различных форм активного семейного отдыха на природе, это и загородные поездки с длительным пребыванием на свежем воздухе с подвижными играми, пешие прогулки по парку, рыбалка, плавание и многое другое. Все эти виды отдыха способствуют не только физическому развитию и укреплению здоровья детей, но и расширению их кругозора.

Для привлечения внимания родителей к данному вопросу в группе была организована «неделя здоровья», во время которой, педагоги группы подготовили для родителей консультации о пользе различных форм активного семейного отдыха, и провели анкетирование, которое показало что родители, в связи с высокой занятостью, проводят меньше свободного времени с детьми,

чем хотели бы. Также анкетирование показало, что родители чаще организуют летние активные формы семейного отдыха. Также педагоги группы попросили детей, совместно с родителями, подготовить небольшие рассказы с фотографиями или иллюстрациями по данной теме, и поделиться своим опытом организации совместного активного семейного отдыха в разное время года. В конце недели была организована выставка детских работ, а ребята с удовольствием делились с товарищами своими впечатлениями о проведенном времени с семьей. Кто – то с гордостью рассказал о том, как он вместе с дедушкой ходил на рыбалку и учился удить рыбу, кто – то рассказал о том, как научился кататься на коньках, или учился плавать.

Главное, каждый ребенок решил для себя попробовать что – то новое, о чем услышал из рассказов других детей, и попросил родителей о том, чтобы его тоже научили, например, кататься на коньках, или лыжах, отправиться в семейный поход. Родители также сделали вывод, о том, что следует уделять больше времени семейному активному отдыху и разнообразить его различными формами, а это значит, что «неделя здоровья» прошла не зря.

Список литературы:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
2. Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4- 7 лет, Волгоград, изд. Учитель, 2009 г.
3. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. Москва: РПА, 2004. – 416 с.

## **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Нагибина Ирина Сергеевна, инструктор по физической культуре  
Коробицына Анастасия Дмитриевна, инструктор по физической культуре  
МАДОУ «Детский сад комбинированного вида» № 14 КГО  
detskiisad14.skazka@yandex.ru

Раздел программы: «Физическое развитие».

Тип проекта: Педагогический

Вид: Информационно-практико ориентировочный с элементами творчества, краткосрочный.

Организаторы: Нагибина И.С., Коробицына А.Д.

Участники проекта: педагоги, дети, родители, медицинская сестра.

Целевая группа: подготовительная

Сроки реализации: 1.11 – 30.11

Девиз проекта: «Здоровый образ жизни - это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость».

Методы: словесные, наглядные, практические, игровые.

Проблемный вопрос: Как сохранить своё здоровье?

Обоснование проекта. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей, начиная с дошкольного возраста, поскольку именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию ЗОЖ. Нужно научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье. Есть поговорка: в здоровом теле – здоровый дух.

Цель проекта: приобщение дошкольников к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

- способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни;
- формировать представление о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья;
- способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно – гигиенических навыков и жизненно – важных привычек;
- развивать умение элементарно описывать своё самочувствие, умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствие, недомогания;
- развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения;
- развивать творческие способности детей, умение работать сообща, согласовывать свои действия;
- воспитывать стремление к ЗОЖ;
- обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Ожидаемый результат:

Для детей: осознание своей жизни в определённом социуме, сформированность инициативности, проявления чувств «Я». Сформированность основ ЗОЖ, полезных привычек, оптимальное функционирование организма.

Для педагогов: создание условий для развития детей, которые помогут им гармонично войти в мир и реализовать потенциал, заложенный природой и собственной программой развития.

Для родителей: знания, что, как, когда и почему надо делать с ребёнком, чтобы он был здоров и полноценно развивался.

Формы и методы работы, используемые в ходе реализации проекта:

- просмотр презентаций, мультфильмов «Невероятные приключения в теле человека»;
- беседы;
- игры-упражнения;
- оформление и выставка плакатов;

- организация сюжетно – ролевых игр;
- разучивание гимнастик (пальчиковая, офтальмологическая), физкультминутки;
- прослушивание песен;
- конкурс рисунков «Здоровье глазами ребёнка».
- создание энциклопедии здоровья.

#### Механизмы реализации проекта.

Реализация поставленных задач проходит в 3 этапа: I этап – подготовительный II – реализационный III – итоговый.

I этап. Подготовительный. Задачами детей на этом этапе реализации проекта является: вхождение в проблему, вживание в игровую ситуацию, принятие задач и целей. Работа педагога на данном этапе – изучение литературы, подготовка материала по данной теме, разработка формы работы с детьми, родителями, воспитателями, специалистами, подбор игр.

II этап. Реализационный. Рисование. Беседы с детьми о здоровье. Беседы о спорте. Игры. Работа с родителями. Создание энциклопедии здоровья. Спортквест.

III этап. Итоговый. Определение роли физического воспитания в формировании личности каждого воспитанника, развитие моральных качеств: уважение к достижениям других, принятие личных неудач.

В ходе реализации проекта формируются ключевые компетентности:

#### Технологическая компетентность:

- умение проявлять интерес ко всему новому;
- умение планировать этапы своей деятельности; - умение доводить начатое дело до конца.

#### Информативная компетентность:

- умение получать информацию, используя различные источники;
- умение задавать вопросы;
- умение оценивать информацию;
- умение задавать вопросы;

#### Социально-коммуникативная компетентность:

- умение взаимодействовать в системе «ребёнок–взрослый», «ребёнок – родитель»;
- умение оказывать и принимать помощь.

Предполагаемый результат: пропаганда здорового образа жизни среди детей старшего дошкольного возраста.

#### Итог:

- разработка памятки «Рекомендации по укреплению здоровья детей»;
- создание «Энциклопедии здоровья»;
- итоговое мероприятие «Спортквест».

Содержание работы		
Образовательная область	Деятельность	Источник
Познавательное развитие	<p>Цикл занятий для детей:                      1.«Я расту». 2 «Глазки, уши и нос быть здоровыми должны». 3. «Да здравствует мыло душистое». 4. «Сердце и его работа». 5. «Пейте дети молоко, будете здоровы».</p> <p>Опытная деятельность:                      1. Опыт «Польза молока». 2. Опыт «Война с микробами». 3. Опыт «Кто живёт у нас во рту». 4. Опыт «Почему болят зубы».</p> <p>Игры- эксперименты:                      1. «Как правильно чистить зубы». 2. «Закаляйся, если хочешь быть здоров» 3. «Что было бы, если бы...»</p>	<p>Проектная деятельность старших дошкольников/авт.сост. В.Н. Журавлёва. – Волгоград: Учитель, 2009</p>
Речевое развитие	<p>1.Чтение художественной литературы:                      - Чуковский К. «Мойдодыр», «Девочка чумазая»                      - Алхазова Ф. «Что такое витамины», «Витамины»                      - Собакин Т. «О пользе овсяной каши»                      - Благинина Е. «Почему кот моется во время еды?»                      - Остер Г. «Нарушение правил этикета: «правила личной гигиены»                      - Степанов А. «Гигиена»                      - Коростелёв Н. «А ты не забыл носовой платок?», «Королева – зубная щётка».                      - Афонькин С. «Почему щиплет мыло?», «Как победить простуду?»                      - Дриз Ю. «Тихий час», «Пока этого не случилось», - Мориц О. «Это – да!Это – нет!»                      - Бойко Г. «Зубы»                      - Усачёв А. «Жевательная история», «Баллада о конфете»</p>	<p>Художественная литература, ресурсы интернета</p>

	<p>- Страницы из энциклопедии «Я и моё тело»</p> <p>2. Загадки о предметах гигиены.</p> <p>3. Дидактические игры и упражнения:                  - «Узнай на вкус (ощупь, запах)                  -«Зимние и летние виды спорта»                  -«Назови вид спорта»                  -«Спортивное оборудование»                  -«Окажи помощь»                  -«Наши привычки»                  -«Что полезно, а что вредно для зубов»                  -«На приёме у врача»                  -«Где мы были, мы не скажем, а что делали покажем!»                  - «Что делать, если (порезал палец, обжётся, и т.п.)</p> <p>4. Речевые игры: - «Что сначала, что потом</p>	
<p>Социально-коммуникативное</p>	<p>-Беседы о здоровье, о ЗОЖ, о полезной и вредной еде                  -Обыгрывание прочитанного произведения «Спор овощей»                  -Кукольный спектакль                  -Настольно-печатные игры                  -Сюжетно-ролевые игры: «Магазин», «Поликлиника», «Аптека», «В спортзале», «В кабинете врача», «В нашем доме больной», «Скорая помощь»                  -Рассматривание плакатов: «Человеческое тело», «Что такое витамины», «Полезные и вредные привычки»                  -Театр настроения                  -Тренинг «Как вызвать скорую по телефону»</p>	
<p>Физическое развитие</p>	<p>-Физкультура в зале и на воздухе                  -Плавание                  -Подвижные игры:(Найди свой витаминный домик, Режим дня (стройся</p>	

	по порядку с карточками и др.) -Пальчиковые игры -Офтальмологические паузы -Психогимнастика -Сказкотерапия -Закаливание -Дыхательная гимнастика -Точечный массаж -Туризм -Босохождение -Физкультминутки -Индивидуальные занятия -Артикуляционная гимнастика -Спортивные досуги и праздники	
Художественно-эстетическое развитие	-Рисование «Мой любимый вид спорта» -Лепка «Спортсмен» -Аппликация «Я моё тело»	

Реализации проекта «Энциклопедия здоровья» позволила инструкторам по физической культуре целенаправленно использовать творческий потенциал педагогов, детей, родителей для создания условий по сохранению, укреплению, формированию здоровья детей дошкольного возраста, так как разумное сочетание оздоровительных и образовательных задач в ДОУ обеспечивает гармоничное развитие детей.

#### Список литературы:

1. Проект образовательной программы «Энциклопедия здоровья». Модель взаимодействия ДОО и семьи / авт. сост. Т.В. Гулидова, Н.А. Мышкина, И.Н. Недомеркова.-Волгоград: Учитель,2016.
2. Проектная деятельность старших дошкольников/авт. Сост. В.Н. Журавлёва. – Волгоград:Учитель, 2009.
3. Тихомирова Л.Ф. Уроки здоровья для детей 5-8 лет, Ярославль, 2003.
4. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения». «Детство-Пресс», 2009.
5. Харченко Т.Е. «Бодрящая гимнастика для дошкольников», С.-Пб., 2012.

## **КРУГЛЫЙ ГОД: ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ**

Печеркина Жанна Александровна,  
инструктор по физической культуре МАДОУ № 9, ГО Богданович  
mkdou9@uobgd.ru

Детство – это уникальный период в жизни человека: именно в это время формируется здоровье, происходит становление личности, опыт детства во многом определяет взрослую жизнь человека. В начале пути рядом с беззащитным малышом находятся самые главные люди в его жизни – родители. На определенном этапе жизненного пути ребенок поступает в детский сад. Теперь его окружают взрослые и дети, которых он раньше не знал, которые составляют иную сущность, чем его семья. Перед педагогами стоит задача создания условий для обеспечения воспитания счастливых, физически, психически, психологически здоровых детей. Эта задача не может быть осуществлена без взаимодействия педагогов и родителей в интересах ребенка.

Ведь воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и дошкольного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но зачастую родители, занятые работой с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой не противостоят отрицательным внешним влияниям. В этой ситуации возрастает роль дошкольного образовательного учреждения как ведущего звена в организации образовательной работы с детьми.

Семья и детский сад – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, задержки в развитии быстроты, ловкости, координации движений. И одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей.

В силу сложившихся экономических причин, занятостью на работе, современные родители большую часть времени уделяют вопросам материального обеспечения семьи, поэтому организация семейного досуга становится делом образовательного учреждения, чтобы заинтересовать родителей проблемой формирования культуры здоровья в сознании подрастающего поколения.

Совместная работа с семьей в ДОУ строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателю, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.



Систематичность и последовательность работы в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.

Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей в детском саду.

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
- участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
- целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима;
- ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в детском саду;
- обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания);
- ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. В этих целях хорошо используются: информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада;
- различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием педагога - психолога, медиков, специалистов по физической культуре, а также родителей с опытом семейного воспитания;
- семинары-практикумы, деловые игры; "дни открытых дверей" для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, закаливающих и лечебных процедур.

Проблему воспитания, развития и формирования здорового ребенка невозможно решить в полной мере без активного участия в этом родителей.

Список литературы:

1. Вильчковский, Э.С. Физическое воспитание дошкольников в семье. – 2007. – 128 с.
2. Зимонина, В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника. – М.: Гуманит. изда. центр ВЛАДОС, 2003. – 304. – («РОСИНКА»).

3. Шишкина, В.А. Физическое воспитание дошкольников: пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования. – Минск: Зорныверасень, 2017. – 160 с.

## **ГЕОКЕШИНГ – ИНТЕРАКТИВНАЯ ФОРМА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Свинкина Елена Валерьевна,  
инструктор по физической культуре МАДОУ «Детский сад № 28», город Ирбит  
[irbitsad28@mail.ru](mailto:irbitsad28@mail.ru)

Современный мир не стоит на месте, и новые технические возможности открывают новые формы работы с детьми. Одна из современных технологий дошкольного образования это – геокешинг.

Геокешинг (geocaching, от греч. geo – Земля, англ. cache – тайник) – приключенческая игра с элементами туризма и краеведения, с применением спутниковых навигационных систем, GPS приемник.

Цель геокешинга – пропаганда здорового образа жизни через спортивно-познавательную игру. В детском саду эта игра предполагает более широкую и адаптированную версию для детей дошкольного возраста с использованием информационно-коммуникативных технологий (мультимедийного оборудования, планшета, телефона, карт и схем), которые помогают им найти тайник.

Тайник должен реализовывать оригинальную и увлекательную для детей поисковую задачу. Например, в ходе игры дошкольники ищут по карте (схеме, плану, фотографии, рисунку) место, где спрятан клад.

Сюжет игры строится на решении логических задач, ориентировке на местности, прохождении препятствий, которые требуют от участников ловкости и хорошей физической подготовки. При этом игра может начинаться в здании детского сада, а продолжится на его территории.

Детям нравится процесс поиска клада и возможность найти в нем какое-нибудь сокровище. Поэтому задача педагогов – придумать и создать интересный тайник, подготовить привлекательное описание с фотографиями или иллюстрациями. Сюрпризным моментом станут послания от воображаемого персонажа, который помогает детям найти клад, дает подсказки, куда двигаться дальше, предупреждает об опасности. А также задания, которые приходят в виде СМС-сообщения на телефон, планшет или демонстрируются на экране.

Выполнение заданий на пути к заветному кладу необходимо поощрять. Например, за каждый правильный ответ воспитатель может вручить детям небольшой приз, фишки, дать дополнительную подсказку.

Чтобы игра имела продолжение, и интерес детей к ней не снижался, можно предложить более старшим дошкольникам заново спрятать тайник, который они нашли, и оформить новую карту для детей параллельных или младших по возрасту групп. При этом дети могут забрать свой клад, но обязательно должны положить в тайник что-то не менее интересное. Это позволит вовлечь в игру геокешинг большое количество участников.

Методика проведения игры-геокешинг «Пираты и клад» с детьми подготовительной к школе группы.

Игра включала четыре этапа и предварительную работу. Перед игрой педагоги приготовили необходимое оборудование в помещениях и на территории детского сада, задания для детей с учетом их возраста. Провели с детьми игры-занятия по ориентированию, умению работать с макетом, картой-схемой, умению определять на них местоположение различных объектов.

I этап. Игра началась в группе. Дети получили видеописьмо от пирата, который пригласил их в игру. Этот сюрпризный момент создал эмоционально положительную атмосферу в группе, настроил детей на предстоящее приключение, активизировал их воображение и внимание. В назначенное время дети собрались в музыкальном зале, где нашли часть карты сокровищ. Далее на телефон пришло сообщение о том, что дети должны выполнить задания и тогда они смогут собрать недостающие части карты.

II этап. Дошкольники перемещались по детскому саду по ориентирам на карте и выполняли задания – отгадывали ребусы. Цель этого этапа – закрепить у детей умения ориентироваться в пространстве, обеспечить необходимую двигательную нагрузку.

Сказочные герои, задания-испытания на этом этапе делают игру геокешинг интересной и увлекательной для детей. Они стараются сами найти выход из проблемной ситуации, активно участвуют в обсуждении, проявляют самостоятельность и индивидуальность.

III этап. Дети выходят на улицу, где игра продолжается. Они совершают длительную пешую прогулку по территории детского сада, передвигаясь с помощью карты.

Во время этого мини-похода они наблюдали за растениями, птицами, явлениями природы, знакомились с другими участками, преодолевали препятствия.

IV этап. Последняя подсказка помогает детям найти клад – сундук с сокровищами. В конце игры дошкольники возвратились в группу, где в игровой форме подвели итог своего путешествия, закрепили правила здорового образа жизни, вспомнили о пользе физической культуры.

Инновационная технология геокешинг позволяет решать задачи сразу нескольких образовательных областей: физическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное развитие.

Список литературы:

1. Гурьянова Л.С., Гаврилина Л.В., Кондратьева Н.Л. Использование геокешинга в организации досуговой деятельности старших дошкольников. Дети России образованы и здоровы. Материалы VII Всероссийской научно – практической конференции г. Москва, 16 – 17 апреля 2009 г. М. 2002 – 298 с.
2. Интерактивные формы с детьми дошкольного возраста (учебно-методический комплекс) / авт. – сост.: Л.П. Попова, С.В. Адаменко, Р.М. Литвинова, Т.Г. Олешкевич. Ставрополь: СКИРОПК и ПРО, 2012 – 125 с.

### **ФЛЕШМОБ: ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ВСЕХ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ДОУ**

Мельничкина Яна Борисовна, инструктор по физической культуре  
Черноскутова Наталия Романовна, музыкальный руководитель  
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №4» КГО  
dou.dou-4@yandex.ru

«Физическая культура должна обеспечить осознанное отношение детей к собственному организму, выработать умение щадить здоровье, укреплять его правильным режимом труда, отдыха, питания, гимнастикой и спортом, закаливать физические и нервные силы, предупреждать заболевание...»

В.А.Сухомлинский

Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья. Актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств совершенствования и развития двигательной сферы детей дошкольного возраста. А поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то пути его достижения не могут быть сведены только к медицинским или только педагогическим мероприятиям. Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном учреждении.

Роль педагога ДОУ состоит в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Самой главной задачей является не только дать детям знания о здоровье. Наиглавнейшей задачей в дошкольном возрасте было и остается ВОСПИТАТЬ у детей потребность быть здоровым, научить владеть собой и своим телом. Но как же сделать это так, чтобы ребенку было интересно и у него появилось желание и стремление вести здоровый образ жизни? Ведь дети легко и быстро усваивают только то, что вызывает у них положительные эмоции.

Мы бы хотели поделиться опытом совместной педагогической деятельности музыкального руководителя и инструктора по физической культуре. Чтобы сформировать культуру здорового образа жизни наших воспитанников, мы нашли для себя выход, соединив положительные качества традиционной образовательной программы и внедрение элементов флешмоба в педагогическую деятельность.

Флешмоб (от англ. flashmob - flash – вспышка; mob – толпа).

В ДОУ флешмоб – это веселый праздник, основная цель которого – приобщение детей к здоровому образу жизни, к занятиям физической культурой, формирование здорового и жизнерадостного ребенка.

Проведение флешмоба основывается на простых общеразвивающих упражнениях, которые участники могут легко повторить, при этом используется веселая ритмичная музыка (желательно на русском языке), которая несет конкретный смысл в зависимости от тематики мероприятия. При организации флешмоба мы обязательно учитываем возрастные особенности всех участников, движения должны быть несложными, разнообразными и доступными всем (подскоки, шаги, ритмичные хлопки, поднимание рук и ног, имитационные движения).

Проведение флешмобов мы включаем во многие формы организационной деятельности (утренняя гимнастика, тематические спортивные развлечения, праздники, акции).

Утренняя гимнастика в ДОУ является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей, вырабатывает привычку каждый день по утрам выполнять физические упражнения. Со временем эта полезная привычка переходит в потребность, тем самым прививается культура здорового образа жизни у дошкольников. Инструктор по физкультуре под музыкальное сопровождение демонстрирует различные движения, а ребята с удовольствием повторяют за ним. Ведь именно от эффективной, правильно составленной и эмоционально проведенной утренней гимнастики зависит, как у ребенка пройдет день, какое будет настроение.

Простота и мелодичность звучания, незатейливость текста, возможность обыграть и заразить своим весельем, дают возможность активно использовать

музыкально-спортивные песни в работе с детьми. Все упражнения, основаны на структуре утренней гимнастики, понятны и легки в исполнении, как дошкольникам, так и их родителям.

Активно в своей педагогической деятельности мы используем танцевальный и спортивный флешмобы на различных праздниках детского сада и городских мероприятиях, поскольку они являются новой и привлекательной для детей формой активного времяпрепровождения, позволяют участвовать детям любой танцевальной и физической подготовки. Они устраняют стеснение, помогают побороть свои комплексы, создают приподнятое настроение, побуждают к двигательной активности. Кто же откажется потанцевать под веселую музыку?

Участие во всевозможных акциях мотивирует и участников, и зрителей задуматься над смыслом происходящего, помогает преодолевать психологические барьеры и стереотипы поведения. Поскольку любая акция несет определенную идею, то, как правило, проводятся они в связи с социально значимыми праздниками и событиями. Например, в нашем ДОУ мы организовывали флешмобы в честь Всемирного дня здоровья, на День защиты детей.

В прошлом году наш детский сад совместно с городской поликлиникой принял участие во всероссийском конкурсе «Супер герои против простуды и гриппа» и занял призовое место. В этом конкурсе приняли участие практически все воспитанники ДОУ, а также их родители и друзья.

Активно используем разновидность флешмоба – моб-арт. Моб-арт— игры, организованные через технологию флэшмоб. Такие игры используются на мероприятиях с неподготовленной заранее аудиторией.

Весенние утренники в нашем детском саду проходят в нетрадиционной форме. Мы организуем настоящий весенний бал, где активно используем моб-арт. Подбирается материал, доступный для понимания и исполнения, не требующий подготовки со стороны участников.

Участниками бального флешмоба, являются родители и дети, не подготовленные заранее. Отличительной особенностью «бального» флешмоба - это использование классической музыки, что также благотворно влияет на здоровье ребенка и его семьи.

Вокальный флешмоб - еще одно из направлений, где исполняются любые хиты или простые вокальные игры. Обычно такие вокальные флешмобы исполняют сказочные герои на наших мероприятиях, а также в непосредственной образовательной деятельности в качестве распевки.

Для родителей участие во флешмобе кажется более привлекательным по сравнению с вовлечением их в традиционные формы воспитательной деятельности. А для педагогов служит разрядкой, сменой вида деятельности на различного рода мероприятиях (семинар, мастер-класс).

Мы считаем, что в современных условиях флешмоб является одной из результативных технологий, привлекающих к добровольному участию большое число родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ.

Данная форма позволяет объединить людей всех возрастных групп одной, значимой для всех идей.

В результате использования флешмоба происходит непосредственное вовлечение семей воспитанников в культурно-досуговую деятельность ДОУ, что обеспечивает заинтересованность в воспитательном и образовательном процессе, достигается привлечение внимания к определенной проблеме, обеспечивается высокая активность участия родителей. И самое главное - поддерживается атмосфера общности интересов, эмоционального комфорта, сплоченности между всеми участниками образовательных отношений, что и приводит к формированию культуры здорового образа жизни.

## **ПЛОЩАДКА № 2 «ЗДОРОВАЯ ДУША И ТЕЛО ЗДОРОВО» - О ЗДОРОВЬЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ...**

### **РЕЛАКСАЦИЯ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГА**

Бабинова Надежда Васильевна,  
кандидат педагогических наук, педагог-психолог,  
МАДОУ Детский сад № 39 «Гнёздышко», ГО Богданович  
mbdou39@uobgd.ru

Здоровье человека - одна из наиболее сложных комплексных проблем современной науки. Педагог - особая профессия. Педагоги являются наиболее уязвимым контингентом по возможности приобретения психосоматических расстройств, существует высокая вероятность развития симптомов эмоционального выгорания. Исходя из этого, задача сохранения и укрепления психологического здоровья педагога остается актуальной.

Синдром эмоционального выгорания – это состояние, которое характеризуется умственным, эмоциональным и физическим истощением на фоне хронического стресса, который в большинстве случаев вызван спецификой профессиональной деятельности [1].

Высокая эмоциональная напряженность педагогического труда вызывается наличием большого числа факторов стресса: высокий динамизм, нехватка времени, рабочие перегрузки, сложность возникающих педагогических ситуаций, социальная оценка, необходимость осуществления

частых и интенсивных контактов, взаимодействие с различными социальными группами и т.д.

Л.С. Шафранова выделила такие характеристики педагогической деятельности, как постоянно присущее рабочим ситуациям состояние новизны, необходимость постоянного саморазвития, так как иначе «возникает ощущение насилия над психикой, приводящее к подавленности и раздражительности»; • эмоциональная насыщенность межличностных контактов; ответственность за подопечных; постоянное включение в деятельность волевых процессов [2].

Педагог постоянно оказывается включенным в разнообразные быстроменяющиеся социальные ситуации, в которых приходится мобильно и конструктивно реагировать. При встрече с непредвиденными ситуациями, ему приходится думать, прежде всего, о том, как разрешить проблему с наименьшими последствиями для находящихся в его ответственности обучающихся. Особенно это значимо в условиях дошкольного образования, где ответственность за жизнь и здоровье детей крайне высока.

Большая часть рабочего дня педагога дошкольного образования протекает в эмоционально напряженной обстановке: эмоциональная насыщенность деятельности, постоянная концентрация внимания, повышенная ответственность за детей. Напряженные факторы такого рода оказывают неблагоприятное влияние на эмоциональное и физическое самочувствие педагога: появляется нервозность, раздражительность, усталость, разного рода недомогания. В отдельных случаях эмоциональное напряжение достигает критического момента, когда педагог теряет самообладание и может проявлять агрессивные реакции (окрики, проявление гнева, раздражительности). Но профессиональными требованиями является принятие взвешенных решений, преодоление вспышек гнева, возмущения, недовольства, отчаяния.

Для обеспечения эффективной работы системы превентивных мер, направленных на создание психологически благоприятных условий сохранения личности педагога в образовательном пространстве, обеспечивающих профилактику эмоционального выгорания, важным представляется обучение педагогов различным способам борьбы со стрессом, снятия эмоционального напряжения.

Релаксация, от латинского термина *relaxation*, означает расслабление. Выделяют релаксацию как состояние и как процесс достижения этого ощущения. На уровне физиологических симптомов состояние релаксации проявляется активностью парасимпатического отдела вегетативной нервной системы, ответственного за восстановительные процессы во время отдыха и торможением симпатического отдела, ответственного за активную деятельность человека. Релаксации можно достигнуть посредством применения специальных техник, упражнений или препаратов. Цель релаксации в любой из техник – это достижение полного расслабления организма, благодаря которому достигается повышение работоспособности и снижение психического и физического напряжения, что имеет положительное влияние на психику.



Техника релаксации достаточно популярна в йоге, психотерапии, гипнозе и различных оздоровительных системах. Считают, что техника релаксация это метод сродни медитации, которые оба являются эффективными способами в борьбе со стрессом.

Различные способы релаксации особенно эффективны для людей, у которых повышенный мышечный тонус, поскольку он является причиной многих заболеваний. Люди с пониженным мышечным тонусом меньше ощущают на себе эффект релаксации. Когда стрессовый фактор воздействует на человека, в организме создается мышечное напряжение. Это напряжение является защитной реакцией, подготовкой тела к действию. Организм принимает сигнал опасности – стресс, и включает активную защиту.

Стрессы прошли долгий путь эволюции, от страха крадущегося тигра до современных стрессов людей – проблем с написанием диплома, междоусобиц с начальством. Такие стрессовые факторы требуют длительных и напряженных размышлений. Выходит, что мышечный тонус остался по-прежнему сильным, ведь разрядки не произошло, а наоборот, все накопилось внутри и давит на человека.

Хронический стресс небольшой или малозначимый становится препятствием для самопроизвольного снятия мышечного напряжения и образованных им мышечных зажимов. Мышечные зажимы поглощают большое количество энергии, мешают хорошему кровотоку, делают внимание рассеянным, а состояние зажатым. Поэтому в работе педагога-психолога с педагогами ДОО применяются такие техники релаксации, как дыхательная, мышечная, основанную на визуализации образов, мандалотерапия.

Управление дыханием – это основной навык, необходимый для того, чтобы быстро успокоиться и расслабиться. Сознательно контролируя свое дыхание, вы на некоторое время отвлекаетесь от стрессовых мыслей. Некоторые дыхательные техники дают быстрый успокоительный эффект.

Прогрессивная мышечная релаксация, которую разработал американский врач Эдмунд Джейкобсон, основана на том, что если напряжение мышц сопровождается беспокойством, то расслабление мышц позволит его уменьшить.

Визуализация – это мощный инструмент сознания. Исследования показали, что подсознание не может отличить реальные события от визуализированных. Поэтому визуализированные образы оказывают значительное влияние на сознание. Визуализация сопровождается музыкальным сопровождением, что усиливает эффект.

Рисование или раскрашивание мандалы используется и как техника релаксации, и медитативная техника, и как психологическое средство поиска решения в трудных ситуациях. Сосредоточение человека на изображении различных образов позволяет ему абстрагироваться, отвлечься от текущей ситуации, погрузиться в себя, и в то же время, отразить основные проблемы, тревожащие его.

В ходе проводимых периодически релаксаций педагоги знакомятся с различными техниками, постепенно осваивают их, что способствует формированию у педагогов способности к саморегуляции, положительно влияет на сохранение психологического здоровья, профилактику эмоционального выгорания.

Список литературы:

1. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2008. – 336 с.
2. Маркова, А.К. Психология труда учителя / А.К. Маркова. – М.: Просвещение, 1993. – 192 с.

## **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Жердева Елена Александровна, воспитатель  
МКДОУ Галкинский детский сад Камышловского района  
[galkinosad@yandex.ru](mailto:galkinosad@yandex.ru)

Внимание к проблеме эмоционального здоровья дошкольников, привлечено тем, что с каждым годом появляется все больше дошкольников с отклонениями в развитии эмоциональной сферы. Современные дети стали менее отзывчивыми. Они не всегда способны понять чужие эмоции и осознать свои, не могут выразить свои чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми.

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

Актуальность проблемы сохранения и укрепления психологического здоровья дошкольников выдвигают в область актуальны, так как продолжительное время в нашей стране система дошкольного образования была ориентирована, прежде всего, на развитие интеллекта, познавательного развития детей. Хотя, научно доказано, что эмоционально – волевые структуры являются фундаментом причинно – следственных основ регуляции во всех видах активной деятельности: творческой, познавательной, коммуникативной. Другими словами от того какое эмоциональное состояние преобладает у ребенка - зависит и то, как он будет воспринимать новую информацию, да и в целом окружающий мир. Почему важно уделять повышенное внимание эмоционально-личностному развитию ребёнка, потому что это является первоосновой всего его психического здоровья. Необходимо уделить внимание развитию умения общаться, понимать чувства других людей, сочувствовать им, адекватно реагировать в сложных ситуациях, находить выход из конфликта. В

целом, научить детей умению управлять своими эмоциями, умению понимать их. Наблюдения показывают, что в игровой и в повседневной деятельности дети часто неадекватно выражают свои эмоции (злость, страх, удивление, радость, грусть), что является барьером в установлении доброжелательных взаимоотношений и умении общаться. Часто в поведении дошкольников проявляется агрессия, причем без видимых причин. Ребенок зло выражается, зачастую даже не понимая значения произносимых слов. Это недоразвитие внешних факторов эмоционального развития, особенности социализации ребенка, дефицит общения со взрослыми, бедный игровой и реальный опыт.

Основная направленность нашей педагогической работы с дошкольником – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в осознании эмоций и их регуляции.

Основные задачи по развитию и сохранению эмоционального здоровья:

- Знакомство детей с базовыми эмоциями и чувствами.
- Обогащение эмоциональной сферы ребенка положительными эмоциями.
- Обучение детей способам выражения эмоций.
- Обучение детей способам снятия мышечного и эмоционального напряжения.
- Снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии.
- Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом.
- Формирование активной позиции родителей в развитии эмоционально здоровой личности, просвещение родителей по данному вопросу (родительские собрания, стендовая информация).
- Саморазвитие, корректировка своего отношения к работе, детям, работа по сохранению своего эмоционального здоровья.

Работа проводится, как в ходе всего воспитательно-образовательного процесса, так и на специально организованных занятиях, где дети переживают эмоциональное состояние, знакомятся с опытом сверстников, а также с литературой, изобразительным искусством, музыкой, отражающими эмоции и чувства. Ценность таких занятий состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, что они начинают лучше понимать себя и других, у них развивается чувство эмпатии.

Поставленные задачи главным образом решаются с помощью сюжетно-ролевых, подвижных игр, игровых упражнений, элементов психогимнастики, этюдов, психомышечной тренировки. (все перечисленные техники, игры, этюды широко представлены в книге «В мире детских эмоций»).

Широко используются приемы арттерапии :

- музыкотерапия (звуки природы, музыка для релаксации и т.д.);
- сказкотерапия;

– изотерапия.

ИЗО-деятельность для ребенка не только художественно-эстетическое действие, а возможность выплеснуть свои чувства на бумагу. Уголок ИЗО-творчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге помогает ребенку в любое время выразить себя, свои чувства, эмоции, страхи. Воспитатель может понять по цвету, который был выбран для рисунка, как в данный момент на душе у ребенка, - тоскливо и тревожно или, наоборот, светло и радостно. Рисунки помогают понять нам чувства и эмоции детей.

Есть в нашей группе так же:

- «Волшебный мешочек», куда мы убираем все свои плохие слова;
- «Коврик для поднятия настроения», об который мы вытираем ножки до тех пор, пока не рассмеемся;
- «Сухой дождик», помогает расслабиться, снять мышечное напряжение, почувствовать приятные ощущения.

В планах также создание уголка уединения, оформленного с учетом возрастных и личностных потребностей дошкольников.

Методы и способы борьбы с гневом, которые уже знают дети: скомкать и разорвать бумагу; побить подушку; потопать ногами; втирать пластилин в картонку, превращая наш гнев, во что-то прекрасное, например, в цветок для мамы.

Развитие эмоциональной сферы, должно проходить в свойственных ребёнку видах деятельности – игре, рисовании, пении и танце. Необходимым условием всех воздействий должно быть – получение радости и удовлетворения от деятельности и результата.

Развивать эмоциональную сферу ребёнка, научить его осознавать свои эмоции и произвольно проявлять их - задача не только воспитателя, но и родителей и других специалистов. Поэтому мы стараемся привлекать родителей к решению этой проблемы. Оформляется стендовая информация по проблемам развития эмоциональной сферы детей, проводятся совместные развлечения.

Работа с родителями:

- Родительские собрания, целью которых является просвещение родителей, по вопросу эмоционального развития детей.
- Проведение совместных досугов, развлечений. Такие формы работы помогают понять детям, что ребенок в детском саду не одинок, что мама и папа включены в эту сторону жизни ребенка.

Ну и конечно же работа над собой, постоянный самоконтроль, все негативное надо оставлять за пределами группы и не переносить свое плохое самочувствие и настроение на детей. Ребенок должен понимать, что ему рады, что его ждали, что интересен он и то, что он говорит и делает.

Эмоциональная жизнь, эмоциональное благополучие, эмоциональное самовыражение и все высшие человеческие чувства развиваются в процессе

слаженной работы всех участников процесса. В дошкольном возрасте эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи

Очень важно, чтобы ещё в дошкольном детстве ребёнок приобрёл опыт эмоционального реагирования, поскольку этот период является определяющим для развития эмоциональной сферы.

### **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ ТЕХНОЛОГИИ «РАЗВИВАЮЩАЯ ПЕДАГОГИКА ОЗДОРОВЛЕНИЯ» В.Т.КУДРЯВЦЕВА**

Зуева Елена Валерьевна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад №2» КГО  
dbou2@mail.ru

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования одной из задач является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

В настоящее время отмечаются неблагоприятные тенденции к ухудшению психического здоровья детей и острая необходимость поиска средств совершенствования методов и приемов их оздоровления. Эмоциональная сфера детей дошкольного возраста характеризуется незрелостью, поэтому в различных ситуациях у них могут возникнуть неадекватные эмоциональные реакции, поведенческие нарушения, которые являются следствием снижения самооценки, переживания чувств обиды, тревоги.

В работе с детьми я использую технологию В.Т.Кудрявцева «Развивающая педагогика оздоровления» (автор - доктор психологических наук, директор института дошкольного образования и семейного воспитания РАО В.Т.Кудрявцев и его коллега Б.Б.Егоров). Технология способствует совместной деятельности педагога и детей, протекающей в форме живого насыщенного эмоционального контакта.

Развивающая педагогика оздоровления — направление, которое является формой развивающей работы, а оздоровление в целом — неотъемлемой частью развивающего образования в дошкольном учреждении. Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Здоровый и духовно развитый человек счастлив: он отлично себя чувствует, получает удовольствие от жизни, стремится к самосовершенствованию. Такого человека мы педагоги и должны

«создать» и воспитать, начиная с самого раннего детства. И для этого в настоящее время есть различные пути и возможности.

**«ДЛЯ ТЕЛА – АЭРОБИКА, А ДЛЯ МОЗГА – НЕЙРОБИКА»  
(МАСТЕР-КЛАСС)**

Квашнина Ольга Александровна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад № 1», КГО  
romashka.detsad1@yandex.ru

Нейробика — это зарядка для ума, разработанная американским нейробиологом Лоуренсом Катцом.

Нейробика - это комплекс упражнений, так называемая гимнастика для мышления, стимулирующая способность мозга к познанию. Она направлена на то, чтобы «сломать» привычные модели поведения и развивать творческое мышление. Нейробика стимулирует работу мозга, обостряет память, помогает развивать психические процессы: внимание, мышление, воображение.

Каждый день привычную жизненную рутину нужно разбавлять новыми впечатлениями. Мозг необходимо поддерживать в «рабочем состоянии», не давать ему «уснуть». Причем всем — и взрослым, и детям, у которых жизнь тоже быстро входит в привычную колею с повторяющимися ритуалами.

Специально разработанные упражнения для развития мозга позволяют создавать новые нейронные связи, которые позволяют быстро и эффективно обрабатывать новую информацию. Чем лучше развит мозг, тем лучше функционирует тело.

(Далее с участниками мастер-класса разыгрывается ряд упражнений по нейробике).

Нейробика не только разовьет твои мыслительные способности и позволит мозгу как можно дольше не стареть, но и внесет разнообразие в твою жизнь. Получайте от этого удовольствие! Фантазируйте и воплощайте фантазии в жизнь – все это заставит мозг обрабатывать новые эмоции и ощущения, и ваша память будет крепкой, как гранит.

Самое главное для развития мозга - сохранять интерес к миру, удивляться и восхищаться им.

**«ПУСТЬ ЗВУЧИТ ПОВСЮДУ СМЕХ, ШУТКИ ДОБРЫЕ ДЛЯ ВСЕХ»  
(МАСТЕР-КЛАСС)**

Кузнецова Юлия Владимировна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад № 1», КГО  
romashka.detsad1@yandex.ru

Смехотерапия – как один из доступных способов саморегуляции организма человека, снятия психоэмоционального напряжения.

«Смех-панацея от всех болезней».

Он положительно влияет на сердечно-сосудистую систему, улучшает пищеварение, укрепляет эндокринную и нервную систему. Он снижает выработку гормонов стресса и уровень холестерина, нормализует давление. Иногда достаточно всего лишь засмеяться, чтобы избавиться от головной боли.

Смех-полезное физическое упражнение, заставляющее одновременно работать 80 групп мышц. У человека двигаются плечи, вибрирует диафрагма, расслабляются мышцы шеи, спины и лица. Некоторые ученые сравнивают минуту смеха с 25 минутами занятий фитнесом. Во время смеха пульс учащается. Похожий эффект дают физические упражнения. Информация для тех, кто хочет похудеть: 10 минут смеха сжигают от 5 до 50 к/кал.

Смех, как оказалось, очень серьезное явление, о нем даже создана особая наука – гелотология, то есть – смехотерапия. Гелотология утверждает: смеяться надо не только потому, что хорошо и весело, но и чтобы стало хорошо и весело! Иными словами, чем больше смеется человек, тем он здоровее и счастливее.

(Далее проигрывается ряд упражнений).

## **«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ РАДОСТЬ» (МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ)**

Майорова Надежда Александровна,  
воспитатель МДОУ ЦРР № 2 «Радуга детства»  
mdou2@uobgd.ru

Цель: развитие эмоционального интеллекта. создание условий для активизации сенсорного аппарата, знакомство с приёмами снятия психоэмоционального напряжения и эмоционального возбуждения у детей (саморегуляции эмоционального состояния).

Задачи:

1. Образовательные: развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

2. Развивающие: развитие тактильной чувствительности, развитие творческого воображения, социального сотрудничества, эмоционального интеллекта детей.

3. Воспитательные: развитие групповой сплоченности, установление позитивного тактильного контакта.

Методы:

1. Игры и упражнения на активизацию сенсорного аппарата и повышение сенсорной чувствительности.

2. Игры и упражнения, направленные на контакт с телом (с применением элементов игрового сенсомоторного тренинга).

Структура мероприятия:

1. Приветствие (вхождение в процесс). Создается положительный эмоциональный настрой.

2. Определение цели.

3. Практические упражнения.

4. Рефлексия (сравнение поставленных и достигнутых целей – какие чувства испытали, что получили для себя, определение последующих целей).

5. Прощание. (Проговаривание слов благодарности каждому участнику).

Вступление.

Ведущий: Уважаемые коллеги! Рада вас я всех здесь видеть!

В гости вас я приглашаю и улыбкой всех встречаю!

Доброе утро всем, кто проснулся!

Доброе утро, кто улыбнулся!

Доброе утро всем!

Скажем вместе: Доброе утро всем!

1. Приветствие «Чуткие руки»

Ведущий: Приглашаю отправиться в страну Радость. Мы попробуем научиться выражать радость с помощью жестов, мимики и определять эмоциональное состояние людей, которые рядом с нами.

Ведущий: Поприветствуем друг друга!

Повторяйте, пожалуйста, движения за мной!

Что за чудо – чудеса:

Раз рука и два рука!

Вот ладошка левая,

Вот ладошка правая.

И скажу вам, не тая:

Руки всем нужны, друзья!

Сильные руки не бросятся в драку.

Добрые руки погладят собаку.

Умные руки умеют лечить.

Чуткие руки умеют дружить. Возьмитесь за руки. Почувствуйте тепло рук соседа. Улыбнитесь друг другу. Повторите: «Давайте жить... дружно!»

2. «Комплексная разминка»

Ведущий:

Солнце ярко засветило. Снег холодный растопило.

Пробудило все от сна. Это к нам пришла ...ВЕСНА!

В стране Радость наступила весна. Ярко светит солнце. Нарисуйте, пожалуйста, глазами солнце.

1) Гимнастика для глаз.



Нарисуем большой круг,  
Много лучиков вокруг.  
Это солнышко сияет,  
Все собою озаряет!  
Улыбнитесь солнышку!

2) Игра «Солнышко – туча».

Ведущий: Молодцы! Но иногда на весеннем небе появляются тучки. Поиграем? Если я скажу: «Солнышко!», то вы улыбаетесь и поднимаете руки вверх. Если: «Туча!», то сжимаетесь в комоч, руки в кулаки и хмуритесь.

3) Дыхательное упражнение.

Ведущий: Подуем на тучу, чтобы она не закрывала солнце. Встаньте, пожалуйста! Попробуем дышать правильно:

1. Делаем глубокий вдох через нос.
2. Медленно выдыхаем через рот. ( Повторить 3 раза).

Ведущий: Туча улетела. Я надеюсь, что на нашем небе сегодня будет светить солнце!

3. Этюд «Из семечка в дерево»

1. Представьте, что вы - маленькое семечко.
2. Семечко положили в землю (присели).
3. На него светит солнышко, и постепенно проклевывается маленький росточек (медленно встаем).
4. Росток превращается в большое раскидистое дерево (встаем во весь рост).
5. Дерево протягивает свои ветви к другим деревьям, здороваются с ними и дарит им свою любовь и доброту (покачиваем руками).
6. Улыбнитесь друг другу. Подарите друг другу радость!

4. Релаксация «Волшебный сон».

Ведущий: В стране Радость наступила ночь. Давайте отдохнём. Присаживайтесь, устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь.

Ведущий:

Ресницы опускаются.

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем.

Сном волшебным засыпаем...-2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко...-2раза

Наши руки отдыхают.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают. Засыпают.-2 раза.

Напряженье улетело

И расслаблено все тело. -2 раза.

Губы не напряжены,

Приоткрыты и теплы. -2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко.-2 раза

Мы чудесно отдыхаем,  
Сном волшебным засыпаем.-2раза  
Дышится легко, ровно, глубоко.  
Хорошо нам отдыхать,  
Но пора уже вставать.  
Крепче кулачки сжимаем,  
Выше их мы поднимаем.  
Потянуться, улыбнуться,  
Всем открыть глаза и встать.  
Что вы чувствовали, когда спали?  
Как вы думаете, волшебный сон помог вам стать добрее?

5. «Упражнение «Радостные лица».

Ведущий: Пока вы спали, нам пришло письмо. Посмотрим, что там?  
(открывает пакет, достает фотографии людей с радостным выражением лица.Рассматривают).

Ведущий: Какое чувство испытывают эти люди?

6.«Упражнение «Я радуюсь, когда...».

Ведущий: Чему радуетесь вы?

Ведущий берет желтый шарик.

Ведущий: Я радуюсь, когда мои близкие здоровы. Когда получается задуманное.

Ведущий передает шарик по кругу. Каждый участник проговаривает: «Я радуюсь, когда...».

7. Рефлексия.

Вот оно - ДЕРЕВО РАДОСТИ. Вы хотите, чтобы дерево расцвело? Под деревом лежат цветочки. Выберите, пожалуйста, цветок, соответствующий вашему настроению и прикрепите его на дерево.

Красный цветок – настроение отличное, желтый – хорошее, синий – удовлетворительное. (Выполняют).

Ведущий: Я рада, что у вас хорошее настроение!

8. «Прощание».

Ведущий: Наше путешествие в страну Радость подходит к концу. Возьмитесь, пожалуйста, за руки.

Занимались мы успешно,

Не устали мы, конечно.

А теперь мы на прощанье

Скажем вместе: «До свиданья!»

Своим рукопожатием мы передаем соседу тепло и радость! Спасибо за внимание и участие! Я надеюсь, что путешествие в СТРАНУ РАДОСТЬ вам понравилось.

Всего вам доброго!

## **ВЛИЯНИЕ ПЕДАГОГА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКА**

Павлова Лариса Михайловна,  
педагог-психолог МБДОУ № 27 «Росинка»,  
с. Новопышминское, Сухоложский район  
pavlovalarissa@mail.ru

Образовательный процесс в дошкольном учреждении, базирующийся на принципе гуманизации, нацелен на гармоническое развитие личности ребенка, сохранение и укрепление его здоровья, как физического, так и психологического.

Факторы, обуславливающие психологическое здоровье дошкольника разнообразны. Одним из важных, по мнению многих исследователей, изучающих данную проблему, является взаимоотношение его со взрослым. Так, опирающиеся на антропологический подход к проблеме психологического здоровья детей, В. И. Слободчиков и А. В. Шувалов пишут: «Отношение взрослого как форма и способ сопричастности к жизненному миру ребёнка является существенным фактором детского психологического здоровья». В зарождении же, установлении духовной близости в системе «ребёнок-взрослый» (наличие которой тесно связано с психологическим здоровьем ребёнка) особо важная роль отводится воспитательному такту (понимание и принятие взрослым детской самобытности, учёт возрастных возможностей, субъектного опыта ребёнка) и личностной зрелости. Данные условия нормального развития детско-взрослой общности, духовной близости представляются значимыми для определения эффективного педагогического общения специалистов дошкольного образования.

В МБДОУ №27 работа с педагогами в данном направлении осуществляется через проведение психологических тренингов, деловых игр, дискуссий. Вследствие этого у педагогов формируются понятия о психологическом здоровье, факторах, влияющих на него, и путях его укрепления. Специальное внимание уделяется развитию у педагогов психокоррекционных и психотерапевтических умений. Эти умения необходимы педагогу для сохранения и укрепления собственного психологического здоровья, предотвращения синдрома «выгорания».

«Здоровый педагог — здоровый ребенок» — такой системный подход положен в основу работы по укреплению психологического здоровья дошкольников в нашем детском саду.

Предлагаю несколько упражнений, направленных на выявление у педагогов уровня стресса и способности к стрессоустойчивости:

### Диагностическое упражнение «Стирка»

Представьте себе, что вы живёте в те времена, когда все стирали бельё вручную и развешивали его для просушки на улице. У вас в корзине скопилась

гора грязного белья, и вам нужно обязательно сегодня его выстирать. Однако, выглянув в окно, вы видите, что небо покрыто тяжёлыми свинцовыми тучами. Какие мысли при этом приходят вам в голову?

1. «Вот так дела! Может быть, мне стоит отложить стирку до завтра? Но тогда во что же одеться? »

2. «Подожду немного, может быть, погода наладится».

3. «Сегодня по прогнозу не должна быть такая погода».

4. «Не важно, пойдёт дождь или нет, я всё-таки начну стирку».

Интерпретация ответов

Когда к скучным домашним делам добавляется ещё и плохая погода, человек невольно оказывается в стрессовой ситуации. Ваша реакция на неудачу в день намеченной стирки является показателем, отражающим уровень стресса, испытываемого вами в жизни.

1. Если вы выбрали первый вариант, то по шкале от 0 до 100 уровень стресса у вас достигает отметки 80. Вы позволяете оказывать влияние на свою жизнь всем мелким неприятностям, которые могут с вами случиться. Вы настолько подвержены воздействию стресса, что малейшие препятствия и неудачи могут испортить вам настроение на длительное время. Вам пора взять отпуск и хорошенько отдохнуть, пока это стрессовое состояние не отразилось отрицательно на вашем здоровье.

2. Если вы надеетесь, что погода может улучшиться, то уровень стресса, испытываемого вами, составляет 50. Неблагоприятные обстоятельства не сбивают вас с толку, и вы продолжаете сохранять позитивное восприятие жизни даже при возникновении непредвиденных неприятных условий. Вы по-прежнему стараетесь справляться с возникающими проблемами, и в результате всё складывается благополучно. Не забывайте, что не всякий стресс является отрицательным. Относитесь к препятствиям и неудачам, происходящим в вашей жизни, как к стимулу, побуждающему вас преодолеть их.

3. Если вы выбрали этот вариант, то уровень испытываемого вами стресса близок к 0. Вы не позволяете мелким неприятностям и проблемам испортить вам день и не видите причины тревожиться по поводу их возникновения. Возможно, вы открыли для себя очень хорошую, мудрую житейскую философию: ваши беспокойство и волнение не станут препятствием для дождя, он всё равно пойдёт.

4. Если вы ответили, что начнёте стирать независимо от того, будет идти дождь или нет, то уровень испытываемого вами стресса равен 100. Вы ощущаете гнёт такого количества неблагоприятных обстоятельств в своей жизни, что не обращаете внимания на существующие реальные условия и пытаетесь делать невозможное, чтобы их изменить. Когда вам это удаётся, то вы сталкиваетесь с ещё более серьёзной проблемой и, следовательно, испытываете ещё более сильный стресс, чем прежде. Если вы выделите время и позволите себе отдохнуть и основательно поразмышлять, то вы убедитесь, что все ваши усилия были напрасными. Успокойтесь и воспринимайте

происходящее более хладнокровно, ведь после грозовой погоды обычно наступает прекрасный солнечный день.

#### Упражнение «Передача чувств»

Все встают в затылок друг за другом. Последний поворачивает предпоследнего и передает ему мимикой какое-либо чувство (радость, гнев, печаль, удивление и т.д) 2-й человек должен передать тоже чувство. Потом сравнивают то, что передали вначале и то, что дошло.

#### Упражнение «Отдых»

И.П. – стоя, выпрямится, поставит ноги на ширину плеч. Вдох. На выдохе наклонится, расслабив шею и плечи так, чтобы голова и руки свободно свисали к полу. Дышать глубоко, следить за дыханием. Находиться в таком положении 1-2 мин. Затем медленно выпрямиться.

#### Притча про осла и колодец

Однажды осел фермера провалился в колодец.

Пока фермер думал, как ему поступить, животное часами издавало жалобные звуки. Наконец, фермер принял решение. Он посчитал, что осел уже старый, а колодец нужно было закрывать в любом случае. Просто не стоило тратить тех усилий ради того чтобы вытаскивать старого осла. Он пригласил всех своих соседей помочь ему закопать колодец. Все дружно взялись за лопаты и принялись копать и забрасывать землю в колодец.

Осел сразу же понял к чему идет дело и начал издавать страшный визг. Затем, к всеобщему удивлению, он притих. После нескольких бросков земли фермер решил проверить и посмотреть, как там внизу. Он был изумлен от того, что он увидел.

С каждым куском земли, падавшим на его спину, ослик проделывал что-то совершенно невероятное. Он встряхивался и становился поверх сброшенной земли. Пока соседи фермера продолжали забрасывать землю в колодец, каждый раз животное встряхивалось и становилось поверх насыпанной земли. Очень скоро все удивились, потому что увидели, как ослик поднялся наверх, перепрыгнул через край колодца и умчался вперед!

В жизни вам будет встречаться много всяких неприятностей, и каждый раз жизнь будет посылать вам все новую и новую порцию. Всякий раз, когда упадет ком земли, встряхнись и поднимайся наверх, и только так Вы сможете выбраться из колодца.

Каждая из возникающих проблем - это как камень для перехода на следующую ступеньку.

Если не останавливаться и не сдаваться, то можно выбраться из любого, даже самого глубокого колодца.

**Встряхнись и поднимайся наверх!**

#### Игра «Ларец желаний»

Цель: снятие эмоционального напряжения. Создание позитивного настроения.

Участникам предлагается достать из ларца листы, на которых написано, что их ожидает сегодня или что им нужно сделать в ближайшее время.

В ближайшее время тебе особенно повезет!
Жизнь готовит Вам приятный сюрприз!
Жизнь готовит Вам приятный сюрприз!
Люби себя такой, какая ты есть – единственную и неповторимую!
Наступило время сделать то, что ты постоянно откладываешь на потом!
Наступило время сделать то, что ты постоянно откладываешь на потом!
Люби себя такой, какая ты есть – единственную и неповторимую!
Обязательно сделай себе подарок, ты этого заслуживаешь!
Обязательно сделай себе подарок, ты этого заслуживаешь!
Что бы ты не делала, радость и спокойствие всегда будут рядом!
Что бы ты не делала, радость и спокойствие всегда будут рядом!
Все твои желания и мечты реализуются, поверь в это!
Ближайший месяц твой! Работа или отдых – решать тебе!
Не веришь в сказку? А зря... что-то чудесное и волшебное готовит тебе весна!
Все твои желания и мечты реализуются, поверь в это!
Просто необходимо устроить себе праздник, позвать хороших друзей и добрых коллег!
Не веришь в сказку? А зря... что-то чудесное и волшебное готовит тебе весна!
Давно не уделяла себе времени? Салон красоты или просто ароматная ванна порадует тебя!
Просто необходимо устроить себе праздник, позвать хороших друзей и добрых коллег!
Давно не уделяла себе времени? Салон красоты или просто ароматная ванна порадует тебя!
Ты нужна, тебя любят, тобой восхищаются и гордятся... дорожи этим!
Не бойся своих желаний, их исполнение дает новые жизненные ресурсы!
Загляни внутрь себя, там есть все то, что тебе так импонирует в других людях!
А часто ли ты довольна своими поступками? Если нет, то обязательно найди повод гордиться собой!
Загляни внутрь себя, там есть все то, что тебе так импонирует в других людях!
Ты нужна, тебя любят, тобой восхищаются и гордятся... дорожи этим!
Внутри каждого человека есть хотя бы одно малюсенькое позитивное качество... рассмотри его!

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ В МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Прожерина Наталья Геннадиевна, музыкальный руководитель  
МКДОУ Галкинский детский сад Камышловского района  
[galkinosad@yandex.ru](mailto:galkinosad@yandex.ru)

Эмоциональное здоровье напрямую связано с психическим здоровьем. Здоровая нервная система – залог успешного развития ребенка. Раннее и дошкольное детство - это время, когда эмоции господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, управляют и регулируют все остальные его психические функции.

В последние годы, увеличилось число детей имеющих различные нарушения нервно-психического здоровья. Такие дети не могут сосредоточиться на выполнении задания, постоянно отвлекаются, плохо запоминают материал, испытывают трудности в общении с ровесниками и педагогами. Эти дети чрезмерно беспокойны, суетливы, драчливы, постоянно кричат, сильно возбуждаются и долго не могут успокоиться. При малейшей неудаче обижаются, плачут, пускают в ход кулаки – всё поведение ребёнка основывается на эмоциях.

Огромная роль в развитии эмоциональной сферы дошкольников принадлежит музыке. С помощью музыки ребенок эмоционально и личностно познает себя и других людей; осуществляет художественное познание окружающего мира; реализует творческий потенциал. Организация взаимодействия детей с искусством помогает ребенку выражать свои эмоции и чувства близкими ему средствами: звуками, красками, движениями.

Эмоциональная отзывчивость у детей заложена с рождения, а вот насколько сильно она проявляется, зависит от взрослого.

Хочется привести цитату Людвиг ван Бетховен «Музыка - посредница между жизнью ума и жизнью чувств».

Музыка развивает эмоциональную сферу. Музыка - это и есть собственно эмоция.

Зачем нужно развивать эмоциональность у детей?

- умение контролировать свои чувства так, чтобы они не “переливались через край”;
- способность сознательно влиять на свои эмоции;
- умение определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть (признавать их);
- способность использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;

- умение эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения;
- способность распознавать и признавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему.

Свой опыт по формированию эмоционального здоровья детей дошкольного возраста представлю на семинаре.

## **МУЗЫКОТЕРАПИЯ – КАК СПОСОБ КОРРЕКЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

Трохова Валентина Михайловна,  
музыкальный руководитель МАДОУ «Детский сад №2» КГО  
dbou2@mail.ru

Значение музыкотерапии, влияние воздействия музыки на физиологию и психику ребенка.

Эффективные условия, взаимообогащающие процесс: сочетание правильно подобранной музыки с психогимнастикой, театральными, ритмо-пластическими играми и этюдами.

Из опыта работы с детьми с ОВЗ

Рекомендации по подбору музыкальных произведений для музыкотерапии.

Развитие темы или её отражение в программах «Театр удивительного», дополнительной общеразвивающей программе художественно-эстетического направления, долгосрочным проектам по театрализованной деятельности.

## **ПЛОЩАДКА № 3 «ДОБРЫЙ ЧЕЛОВЕК ЗДОРОВЕЕ ЗЛОГО» - О ЗДОРОВЬЕ СОЦИАЛЬНОМ...**

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗВИТИИ РЕЧИ ДЕТЕЙ РАННЕГО И МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Банникова Оксана Анатольевна, учитель-логопед  
Дерябкина Надежда Николаевна, воспитатель  
Бунтовских Марина Викторовна, воспитатель  
МБДОУ «Детский сад № 8», г. Каменск-Уральский  
detsad-8@bk.ru



Проблема здоровья детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества.

«Здоровье детей - здоровье нации!» Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в ФГОС дошкольного образования. Задача охраны, сохранения и укрепления здоровья детей стала одной из ключевых в построении и развитии системы дошкольного образования на современном этапе.

Характерной особенностью поведения ребенка раннего и младшего дошкольного возраста является высокая двигательная активность, эмоциональность, большой интерес к окружающему, большая потребность в частом общении с взрослыми. И именно в этом возрасте решающее значение для правильного, всестороннего развития ребенка имеет состояние его здоровья.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия воспитателей, учителя-логопеда, педагога-психолога, инструктора по ФК и медиков, с целью сохранения и укрепления здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

В МБДОУ «Детский сад № 8» города Каменск - Уральского отводится большая роль здоровьесберегающим технологиям и весь педагогический процесс ДОУ осуществляется в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения, который направлен на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Очень важно понимать, что любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей, а любые воздействия на дошкольника должны в своей основе иметь принцип здоровьесбережения.

В 2018 году с появлением в нашем коллективе учителя-логопеда решили систематизировать накопленный опыт, разработать и реализовать проект «Растем, играем, говорим и здоровье сохраним», так как считаем очень важным использование здоровьесберегающих технологий в речевом развитии детей раннего и младшего дошкольного возраста.

Почему выбрали данное направление? Актуальность опыта состоит в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Актуальность же использования здоровьесберегающих технологий в развитии речи с детьми дошкольного возраста заключается в следующем:

- совершенствование общей и мелкой моторики;
- совершенствование артикуляционной моторики;
- развитие речевого дыхания и силы голоса;
- обогащение словарного запаса;
- развитие связной речи;
- формирование фонематических функций;
- совершенствование психических функций.

Целью применения здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей раннего и младшего дошкольного возраста является оптимизация процесса сохранения и коррекции речи, поддержание и укрепление здоровья детей.

Задачами здоровьесберегающих технологий в процессе развития речи являются:

- создание условий, обеспечивающих эмоциональное благополучие каждого ребенка и желание говорить;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- повышение адаптивных возможностей детского организма.

Использование здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей с детьми раннего и младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ:

- способствует повышению речевой активности;
- развивает речевые умения и навыки;
- снимает эмоциональную напряженность и тревожность, восстанавливает работоспособность;
- активизирует познавательный процесс;
- улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.

Наш проект представлен в виде кейса, в который вошли следующие здоровьесберегающие технологии в развитии речи детей:

- пальчиковая гимнастика;
- массаж и самомассаж, су-джок терапия;
- дыхательная гимнастика;
- логоритмические упражнения;
- артикуляционная гимнастика и бионергопластика;
- криотерапия;
- элементы музыкотерапии, сказкотерапии, куклотерапии, песочной терапии;
- кинезиологические упражнения.

Пальчиковая гимнастика - это вид здоровьесберегающих технологий, который применяется не только для развития мелкой моторики рук, но и для решения проблем с речевым развитием у детей. Тренировка пальцев рук влияет на созревание речевой функции. Если у малыша ловкие, подвижные пальчики, то и говорить он научится без особого труда, речь будет развиваться правильно. Развитие мелкой моторики оказывает благоприятное влияние на развитие речи, развитие зрительно-пространственной координации, активизации познавательной и речемыслительной деятельности.

В ходе проведения пальчиковой гимнастики дети производят активные и пассивные движения пальцами. Используются такие виды упражнений:

- массаж;
- действия с предметами или материалами («развивающие дорожки», бусинки-горошки, платочки, орехи, игрушки-сюрпризы и т.д.);
- пальчиковые игры или игротренинг («пальчики-музыканты», «пальчики-путешественники», «пальчики-фокусники» и пальчиковые игротренинги: «кус-кус», узелки», лыжники», «прогулка»).

Очень важно правильно проводить массаж, например: массаж грецкими орехами, массаж шестигранным карандашом, мячиками-ежиками. Самомассаж помогут сделать «волшебные мешочки», «сухой бассейн», бигуди и щетки для волос, математические счеты, клавиатура.

Особый интерес вызывает Су-Джок-терапия. Массаж Су-Джок хорошо подходит для малышей. Достоинства Су – Джок:

- высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект;
- абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно;
- универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Дыхательная гимнастика - это система специальных упражнений, стимулирующих активность дыхательной системы. Использование дыхательной гимнастики помогает:

- улучшить работу внутренних органов;
- активизировать мозговое кровообращение, повысить насыщение организма кислородом;
- тренировать дыхательный аппарат;
- осуществлять профилактику заболеваний органов дыхания;
- повысить защитные механизмы организма;
- восстановить душевное равновесие, успокоиться;
- развивать речевое дыхание.

Мы в своей работе используем пособия «Загони мяч в ворота», «Накорми животного» и др. для повышения эффективности выполнения дыхательных упражнений.

Логоритмика - это система музыкально-двигательных, музыкально-речевых игровых упражнений. Логоритмика позволяет:

- развивать внимание, слух, восприятие;
- развивать пространственные ориентиры;
- способствовать коррекции речевых нарушений, фонематического слуха, темпа и ритма дыхания.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков и коррекции нарушения звукопроизношения, а также помогает выработке полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата.

Биоэнергопластика – это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки. Преимущества биоэнергопластики:

- оптимизирует психологическую базу речи;
- улучшает моторные возможности ребенка по всем параметрам;
- способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов;
- синхронизация работы речевой и мелкой моторики сокращает время занятий и усиливает их результативность.

Детям младшего дошкольного возраста очень нравятся такие статические упражнения как «Бегемотик», «Хоботок», «Лопатка», «Чашечка» и др.

Для повышения результативности образовательного процесса, а также сохранение и укрепление здоровья детей используем элементы музыкотерапии, сказкотерапии, куклотерапии, песочной терапии, криотерапии.

Криотерапия – одна из современных нетрадиционных методик коррекционной педагогики, заключающаяся в использовании игр со льдом. Дозированное воздействие холода на нервные окончания обладает благотворными свойствами. Эффект основан на изменении деятельности сосудов, что значительно усиливает приток крови к месту воздействия, в результате чего улучшается питание тканей, импульсация, в кору головного мозга подаются направленные сигналы, вследствие чего, лучше развивается двигательная зона. Это оказывает влияние, как на общее оздоровление организма, так и на развитие мелкой и артикуляционной моторики, что в свою очередь влияет на развитие речи ребенка. Интересны такие дидактические игры и упражнения как: «Морская прогулка», «Достань игрушку», «Рыбка», «Веселый язычок» и др.

Кинезиология – это универсальный метод развития умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Именно такие упражнения как: «Перекрестные шаги», «Слон», «Колечки», «Кулак-ладонь-ребро» позволяют улучшить работу головного мозга, тем самым улучшить

память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость. Включение кинезиологических упражнений в систему нашей работы способствуют преодолению отклонений в речевом развитии у детей, и оказывает оздоравливающее влияние на весь детский организм.

Таким образом, использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий в рамках реализации педагогического проекта помогает в создании наиболее разнообразной, интересной для ребенка речевой среды, способствует решению задачи по гармоничному развитию детей раннего и младшего дошкольного возраста более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует личность ребенка в целом.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДОВ И ПРИЁМОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОСОБЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Беляева Юлия Владимировна, учитель-логопед  
МКДОУ Порошинский детский сад № 12,  
Камышловский муниципальный район  
natok86@yandex.ru

Анализируя данные ежегодного мониторинга, осуществляемого в нашем дошкольном учреждении, мы пришли к выводу, что в последнее время ухудшается психофизическое здоровье воспитанников. С каждым годом количество дошкольников, имеющих статус детей с ОВЗ, возрастает.

Данная категория детей отличается от своих сверстников по некоторым показателям. Изучив литературу, были определены особенности физического и психологического развития детей с ОВЗ. Из особенностей вытекает потребность в разнообразных формах и видах деятельности, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Комплекс этих мер получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

Использование и внедрение данной технологии дает возможность компенсировать нарушения речи, предупредить вторичные отклонения, подготовить детей к последующему обучению в школе. Кроме того, альтернативные методы и приемы помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

Цель работы: отбор и систематизация нетрадиционных методов и приёмов, направленных на здоровьесбережение детей с ОВЗ.

Данный опыт работы представлен в сборнике: «Сборник нетрадиционных методов и приёмов здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с особыми возможностями здоровья». /сост. Беляева Ю.В. п/о Порошино МКДОУ Порошинский детский сад №12.

Сборник адресован педагогам ДОУ, учителям-логопедам, педагогам-психологам для внедрения данных методов и приёмов в практическую деятельность в процессе организации совместной деятельности с детьми, во время режимных моментах и на прогулке. Может быть рекомендован родителям, будет полезен студентам педагогических специальностей, а так же всем интересующимся проблемами развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Сборник разделён на 3 основных блока (на основе педагогической классификации Н.К. Смирнова).

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья
2. Технологии обучения здоровому образу жизни
3. Коррекционные технологии

В каждом блоке представлены примеры нетрадиционных методов и приёмов здоровьесберегающих технологий (например, такие как аурикулярный массаж, самомассаж ложками, криотерапия, пальминг, биоэнергопластика и др.)

Эти методы и приёмы работы принадлежат к числу нетрадиционных и эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста.

Список литературы:

1. Косинова Е.М. Уроки логопеда: игры для развития речи / Е.М. Косинова.- М.: Эксмо: ОЛИСС, 2011
2. Бушлякова Р.Г. «Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой», Издательство: Детство-Пресс. 2011г.с.
3. Крупенчук О.И. Логопедический массаж ложками / О.И. Крупенчук. – СПб.: Детство – Пресс, 2014
4. Крупенчук О. И. Научите меня говорить правильно! Пособие по логопедии для детей и родителей. - СПб.: Издательский дом «Литера», 2001.
5. Кудинова М.А. Здоровьесберегающие технологии в системе коррекции речи дошкольников. – ж. Логопед, №2, 2010г.
6. Панфёрова И.В. Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике. // Логопед, №2, 2011г.
7. Власова Т.М., Пфафенродт А.Н. Фонетическая ритмика: Пособие для учителя Издательство: «ВЛАДОС», 1996

8. Мальгавко Н.В. «Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми» стр: 50-54.// Логопед. №1, 2012.
9. Новые логопедические технологии: учебно-метод. пособие / В.М. Акименко. – изд. 2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – (Сердце отдаю детям).
10. Развивающие технологии в логопедии / В. М. Акименко. — Ростов н/Д: Феникс, 2011.

### **ЗНАКОМСТВО С ПРИЁМАМИ СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (МАСТЕР-КЛАСС)**

Болотская Лариса Вячеславовна,  
Воспитатель МАДОУ «Детский сад № 1», КГО  
romashka.detsad1@yandex.ru

В п.2.3. ФГОС ДО говорится, что образовательная программа дошкольной организации формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста.

Кратко можно сказать так: «Социализация – это вхождение в социум, а индивидуализация – это развитие индивидуальных особенностей ребёнка».

Одна из важных потребностей маленького ребёнка – это потребность быть любимым. К концу дошкольного возраста у детей должно быть сформировано понимание того, что они любимы близкими людьми, а с другими поддерживают хорошие отношения.

Всеми этому способствует личностно-ориентированное общение педагога с детьми в созданной предметно-образовательной среде.

Уважаемые коллеги! Перед вами предметы развивающей среды. Подумайте и скажите, как с этими предметами можно действовать, чтобы ребёнку в группе было комфортно и интересно? (раздаёт участникам мастер-класса следующие предметы: подушка-поплакушка, коврик злости, кукла-обнимушка, коробка добрых дел, мешочки настроения, коробка-мирилка, ласковые рукавички).

(Участники мастер-класса рассказывают свои версии применения предметов развивающей среды).

(Ведущий подводит итог).

В младшем дошкольном возрасте воспитатель в нужный момент предлагает малышу то или иное пособие. В старшем возрасте дети сами проявляют желание взять пособие, которое поможет обрести покой и поднять настроение.

(Ведущий рассказывает, как он использует эти пособия в работе с детьми).

Вывод: Применяя данные пособия, я вижу, как у детей снизился уровень тревожности, повысилась самооценка. Дети стараются избегать конфликтов между собой, осваивают приёмы саморегуляции своего настроения.

### **ПРИМЕНЕНИЕ АВТОРСКОЙ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ РЕЧИ АВГУСТОВОЙ РОМЭНЫ ТЕОДОРОВНЫ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С СИНДРОМОМ ДАУНА**

Волкова Наталья Викторовна,  
учитель-логопед МКДОУ Калиновский детский сад,  
Камышловского муниципального района  
dskalinka2015@yandex.ru

1. Социализация обучающихся с ОВЗ - основополагающее направление реализации ФГОС ДОО.
2. Основной барьер адаптации воспитанников с синдромом Дауна к ДОО – отсутствие коммуникации.
3. Методика Августовой Р.Т. в работе с детьми с синдромом Дауна: основные задачи, направления в работе, системанакопления активного и пассивного словаря.
4. Обобщение опыта применение методики на практике.

### **СОЦИАЛЬНЫЙ ТЕАТР КАК СРЕДСТВО РЕШЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ И ПРАВСТВЕННЫХ ПРОБЛЕМ РЕБЕНКА**

Зубова Наталья Витальевна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад № 2», КГО  
dbou2@mail.ru

Социально-личностное развитие ребенка - одно из наиболее сложных и значимых направлений педагогического процесса современного дошкольного учреждения.

В последние годы, к сожалению, отмечается увеличение количества детей, имеющих нарушения в социальном развитии.

В группе реализуется технология Г. М. Бревде «Сегодня и ежедневно». Организация жизнедеятельности каждого дня детей строится с учетом еженедельных и ежедневных ритуалов. Один из еженедельных ритуалов – «День театра и игры». Мы разработали проект по театральной деятельности «Волшебный мир театра». Вначале мы рассматривали реализацию этого проекта как одну из возможностей улучшения речи детей, выявление и



развитие одаренных детей, проявление индивидуальности. Но со временем поняли, что возможности реализации данного проекта гораздо шире. Через театрализованную деятельность мы можем не только создать условия для успешного социального развития каждого ребенка, но и решать личностные и нравственные проблемы детей. Таким образом, в нашем проекте появился целый раздел «Социальный театр».

Социальный театр – это:

- Театр, посвященный жизненным проблемам детей.
- Театр, способный поднимать острые нравственные проблемы.
- Театр - форма искусства, которая способна не только развлечь, но и максимально воздействовать на зрителя, воспитывая в нем определенные нравственные черты.
- Театр, дающий возможность поговорить о причинах проблемы, о том, что ждет героев спектакля.

Для этого раздела мы сформулировали цель нашей деятельности, определили задачи для детей, для педагога, для родителей, а также результат нашей совместной деятельности.

Для того, чтобы заглянуть в мир маленького ребенка, мы предложили каждому ребенку оформить «Книгу о себе». Дети с удовольствием работают с этой книгой. А нам, педагогам, она помогает через разный диагностический материал увидеть проблемы у каждого из них.

Сказка, как уникальный вид творчества, ближе всего детской душе. Она заставляет ребенка смеяться, переживать и надеяться, одним словом чувствовать.

Наверное, только с помощью сказки можно без нравоучений объяснить что хорошо, а что плохо, как нужно поступать в какой либо ситуации, а как не стоит, можно развить эмоционально-волевую сферу ребенка, скорректировать возникшие у него эмоциональные проблемы, развить его личность, сформировать созидательную систему ценностей.

Выявив проблемы детей, мы используем метод сказкотерапии – это форма познания и лечения души, использование сказок, которые благотворно влияют на психику ребенка. Сказкотерапия концентрирует свое внимание на сюжетности психических процессов, то есть на происходящих с душой историях.

Работа со сказкой, постановка разных по своему содержанию сказок позволяет выйти на новый уровень, что влияет на разные аспекты социально-личностного развития дошкольников и его результаты.

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РЕЧЕВОМ РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

Коновалова Анастасия Михайловна,  
воспитатель МКДОУ Порошинский детский сад № 12,  
Камышловский муниципальный район  
natok86@yandex.ru

Современная ситуация социально-экономического развития нашей страны, гуманизация образования предусматривает разработку принципиально новых условий для свободного развития всех резервов физического и духовного становления личности. Нужно как можно больше внимания уделять в детском саду тому, чтобы дети владели искусством сохранения и укрепления здоровья.

В связи с этим, хотелось бы остановить внимание на таких понятиях, как: «здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ» и «здоровьесберегающие образовательные технологии».

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании – обеспечить ребенку дошкольного возраста возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровьесберегающие технологии не только благоприятно влияют на профилактику и оздоровление организма, но и особое влияние оказывают на речевое развитие дошкольников.

Учитывая данные положения, актуально рассматривать возможность применения здоровьесберегающих технологий в речевом развитии дошкольников. Грамотная речь – это одно из важных условий полноценного и всестороннего развития детей. Если у ребенка правильная речь, без дефектов, то ему легче общаться со сверстниками и взрослыми, активнее происходит познание окружающего мира, и развитие психических процессов.

В практике работы зарекомендовали себя следующие здоровьесберегающие технологии, которые благоприятно влияют на речевое развитие дошкольников: технологии сохранения и стимулирования здоровья (пальчиковая гимнастика, в том числе методика «Расскажи стихи руками» Алябьевой Е.А., артикуляционная гимнастика, динамические паузы, подвижные игры со словами, дыхательная гимнастика, кинезеологические упражнения, релаксация); технологии обучения здоровому образу жизни (коммуникативные игры, самомассаж, Су - Джек терапия, контрастные водные ванночки для рук по Алямовской В.А.); коррекционные технологии (сказкотерапия, фонетическая ритмика, биоэнергопластика).

Здоровьесберегающие технологии, используемые в работе с детьми, позволяют своевременно скорректировать имеющиеся нарушения речи у ребенка, повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие; дети

учатся видеть, слышать, рассуждать; корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности; снимается эмоциональное напряжение и тревожность, что в дальнейшем окажет существенное влияние на качество школьного обучения.

Список литературы:

1. Александрова, О.В. Развитие мышления и речи для малышей 4-6 лет / О.В. Александрова. - М.: Эксмо, 2013. - 48 с.
2. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. Школа здоровья. 2000.
3. Бабенко Е. А.; Федоровская О. М. «Игры, которые лечат» Творческий центр «Сфера» М. 2008.
4. Гаврючина Л. В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Методическое пособие М.; 2007.
5. Коноваленко, С.В. Развитие психо-физиологической базы речи у детей дошкольного возраста с нарушениями развития / С.В. Коноваленко. - СПб.: Детство Пресс, 2012. - 112 с.
6. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
7. Куликовская. Т.А. Артикуляционная гимнастика в стихах и картинках. Пособие для логопедов, воспитателей и родителей/ Т.А.Куликовская. – М.: Издательство ГНОМ, 2014
8. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика- Синтез , 2009-2010.
9. Цвынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. Новгород. Флокс, 1995г.

## **СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ С ДЕТЬМИ С ОСОБЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА**

Мотречко Татьяна Алексеевна, воспитатель  
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №4» КГО  
dou.dou-4@yandex.ru

Здоровье детей нашего государства отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования.

Дошкольный возраст считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья, поэтому основная задача оздоровительной работы заключается в укреплении здоровья дошкольника, формировании здорового образа жизни.

Обучение здоровому образу жизни - целенаправленный, систематический и организованный процесс.

Отличается своей спецификой работа по формированию здорового образа жизни с детьми с особыми возможностями здоровья.

Моя профессиональная деятельность осуществляется с детьми с тяжелыми нарушениями речи в группе компенсирующего вида. В логопедической группе коррекционное направление работы является приоритетным.

При работе с детьми с особыми возможностями здоровья коррекционно-развивающая работа тесно переплетается с деятельностью по формированию здорового образа жизни.

Эффективность данной деятельности во многом зависит от преемственности в работе педагогов детского сада. Преемственность в работе педагогов заключается в слаженной совместной деятельности воспитателей и специалистов, работающих на группе компенсирующего вида.

Логопед и воспитатель используют в своей деятельности общие формы работы с детьми:

- логопедические пятиминутки;
- подвижные игры;
- сюжетно-ролевые игры;
- пальчиковую гимнастику;
- артикуляционную гимнастику.

Данные формы работы наряду с развивающей составляющей несут оздоровительный эффект.

Ежедневное взаимодействие воспитателя с педагогом – психологом при работе с детьми с ОВЗ просто необходимо. Рекомендации, которые педагог-психолог дает в отношении детей, проявляющих отклонения в поведении, развитии познавательных процессов, воспитатель учитывает в своей работе.

С учетом рекомендаций специалистов строю образовательный процесс, используя современные образовательные технологии.

В работе ежедневно используются методы и приемы здоровьесберегающих технологий: дыхательную гимнастику, утреннюю гимнастику, самомассаж, ходьбу по массажным дорожкам, пешие ежедневные прогулки и т.д. Данные приемы способствуют формированию навыков здорового образа жизни, оказывают положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Специфика работы с детьми с особыми возможностями здоровья заключается не только в особом подборе средств обучения и воспитания, но и в индивидуальном подходе к каждому ребенку. Некоторые дети не могут быстро уяснить структуру движения даже при помощи рассказа, демонстрации, или же им не хватает времени для овладения этим движением. Именно такие дети и нуждаются в индивидуальных занятиях, которые проводятся как отдельно с

каждым ребенком, так и с небольшими подгруппами по 3-5 человек. При таком подходе дети не только усваивают действия, которые были трудны для них на занятиях, но и обучаются дополнительно более сложным действиям.

Отражая специфику работы в группе компенсирующего вида и учитывая принцип интеграции образовательных областей, задачи речевого развития учитываются на всех занятиях, а также в процесс работы по формированию здорового образа жизни

Так, например, при разучивании новой физминутки, внимательно слежу за тем, чтобы все дети четко проговаривали слова, правильно произносили звуки. Пальчиковую гимнастику провожу тоже с проговариванием стихов. Детям очень нравится играть в сюжетно-ролевые игры, в ходе которых они исполняют роль какого-либо героя, громко декламируя речь персонажа.

Неотъемлемой частью организации образовательного процесса стали театрализованные постановки. Театрализованная деятельность позволяет детям реализовать свои коммуникативные способности, способствует речевому развитию, реализации двигательной активности воспитанников.

Перечисленные формы с детьми выполняют здоровьесберегающую функцию, следовательно, способствуют сохранению и укреплению здоровья, формированию здорового образа жизни моих воспитанников.

**КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №14»  
КАМЫШЛОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
КАК ФОРМА РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ ДОШКОЛЬНИКОВ  
С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ**

Степанова Виктория Васильевна, старший воспитатель  
Спиридонова Ольга Ивановна, педагог-психолог  
detskiisad14.skazka@yandex.ru

По статистике Минздравсоцразвития России количество детей-инвалидов за 25 лет выросло в 13 раз и составляет около 700 тысяч человек, детей с ОВЗ - 751 тысяча. Происходит увеличение числа новорожденных весом менее 2,5 кг.

В дошкольные образовательные организации родители приводят детей с ограниченными возможностями здоровья: с синдромом Дауна, с интеллектуальной недостаточностью (ЗПР, ЗППР, УО), с серьезными ортопедическими проблемами (ДЦП). Родители желают видеть своих детей счастливыми, социализированными, принятыми в обществе.

У родителей с «особыми» детьми не всегда есть возможность получить комплексную помощь в развитии и воспитании такого ребенка из-за удаленности территории (150 км) от центра.

Таким образом, мы имеем общественно значимую проблему, связанную с необходимостью ранней профилактики нарушений развития детей, в обеспечении успешной социальной-образовательной интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, и оказания помощи родителям.

В городе Камышлов функционирует 10 дошкольных образовательных учреждений. Количество детей, посещающих детские сады, 1703 человек, что составляет 80% детей в возрасте от 2 до 7 лет и 100% с 3- до 7 лет. Эффективно работают в дошкольных организациях группы кратковременного пребывания. Аналогов проекту на территории Камышловского городского округа и Камышловского района нет.

Большая часть родителей здоровых детей выбирают образование в дошкольных образовательных организациях, обращаясь за консультативной и методической помощью только на ранних этапах развития ребенка. В то же время увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов.

Не каждый родитель ребенка с ограниченными возможностями здоровья готов сотрудничать с педагогами дошкольной организации, знает и понимает особенность своего ребенка и способен вместе преодолевать трудности и развиваться. Проведя анкетирование в МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 14» КГО среди родителей определено, что на вопрос: «Будут ли они обращаться за консультацией к специалистам (неврологу, психиатру, логопеду, дефектологу, психологу) ответили: нет – 47%, возможно, да – 29%, не задумывались об этом- 24%.

Консультационный центр осуществляет свою деятельность на основе нормативных правовых актов федерального и регионального уровня. В рамках работы консультационного центра выбраны следующие приоритетные направления работы: профилактическое, консультативное, просветительское.

Организация психолого-педагогической помощи родителям и детям в Консультационном центре строится на основе интеграции деятельности разнопрофильных специалистов:

- учителя-логопеда;
- педагога-психолога;
- музыкального руководителя;
- инструктор по физической культуре;
- медицинской сестры.

Основные формы работы специалистов центра:

1. Диагностика различного профиля (в том числе и мониторинги), консультирование, коррекционно-развивающая работа. Диагностика осуществляется специалистами центра в зависимости от запроса родителей (законных представителей).

2. Консультирование – основной вид деятельности сотрудников центра. Тематика консультирования разнообразна и касается вопросов обучения, воспитания, социализации детей от 2 месяцев до 7 лет.

Например:

- эмоциональное состояние ребенка;
- особенности воспитания ребенка с ОВЗ;
- поведенческие проблемы ребенка;
- проблемы в обучении и воспитании детей;
- особенности детско-родительских отношений;
- тревожность и страхи у детей;
- психологическая готовность ребенка к школьному обучению;
- предупреждение заикания у детей;
- использование игрушек в работе по развитию грамматического строя речи;
- признаки неблагополучия в психомоторном развитии ребенка раннего возраста;
- развитие психических процессов на занятиях логопеда;
- речевые игры как средство коррекции звукопроизношения и формирования лексико-грамматических категорий у детей дошкольного возраста.

Консультации родителям специалисты центра могут оказывать посредством сети интернет, когда родители задают вопрос на сайте, а специалист на него отвечает.

Кроме устных консультаций, консультаций в сети интернет родители получают полезную информацию на печатных и электронных носителях: буклеты, памятки, подборки практического материала.

Остановимся более подробно на деятельности каждого специалиста.

Учитель-логопед выявляет уровень речевого развития ребёнка и информирует взрослых о том, как помочь малышу избавиться от речевых недостатков, какие речевые игры и упражнения использовать. Обучает родителей артикуляционной, дыхательной, пальчиковой гимнастике. Дает рекомендации по проведению развивающих речевых игр в домашних условиях.

Педагог-психолог определяет степень отклонений в развитии дошкольника, а также различного рода нарушений социального развития, проводит их психолого-педагогическую коррекцию; контролирует, диагностирует психическое развитие ребенка, оказывает консультативную и методическую помощь родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста; оказывает родителям (законным представителям) помощь в решении задач психологической готовности детей к обучению в школе; составляет

индивидуальные программы развития ребенка с подбором игровых упражнений для использования их в условиях семьи.

Музыкальный руководитель оказывает консультационную поддержку родителям (законным представителям) по вопросам развития творческих способностей ребенка в условиях семьи; определяет задачи, формы, методы работы по вопросам музыкального развития, используя современные образовательные технологии; обучает родителей (законных представителей) организации музыкального развития в семье, ориентируясь на особенности состояния здоровья ребенка.

Инструктор по физической культуре проводит групповые и индивидуальные занятия с детьми и родителями в игровой форме. Также инструктор дает рекомендации родителям по физическому воспитанию детей в домашних условиях.

Медицинская сестра консультирует родителей по вопросам правильного питания ребёнка, помогает составить для него режим дня. Кроме того, дает рекомендации по профилактике различных заболеваний, обучают родителей проводить закаливающие процедуры, делать точечный массаж и дыхательную гимнастику.

Для работы Консультационного центра максимально используется вся развивающая среда ДОУ. В работе задействованы такие помещения как: кабинет учителя – логопеда, кабинет педагога – психолога, музыкальный зал, спортивный зал.

Помощь родителям в консультационном центре оказывается бесплатно. Родители могут получить консультацию при первом обращении в консультационный пункт или договориться о встрече с конкретным сотрудником дошкольной организации.

Обращение фиксируется в «Журнале регистрации запросов родителей».

В заключении хочется сказать, что опыт работы консультационного центра еще мал (работает с января 2018 года), но результаты работы уже видны.

За год к нам в центр обратились 38 семей. Специалистами консультационного центра были проведены семинары, индивидуальные консультации, групповые занятия.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИО-ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
В СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОМ РАЗВИТИИ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
(МАСТЕР-КЛАСС)**

Устьянцева Татьяна Валерьевна,  
воспитатель МАДОУ «Детский сад № 1» КГО  
dbou2@mail.ru



В одном из пунктов ФГОС ДО заявлено о создании условий для развития ребёнка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующих возрасту видов деятельности. Именно поэтому основными направлениями совершенствования работы детского сада в 21 веке являются: модернизация педагогического процесса, раскрепощение условий жизни детей и создание для них эмоционального благополучия через построение нового типа взаимоотношений между всеми участниками образовательного процесса. В настоящее время, с принятием новых стандартов дошкольного образования, в образовательных учреждениях особую популярность приобретает социо-игровой подход к развитию детей дошкольного возраста. Авторы социо-игровых технологий, разработанных в конце прошлого века (Е.Е. Шулешко, А. П. Ершова, В. М. Букатов), видят их сущность в усвоении детьми активных форм жизнедеятельности с целью познания и утверждения собственной личности, что, безусловно, соответствует образовательным стандартам нового поколения.

Главный принцип социо-игрового подхода – снятие с воспитателя оценивающей судейской роли детского коллектива в целом и каждого ребёнка в отдельности. Достигаются эти задачи путём организации занятия или любой другой деятельности как игры – жизни между малыми микрогруппами (малыми социумами, отсюда и термин «социо – игровая»). Дошкольник, сравнивая себя с другими участниками микрогруппы, результаты своих действий сопоставляет с результатами сверстников. Выработанная таким образом оценка убедительнее и ценнее, чем точка зрения педагога, и с воспитателя «снимается» роль судьи. Отношения выходят на другой уровень – партнёрский. Это один из главных принципов социо – игрового подхода – равноправие детей и взрослых.

Суть социо-игровых технологий можно раскрыть в 6 самых основных правилах и условиях:

1 правило: используется работа малыми группами или как их еще называют «группы ровесников». В младшем возрасте — в пары и тройки, в старшем — по 5-6 детей. В таких группах есть открытость, возможность выбрать себе компанию, напарника, встретиться и общаться с разными детьми, быть интересными другим, высказывать своё мнение и выслушивать других.

Одним из неперенных условий социо-игровой технологии является постоянная смена состава малых групп и организация взаимодействия между компаниями, чтобы дети становились по отношению ко всем «своими», а не «другими». Постоянная смена компаний позволяет каждому ребёнку постоянно менять свою позицию в общении, проявлять особенности характера, темперамента, поведения.

2 правило: «смена лидерства».

Понятно, что работа в малых группах предполагает коллективную деятельность, а мнение всей группы выражает один человек, лидер. Причем лидера дети выбирают сами и он должен постоянно меняться.

3 правило: обучение сочетается с двигательной активностью и сменой мизансцен (обстановки), что способствует снятию эмоционального напряжения. Дети не только сидят на занятии, но и встают, ходят, хлопают в ладоши, играют с мячом. Могут общаться в разных уголках группы: в центре, за столами, на полу, в любимом уголке, в приемной и т. д.

4 правило: смена темпа и ритма.

Проведение занятий разного рода должно подчеркивать ритмичность работы детей, их слаженность во время занятий. Это должно стать деловым фоном для всех ребят. Менять темп и ритм помогает ограничение во времени, например с помощью песочных и обычных часов. У детей возникает понимание, что каждое задание имеет свое начало и конец, и требует определенной сосредоточенности.

5 правило - интеграция всех видов деятельности, что в современных дошкольных учреждениях наиболее ценно. Это дает положительный результат в области коммуникации, эмоционально-волевой сферы, более интенсивно развивает интеллектуальные способности детей, способствует речевому, познавательному, художественно-эстетическому, физическому развитию.

6 правило: в своей работе мы ориентируемся на принцип: «За 133 зайцами погонишься, глядишь и наловишь с десяток».

Ребенку вместе со своими ровесниками добывать знания более интересно, он мотивирован. В итоге все дети открывают для себя новые знания, только кто-то больше, кто-то меньше.

(Далее участникам мастер-класса играют в игры, которые предлагают авторы данной технологии).

Приёмы, предлагаемые авторами социо-игровой технологии, строятся на сотрудничестве взрослого с детьми и самих детей друг с другом, они становятся основной формой организации детской жизни.

Работая в данном направлении, мы предполагаем, что в результате применения социо-игровой технологии в работе с дошкольниками сможем достичь следующих результатов:

- дети будут уметь договариваться, приходить к согласию, слушать и слышать друг друга
- у детей будет сформировано позитивное отношение к окружающему миру, другим людям, самому себе, развито речевое взаимодействие
- дети смогут разумно и доброжелательно возражать взрослым, отстаивать свою позицию
- у них не будет чувства страха за ошибку.

Также мы хотим познакомить с приёмами социо – игровой технологии родителей, для того чтобы они смогли развивать в детях самостоятельность, активность, инициативность, доверительное отношение к взрослым и сверстникам.

## **ВЗАИМОАДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ДЕТЕЙ БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЙ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Хвостикова Ольга Витальевна,  
заведующий МБДОУ «Детский сад № 79», город Каменск-Уральский  
mbdou79k-ur@mail.ru

В настоящее время благодаря Федеральному государственному образовательному стандарту инклюзивное образование в ДОУ является обязательной частью системы в Российской Федерации. Соответственно, сейчас предпринимаются серьезные шаги для того, чтобы «особые» дети перестали быть таковыми и смогли получить подходящее им образование, позволяющее им в дальнейшем интегрироваться в общество и стать его полноценной частью. Как отмечают абсолютно все эксперты, существует большое количество разнообразных подходов к детям с теми или иными особенностями, но все они сходятся в том, что самое важное для таких детей – это контакт с окружающими людьми. Соответственно, инклюзивное образование – это именно тот метод, который максимально концентрируется на соответствии этому важнейшему требованию. По данным многочисленных исследований, контакты между детьми с отклонениями и без отклонений идут на пользу и тем, и другим.

Взаимоадаптация здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья можно рассматривать как особую форму взаимодействия. Со стороны здоровых детей это – пробуждающая у них эмпатия, проявление сострадания и, как интегральное выражение самых добрых чувств, готовность к активной действенной помощи. У детей с ограниченными возможностями здоровья это – неподдельный интерес по отношению к тем, кто искренне хотел бы им помочь.

В нашем учреждении инклюзивное образование осуществляется в рамках проекта «Взаимоадаптация детей с ограниченными возможностями здоровья и детей без ограничений здоровья в условиях дошкольного учреждения общеразвивающей направленности».

Цель проекта: создание благоприятных условий для развития личности дошкольника, оказание психологической поддержки и помощи при возникновении трудностей в процессе воспитания.

Задачи проекта:

1. Организация среды, благоприятной для адаптации и социализации детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности субъектов образовательного процесса.

4. Диагностика уровня эмоционального, личностного, коммуникативного развития воспитанников.

5. Коррекция проблем эмоциональной, поведенческой, коммуникативной и личностной сферы воспитанников.

6. Повышение мотивации профессиональной деятельности и сотрудничества в педагогическом коллективе.

Работа по реализации проекта ведется с учетом следующих принципов:

- обеспечение в рамках инклюзивного образования индивидуального подхода каждому ребенку;
- каждый ребенок в первую очередь мотивируется на самостоятельную деятельность, педагоги выступают в роли помощников, которые оказывают поддержку в случае возникновения трудностей;
- включение в образовательный процесс абсолютно всех дошкольников, без исключений, основывающихся на физическом либо ментальном состоянии ребенка.
- использование вариативных методов, которые свободно меняются во время образовательного процесса;
- акцент на взаимодействие с семьей;
- принцип гуманизма, согласно которому взаимоотношения с ребенком строятся на основе веры в его силы и возможности, поиска позитивных ресурсов для преодоления трудностей с максимальной пользой;
- принцип системного подхода предполагает рассмотрение человека как единой системы. Для развития и коррекции нарушений у детей с ОВЗ применяется всесторонний подход с привлечением разнопрофильных специалистов, а также задействование в образовательном процессе всех его участников;
- принцип непрерывности – предоставление гарантии, что помощь в решении проблемы или определения подхода к ее решению будет непрерывной.
- принцип реальности, согласно которому коррекционно-развивающая работа строится на глубоком изучении личности и возможностей ребенка;
- принцип деятельностного подхода предусматривает, что коррекционно-развивающая работа строится на свойственном возрасту виде деятельности, а также его целенаправленном формировании;

- принцип индивидуально-дифференцированного подхода: в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка в формы и способы коррекционно-развивающей работы вносятся изменения;
- принцип рекомендательного характера оказания помощи гарантирует соблюдение права родителей самостоятельно выбирать образовательные организации, формы получения образования детьми с ОВЗ.

#### Этапы реализации проекта

1. Целеполагание – на основе изученной проблемы постановка цели и задач проекта (май 2017 г.).

2. Подготовительный этап – изучение тематической методической литературы; мониторинг в области эмоционального, личностного, коммуникативного развития воспитанников; разработка адаптированной образовательной программы дошкольного образования. Планирование деятельности в рамках реализации данного проекта (июнь – август 2017г.).

3. Основной этап – непосредственная реализация проекта, предусматривающего следующие направления деятельности (сентябрь 2017 г. – май 2019г.):

3.1. выполнение рекомендаций ТПМПК;

3.2 создание комфортной психологической атмосферы для всех воспитанников.

3.3. обеспечение здоровьесбережения.

3.4 взаимодействие с родителями воспитанников.

3.5 применение современных педагогических технологий.

- метод проектов;

- технология тьюторства,

3.6 создание предметно-пространственной развивающей среды, которая призвана обеспечить медико-психолого-педагогическое сопровождение.

4. Итоговый этап – анализ результатов деятельности в рамках проекта на основании мониторинга образовательного процесса и опроса родителей (планируется в мае 2019 г.).

Несмотря на созданные условия по инклюзивному образованию в ДОУ, существуют основные проблемы, которые на наш взгляд препятствуют успешности инклюзивного образования на сегодняшний день.

Тем не менее, подводя итог, можно с уверенностью сказать, что, взаимоадаптация здоровых дошкольников и их сверстников, с ограниченными возможностями здоровья, представляется как диалог особого, нравственного значения, социально-психологический смысл которого, может быть обозначен как возможность противостояния деструктивным социальным тенденциям.