

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ СЛУЖБЫ УПРАВЛЕНИЯ ПЕРСОНАЛОМ
СЕВЕРО-КАВКАЗСКОЙ ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГИ –
ФИЛИАЛ ОТКРЫТОГО АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

СБОРНИК

ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРАКТИК ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
СЕВЕРО-КАВКАЗСКОЙ ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГИ – ФИЛИАЛ ОТКРЫТОГО АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

**по итогам проекта «ЗДОРОВЫЕ ЛЮДИ В СТРАНЕ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ»
и конкурса «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ОБРАЗОВАНИИ»**

Из опыта работы педагогов
ЧОУ ОАО «РЖД»

Ростов-на-Дону Издательский центр
2021

КОНСУЛЬТАНТ И РЕДАКТОРЫ:

Семенцова Л.В., специалист II категории отдела образовательных учреждений службы управления персоналом СК-жд – филиал ОАО «РЖД»

Лукьяненко С.В., заведующий частного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №96 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»

Соколова И.М., педагог-организатор частного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №96 открытого акционерного общества «Российские железные дороги».

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Осипова А.А., доктор психологических наук, профессор кафедры общей и педагогической психологии Академии Психологии и Педагогики Южного Федерального университета.

Баландина Л.А., кандидат педагогических наук, старший методист отдела дошкольного и начального образования государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Ростовской области «Ростовский институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования» (ГБУ ДПО РО РИПК и ППРО)

СОСТАВИТЕЛИ:

Погорелова С.В., заместитель директора по внедрению инновационных программ и научно-методической работе ЧОУ Прогимназия №63 ОАО «РЖД»;

Шейко О.Г., заместитель директора по учебно-воспитательной работе ЧОУ Прогимназия №63 ОАО «РЖД»;

Соколова И.М., педагог-организатор ЧДОУ Детский сад №96 ОАО «РЖД»;

Кабыляцкая Е.С., социальный педагог ЧДОУ Детский сад №96 ОАО «РЖД»;

Трубаева И.В., старший воспитатель ЧДОУ Детский сад №98 ОАО «РЖД»;

Петренко В.И., старший воспитатель ЧДОУ Детский сад №93 ОАО «РЖД»;

Баева Н.Н. заместитель заведующего по учебно-воспитательной работе ЧДОУ Детский сад №99 ОАО «РЖД».

Аннотация:

В данном сборнике представлены материалы опыта работы педагогов частных образовательных учреждений ОАО «РЖД», расположенных в регионе деятельности Северо-Кавказской железной дороги – филиала ОАО «РЖД». Материалы включают в себя авторские проекты, методические разработки по различным направлениям, результаты использования технологии проведения онлайн-занятий (дистанционные иммерсивные занятия).

Цель сборника – обобщить и систематизировать методический и практический материал по данной проблеме; показать новые пути и подходы к сохранению, укреплению здоровья дошкольников и младших школьников по формированию культуры сохранения здоровья и профилактики вирусных заболеваний; формировать полезные здоровьесберегающие привычки, в том числе семейные.

Сборник предназначен широкому кругу специалистов, реализующих ценности здоровьесберегающей педагогики: руководителям, педагогам, специалистам дошкольных образовательных учреждений, студентам высших и средних педагогических учебных заведений, а также родителям

СОДЕРЖАНИЕ

Рецензия	4
-----------------------	----------

ВВЕДЕНИЕ	6
-----------------------	----------

Глава I. Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного и младшего школьного возраста частных образовательных учреждений ОАО «РЖД»

Здоровые люди в Стране железных дорог	8
Как это было у нас	12
Дистанционные иммерсивные занятия	15
Дистанционные иммерсивные занятия	19
На страже нашего здоровья	23
Иммерсивные уроки	23

Глава II. Педагогические практики по итогам конкурса «Здоровьесбережение в образовании»

ЛУЧШИЕ РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ'2021	24
---	-----------

Спасение Королевства здоровья	24
Я и мое здоровье	26
Кто я?	28
Все части тела важны, все человеку нужны	33
Интерактивная smart–игра «Джинглики»	34
Куда перебежали микробы	38
Витаминный домик	39
Анатомический фартук. Органы человека	41
Нейропсихологические и кинезиологические игры	42
Игры на развитие мелкой моторики рук	52

ЛУЧШИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ'2021	56
---	-----------

ДОКТОР АЙБОЛИТ	56
Воспитание валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста, посредством осознанного отношения к здоровью и жизни человека	63
Витаминное царство	78
Мы со спортом дружим!	83
Модернизация предметно-пространственной среды в условиях пандемии	87
Театр Здоровья	89
Осторожно: Коронавирус!	102

ЛУЧШАЯ МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА'2021	120
--	------------

ТРЕНАЖЕР «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЛОГОКУБ»	120
Осторожно! Злой и коварный коронавирус	125
За здоровьем в детский сад	126
Путешествие в Королевство чистоты	131
Сказка для взрослых	137
Физкультурная сказка с элементами йогалатес	138
Укрепляй иммунитет, без него здоровья нет	142
Здоровье – это здорово!	149
Айболит и семеро зайчат	151
Ракета здоровья	155
С зубками нужно дружить	158
Гештальт-терапия	159
Программа «Здоровье»	165
Путешествие в Страну здоровья	176

РЕЦЕНЗИЯ

на сборник педагогических практик образовательных учреждений
Северо-Кавказской железной дороги – филиал
открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
по итогам проекта «Здоровые люди в стране железных дорог»
и конкурса «Здоровьесбережение в образовании»

На сегодняшний день в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами направление «Физическое развитие», включающее образовательные области «Здоровье», «Физическая культура» занимает ведущее место в воспитательно-образовательном процессе дошкольников. С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболеваемости среди детей дошкольного возраста. Это связано с множеством негативных явлений современной жизни: непростыми социально-экономическими условиями, экологическим неблагополучием, низким уровнем развития института брака и семьи; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. От уровня психического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений детей о здоровом образе жизни в образовательных учреждениях приобретает особенную профессиональную актуальность в контексте пандемии.

Одной из приоритетных задач дошкольного образования является сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Полноценное качественное дошкольное образование возможно только при наличии здоровьесберегающих и специально созданных условий в ДОО.

Целью любой здоровьесберегающей технологии является формирование у дошкольника позиции созидателя в отношении своего здоровья, наличия у детей потребности в здоровом образе жизни. В соответствии с этим выделяются три основные задачи:

Образовательная – включает в себя формирование навыков гигиены, основных движений, соблюдение режима, активности, отдыха, безопасности, правильной осанке; представление о своем организме, здоровье.

Оздоровительная – подразумевает решение вопросов развития и укрепление костной, мышечной, сердечнососудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов дошкольников, развитие движений, а также закаливание.

Воспитательная – формирование нравственно-физических навыков; формирование у детей привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенствовании; привитие культурно-гигиенических навыков.

Проблема поиска новых, эффективных форм, средств, методов физического воспитания и оздоровления детей является актуальной для многих учреждений ДО.

Предлагаемый сборник – результат практической деятельности образовательных учреждений Северо-Кавказской железной дороги по реализации проекта «Здоровые люди в стране железных дорог» и конкурса «Здоровьесбережение в образовании»

В сборнике представлен материал, раскрывающий сущность здоровьесберегающей педагогической системы, технологии и модели образовательного пространства детского сада, современные подходы к созданию новых образовательно-оздоровительных программ, позволяющий реализовать требования ФГОС дошкольного образования. Разработки занятий помогут педагогам в воспитании у дошкольников чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.



Сборник состоит из введения, двух глав, вторая глава включает в себя три раздела. Структура сборника интересна тем, что первый раздел содержит описание уникального педагогического опыта проведения дистанционных иммерсивных занятий по формированию культуры сохранения здоровья и профилактики вирусных заболеваний для воспитанников дошкольных учреждений ОАО «РЖД», а во втором разделе содержатся как описания отдельных упражнений и заданий, так и примерные схемы занятий и описание предлагаемых авторами проектов, имеющих высокую прикладную ценность.

Использование иммерсивных технологий решает целый ряд задач:

- закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
- повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
- проведение профилактической оздоровительной работы;
- ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;
- мотивация детей на здоровый образ жизни;
- формирование полезных привычек;
- формирование валеологических навыков;
- формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

В раздел «Лучшие развивающие игры 2021» включены материалы как собранные авторами из различных методических разработок, так и новые, адаптированные упражнения и задания из современных инновационных технологий, что свидетельствует о творческом потенциале авторов. Интересен представленный фактический материал, который включает в себя серии загадок, ребусов, задач, стихов и упражнений для различных видов здоровьесберегающих занятий. В данном материале представлены описания игр и различных заданий.

В разделе «Лучший образовательный проект 2021» представлен ряд авторских проектов для детей дошкольного возраста, которые являются реалистичными с точки зрения использования учебно-методических и материально-технических средств, кадровых возможностей ДОУ, временных затрат.

В разделе «Лучшая методическая разработка 2021» содержатся конспекты занятий для всех возрастных групп с использованием здоровьесберегающих технологий, приводится описание различных форм организации детской деятельности, сценарии сказочных инсценировок на темы здоровьесбережения, описания дидактических игр.

Организация занятий по воспитанию и формированию, сохранению и укреплению здоровья детей предусматривает активную практическую, самостоятельную и интеллектуальную деятельность детей и воспитателя.

В языковом и стилистическом плане текст сборника носит четкий, ясный характер, научно-методический стиль выдерживается на протяжении всей рецензируемой работы.

Данное пособие соответствует всем требованиям, предъявляемым к данному виду работ и может быть рекомендовано к использованию в образовательных учреждениях. Сборник имеет выраженную прикладную психолого-педагогическую направленность, а его содержание, несомненно, будет полезно широкому кругу специалистов, реализующих ценности здоровьесберегающей педагогики: руководителям, педагогам, специалистам дошкольных образовательных организаций, студентам высших и средних педагогических учебных заведений, а также родителям.

Рецензент:

*А.А. Осипова,
доктор психологических наук,
профессор кафедры общей и педагогической психологии
Академии Психологии и Педагогики
Южного Федерального университета*

ВВЕДЕНИЕ

Уважаемые коллеги!

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые более высокие требования к человеку и его здоровью. Кризисные явления в обществе, неблагоприятная экологическая обстановка в свою очередь приводят к неизбежному снижению уровня здорового населения.

Мировым потрясением для всех отраслей, включая образование, стала вспышка новой коронавирусной инфекции, которая была признана ВОЗ пандемией. В связи с этим, возникла острая необходимость внедрения в образовательный процесс наиболее оптимальных для данной ситуации здоровьесберегающих технологий.

Набирающие популярность, технологии виртуальной реальности, являются ключевыми позициями ближайшего будущего, а перспективы использования иммерсивных технологий позволяют по-новому взглянуть на систему взаимодействия человека с компьютером. Иммерсивная игра-спектакль - это одно из последних разработок в сфере индустрии развлечений. Здесь нет зрительного зала, как это принято в классическом театре, зритель полностью погружен в атмосферу разворачивающихся вокруг него событий.

Участие образовательных учреждений ОАО «РЖД» в проекте реализации дистанционных иммерсивных уроков здоровья вносит определённый вклад, так как продвижение ценностей и принципов здорового образа жизни является важным элементом корпоративной культуры.

Проект позволил создать сообщества среди педагогического состава, детей и родителей, объединённых идеей здорового образа жизни и здоровьесберегающего поведения. Для нас, педагогов, идея проведения иммерсивных занятий - новый формат. Именно в то время, когда дети были лишены выхода в музеи, театры, актуально живое общение.

Продолжением онлайн-проекта является проведение конкурса среди педагогических работников образовательных учреждений «Здоровьесбережение в образовании». Основной целью, которого является выявление эффективных здоровьесберегающих практик и решений; а также распространение инновационного педагогического опыта, направленного на создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Подводя итог вышесказанному, хочется отметить, что для проведения дистанционного занятия с детьми по формированию культуры сохранения здоровья с применением инновационных педагогических технологий была создана уникальная методическая база.

Данные материалы сборника в силу своей актуальности, могут быть интересны и полезны педагогическим работникам образовательных организаций, реализующим дистанционные образовательные технологии.

С уважением,

*Людмила Владимировна Семенцова,
специалист II категории отдела образовательных учреждений
службы управления персоналом СКЖД-филиала ОАО «РЖД»*



Глава I

Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры
сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний
для детей дошкольного и младшего школьного возраста частных
образовательных учреждений ОАО «РЖД»

ЗДОРОВЫЕ ЛЮДИ В СТРАНЕ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ ОНЛАЙН-ПРОЕКТ

*Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №93 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
(ЧДОУ «Детский сад №93 ОАО «РЖД»)*

*** * ***

ЧАСТЬ I: ПОДГОТОВКА К ПУТЕШЕСТВИЮ

В один из осенних октябрьских дней, когда мы весело проводили свой досуг в любимом детском саду, наша заведующая Евгения Александровна, сообщила неожиданную для всех новость о том, что нам предстоит большое увлекательное путешествие, которое откроет много новых тайн.

Долго нам пришлось гадать и думать, но было дано задание – вспомнить все имеющиеся навыки в сохранении здоровья, особенно в осенне-зимний период.

На следующий день к нам пришли педагоги дополнительного образования, которые сообщили о том, что являются модераторами проекта и научат нас всему, что понадобится знать и уметь, чтобы отправиться в путешествие под названием «Иммерсивный онлайн-спектакль «Тайна пяти королевств».

День за днем мы узнавали Легенды жителей Пяти Королевств, выполняли их домашние задания: учились мыть руки в музыкальном сопровождении под руководством Профессора Мыллера, играли с героями-Пушистиком в «полезные продукты», «чинили часы» в Королевстве Часов, выполняли движения, ориентируясь во временных режимных моментах дня и ночи. Но больше всего нам нравилось тренироваться в игре «Я не попался». Здесь нам пришлось уклоняться от нападающих на нас вирусов.

Под уже, вполне известную музыкальную зарядку «Солнышко Лучистое», педагог-хореограф Елена Александровна, придумала для нас необычные движения. Мы старались выполнять их правильно и синхронно, так как нам было сказано, что за это задание будут начисляться дополнительные баллы. В общем, подготовка шла полным ходом, долгожданная встреча с виртуальными героями приближалась.

И вот, модератор сообщил, что путешествие в страну жителей Пяти королевств запланировано на 4 декабря.

ЧАСТЬ II. В СТРАНЕ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ

Утро было волнительным. После завтрака и гигиенических процедур, мы несколько раз вспомнили все, что нам понадобится в предстоящем путешествии, повторили движения зарядки и все ранее изученное, чтобы достойно встретиться с героями онлайн-спектакля.

Ребята одели праздничные костюмы юных железнодорожников, выглядели нарядно и были готовы к долгожданной встрече.

И тут... началось!

Урок иммерсивный – детям активным!

Спектакль-онлайн: – «Герои на связи!»
Спасали весь мир от бактерий и грязи.
Мылили руки, режим изучали,
Ножки и ручки вверх поднимали.
Встречали Героев в Волшебной стране,
Чистую-Принцессу, Короля ПП(е),
Профессора Мыллера и Рыцаря Движа –
Каждый из них был нам симпатичен!
Но Иммунала – самая главная,
Принцесса умная и бесстрашная!

Ребят в пути она наставляла,
С Вирусом справиться им помогала!
Дети остались спектаклем довольны,
Им подарили наборы «Здоровья»!
Здесь все, что ребенку необходимо,
Полезно и здорово, очень красиво!
Ребята Детского сада № 93 ОАО «РЖД»
Желают здоровья и шлют всем привет!
Ведь люди Здоровые очень нужны
Железным дорогам нашей страны!

Мы стали участниками онлайн-спектакля, очутились в стране, где Пять Королевств – Хранителей здоровья под руководством Королевства Иммуналы пришли на помощь и победили вирус.

Каждый из нас стал участником проекта, и обладателем рюкзака «Хранители здоровья», в котором были подарки от каждого героя онлайн-спектакля. Эти подарки подготовлены для закрепления навыков здорового образа жизни и на долгую память о прекрасном увлекательном путешествии.

ЧАСТЬ III. ВПЕЧАТЛЕННЫЕ И ОЧАРОВАННЫЕ

«Вот и всё закончилось?» – задавались мы вопросом, желая продолжения этой чудесной сказочной истории, подарившей нам массу положительных эмоций и полезных знаний о здоровом образе жизни.

Но, наш модератор и воспитатели, предложили нам поделиться опытом с нашими родителями и научить их всему тому, чему мы научились у сказочных героев Пяти Королевств. Мы принесли свои рюкзаки «Хранители здоровья» домой и вместе, долго рассматривали их содержимое. Мне было непросто рассказать родителям обо всех тонкостях этого проекта, но я начала с главного – открыла книгу Пяти Королевств и познакомила с его жителями. Затем я подарила маме защитную маску, которая была частью подарочного набора, и мы договорились, что она станет носить ее в общественных местах.

На зимних каникулах, я не раз открывала свой рюкзачок, доставала оттуда свои принадлежности и с радостью выполняла практические задания, вспоминая героев, их истории и скучая по ним».

*Воспитанница Наташа Мамченко
ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД»*

Часть IV.

**ФАКТЫ О ПРОЕКТЕ УСТАМИ ПЕДАГОГОВ ЧДОУ № 93
или КАК МЫ ВЫШЛИ ЗА РАМКИ ПРОЕКТА...**

Мероприятия в рамках проекта рассчитаны для всех участников образовательного процесса: педагогов, воспитанников, родителей (работников ОАО РЖД). Родителям ребят представилась возможность закрепить полученные знания вместе с детьми в период зимних каникул, так как каждый участник проекта, а ими стали 50 воспитанников из подготовительных к школе групп, стали обладателями рюкзаков «Хранители здоровья», в котором подарки от каждого героя онлайн-спектакля. Эти подарки подготовлены с целью формирования и закрепления навыков здорового образа жизни. Педагогам и родителям представлена возможность поучаствовать в различных конкурсах на цифровой платформе zdorov.szd.online.

Данный проект ОАО РЖД стал «вектором» в формировании идей по проведению новогодних иммерсивных развлечений. Новогодний праздник стал отголоском данного проекта. Элементы иммерсивного урока были включены в новогоднюю программу. Виртуально, в гости к ребятам пришёл Доктор Айболит, Бармалей и даже Коронавирус. А все действие превратилось в шести серийный фильм, в главной роли которого были наши воспитанники.

Администрацией учреждения была проведена работа по популяризации проекта среди родителей, работников ОАО «РЖД», жителей города Тихорецк. Информационный баннер, украшающий ворота детского сада, рассказал всем горожанам о проекте, его организаторах, участниках. В средствах массовой информации и социальных сетях, история об иммерсивных уроках, пропагандирующих здоровый образ жизни, вызвала широкий общественный резонанс и массу положительных отзывов.

Мы с удовольствием приняли участие в данном проекте! Знакомство с новыми героями, виртуальное путешествие в страну пяти королевств, во главе с Иммуной, все это стало незабываемым приключением для ребят. А сюрпризный момент, в виде преподнесенных подарков – стал логическим завершением познавательного урока-спектакля.

*Педагогический коллектив группы «Лучики»
ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД»*

Впечатление – СУПЕР! Дети остались в восторге, с удовольствием продолжают участвовать в проекте. Теперь герои стали не только наставниками, но и участниками сюжетно-ролевых игр. Организаторам проекта-огромное спасибо за неординарность идеи и творческий подход.

*Педагогический коллектив группы «Осьминожки»
ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД»*

Замечательный проект! Новая форма работы в нынешних условиях, весьма актуальна! Прекрасные герои, познавательный спектакль! Всем огромное спасибо!

*Педагогический коллектив группы «Светофорик»
ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД»*

Участвуя в проекте «Здоровые люди в стране железных дорог», нам выдалась возможность представить свой методический и практический материал не только вниманию воспитанников, педагогов и родителей, но так же принять участие в конкурсе среди педагогических работников образовательных учреждений ОАО «РЖД» «Здоровьесбережение в образовании».

Педагогами ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД» был реализован долгосрочный социально-значимый проект «Воспитание валеологической культуры детей старшего дошкольного



возраста, посредством осознанного отношения к здоровью и жизни человека» и представлен для участия в конкурсе. Актуальность данного проекта состоит в том, что не все дети знают о том, как важно вести здоровый образ жизни. Что способствует сохранению здоровья? Вызывает тревогу тот факт, что общественность не осознает важность перехода на новую ступень формирования навыков по обеспечению максимально безопасного поведения в обществе. Нынешняя сложившаяся обстановка в период пандемии, вызванная Covid-19, заставила нас изменить взгляд на формирование знаний детей о ЗОЖ и максимальное привлечение внимания родительской общественности к вопросам здоровьесбережения.

*Старший воспитатель В.И. Петренко
ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО «РЖД»*

Как это было у нас

(из дневника Детского сада № 96 ОАО «РЖД» об особенностях реализации иммерсивных занятий по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста)

*Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №96 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
(ЧДОУ «Детский сад №96 ОАО «РЖД»)*

*** * ***

2020 год навсегда останется в истории мира, России, каждой семьи, каждого человека. Это был год страшной угрозы, большой беды, когда Covid-19 одномоментно сломал привычный уклад жизни всего сообщества людей. Беспрецедентные изменения коснулись всех сфер деятельности человека, в том числе и образовательной.

В ноябре 2020 года, в период великих трансформаций, в учреждение поступила информация о запуске онлайн проекта в образовательных учреждениях ОАО «Российские железные дороги».

Первой реакцией наших педагогов на участие в проекте, было молчание, растерянность. Так много новых слов: модераторы, иммерсивность, Zoom квизы, мастер проекта... Одно было ясно, что проект будет реализовываться по всей России под названием «Здоровые люди в Стране Железных дорог».

Нашлись смелые, молодые, отважные коллеги, которым предстояло стать модераторами проекта и во всём детально разобраться. Они прошли обучение, получили сертификаты. Мы осознали грандиозные масштабы проекта, гениальность замысла, важность и новизну всех задуманных мероприятий. Наши молодые педагоги так искренне загорелись идеей проекта, рассказывая на педагогическом совете, смогли зажечь и нас, остальных, желанием участвовать в конкурсе и непременно победить! Равнодушных не осталось. Мы распределили обязанности и ринулись в бой!

Некоторые из нас работали с цифровой платформой zdorov.szd.online, создавая личный кабинет нашей организации, скачивали, распечатывали и распространяли информацию и материалы для подготовки и проведения непосредственно занятий. (Хочется отметить профессиональный уровень информации, пошаговых инструкций, предоставленных для нас разработчиками и организаторами проекта!) Другие, готовили костюмы, создавая образы Профессора Мыллера, Принцессы Чисты, Иммуноллы и других персонажей спектакля.

IT-оборудование было настроено и подготовлено к назначенному сроку, игровые пособия и аксесуары, необходимые для постановки самого шоу, были успешно изготовлены.

Конечно, перед нами возникали трудности и дилеммы. Однако усилия всего коллектива позволили нам найти верные решения. Но всё же одна проблема нас особенно тревожила – это дети! С одной стороны, в образовательной деятельности с дошкольным возрастом, интеграция различных областей знаний всегда была, есть и будет. Но такое глубинное погружение в тему больше свойственно школьному возрасту, для нас это было ново. Мы засомневались... С другой стороны, дети так устроены, что заставить их сделать что-либо по указанию, невозможно. По замыслу, герои шоу-спектакля непосредственно не входили в контакт с нашими подготовщиками (в этом и заключается иммерсивность – погружение в реальность, которой нет!)

Поймут ли наши ребята замысел, захотят ли выполнять задания? И потом, ребёнку одновременно удержать внимание и на экране, и на заданиях, и на происходящем рядом, очень трудно. Так мы думали.

Пришлось предварительно всем вместе потрудиться, поработать друг с другом, с ребятами, с коллегами других детских садов. Так, мы придумали, создав образы главных героев королевств проекта, познакомить их с детьми заранее. Это были наши сотрудники в необыкновенных костюмах Мыллера, Чисты (её наши ребята прозвали Эльзой из-за схожести нарядов), Таймера, Движа и других. А вот образ Короля Вирусов мы создавать не стали. О нём мы сочинили отдельную сказку и по ней создали видеофильм, где рассказали и показали откуда в нашей галактике появилось это безжалостное чудовище и как его победить! Ребята прониклись идеей борьбы с Королём Вирусов и в качестве союзников познакомились с героями королевств. Прошли отдельные мероприятия – знакомства, игры с каждым из героев! Дети с удовольствием разучили стихи Стрелки и Таймера, движения Рыцаря Движа и танец чистых рук с профессором Мыллером (Роль Мыллера исполнил наш плотник Сергей Петрович. Как же он весело сотрудничал с ребятами!)

Подготовительные мероприятия прошли на высоком эмоциональном подъёме. Дети пели и рассказывали стихи, показывали движения и дома, и в саду. Какие сомнения? Они были далеко в прошлом. Кстати, о витаминах в продуктах дети помнят до сих пор и как только подают свежие фрукты в детском саду, они хором, наперебой называют витамины, содержащиеся в них! И дома просвещают родителей о витаминах в овощах, чем удивляют их и восхищают! Это так забавно!

День проведения ключевого мероприятия прошёл радостно, восторженно, на подъёме победных настроений. Ребята легко справились со всеми заданиями, получили подарки – яркие, красочные рюкзаки с настольными играми с участием главных героев праздника, – и были уверены, что Король Вирусов пал! А позже, когда ребята узнали, что вместе с ними одновременно в борьбе участвовали 3000 детей по всей России из 142 групп 77 детских садов, да ещё школьники образовательных учреждений ОАО «РЖД», восторг и восхищение выразились победным громогласным кличем «Мы победили!!!» Так завершился тот день.

Ну а дальше, нам оставалось только рассказать по секрету всему свету о нашем вкладе в столь масштабный, грандиозный проект.

Мы поведали об этом в социальных сетях Instagram, Google, ВКонтакте, Facebook, Одноклассники разместили там свои видеоролики. И понеслись отзывы от родителей, наших коллег и коллег из других детских садов, подключились и специалисты образования, и организаторы проекта, и врачи, и спортсмены, и все равнодушные люди. Лучшие отзывы мы разместили и продолжаем это делать в личном кабинете на платформе zdorov.szd.online, а в соц. сетях эти отзывы размещаем под хештегом # [zdorovszdonline](https://www.instagram.com/zdorovszdonline) и там же с интересом читаем мнения других детских садов о своём опыте и результатах.

Своим опытом участия наших детей и сотрудников в проекте «Здоровые люди в Стране



железных дорог» поделились на телевизионном канале ДОН24. В передаче, которую смотрели все родители и дети, о своих впечатлениях рассказали наши педагоги-модераторы и непосредственные участники всех этапов проекта, говорили и о перспективах дистанционных иммерсивных занятий, как о новом феномене в образовательной деятельности.

Конечно были награды, грамоты от организаторов проекта, где отметили, Северо-Кавказскую железную дорогу дипломом за победу в номинации «Лучшая команда образовательных учреждений по IT-сопровождению проекта». Нам очень приятно! Но главное, это позитивный опыт работы с новой формой образовательной деятельности с использованием дистанционных иммерсивных занятий, который мы продолжаем использовать в образовательном процессе, выходя за рамки проекта. Так, к 23 февраля мы провели уникальные дистанционные онлайн-соревнования «А ну-ка, мальчики!» в группах подготовительного возраста. Соперников команд, можно было видеть на большом экране в каждом помещении, так что накал страстей достигал уровня олимпийских игр, и для болельщиков, на отдельном экране, отображались все соревнующиеся группы в режиме он-лайн! Детям понравилось, проигравших не было, счастливы были все!

А вот на масленичную неделю, по аналогии с иммерсивными занятиями, в рамках родного детского сада силами наших музыкальных руководителей, хореографа и вокальной-театральной группы педагогов создали необыкновенное дистанционное поздравительное мероприятие.

Были и другие мероприятия подобного типа и ещё больше их в наших планах. Новые формы дистанционных занятий в процессе реализации иммерсивных занятий по формированию культуры сохранения здоровья и профилактики вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста мы открыли для себя, пронесли через себя и которые теперь вдохновляют нас на новые свершения. Это здорово!

*Л.Н. Гринько, О.Ю. Семенова, М.А.Варяница
ЧДОУ Детский сад №96 ОАО «РЖД»*

ДИСТАНЦИОННЫЕ ИММЕРСИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ

*Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №98 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
(ЧДОУ «Детский сад №98 ОАО «РЖД»)*

*** * ***

ЗНАНИЯ ИЗ ВИРТУАЛЬНОГО МИРА ДЕТИ ПЕРЕНЕСЛИ В РЕАЛЬНОСТЬ

Онлайн-обучение в сфере образования сделало грандиозный прорыв за прошедший год и востребовано как у детей, так и у взрослых. Онлайн-обучение – это возможность получать знания через интернет в режиме «здесь и сейчас».

В ЧДОУ «Детский сад № 98 ОАО «РЖД» освоение формы онлайн занятий шло постепенно, начиная от индивидуального общения педагога с ребенком до участия во Всероссийских онлайн – занятиях. Одним из ярких примеров может служить Всероссийский урок и олимпиада «Эколят – дошколят». Ребятам очень понравилась подача материала, костюмированные персонажи, звуковое оформление, но большим недостатком явилось

то, что данное занятие имело одностороннюю связь. То есть детям и педагогу все видно и слышно, а ведущему и героям мероприятия – нет. Организаторы ориентировались на примерный (предполагаемый) отклик со стороны дошкольников, на усредненный темп работы, что не позволяло учесть индивидуальные возможности каждого ребенка и почувствовать рефлексию.

Департамент социального развития ОАО «РЖД» усовершенствовал форму онлайн-занятий и разработал проект «Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры сохранения здоровья и профилактики вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста». Определение иммерсивный означает обеспечивающий полный эффект присутствия, погружающий в виртуальную среду. Представьте, что вы смотрите спектакль, и вдруг актер берет вас за руку, уводит за сцену и доверительно рассказывает историю жизни вам на ухо. Или герои перемещаются из комнаты в комнату, а зрители следуют за ними. Иммерсивность – это погружение в сюжет на равных с персонажами условиях. Зритель становится актером. Наблюдение превращается в спектакль. Целью данного проекта стало создание уникальной методической базы для проведения дистанционных занятий с детьми и выработка у воспитанников устойчивых навыков здоровьесберегающего поведения в сложной эпидемиологической обстановке. Чтобы занятие действительно получилось иммерсивным, требовалась большая предварительная подготовка: разработки сценария, обучение педагогов, наличие интернета в учреждении, большого экрана и приложения ZOOM. Заранее дошкольников знакомили с миром объединенных земель принцессы Иммуны. В процессе постановки проблемных вопросов дошкольники «самостоятельно» пришли к выводу, что принцесса Иммуна – это иммунные силы организма, которые защищают здоровье и есть у каждого человека. А секрет здоровья заключается в здоровом образе жизни. Знакомство с героями иммерсивного занятия позволило раскрепостить детей и встретиться с персонажами онлайн как с добрыми и верными друзьями. Сюжетом занятия стало нападение коварного короля Вируса, а дошкольники выступили в роли защитников. Предварительно с ребятами был разучен танец чистых рук, веселая зарядка и движения, указывающие на то или иное действие в течение дня (спим, одеваемся на улицу, едим и т.д.) После занятия ребята получили подарки от хранителей здоровья, пользование которыми подразумевало применение полученных знаний на практике в повседневной жизни. В группе появился плакат – трекер (путеводитель), куда в течение дня вклеивались наклейки, если дошкольники действовали согласно правилам поведения Четырех королевств. Каждый ребенок получил магнит на холодильник с витаминной подсказкой и настольную игру-тренажер «Накорми пушистика» и др.

Для сетевого взаимодействия между учреждениями ОАО «РЖД» был создан сайт «Здоровые люди в стране железных дорог», где размещались все результаты проведения иммерсивного занятия: фото, видео, публикации в СМИ, отзывы. Продолжением проекта стал конкурс педагогических разработок.

Сегодняшний опыт показывает, что дистанционная форма обучения становится неотъемлемой частью нашей жизни. Иммерсивные онлайн – занятия – это отличная возможность дать новые знания в доступной и интересной форме. Когда не взрослые пытаются что-то объяснить ребенку, а дети сами просят родителей помочь им в выполнении задания.

Проект «Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста» получил широкий отклик среди педагогов, воспитанников и родителей ЧДОУ «Детский сад №98 ОАО «РЖД»:



«Ребят сразу захватила история о нападении коварного вируса на жителей Королевств здоровья, они с большим желанием отозвались на призыв о помощи, с интересом выполняли задания, был виден эмоциональный контакт дошкольников с героями иммерсивного спектакля. Малыши искренне удивлялись, радовались, негодовали вместе с хранителями королевств. Через игру ребята узнали правила поведения в период опасности распространения вирусной инфекции – социальная дистанция, личная гигиена, здоровый образ жизни. В ходе занятия дошкольники закрепили представление о правильном питании, о пользе двигательной активности, о необходимости соблюдать режим дня. Хочется отметить креативный подход организаторов мероприятия: интерактивное иллюстрирование мира четырех королевств, образы героев, костюмы, иллюзия живого общения со сказочными персонажами – все это путь к эффективному формированию здоровьесберегающих навыков поведения у детей и взрослых».

*Трубаева Ирина Владимировна,
старший воспитатель ЧДОУ «Детский сад №98 ОАО «РЖД»*



«Это колоссальный опыт проведения образовательных мероприятий в онлайн – формате. Иммерсивное занятие «Волшебный шар Иммуны» наглядно продемонстрировало насколько результативным и глубоким может быть погружение детей в события, происходящие в виртуальном мире, и с какой ответственностью они перенесли полученные знания и навыки в реальность. Детское восприятие чувства присутствия обусловлено множеством факторов, которые могут быть дифференцированы как технологические и психологические. И судя по тому, что дети восприняли виртуальную среду как реальную, прониклись к героям и с радостью выполняли все задания – можно считать, что организаторы добились успеха и достигли поставленной цели. Безусловно иммерсивные технологии станут помощниками в вопросах дистанционного образования дошкольников».

*Ворончихина Марина Владимировна, педагог-психолог
ЧДОУ «Детский сад №98 ОАО «РЖД»*

Логическим продолжением проекта стал цикл занятий по валеологии и формированию культуры здоровья у дошкольников на основе визуализации и опытно-экспериментальной деятельности. Визуальный ряд – «это то, что приоткрывает дверь». Визуальное восприятие играет важную роль в повседневной жизни, помогая в обучении и общении с другими людьми. Педагогами разработан комплект пособий, подобран электронный информационный материал, помогающий увидеть и понять процессы, происходящие в организме человека при дыхании, чихании, мытье рук, переваривании пищи. Заключительным этапом занятий стало создание адвент-календаря «Я здоровье берегу – сам себе я помогу», приуроченного к празднику День защитника Отечества. Каждый день ребята выполняют задания, способствующие сохранению и укреплению своего иммунитета, ведь защитник должен быть здоровым и сильным.



ДИСТАНЦИОННЫЕ ИММЕРСИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ

*Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №99 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
(ЧДОУ «Детский сад №99 ОАО «РЖД»)*

* * *

Мир в 2020 году столкнулся с новым вызовом – пандемией ранее неизвестного коронавируса, который внес значительные коррективы в привычную жизнь. Время подтолкнуло педагогику к освоению дистанционного обучения. В условиях современных тенденций развития ОАО «РЖД» идет в ногу со временем, внедряя новые формы взаимодействия, выстраивая эффективную систему совершенствования знаний детей.

В конце 2020 года в образовательных учреждениях ОАО «РЖД» был запущен проект «Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста», который реализовывался в целях противодействия продолжающемуся глобальному распространению новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД» присоединился к данному проекту.

В детском саду была проведена огромная *предварительная работа*. На официальном сайте Zdorov.SZD.Online был создан личный кабинет учреждения. Педагоги подготовительной к школе группы стали модераторами занятия. Прошли обучение, став участниками демонстрационного методико-навигационного занятия с целью погружения и готовности к организации процесса урока-спектакля, и получили сертификаты. Заместитель руководителя и старший воспитатель стали кураторами проведения проекта. Благодаря чёткому алгоритму подготовки к дистанционному иммерсивному уроку-спектаклю стало возможным продуктивно организовать процесс подготовки и проведения занятия. Было учтено всё: тема занятия и её актуальность; цели и тип занятия; оптимальные по техническим и технологическим особенностям модели и формы; длительность урока-спектакля, исходя из возрастной категории воспитанников; подготовка и доставка методических и дидактических материалов.

Дети под руководством педагогов заранее готовились к встрече с героями представления: повторяли правила здорового питания, закрепляли правильный способ мытья рук, и еще раз задумались, для чего нужны зарядка и соблюдение режима дня. На подготовительном этапе вся группа встала на борьбу с ненавистным королем Вирусом.

Проведение урока-спектакля было организовано на высоком уровне. В день представления ребята попали в Объединённые земли пяти королевств, где царил мир красоты и гармонии. Земли королевства охранял Волшебный шар Иммуны, в котором заключалась сила иммунитета всех жителей Сказочных королевств.

Очень понравилась такая форма проведения занятий детям, потому что они были не просто зрителями, а активными участниками представления. Получился настоящий костюмированный праздник с весёлыми играми, музыкой, танцами и сюрпризами. Ребята с удовольствием исполняли танец чистых рук и запоминали, как надо умыться, чтобы погибли вирусы и бактерии на руках. Хранитель Времени объяснил, почему так важно соблюдать режим дня и зачем надо одеваться по погоде. Вместе с рыцарем Движем дети зарядились энергией, исполняя весёлую зарядку, которую сами и придумали. А игра «Я не попался!» в Королевстве Иммуны привела детей в бурный восторг! Крепкая дружба воспитанников помогла в битве за Здоровье победить короля Вируса. А самым приятным моментом было вручение подарков.

Главным результатом этого мероприятия стала высокая детская активность в процессе закрепления и формирования новых представлений о культуре сохранения здоровья и заряд положительных эмоций. Дети уже могут объяснить своим родителям всю важность здорового образа жизни, а также необходимость соблюдения социальной дистанции, регулярного мытья рук и конечно, обязательное ношение маски.

На этом работа по проекту не закончилась. В домашних условиях дети совместно с родителями выполняют задания жителей пяти королевств, используя подаренные материалы. Совместно с родителями изготовили авторские пособия для развития правильного дыхания и ловкости.

С учетом знаний, полученных при проведении спектакля, ребята под руководством педагогов создали в группе РППС. Воспитанники смастерили заботливых и добрых пингвинов, которые пришли к ним с витаминами и полезными продуктами. Так появилась в группе игра и одновременно украшение «Витаминный калейдоскоп».

В детском саду воспитанники ежедневно занимались с воспитателями, используя плакат с наклейками «Здоровые дети в стране железных дорог». Ребята при помощи наклеек ежедневно отмечали мероприятия по сохранению, укреплению здоровья и профилактике вирусных заболеваний, которые проводились в детском саду.

Для детей всех групп ребята, участники иммерсивных уроков, изготовили познавательный плакат «Мы здоровье укрепляем и вирусы побеждаем», где в наглядной форме показали с помощью каких средств можно бороться с вирусами. Педагоги провели познавательно-исследовательскую деятельность по теме «Вирусы-вредилусы», в ходе которой дети узнали, как выглядят микробы, и как избежать их попадание в организм человека.

В группе оформлен лэпбук «Домик здоровья», с помощью которого ребята совершенствуют свои знания, и учатся применять их на практике. Педагогами разработан проект «Укрепляй иммунитет – без него здоровья нет!». По итогам проекта созданы авторские книги воспитанников и их родителей «Мой организм» Евы Р., «В стране здоровья» Миши Ш., «Наши органы чувств» Тимофея Б.

Проводимые мероприятия с детьми, их осознанное отношение к своему здоровью дают возможность говорить о том, что ребята стали настоящими **Хранителями своего здоровья**. О необходимости подобных занятий высказались родители воспитанников. В своих отзывах они подчеркнули актуальность темы здоровьесбережения, высказали благодарность разработчикам проекта и авторам методического материала.

Участие в онлайн-уроке позволило педагогам повысить свои ИКТ – компетенции. Углубившись в тему здоровьесбережения, педагоги заинтересовались новыми нетрадиционными технологиями проведения занятий. Методические разработки в форме квест-игры, СОРСИ, йоголатеса увлекли детей, вызвали интерес и ответственное отношение к своему здоровью. Данная практика дала возможность педагогам поучаствовать в конкурсе по созданию инновационных методик. Это способствовало профессиональному росту и создало дополнительные возможности для обмена передовым педагогическим опытом.

Включение таких занятий в процесс воспитания и обучения дошкольников, необходимо в настоящем и станет важной частью образовательного процесса в будущем.

*Н.Н. Баева
заместитель заведующего по ВР ЧДОУ
Детского сада № 99 ОАО «РЖД»*





НА СТРАЖЕ НАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

ИММЕРСИВНЫЕ УРОКИ

*Частное образовательное учреждение Прогимназия №63 открытого акционерного общества «Российские железные дороги»
(ЧОУ Прогимназия №63 ОАО «РЖД»)*

*** * ***

ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД» приняла участие в широкомасштабном проекте ОАО «РЖД» «Дистанционные иммерсивные занятия по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного и школьного возраста».

Креативная команда «Здоровые люди в стране железных дорог» организовала уроки-спектакли, как соревновательные мероприятия с элементами, атрибутами и названиями команд, помогая дошкольникам и ученикам начальной школы начать формирование устойчивых навыков здоровьесберегающего поведения.

В прогимназии тщательно готовились к участию в данном мероприятии и взрослые и дети. На официальном сайте Zdorov.SZD.Online был создан личный кабинет учреждения. Педагоги, как модераторы занятий, прошли обучение и тестирование по проведению иммерсивных уроков здоровья. Были получены демонстрационные и индивидуальные комплекты для детей участников проекта – дошкольников и младших школьников. Как готовились дети к уроку-спектаклю? Под руководством педагогов знакомились с героями пяти волшебных королевств Страны железных дорог, придумывали название и логотип команды групп и классов, готовили костюмы.

И вот 3 и 4 декабря долгожданные иммерсивные уроки-спектакли «Волшебный шар Иммуны» прошли в прогимназии. Участниками спектакля стали команды: в подготовительных группах – «Фруктовый микс» и «Спасатели Здоровья», в школе: «Экспресс», «Родничок», «Разноцветная планета», «Академия здоровья», «Казачи», «Земляне», «Алые паруса».

Ребята отправились на фирменном поезде «Сам здоров» в страну «Железных дорог», где их ждало увлекательное путешествие в объединенные земли для поиска пятого королевства «Иммуны», а препятствием на пути участников стал «король ВИР», направляющий ребят по ложному пути. Принцесса Иммуна, пригласила детей в королевство ДаблП, где гном ВитУм закрепил знания ребят о полезных продуктах, содержащих витамины необходимые для здоровья «Пушистик». В королевстве чистоты, участники с принцессой «Чистой» научились правильно мыть руки. С «Рыцарем Движ», из королевства «Энерджазия», выполнили веселую зарядку, после которой смогли увернуться от летящих в них вирусов. А в королевстве «Баланса» с «Хранителем времени» вспомнили режим дня и получили браслеты – «Трекеры здоровья», которые оживили ребят и помогли им справиться в финальном бою с Вирусом. Ребята получили неожиданные открытия, незабываемые впечатления и приятные бонусы в качестве наборов «Я-тот, кто знает!» для их использования в дальнейших уроках. Они усвоили три главных акцента и готовы им следовать: «Я тот, кто не попал в ловушку», «Я тот, у кого есть щит», «Я тот, кто понимает ответственность».

Все участники успешно прошли испытания, защищая сказочные королевства от злобного короля Вируса. Накапливать опыт полезных привычек и навыков здоровьесберегающего поведения стало еще интереснее, ведь теперь мы знаем еще больше о том, как сохранить здоровье. А «Конструктор здоровья семьи», которые ребята получили в подарок от организаторов мероприятия, поможет укрепить здоровье всех членов семей – работников холдинга ОАО «РЖД».

*Ломова М.А., заместитель директора по УР
ЧОУ Прогимназии № 63 ОАО «РЖД»*

Глава II

Педагогические практики по итогам конкурса
«Здоровьесбережение в образовании»

Лучшие развивающие игры'2021

СПАСЕНИЕ КОРОЛЕВСТВА ЗДОРОВЬЯ

КВЕСТ-ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

*Варяница Марина Александровна, воспитатель
Семенова Оксана Юрьевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 96 ОАО «РЖД», г. Ростов-на-Дону*

* * *

Внедрение новых технологий в образовательный процесс дошкольных учреждений способствует более эффективному воспитанию ребенка, который стремится творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций и хочет получать новые знания об окружающем мире. К таким технологиям относятся здоровьесберегающие технологии.

В номинации конкурса «**Лучшие развивающие игры**» проекта «Здоровьесбережение в образовании» педагоги подготовительных к школе групп ЧДОУ Детского сада № 96 ОАО «РЖД» представили дидактические игры. После завершения проекта воспитатели продолжили работу по разработке и применению дидактических игр здоровьесберегающего содержания. Их целенаправленное использование позволяет успешно формировать основы здорового образа жизни у воспитанников.

Учителем–дефектологом была разработана *подборка развивающих дидактических игр*, таких как:

РЕЖИМ ДНЯ

Цель игры: закреплять с детьми представление о частях суток: (утро, день, вечер, ночь), о режиме дня, уточнять представления о предметах, необходимых в разных режимных моментах, развивать связную речь, активизировать словарь; развивать логическое мышление, внимание, логику, зрительное восприятие, мелкую моторику.

Ход игры: воспитатель вместе с детьми выясняет, из каких частей состоят сутки, предлагает назвать их, показать соответствующие пиктограммы и выложить их в правильной последовательности: (*утро, день, вечер, ночь*).

КЛЕТКА ИММУНИТЕТА

Цель игры: расширять представления об иммунитете, формировать основы здорового образа жизни, расширять словарь дошкольников, развивать коммуникативные навыки, внимание, память, слух, быстроту реакции, мелкую моторику.

Ход игры: детям предлагается по сигналу собрать целую картинку «клетки» из частей. Детям раздаются фрагменты картинки. По сигналу воспитателя ребенок собирает целую картинку «клетки» из частей, ориентируясь на образец. Играть можно индивидуально или совместно 2-3 человека.

Эти и многие другие интересные игры активизируют психические процессы, вызывая у детей живой интерес к процессу познания. В них дети с удовольствием преодолевают трудности, тренируют свои силы, развивают способности и умения. Мероприятия, проводимые педагогами, помогают формированию у детей знаний о здоровье человека и его сохранении, способствуют развитию необходимых умений и навыков по ЗОЖ. Дошкольники учатся использовать полученные знания в повседневной жизни.

В номинацию конкурса «Лучшая методическая разработка» вошел цикл квест-игр с элементами здоровьесберегающих технологий, таких как: «Спасение Королевства здоровья, Радуга здоровья, Секреты здоровья».

Воспитатели использовали в данном цикле здоровьесберегающие технологии, направленные на развитие личностно – ориентированного подхода и на комплексное решение задач дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Ход мероприятий осуществлялся на основе личностно – развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым дети учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Целью квест-игры является формирование у ребенка осознанного отношения к своему здоровью и жизни посредством поисково-познавательной деятельности.

В ходе квест-игры дети выполняют задания и собирают карту по частям, движутся по карте в поисках ответов на поставленный вопрос, отгадывают загадки и ребусы, собирают пазлы клеток иммунитета, накрывают на стол, подают блюда, изготовленные из полезных продуктов, сортируют полезные и вредные продукты питания, моют руки с помощью техники профессора Мыллера, выполняют дыхательную гимнастику с тренажером авторской разработки «Воздушные потоки», работают с пиктограммами, становятся прототипами главных героев и многое другое. Квесты направлены на укрепление детского коллектива, а также на снижение детской агрессии. После их проведения дети проявляют самостоятельность в организации игр со сверстниками здоровьесберегающего содержания, воспитатели активно поддерживают инициативу детей.

Педагогам ЧДОУ Детского сада № 96 ОАО «РЖД» очень понравилась идея иммерсивных уроков-спектаклей по формированию культуры сохранения здоровья и профилактике вирусных заболеваний для детей дошкольного возраста, они планируют и в дальнейшем продолжать работу, используя эту увлекательную и доступную форму.

Здоровый образ жизни – главная ценность человека в современном обществе. Педагоги ЧДОУ Детского сада № 96 ОАО «РЖД» личным примером учат детей ценить, беречь и укреплять своё здоровье, демонстрируют воспитанникам здоровый образ жизни, что определяет воспитание будущего поколения здоровым и развитым как духовно, так и физически.

Я И МОЕ ЗДОРОВЬЕ

КАРТОТЕКА ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР ПО ВАЛЕОЛОГИИ

*Грищенко Анджела Анатольевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк*

*** * ***

Проблема: воспитать здорового и полноценного человека – самая главная задача общества. Валеология – это наука о здоровье. Игры по валеологии, проводимые в детском саду, помогают ребенку поддерживать свое здоровье, расширять представления о собственном организме, о его сохранении в ситуациях опасных для здоровья и жизни, развивать навыки личной гигиены.

Цель: формировать представление о здоровом образе жизни, знания о предметах личной гигиены и понятии – личная гигиена.

Задачи:

- закреплять представления об органах чувств;
- изучать факторы, влияющие на здоровье человека;
- воспитывать у детей заботливое и бережное отношение к личному здоровью;
- вырабатывать навыки личной гигиены.

КАРТОТЕКА ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР:

Собери лицо человека

Цель: учить различать и называть части лица (*нос, рот, глаза, брови, закрепить знания детей о половых и возрастных особенностях людей. Назвать отличительные признаки мужского и женского лица. Подобрать и составить портреты: мамы, папы, бабушки, дедушки, сестры, брата. Активизировать диалогическую речь, развивать внимание, творческое мышление, воображение, фантазию*).

Ход игры: педагог предлагает детям рассмотреть картинки-портреты и в соответствии с ними составить «лицо человека», используя части, составляющие женский и мужской образ. Если дети затрудняются, им педагог задаёт наводящие вопросы: «*Что ты видишь на картинке?*», «*Какие части лица? Назови их*». *Что находится на голове? Для чего нужны рот, нос, глаза, уши?*

Собери пазлы «Витамины»

Цель игры: закрепление знаний детей и представлений о полезных продуктах и витаминах, содержащихся в них. Формирование у детей основ здорового образа жизни.

Ход игры: дети выкладывают из коробки большие пазлы и собирают их в единое изображение. Отгадывают продукт и рассуждают о полезности его для человека. Следующим этапом игры является закрепление у детей знаний о витаминах, дети заполняют пустые ячейки пазлами-витаминами.

Органы чувств

Цель игры: закрепить знания об основных органах чувств человека.

Игра состоит из пяти больших карточек, соответствующих пяти органам чувств: «Глаз» – зрение; «Рот» – вкусовые ощущения; «Нос» – обоняние; «Ухо» – способность слышать; «Руки» – тактильные ощущения. Необходимо подобрать каждому органу чувств четыре карточки и объяснить, почему та или иная карточка подходит к данному органу чувств.

Стоматолог

Игра для двух человек. Дети по очереди бросают кубик с цифрами и в зависимости от выпавшего числа закрывают зуб с данной цифрой на картинке (верхняя или нижняя челюсть). У кого на картинке все зубы будут закрыты, тот победил.

Здоровье зубов, гигиена

Ребёнок бросает кубик, в зависимости от картинки на кубике, закрывается соответствующее поле в таблице. Игра продолжается до тех пор, пока одна из картинок не выпадает 10 раз.

Полезные и вредные продукты для зубов

Цель: закреплять представления детей о полезных и вредных продуктах для здоровья зубов человека.

Ход игры: необходимо взять карточку с продуктом, рассказать, какую пользу или вред приносит этот продукт для зубов, поместить карточку рядом со здоровым или больным зубом. Необходимо разместить все карточки.

Подбери эмоцию

Цель: развивать коммуникативные навыки, эмоциональную сферу детей, внимание и мышление, фантазию и творчество, мелкую моторику, пространственное и логическое мышление.

Ход игры: дети получают набор картинок, изображающих части тела человека. Воспитатель предлагает детям разложить перед собой эти картинки. Далее воспитатель показывает детям карточки с различными эмоциями и предлагает детям подобрать соответствующую эмоцию из набора картинок. Потом воспитатель предлагает рассказать об этой эмоции и показать её на себе.

Продолжи цепочку

Цель: формирование у детей представления о том, какие картинки соотнести к какому органу. Развивать мелкую моторику рук, представления о сенсорных эталонах величине, цвете, форме. Пособие предназначено для индивидуальной работы с детьми.

Ход игры: необходимо подобрать к каждому органу чувств карточки, которые подходят ему и объяснить, почему та или иная карточка подходит к данному органу.

Сенсорные мешочки

Цель: развитие мелкой моторики рук.

Ход игры: дети выполняют точные действия кистями рук и пальцев в соответствии с за-

данием педагога. В игре скоординирована работа нервной, мышечной, костной и зрительной систем ребенка. Малыши выбирают мешочки по цвету, форме и величине, при этом сосредотачивают внимание, проявляют навыки ловкости рук и пальцев.

Найди пару

Цель: развивать внимание, мышление, понятие один – пара, способствовать развитию навыков сравнения и сопоставления предметов.

Ход игры: ребёнок учится находить пару по одинаковому узору и цветовой гамме.

Литература

1. Бузунова А. Волков П.; Медико-педагогическая оздоровительная работа//Дошкольное воспитание. -№4.-2003. 145.с.
2. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников ДОУ. - М.: АРКТИ, 1999 - 88 с.
3. Румянцев Г.И., Воронцов М.П. Общая гигиена. - М, 2004., 608 с.

КТО Я?

КАРТOTEKA ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР ПО ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

*Кузьмина Марина Михайловна, воспитатель
ЧДООУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк*

* * *

Возраст воспитанников: старший дошкольный возраст.

Виды деятельности: коммуникативная, познавательно-исследовательская, опытно-экспериментальная.

Образовательные области: речевое, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Цель: систематизировать представления детей о себе, своем теле, формировать сознание важности каждой системы организма для полноценного здоровья.

Развивающие задачи: развивать логическое мышление, память и внимание; продолжать обогащать и расширять активный словарь детей.

Воспитательные задачи: воспитывать заботливое отношение к себе и своему здоровью.

КАРТOTEKA ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР:

Назови правильно

Цель: закрепление знаний о средствах гигиены, их назначении и правильном применении.

Материал: мяч.

Описание: воспитатель бросает мяч и называет предмет, про который нужно рассказать (назначение предмета).

Когда и что одеваем?

Цель: формирование умения различать предметы одежды в зависимости от времени года.

Описание: воспитатель бросает мяч и называет предмет одежды. Дети объясняют, в какое время года носят эту одежду и почему.

Кто я?

Цель: расширение знания ребёнка о самом себе, своём имени, своей фамилии, возрасте.

Оборудование: зеркало.

Описание:

Воспитатель говорит:

- Расскажи, что ты знаешь о себе (*имя, возраст, рост, цвет и длина волос, цвет глаз, дата рождения, девочка или мальчик*).
- Расскажи, на кого ты похож: на маму или папу.
- Что делает мама? (*убирает, стирает, готовит еду...*)
- Что делает папа? (*ремонтирует, ездит на рыбалку...*)
- А ты помогаешь маме?
- А ты помогаешь папе? и т.д.

Назови спортсмена

Цель: воспитание уважительного отношения к спортсменам, развитие умения различать и называть виды спорта.

Материал: картинки с изображением спортсменов.

Описание: дети играют в парах. Один берет картинку с изображением спортсмена и движением показывает заданный вид спорта, другой – отгадывает. Затем игроки меняются местами.

Что сначала – что потом

Цель: закрепление представления детей о том, что соблюдение правильного режима дня полезно для здоровья.

Материал: сюжетные картинки с изображением действий, характерных для определенного периода суток.

Описание: предложить игрокам разложить картинки в правильной последовательности, объяснить свой выбор.

Солнце, воздух и вода – наши верные друзья

Цель: формирование представления детей о средствах и видах закаливания (водные, воздушные, солнечные), их значении для здоровья.

Материал: сюжетные картинки.

Описание: дети рассматривают картинки, определяют, какую пользу для здоровья приносят солнце, воздух и вода. Выигрывает тот, кто назовет наибольшее количество полезных свойств.

Как нужно ухаживать за собой?

Цель: формирование навыков контроля за выполнением правил личной гигиены.

Оборудование: фишки, карточки с вопросами.

Описание: Ведущий крутит волчок, который определяет карточку с вопросом. За правильный ответ ребёнок получает фишку. Выигрывает тот, у кого окажется больше фишек.

Вопросы:

1. Назови предметы, которые тебе понадобятся для умывания (*мыло, полотенце*).
2. Назови предметы, которые потребуются для того, чтобы принять душ (*шампунь, мыло, гель для душа*).
3. Как часто нужно мыться? (*Каждый день*).
4. Как часто нужно чистить зубы? (*Утром и вечером*).
5. Как часто нужно подстригать ногти? (*Не реже 1 раза в 10 дней*).
6. Как часто нужно мыть уши? (*Каждый день*).
7. Как часто нужно менять нижнее бельё? (*Каждый день*).

Ты покажи – я отгадаю

Цель: воспитание уважительного отношения к спортсменам, развитие умения различать и называть виды спорта.

Описание: одна подгруппа детей с помощью конкретных движений показывает (*загадывает*), каким видом спорта они занимаются. Другая подгруппа – отгадывает, кто был изображен (*лыжник, пловец, хоккеист, гимнаст и т.д.*).

Чем опасен предмет?

Цель: расширять представления детей о правилах безопасного поведения в быту; развивать внимание, память; воспитывать чувство сотрудничества.

Материал: карточки с изображением пореза, ожога, ушиба руки и пожара; картинки с изображением различных бытовых предметов.

Описание: Воспитатель или ребенок – ведущий. Он поочередно поднимает картинку с изображением предмета. Участники должны догадаться, к какой травме может привести неправильное обращение с этим предметом. При ответе ребенок должен объяснить, чем опасен тот или иной предмет, рассказать правила обращения с ним.

Азбука настроения

Цель: закрепление умения определять эмоциональное состояние человека по мимике и жестам.

Материал: карточки, передающие разное настроение нескольких персонажей (*радость, злость, испуг, недовольство и т.д.*).

Описание: игрокам предлагается выполнить такие задания, как «определи настроение», «выбери героя» (*с определенным настроением*), «расскажи, что с ним произошло» (*объясни причину его эмоционального состояния*).

Чтобы глазки не болели

Цель: закрепление знаний детей об органе зрения, о необходимых правилах, которые помогут сохранить здоровье глаз и зрения.

Материал: картинки с изображением определенных действий, которых следует избегать, чтобы сохранить свое зрение.

Описание: дети выбирают картинки с изображением необходимых правил, которые нужно соблюдать, чтобы сохранить свое зрение.

Какие продукты позволяют сохранять зубы здоровыми?

Цель: формирование умения выделять полезные и вредные для здоровья зубов продукты.

Материал: муляжи продуктов питания, овощей, фруктов, тарелки.

Описание: детям предлагается разложить по тарелкам продукты, которые полезны для здоровья зубов и которые вредны.

Если ты заболел

Цель: развитие желания заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, наносящих вред здоровью.

Материал: картинки с изображением определенных действий.

Описание: дети выбирают из картинок те, которые изображают то, как нужно себя вести при заболевании.

Чтобы не заболеть...

Цель: развитие умения избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.

Материал: сюжетные картинки.

Описание: дети выбирают картинки с изображением действий, которые позволяют защитить свой организм от болезней.

Посылка от обезьянки

Цель: формирование представления о своем организме; закрепление знания о том, что предметы можно узнать по внешнему виду, запаху, вкусу, на ощупь; упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху.

Материал: посылка с овощами, фруктами.

Описание: сообщить детям о том, что пришла посылка от обезьянки.

Педагог предлагает детям узнать, что за овощи или фрукты находится в посылке. Одному ребёнку предлагается опустить руку в посылку и на ощупь определить её содержимое. Другому – попробовать кусочек и определить по вкусу, третьему предлагается определить по запаху, а четвёртому воспитатель описывает этот овощ (*фрукт*). Выигрывает тот, кто угадает.

Угадай по звуку

Цель: формирование представления о помощнике человека (*уши*), развитие навыков исследования предметов с помощью соответствующего органа чувств.

Материал: музыкальные инструменты.

Описание: воспитатель за ширмой издаёт звуки на различных музыкальных инструментах, дети угадывают их.

Вопрос: Что помогло вам услышать разные звуки?

Видим, слышим, ощущаем

Цель: закрепление представления об органах чувств человека.

Материал: сюжетные картинки.

Описание: выбрать из предложенных картинок сначала, те органы чувств, которые позволяют нам дышать, затем – видеть и ощущать.

Определи на запах

Цель: формировать представление о функциях органа обоняния.

Материал: фрукты, тарелки с вареньем, ватные диски с парфюмерным ароматом.

Описание: предложить с закрытыми глазами определить характерный запах.

Кто что делает?

Цель: закрепление представления детей о функциях органов чувств человека, развитие логического мышления.

Описание: предложить распределить слова по группам (*к какому органу тела человека они имеют отношение*): холодно, горько, громко, свежо, кисло, горячо, темно и т. д.

Хвастунишка

Цель: формирование заботливого отношения к своему организму, развитие воображения, речи.

Описание: предложить рассказать о каком-либо органе или части своего тела. Например, продолжить фразу: «Мои ручки маленькие, кожа на них гладкая, нежная, они помогают мне делать...».

Правильные картинки

Цель: воспитание бережного отношения к своему организму, обучение правилам, которые помогают сохранить сердце здоровым.

Материал: картинки с изображением определенных действий, фишки красного и зеленого цветов.

Описание: предложить детям положить на картинки с изображением действий, которые помогают сохранить сердце здоровым, зеленую фишку, а наоборот – красную.

Лови, бросай, предметы гигиены называй

Цель: закрепление знания детей о предметах гигиены.

Материал: мяч.

Описание: дети становятся в круг, воспитатель в центре. По очереди бросает мяч детям. Дети называют предметы гигиены, которыми они пользуются и знают.

Литература

1. Алямовская, В.Г. Ребенок за столом [Текст]: методическое пособие по формированию культурно-гигиенических навыков / В.Г. Алямовская, К.Ю. Беляя, В.Н. Зимонина. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 64 с.
2. Григорьева, В.Н. Формирование культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников [Электронный ресурс] / В.Н. Григорьева – Режим доступа: http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,160519/Itemid,118/
3. Ермакова, Н. Формирование культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников [Электронный ресурс] / Н. Ермакова – Режим доступа: <http://www.maam.ru/detskij/sad/-formirovanie-kulturno-gigienicheskikh-navykov-u-detei-mladshego-doshkolnogo-vozrasta.html>

ВСЕ ЧАСТИ ТЕЛА ВАЖНЫ, ВСЕ ЧЕЛОВЕКУ НУЖНЫ

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА

*Помозанова Юлия Александровна
ЧДОУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк*

*** * ***

Человеческий организм представляет собой сложный механизм, который состоит из огромного количества деталей и элементов. Каждая из «запчастей» является уникальной и неповторимой. Поэтому одной из главных задач педагога является умение привить ребёнку способность к познанию строения своего организма и сохранению его здоровья. Реализация поставленной задачи осуществляется в организации игровой деятельности соответствующей направленности.

С помощью схем, моделей, набора картинок, пазлов и др., в которых изображено строение тела человека, расположение в нем систем и органов, в дидактической игре происходит формирование новых знаний и умений, а также закрепление уже полученных. Создание такой дидактической игры при помощи наглядного материала с изображением частей тела и различных органов человека является наиболее оптимальным вариантом, предназначенным для достижения цели.

Игра «Все части тела важны, все человеку нужны» актуальна для детей среднего и старшего дошкольного возраста. В ходе игры дети познакомятся с новыми и закрепят ранее полученные знания о строении тела человека его органах и функциях. Дети еще не знают особенностей строения своего тела поэтому, игра позволит им расширить свой кругозор в этом направлении и поможет воспитать навыки более бережного отношения к своему телу.

Инструкционная карта:

Цель: формирование знаний детей о строении тела человека, расположении различных органов: внешнее строение и функции органов.

Задачи:

- закреплять знания детей о разных органах и частях тела;
- развивать связную речь, внимание, память;
- воспитывать дружеское отношение к сверстникам, желание играть вместе.

Оборудование: макет с изображением тела человека, муляжи органов человека картинки с изображением различных органов, частей тела человека (Приложение 1).

Правила игры:

Воспитатель читает стихотворение или загадывает загадку про части тела и органы, а дети должны отгадать и дать полный ответ, выбрать соответствующую картинку с его изображением.

Игровые действия: поиск правильной картинки. Соревнование – кто быстрее и правильно ответит на вопрос и найдет картинку. Выигрывает тот, кто больше нашел правильных картинок.

Ход игры: игра проводится после ознакомления детей со строением человека, с названиями различных частей тела, органов и их функциями. На столе разложены картинки (части), воспитатель задает вопрос, дети по очереди дают полный ответ и выбирают соответствующую часть, игра продолжается, пока дети не разберут все картинки. Воспитатель подводит итог, выделяет самых активных детей и поощряет их.

Литература

1. Данилевич Т. «Обучалка для детей», Pinterest.// <https://www.pinterest.ru/pin/545076361136289556/>
2. Кнушевицкая Н. А. Картотека стихов по лексическим темам «Наш мир» [Текст] / – Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2012. – 89 с.
3. Соколова Н.В., «Дидактическая игра для детского сада»// <<https://multiurok.ru/files/didaktichieskaia-ighra-dlia-dietskogho-sada-tielo.html/>>

ИНТЕРАКТИВНАЯ SMART–ИГРА¹ «ДЖИНГЛИКИ» ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

*Брага Марина Юрьевна, педагог-психолог
ЧДОУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк*

*** * ***

Не секрет, что в процессе работы по развитию и коррекции психических процессов педагог-психологи часто сталкиваются с проблемой недостаточной мотивацией и вниманием к занятиям у дошкольников, ведь работа над развитием и коррекции психических процессов требует от ребенка кропотливости, усидчивости, достаточного уровня устойчивости внимания и работоспособности. Как же увлечь ребят и превратить однообразные систематические упражнения в интересную игру?

На протяжении всей своей педагогической практики я активно внедряю в свою работу игровые технологии, которые помогают сделать занятия не только познавательными, но и интересными для детей, эмоционально окрашенными, запоминающимися. Ведь именно через игру ребята наиболее эффективно усваивают знания, умения и навыки. В моей игре «ДЖИНГЛИКИ» ребята развиваются играя.

Одним из пособий, применяемых мною на занятиях, по развитию и коррекции психических процессов является «Интерактивная Smart-игра ДЖИНГЛИКИ» который дает широкие возможности для развития таких психических процессов как, внимание, память, мышление, логического, абстрактного мышления, мелкой моторики рук, обучению счета ориентироваться в пространстве, закреплять такие понятия «верхний правый угол», «нижний левый угол» и. т. д, что дает ребенку подготовительного возраста хорошо подготовится к школьному обучению. Данное пособие хорошо зарекомендовало себя для преодоления неустойчивого внимания, быстрой утомляемости и плохой переключаемости с одного вида деятельности на другой. Ребенок, играя, преодолевает трудности, связанные с закреплением, пониманием, поэтому задача взрослого окружить ребенка игрой, чтобы он не заметил, что на самом деле занят тяжелой работой.

Данная игра очень интересная, поучительная, увлекательная, так как за основу взят детский мультсериал «Джинглики», а он имеет познавательно – обучающую основу и помогает юным исследователям узнать больше об окружающем мире, себе и взаимоотношениях, каждый их день полон веселых забот приключений и открытий. Пособие представляет собой фетровое полотно в виде игры ходилки. На нем расположены персонажи данного мультлика, они озвучены «Говорящей ручкой Знаток» (что себя представляет данный персонаж, что любит,

¹ умная игра

что умеет и его характер). Правила игры: провести свою фишку по подготовленному маршруту. Дети бросают кубик и перемещаются по игровому полю. Расстояние, на которое игрок может продвинуть свою фишку, определяется броском игрового кубика. В игре присутствуют дополнительные правила, дающие право идти вперед, назад или оставаться на месте. Если фишка попала на геометрическую фигуру, ребенок находит папку с аналогичной фигурой и ее выполняет (если задание не выполнено ребенок остается на месте). Таким образом, выполняют пошаговые действия от старта к финишу. Продвигаясь к финишу, детям часто приходится решать различные задания, отвечать на вопросы, совершать какие – либо действия. Начиная игру, ребята с головой погружаются в атмосферу приключений, а побеждает здесь не просто самый удачливый и внимательный, но также – самый находчивый и сообразительный. Тем самым ребята приобретают новые познавательные интересы и навыки с героями мультлика.

Дидактическое развивающее пособие функционально, вариативно в плане применения, эстетически привлекательно и вызывает интерес у детей в течение занятия. Данное пособие успешно апробировано мною на занятиях в группах общеразвивающих групп. Так же можно использовать данное пособие в группах, компенсирующей направленности, но задания использовать в облегченной форме, или подобрать задания по определенной лексической теме.

Актуальность. Создание такого пособия обусловлено необходимостью для развития психических процессов у детей.

Основная цель данного пособия – развитие всех компонентов когнитивной и эмоциональной сферы психических процессов; расширение словарного запаса развитие мелкой моторики рук, сенсорного и пространственного восприятия, внимания памяти, словесно-логического мышления.

Задачи:

1. Развитие психических процессов: внимание, память, логическое мышление, речь, восприятие;
2. Формирование у детей потребности в познании и саморазвитии;
3. Содействовать проявлению эмоционально – волевых качеств личности;
4. Развитие коммуникативных навыков;
5. Воспитание самоконтроля, организованности и самодисциплины;
6. Проявлять логическое мышление, наглядно – образное, наглядно – действенное;
7. Уметь понимать и передавать свои чувства;
8. Развивать предпосылки логического мышления, внимания, памяти, воображения, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.
9. Формировать чувство взаимопомощи, инициативы.
10. Профилактика школьной дезадаптации.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ С ИНТЕРАКТИВНОЙ SMART-ИГРОЙ «ДЖИНГЛИКИ»

В подгрупповой работе могут принимать участие от 2 до 5 человек. Игра предназначена для детей 5-7 лет и может быть использована в совместной деятельности детей, детей и воспитателя.

Педагог включает «Говорящую ручку Знаток» и привлекает внимание детей на фетровое полотно, где расположена игра. Ребята самостоятельно включаются в процесс игры, прослушивая запись музыки, это дает детям настроиться на позитивный настрой, и под руководством взрослого выполняют задания.

Противоположности

Цель: развитие речи, внимания, образной и смысловой памяти, логического мышления. Научить детей находить предметы, противоположные по значению.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. Педагог-психолог (педагог) предлагает ребенку рассмотреть предложенные картинки. Раскладываются карточки, педагог берет одну из картинок и читает слово при этом показывает ее участникам игры, тот из игроков, который считает, что эта карточка подходит к одной из его карточек, называет слово противоположное по значению, тому, что прочитал ведущий. Если мнение игрока неверно, игроки продолжают искать подходящую карточку. Побеждает тот, кто первым подберет пары ко всем своим карточкам. А игрок, которому попало задание, выполнил все условия – продолжает дальше, не пропуская ход, если нет, то он пропускает один ход.

Головоломка

Цель: развитие сенсорных способностей, пространственных представлений, логического и абстрактного мышления у детей.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. Педагог-психолог (педагог) предлагает ребенку рассмотреть предложенные картинки. При составлении фигур – силуэтов использовать все части, присоединяя одну к другой, все части комбинируйте, чтобы получилась картинка.

Запомни точки

Цель: развитие памяти, внимания, пространственного мышления.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. Педагог-психолог (педагог) предлагает ребятам рассмотреть предложенную комбинацию. Педагог показывает карточку с расположенными точками, просит запомнить ребят расположения (1-2 мин) убирает. А ребята с помощью маленьких карточек повторяют узор.

Эмоции

Цель: развивать умение выразить мимикой лица через картинку, восторг, удивление, радость, грусть способность распознавать и выражать различные эмоции.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. Педагог-психолог (педагог) предлагает ребятам рассмотреть картинки с эмоциями мальчика и девочки. Психолог предлагает девочкам найти эмоцию радость и изобразить ее (при желании дополняют жестами, фразами). Мальчикам найти эмоцию грусть и изобразить ее. У участников спросить какая эмоция вам больше понравилась. Что испытывали, когда изображали ту или иную эмоцию (эмоции меняются в зависимости от настроения ребят и количества времени).

Собери пазл ДЖИНГЛИКИ

Цель: развивать мышление память, мелкую моторику рук, учить соединять части предметов в одно целое.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. Педагог-психолог (педагог) перед участниками выкладывает разрезные картинки. Педагог предлагает детям внимательно рассмотреть и собрать картинку из отдельных частей. Можно предложить соревновательный момент.

Подбери по тени ОРГАНЫ ЧУВСТВ

Цель: Познакомить детей с органами чувств и их функциями. Сформировать понятие о том, что наши органы чувств (помощники) и имеют большое значение в жизни человека. Развивать речь, учить детей находить заданные силуэты путем наложения.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. И перед собой раскладывает поле с органами чувств: осязание, слух, обоняние, вкус, и маленькие карточки. Педагог предлагает участникам рассмотреть картинки и по тени подобрать соответствующую картинку. Ребенок должен объяснить свою ассоциацию с данной картинкой.



Разрезные картинки

Цель: Формировать у детей представления о целостном образе, предмета, учить соотносить образ представления с целостным образом реального предмета, правильно собирать изображения предмета, правильно собирать изображение предмета из отдельных частей.

Ход игры: Перед детьми лежат разрезные картинки с изображением предмета. Педагог предлагает детям внимательно рассмотреть и собрать картинку из отдельных частей. Приветствуется соревновательный момент.

Разложи фигуры

Цель: Формировать представления о цвете и геометрических фигурах, развивать зрительное восприятие, мыслительные операции, внимание. из отдельных частей.

Ход игры: Ребенок достает задание из папки. И перед собой кладет карточку. Ребенок должен внимательно посмотреть на фигуры, которые располагаются слева и по лабиринту найти ее расположение справа.

Найди коврику заплатку

Цель: развитие наглядно-образного мышления, обучение оперированием различными образами и наглядными представлениями при решении задач.

Ход игры:

1 вариант: Участникам выдаются карточки, с отсутствующей частью. Педагог держит карточки – «заплатки» в руках картинкой вниз. Ведущий показывает карточки детям, а они должны узнать свою «заплатку» и сказать об этом.

2 вариант: Ребятам выдаются карточки с отсутствующей частью картинки, перед ними выкладываются маленькие карточки – «заплатки» ребята выбирают нужную.

Ориентация

Цель: Развитие умения ориентироваться в пространстве и на плоскости.

Материалы: жучек на ленточке (для передвижения). Квадраты из фетра, фетровые фигурки: бабочки, цветочки, снежинки, дерево, елки, тучки, листики, фрукты (можно использовать по сезону).

Ход игры:

1 вариант: Ребенку предлагается поставить жучка в правый верхний угол (если ребенок справился его похвалить), Переставь жучка нижний левый угол. (Использовать несколько вариантов: левый, правый, верхний, нижний, середина)

2 вариант: Ребятам выдаются квадратики, и по инструкции педагога выполняют задания. (Заполни верхний ряд горизонтально: 2 квадрата красного цвета. 1 квадрат зеленый. 1 белый, ребенок запоминает и выкладывает. Заполни столбик вертикально (варианты педагога).

3 вариант: Выложить фигуры по инструкции педагога.

Литература:

1. Найссер У. Воображение и память // Познание и реальность. – М.: Прогресс, 1981. – 232 с.
2. Выготский, Л.С. Развитие высших психических функций / Л.С. Выготский. – М.: Наука, 1960. – 340 с.
3. Выготский Л.С. Воображение и его развитие в детском возрасте / Л.С. Выготский. – СПб., 1997. – 96 с.
4. Грегори Р.Л. Иллюзии // Познавательные психические процессы: хрестоматия/ сост. А. Маклаков. – СПб.: Питер, 2002. – 620 с.
5. Гурова Л.Л. Психология мышления / Л.Л. Гурова. – М.: ПЕР СЭ, 2005. – 135 с.
6. Зинченко П.И. Непроизвольное запоминание и деятельность//Познавательные психические процессы: хрестоматия / сост. А. Маклаков. – СПб.: Питер, 2002. – 620 с.
7. Аббасов, И. Б. Визуальное восприятие / И.Б. Аббасов. – М.: ДМК Пресс, 2016. – 552 с.

Куда перебежали микробы

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА

*Прудникова Олеся Александровна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

*** * ***

Цель: формирование культурно-гигиенических навыков при чихании.

Задачи:

Образовательные:

- обобщение и систематизация представлений об окружающем предметном мире, о микробах, бактериях.

- расширение и уточнение, активизация словаря по всем лексическим темам.

Развивающие:

- развитие связной речи, всех видов восприятия (зрительное, слуховое), тонкой моторики, творческого воображения.

- развивать внимание, память.

Воспитательные:

- воспитание инициативности, самостоятельности, творческой активности, аккуратности.
- воспитание навыков сотрудничества.
- формирование навыков, как не заразиться самому и сохранить здоровье окружающим.

Материалы: раздаточные карточки с изображением предметов быта, продуктов питания, игрушек на каждого ребенка, экран с предметами для ведущего.

Ход игры

Ведущий раздает играющим разные карточки. На каждой изображено 4 картинки.

Ведущий: «Во время кашля и чихания изо рта в воздух попадают микробы и бактерии. Кто такие микробы? (*микробы – живые организмы, которые слишком малы для того, чтобы быть видимыми невооружённым глазом*). Микробы вызывают различные заболевания, опасные для жизни. Сейчас я вам докажу, что микробы очень легко «перебегают» от одного человека к другому, от предмета к предмету.

У меня в руке экран с изображением нескольких предметов. Что будет, если я чихну на экран, не прикрыв рот? (*микробы «перебегут» на предметы*) Проверим? (педагог делает вид, что случайно чихает на экран, не прикрыв рот одноразовым платком. И на картинках появляются дополнительные изображения микробов). У вас в руках карточки различных предметов. Посмотрите, на чьи предметы «перебежали» микробы, поднимите карточку вверх. Молодцы, вы очень внимательны! (*игра повторяется 3-4 раза с разными экранами*). Мы с вами убедились в том, что микробы очень легко «перебегают» от заболевшего человека к другим предметам, а при контакте с предметом, попадают к здоровому человеку.

Как же не заразить других и защититься самому? (*выслушивает ответы детей*).

Ведущий подводит итог, формулируя *культурно-гигиенические правила при кашле и чихании*:

1. Прикрывайте рот и нос салфеткой, когда кашляете или чихаете.
2. Одноразовую салфетку после использования нужно сразу же выбросить в мусорную корзину.
3. Если у вас нет платка или салфетки, кашляйте и чихайте в сгиб локтя. Так ваши руки останутся чистыми, и риск разнести вирус при дальнейшем прикосновении к предметам значительно снизится.
4. При чихании и после ни в коем случае **не касайтесь руками лица**. Ведь даже если вы здоровы, на ваших руках могут быть возбудители инфекции, а потрогав свой нос или глаза вы рискуете заразиться через слизистую.
5. Тщательно промойте руки после кашля и чихания. Если вы не можете этого сделать, воспользуйтесь спиртосодержащим антисептиком.

ВИТАМИННЫЙ ДОМИК

НАСТОЛЬНАЯ ИГРА

*Кривошлыкова Марина Анатольевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

*** * ***

Питание в дошкольном детстве имеет особое значение для здоровья ребенка, так как оно должно не только покрывать расходующую им энергию, но и обеспечивать материал, необходимый для роста и развития всех органов и систем организма.

Ухудшение качества питания, недостаток в пище витаминов и микроэлементов отрицательно сказываются на физическом развитии детей.

Правильное питание – залог здоровья, но не все это воспринимают серьезно.

За последние 10-15 лет наш рацион изменился до неузнаваемости. Благодаря гастрономической революции готовить стало легче, а переваривать труднее. Мы пьем порошковое молоко, завариваем кипятком сухое картофельное пюре, утоляем голод хот-догами, чипсами и

шоколадными батончиками. Супчики из пакетика, лапша моментального приготовления, бульонные кубики вытеснили со стола здоровую еду.

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. Именно в дошкольном возрасте важно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании, способствовать пониманию того, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни. Без преувеличения можно сказать, что правильное питание – это залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и неперемное условие нашего здоровья и долголетия.

Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимости обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание.

Витаминный домик (старший дошкольный возраст)

Цель: формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи:

- закрепить знания об овощах и фруктах, о продуктах их пользе для человека;
- закрепить знания о витаминах, содержащихся в продуктах;
- расширить словарный запас: названия витаминов и продуктов;
- воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Материал: большие карточки в виде домиков с указанием витамина (А, В, С) и маленькие карточки с изображением продуктов, овощей и фруктов.

Ведущий прием: по названию витаминов вспомнить продукты, в которых он содержится.

Предварительная работа: беседа с детьми о полезных и вредных продуктах питания; беседа с детьми о том, что фрукты и овощи и продукты содержат витамины А, В, С, D; создание наглядного пособия «Где живут витамины?»; подбор материала для сюжетно-ролевых игр «Магазин «Овощи-фрукты»; «Фруктовое кафе».



Описание игры: игра проходит по правилам настольного лото. Играющих может быть по числу карточек и еще один – ведущий. Он предлагает детям набор больших карточек – домиков, в которых живут витамины А, В, С, D и другие, поднимает маленькую карточку и называет продукт, изображенный на ней. Игроки должны определить, какие витамины находятся в этом продукте, разместить карточку в соответствующем домике Витамина и рассказать, причину его выбора.

Литература

1. Безруких М.М., Макеева А.Г. Филиппова Т.А. Рабочая тетрадь «Разговор о здоровье и правильном питании» – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014.–71 с.

АНАТОМИЧЕСКИЙ ФАРТУК. ОРГАНЫ ЧЕЛОВЕКА

НАГЛЯДНО-ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

*Ворончихина Марина Владимировна, педагог-психолог
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

* * *

Современный человек не имеет права считать себя образованным, не освоив культуры здоровья. Культура здоровья определяет, прежде всего, умение жить, не вредя своему организму, а принося ему пользу. Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья начинаются в дошкольном возрасте.

Тело человека считается единым, уникальным организмом. Все его части, органы, системы тесно связаны между собой, поэтому очень важно показать детям необходимость заботиться о себе, сохраняя здоровье всех своих органов.

Описание пособия

Дидактическое пособие «Органы человека» для детей дошкольного возраста представляет собой фартук со съёмными деталями. Оно предназначено для ознакомления дошкольников с внутренними органами человека. Развивает зрительное представление детей о лёгком и сердце, желудке, печени, кишечнике, почках и др. Пособие изготовлено из ткани и фетра. Модели внутренних органов на фартуке крепятся согласно схеме с анатомическим расположением органов в организме человека. Все органы-подушечки крепятся к фартуку на липучки.

Фартук не просто даёт представление о внутренних органах человека, их взаимном расположении: анатомическая информация в подобной форме приобретает «лично-ориентированную» направленность. Ребенок, надевая фартук, получает представление о том, что и где находится внутри его организма.

Наглядно-дидактическое пособие «Органы человека» можно использовать на познавательном занятии «Как устроен человек?», в беседе о «Правильном питании», в дидактических играх «Чего не хватает?», «Что изменилось?», «Найди ошибку». При наличии двух или трех подобных фартуков возможны индивидуальные и командные соревнования на правильное заполнение фартука, на коллективный поиск ошибок.

Так же педагог может рассказать о функциях каждого органа, например, селезёнка фильтрует кровь и вырабатывает антитела для борьбы с вирусами. При болезнях или травмах селезёнка болит, дискомфорт ощущается в области левого подреберья – именно там расположен данный орган.



Органы человека

Описание дидактической игры.

Цель: формировать представление у детей дошкольного возраста о расположении внутренних органов в организме человека.

Задачи:

- формировать и закреплять знания детей о внутренних органах человека, их значениях и функциях;
- развивать представление об органах дыхания и способах профилактики вирусных заболеваний;
- воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни.

Ход игры: необходимо заранее подготовить валеологический фартук, на котором разместить органы в соответствии с их местоположением в организме человека. Следует рассказать детям о функциональном содержании того или иного органа, например, «Легкие – это парный орган дыхания, предназначенный для газообмена. Легкие обеспечивают обмен углекислого газа и кислорода между тканями организма и воздухом». Участники игры по очереди одевают на себя фартук, прикладывая атрибуты органов, тем самым формируя представления об их расположении.

Литература

1. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДООУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ сфера, 2007. – 160с.
2. Карпова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников : планирование, система работы – Волгоград : Учитель, 2012. – 170 с.
3. Шукшина С.Е. Я и мое тело. Программа занятий, упражнения, дидактические игры. Методическое пособие для педагогов, воспитателей, родителей. – М.: Школьная Пресса, 2009. – 96 с.

НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ

РАБОТА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Кашина Наталья Филаретовна, педагог-психолог
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск*

*** * ***

Работаю педагогом-психологом в частном общеобразовательном учреждении «Прогимназия № 63 ОАО «РЖД» с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, взаимодействую с ребятами разных возрастов. Дети приходят в прогимназию трехлетними малышами за руку со своими родителями, а в 10 лет уходят повзрослевшими, уверенными в себе выпускниками начальной школы. Поэтому о том, как растут, развиваются, с какими проблемами сталкиваются современные дети, знаю не понаслышке.

Детские психологи, воспитатели, учителя и родители бьют тревогу! Все большее число детей сталкивается с проблемами в области психического здоровья. Согласно статистическим данным, уже не один год наблюдается неуклонный численный рост детей с проблемами раз-

вития. Максимальная часть этих проблем своим появлением обязана нарушению нормального функционирования центральной нервной системы. У детей наблюдаются: снижение концентрации внимания, памяти, они плохо осознают схему собственного тела, страдает ориентировка в пространстве, недостаточность мелкой и крупной моторики, эмоциональная неустойчивость. А к старшему дошкольному возрасту, такие дети испытывают затруднения в освоении программного материала и как следствие, снижение познавательного интереса. Все это приводит к ухудшению эмоционального климата в отношениях, к усилению требований, которые предъявляют к ребенку взрослые, а проблема в обучении остается нерешенной.

Что бы помочь таким воспитанникам прогимназии справиться с трудностями и скорректировать их дальнейшее развитие провожу раннюю диагностику и коррекцию, которые ориентированы на детей дошкольного возраста (5 лет). В этот период компенсаторные возможности мозга детей велики, что позволяет предупредить развитие нарушений поведения и предотвратить формирование стойких патологических проявлений. Так как, чем раньше будет организована коррекционно-профилактическая работа, тем больших проблем удастся избежать в дальнейшем.

Актуальность проблемы и необходимость ее своевременного решения на данном возрастном этапе определила одно из направлений моей деятельности. В комплексную коррекционно-развивающую программу включила игру и упражнения из нейропсихологической программы сопровождения развития детей по методу замещающего онтогенеза авторов В.С. Колгановой и Е.В. Пивоваровой.

Нейропсихологический подход в работе с дошкольниками

Нейропсихология – это междисциплинарное направление науки, которое образовалось на стыке психологии и физиологии. Нейропсихология изучает связь между процессами, протекающими в головном мозге, психическими процессами и поведением.

Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода доказана наукой и практикой. Он является здоровьесберегающей и игровой технологией. Нейропсихологический подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов таких как: внимание, память, мышление, речь, эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение. Так как именно движение является ведущей деятельностью дошкольника.

Многие исследователи указывают на взаимосвязь психического и моторного развития ребенка. Основоположник отечественной нейропсихологии А.Р. Лурия отмечал, что высшие психические функции возникают на основе относительно элементарных моторных и сенсорных процессов. Отечественная нейропсихология базируется на принципах, разработанных классиками психологии – Л.С. Выготским, А.Р. Лурией, Л.С. Цветковой, А.В. Семенович, А.Л. Сиротюк, А.Н. Леонтьевым, А.В. Запорожцем, Л.А. Венгер, Д.Б. Элькониным.

Нейропсихологические упражнения – это упражнения, которые направлены на развитие у детей возможностей произвольно (целенаправленно) планировать, регулировать и контролировать свои действия. Также они позволяют улучшить концентрацию и распределение внимания. Каждое упражнение построено в виде игры и рассчитано на то, чтобы вызвать интерес у ребенка.

Нейропсихологические упражнения и игры включают в себя 4 основных блока:

- **Дыхательные упражнения** – улучшают ритмику организма (нарушения ритмов организма могут привести к нарушению психического развития ребенка), развивают самоконтроль и

произвольность: умение произвольно контролировать дыхание, самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

• **Растяжки** – нормализуют гипертонус (неконтролируемое мышечное чрезмерное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость). Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребенка и сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Гипертонус, как правило, проявляется в двигательном беспорядке, эмоциональной лабильности, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции, такие дети с трудом расслабляются.

• **Глазодвигательные упражнения** – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие. Известно, что движения глаз активизируют процесс обучения.

• **Ползание** – развивает базовые сенсомоторные взаимодействия, произвольную саморегуляцию. Процесс развития у детей (повышающий точность и скорость передачи импульсов в нервной системе) нервных сетей происходит при условии высокой двигательной активности ребенка.

Нейропсихологические игры и упражнения – это эффективнейшая методика, которая повышает не только энергетический уровень, но и обогащает знание ребёнка о собственном теле, развивает внимание, интеллект, память, произвольность, музыкально-ритмические способности, успокаивает и уравнивает психику.

Кинезиология, как оздоровительная форма, применяемая в умственном и физическом развитии дошкольников

Кинезиология является одной из составляющих нейропсихологической коррекции и относится к здоровьесберегающей технологии. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребенка, расширить возможные границы головного мозга. В комплексной коррекционно-развивающей программе использую эффективные и очень любимые детьми игры и упражнения из области образовательной кинезиологии.

Основная цель кинезиологии – это развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

Задачи развития межполушарной специализации: синхронизация работы полушарий; развитие мелкой моторики; развитие способностей; развитие памяти, внимания, речи, мышления; формирование произвольности, снятие эмоционального напряжения. Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта.

Кинезиологические упражнения или как их еще называют «Гимнастика мозга» – это ключ к развитию способностей ребенка. Мозг человека представляет собой «содружество» функционально ассиметричных полушарий левого и правого. Каждое из них является не зеркальным отображением другого, а необходимым дополнением.

По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного по-

лушария в другое. Нарушение работы мозолистого тела искажает деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берёт на себя большую нагрузку, а другое блокируется и оба полушария начинают работать без связи. Нарушается пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки. Ребёнку в таком состоянии сложно воспринимать информацию на слух. Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности её большого пальца, который у человека противопоставлен всем остальным пальцам. Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук. Формирование словесной речи ребёнка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливают почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребёнка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7 лет, у мальчиков до 8–8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.

Для результативности коррекционно-развивающей работы с использованием кинезиологических игр и упражнений необходимо соблюдение следующих условий:

- кинезиологическая гимнастика проводится утром, длительностью 5-15 мин;
- упражнения выполняются в доброжелательной обстановке;
- кинезиологическая гимнастика проводится систематично, без пропусков;
- от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- упражнения проводятся по специальным комплексам, длительностью 2 недели.

Методы и приемы, применяемые в кинезиологии: растяжки; упражнения на дыхание; упражнения для глаз; телесные движения, которые развивают межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы; упражнения для развития мелкой моторики, стимулирующие речевые зоны головного мозга; самомассаж – воздействует на биологически активные точки; упражнения на релаксацию – способствующие расслаблению, снятию напряжения.

Кинезиологические упражнения и игры использую как в развивающей деятельности, в качестве динамических пауз, так и перед занятиями, как организующее звено, настраивающее детей на плодотворную работу. Включение сказки в кинезиологию позволяет заинтересовать детей, поддерживает их интерес к упражнениям. Использование кинезиологических сказок оказывает положительный эффект на детей с эмоционально-личностными и поведенческими особенностями.

Заключение

Применение на практике нейропсихологических и кинезиологических игр и упражнений в игровой форме делает доступной тренировку «мозга» для детей дошкольного возраста. Применение данных методик позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Эти упражнения и игры дают как немедленный, так и кумулятивный, т. е. накапливающийся эффект. Они не требуют какой-то определенной подготовки, как от педагога, так и от детей. Играя, ребенок не утомляется, он проводит время весело и интересно, а главное – качественно усваивает каждую тему благодаря образованию крепких многочисленных нейронных связей.

Развивая мозг ребенка с помощью несложных нейропсихологических и кинезиологических игр, идет комплексная подготовка нервной системы дошкольника к новому жизненному этапу – школе.

Литература

1. Безруких М.М. Учимся находить одинаковые фигуры //М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – М.: Дрофа, 2006. – 40 с.
2. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей. Весь, 2017. – 320с.
3. Журба Л.Т., Мастюкова Е.М. Минимальная мозговая дисфункция у детей – М.: ВНИИМИ, – 1980. – 50 с.
4. Колганова В. С., Пивоварова Е. В. Нейропсихологические занятия с детьми. Часть 1. М.: Айрис-пресс, 2015. – 416 с.
5. Светлова И. – Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук. – Эксмо, 2005 г. – 72 с.
6. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей. – М., 2000.
7. Ясюкова Л.А. Оптимизация обучения и развития детей с минимальными мозговыми дисфункциями. – СПб., 1997. 78 с. 8.
8. Михайлова Н. Здоровьесберегающие технологии в работе психолога, // <<http://dou114.rbadm.ru/DswMedia/zdorov-esberegayushaie-texnologii-v-rabote-pedagoga-psixologa.pdf>>

Приложение 1

КАРТотеКА НЕЙроПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ

Речка-берег

Понадобится веревочка, ее нужно положить на пол, чтобы она обозначала береговую линию. Участник становится с одной стороны веревочки, с другой течет река. Психолог предлагает ребенку выполнять его команды «речка», «берег». Ребенок должен прыгать соответствующим образом. В первой части игры психолог в случайном порядке дает команды и смотрит, может ли ребенок их правильно выполнять. Потом начинает их давать в правильном порядке до тех пор, пока малыш не привыкнет. Внезапно порядок меняется, задача ребенка – переключиться. Если он регулярно ошибается, его нужно попросить не торопиться. Это хорошо помогает справиться с импульсивностью.

Мама-робот

Это упражнение направлено на то, чтобы ребенок сам рассказывал другому человеку, что нужно делать. Причем он в основном должен говорить, а не показывать. Следует представить, что мама разучилась делать самые обычные вещи и ей нужен проводник, который бы в этом помог. Делать то, что ребенок говорит, следует буквально, не добавляя ничего от себя. Если для создания бутерброда хлеб отрезать не нужно, то именно это и повторить. Важно, чтобы малыш увидел, что результат его планирования не совсем такой, как нужно, и сам скорректировал свои действия. Еще один вариант – завязать маме глаза, и пусть ребенок объясняет, как ей до-

браться до определенного места или предмета. Делать это нужно, указывая количество шагов.

Муха

Нужно взять листок бумаги и расчертить его на 16 клеток (4 на 4). Отдельно нарисовать муху и вырезать ее (можно использовать предмет, который будет ее символизировать, например, пуговицу. Поставить муху на произвольную клетку и приказывать ей двигаться в определенном направлении.

После нескольких таких приказаний (клеточка вверх, две вниз и т. д.) спросить у ребенка, где муха находится сейчас. Если прозвучал правильный ответ, передвинуть ее на соответствующую клетку, если нет, повторить и продемонстрировать ее движение.

Молчу – шепчу – кричу

Следует придумать знаки, которые обозначают, что именно нужно делать: молчать, шептать или кричать и показывать их ребенку. Он должен реагировать соответствующим образом. Подобные нейropsychологические игры и упражнения развивают навыки управления у гиперактивных детей. Они помогают им регулировать громкость своих высказываний и молчать, когда это нужно.

Прикосновения

Для игры потребуются предметы, сделанные из различных материалов: стекла, дерева, меха и т. д. Их следует положить на стол возле ребенка, завязать ему глаза. Предложить определить, что именно за предмет у него в руках.

Корректор

В первую очередь следует объяснить ребенку, чем именно занимается корректор. Игра позволяет развивать у ребенка внимание. Далее взять большой журнал или книгу и выбрать в ней «неправильные» буквы, например, Ж, Й, Ъ. При этом делать это нужно за определенное время.

Робот

Многие дети с удовольствием играют в эту игру. Ребенок сам на время становится роботом и выполняет заданные ему команды. Педагог подает команду «левая рука вверх, правая вперед, два шага вперед, один шаг вправо и так далее». Все команды должны задаваться постепенно, чтобы ребенок не запутался и не стал нервничать, очень важно, чтобы ребенок усвоил успех выполнения команд. Подобные упражнения лучше выполнять перед зеркалом, чтобы ребенок наблюдал, как он выполняет упражнения и двигается, как робот. Через 2–3 занятия ребенок усвоит, где лево и право и будет выполнять все команды четко. Выполнять упражнения нужно не более получаса, чтобы ребенок не устал и у него не исчез интерес. Через 3–4 занятия можно добавить движений: выполнять их над головой, под носом, за ухом, перед глазами. После добавлять элементы выше и ниже. Движения можно уже выполнять без зеркала, закрыв глаза. Когда робот четко отработает упражнения можно добавить еще одну игру

Путаница

Нужно подавать команды, но выполнять все неправильно, чтобы ребенок исправлял сам ошибку и делал все так, как было задано. Таким образом, хорошо концентрировать внимание ребенка.

Фотограф

Взрослый превращается в капризного фотографа, который никак не может рассадить игрушки, чтобы сделать фото. В этом случае к игре привлекают ребенка и просят рассадить игрушки правильно: белку справа от медведя, слона слева от куклы, построить за игрушками пирамидку из кубиков. Перед игрушками выложить коврик из пазлов. Сделав фото, можно изменить положение игрушек. После на компьютере рассматривая фото, можно спросить у ребенка, где какая игрушка находится.

Что сначала, что потом?

Детям задают вопросы: Какое время года закончилось? Какое время сейчас? Какое будет потом? С какого времени года начинается год? После какого сезона идет весна? Можно разложить перед ребенком картинки и предложить ему разложить их по порядку – по временам года.

Найди такую же цифру

Перед ребенком выкладываются цифры, вырезанные из разных материалов: дерева, ткани и других. Ему нужно найти одинаковые цифры, например, все 3.

Узнай цифру на ощупь

В мешочек складываются вырезанные цифры, ребенок в него запускает руку и ищет предложенную цифру, например 1.

Составь фигуру

Ребенку предлагают из нескольких частей сложить геометрическую фигуру: квадрат, круг, прямоугольник.

Большие, маленькие, средние

Перед ребенком раскладываются предметы разного размера, и предлагают ему на три кучки разложить их по размеру.

Язык на звук

Включение слухового внимания. И.П. – лежа на спине. *Инструкция:* «Ты закроешь глаза и будешь слышать такой звук... Когда ты услышишь его, тебе надо будет показать в эту сторону кончиком языка (пальцем, рукой, объяснить, откуда доносится звук)».

Более сложный вариант с использованием двух звуков шума. После задания ребенок должен получить обратную связь – оценку своих действий.

Подъем рук и ног на счет

И.П. – лежа на спине. Одновременно под счет поднимается рука и нога (одноименные и/или разноименные). *Инструкция:* «Я буду считать до 5, а ты медленно и плавно поднимай руку и ногу. На счет «5» рука и нога должны быть подняты вверх». Важно, чтобы движения были синхрон-

ны, равномерны, движения должны выполняться без покачивания, плавными, без фиксирующих точек. Счет в пределах 10.

Качалка на спине

И.П. – сидя сгруппировавшись, подбородок опущен к груди, ноги прижаты к груди, перекаты на «**круглой**» спине. При выполнении упражнения голова не должна касаться пола (*сначала под голову подводится рука взрослого*), подбородок должен быть прижат к груди (*во время обучения ребенок может держать игрушку*).

Качалка на животе

И.П. – лежа на животе. Руки захватывают голеностоп. Основная задача – при раскачивании вперед и назад, сохранять равновесие.

Бревнышко

И.П. – лежа на спине. Задача ребенка – докатиться от одной игрушки до другой, поставленной по прямой линии, удержав линию. Сначала это линия может быть лентой. Руки могут быть вытянуты вверх или прижаты к телу. В процессе выполнения упражнения необходимо добиться плавности движений и выстраивания горизонтальной линии.

Ползание на животе

И.П. – лежа на животе, согнутые руки и ноги прижаты к полу. Важно добиться координированной работы рук и ног.

Ползание на спине

И.П. – лежа на спине, руки согнуты в локтях, держатся за плечи, ноги согнуты в коленях. Упражнение энергонасыщающее. Плыть на спине, не касаясь головой пола и делая круговые движения руками. Важна работа плечевого пояса, координация рука – нога.

Паучок

И.П. – стойка на согнутых руках и ногах животом вверх. Сначала проводится обучение перемещению вперед – назад, потом движение односторонней – разносторонней рукой – ногой (каждый способ передвижения отрабатывается отдельно).

Краб

И.П. – как в предыдущем упражнении, но движение выполняется боком. Отрабатываются шаги одноименными и разноименными конечностями. Педагогу необходимо следить, чтобы руки и ноги не обгоняли друг друга

Приложение 2

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ

В лесу

Однажды маленький ёжик потерялся в лесу. (**Упражнение «ёжик».** Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой). Он очень испугался и стал плакать. Тут к нему подбежал зайчонок (**Упражнение «заяц».** Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем). Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ёжик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу (**Упражнение «кулак-ладонь».** Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой (**Упражнение «дом».** Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Зайчик решил помочь ежику. Они вместе пошли искать его дом (**Упражнение «кулак-ладонь».** Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). В этом лесу росли большие деревья (Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны). Долго они шли (**Упражнение «кулак-ладонь».** Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), но дом ежика не могли найти (**Упражнение «дом».** Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Вдруг им навстречу выбежала собачка (**Упражнение «собака».** Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными). Зайчик (**Упражнение «заяц».** Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), спросил у щенка, не знает ли он, где дом ежика? Щенок (**Упражнение «собака».** Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными) сказал, что знает, где его дом (**Упражнение «дом».** Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Щенок вместе с зайчиком проводили ежика до дома (**Упражнение «кулак-ладонь».** Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). Ёжик очень обрадовался и угостил зайчика и щенка вкусными оладушками (**Упражнение «оладушки».** Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходит смена положения рук).

Две обезьянки

Жили-были две веселые обезьянки (**Упражнение «ухо-нос».** Лево́й руко́й возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот). Обезьянки очень любили корчить рожицы (Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз). И показывать языки друг другу язык (**Упражнение «язык».** Вытянуть язык, спрятать его). Однажды они увидели на высокой пальме (Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны), большой и спелый кокос (**Упражнение «замок».** Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести). Обезьянки наперегонки побежали к пальме (**Упражнение «кулак-ладонь».** Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).

Они стали смотреть на пальму, какая она высокая (*Упражнение для глаз «Вверх-вниз»*). Затем обезьянки полезли на пальму (*Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук*). Они сорвали большой и спелый кокос (*Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести*). Обезьянки очень обрадовались и затанцевали (*Руками встряхнуть. Кисти обеих рук расслаблены, пальцы опущены вниз*).

Два котенка

Жил-был на свете котенок, он был белый и пушистый и звали его Снежок (*дети показывают правый кулачок*). Он очень любил прогуливаться по своему саду (*Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»*). В саду росли высокие деревья (*руки вверх, развести пальцы в стороны*) и низкие кустарники (*кисти рук «стоят» на столе, пальцы разведены в стороны*).

И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (*Упражнение «Кошка» правой рукой со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»*) и увидел, что на полянке бегают черные котенки (*Упражнение «Кошка» левой рукой со словами*). Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (*Упражнение «Кошка» в быстром темпе*). Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом, наперегонки (*Упражнение «Кошка» с одновременной сменой позиции*).

И тут Снежок нашел на траве колечко (*Упражнение «Колечко»: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»*), он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико.

Тогда Уголек стал его примерять (*Упражнение «Колечко»*). И тут колечко упало и покатилося по тропинке – котят за ним (*Упражнение «Кошка»*). И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной. Котята решили ее развеселить и показали ей интересную игру (*Упражнение «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»*). Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (*Упражнение «Лягушка»: смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»*).

Котята попрощались с ней и тоже отправились домой (*Упражнение «Кошка»*). По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (*Упражнение «Звездочки»: правая ладонь – пальцы сжаты в кулак, левая – пальцы разведены в стороны – смена позиций*).

Вот они и дошли до дома (*Упражнение «Домик»: руки направлены вверх, большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням, основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются*). Уставшие они улеглись на коврик (*разжать кулак и вытянуть пальцы*) и уснули.

Яблонька

Однажды одно маленькое семечко от яблоньки попало в землю (*сидя на корточках, спрятать голову в колени, обхватить их руками*). Семечко поливал дождик, пригревало солнышко, оно стало расти и превращаться в маленькую яблоньку (*медленно подняться на ноги, затем выпрямить туловище, поднять руки вверх, напрячь тело и потянуться вверх*). К яблоньке часто прилетал её дружок – ветерок и играл с ней (*руки поднять вверх, развести пальцы в стороны*).

покачаться из стороны – в сторону). Стала яблонька большой и выросли на ней вкусные яблочки. Пришли к яблоньке дети (перекрестное марширование: шагать, высоко поднимая колени, попеременно касаясь правой и левой рукой противоположной ноги. Сделать 6 пар движений. Затем шагать, касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями противоположной ноги).

И стали рвать сочные и румяные яблочки (посмотреть вверх, потянуться правой рукой (как можно выше), подняться на цыпочки и сделать резкий вдох, «сорвать» яблоко. Нагнуться и «положить яблоко» в небольшую «корзину», стоящую на полу. Теперь медленно выдохнуть. То же самое повторить двумя руками). Дети сказали яблоньке спасибо (дышать глубоко, расправить плечи, закрыть глаза, наклонить голову вперед и медленно раскачивать ее из стороны в сторону). И пошли домой (перекрестное марширование. Сделать 6 пар движений).

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Тереженко Екатерина Владимировна, воспитатель
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск*

* * *

Развитие мелкой моторики входит в систему здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей! В настоящее время использование здоровьесберегающих технологий в деятельности педагогов, становится перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи.

Актуальность работы по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста обусловлена возрастными психологическими, физиологическими и речевыми особенностями. Всестороннее представление об окружающем предметном мире у человека не может сложиться без тактильно – двигательного восприятия, так как оно лежит в основе чувственного познания. Именно с помощью тактильно-двигательного восприятия складываются первые впечатления о форме, величине предметов, их расположении в пространстве.

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов до очень сложных движений.

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности к школе и именно в этой области дошкольники часто испытывают серьезные трудности. Поэтому работу по развитию мелкой моторики нужно начинать задолго до поступления в школу.

Цель: совершенствование условий для развития мелкой моторики пальцев рук и координации движений у детей дошкольного возраста.

Задачи: улучшить координацию и точность движений руки и глаз, гибкость рук, ритmicность; мелкую моторику пальцев, кистей рук; общую двигательную активность; содействовать нормализации речевой функции; развивать воображение, логическое мышление, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие, творческую активность.

Вопрос развития мелкой моторики у детей довольно актуален. Это неоднократно подчеркивается педагогами в области дошкольного образования. Развитие мелкой моторики обусловлено возрастными психологическими и физиологическими особенностями детей. В дошкольном возрасте интенсивно развиваются структуры и функции головного мозга ребенка, что расширяет его возможности в познании окружающего мира. Всестороннее представление об окружающем предметном мире у человека не может сложиться без тактильно – двигательного восприятия, так как оно лежит в основе чувственного познания. Именно с помощью тактильно – двигательного восприятия складываются первые впечатления о форме, величине предметов, их расположении в пространстве. Чтобы научить малыша говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать мелкую моторику рук.

Неуклонно растёт объём знаний, усвоение их должно быть не механическим, а осмысленным. Для того чтобы помочь детям справиться с ожидающими их сложными задачами, педагоги заботятся о своевременном и полноценном формировании у них речи и других психических процессов (внимания, мышления, памяти). Это – основные условия успешного обучения.

Для развития мелкой моторики наряду с традиционными методами и приемами используются и нетрадиционные. К нетрадиционным относятся игры и упражнения с использованием «сухого» бассейна, природного материала, применением различных бытовых предметов и другого нестандартного оборудования. Нетрадиционный материал предоставляет широкие возможности: для тренировки мелких мышц кисти в различных видах деятельности, носящих игровой характер, для сенсорного развития детей и другое.

Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка, а так же тесно связано с развитием речи. При выполнении мелких движений пальцами рук происходит давление на кончики работающих пальцев и в кору головного мозга устремляются сигналы, которые активизируют клетки коры головного мозга, отвечающие за формирование речи ребенка. Вот почему при выполнении разнообразных действий пальцами рук и происходит развитие речи, а значит, и мышления. Для своевременного развития речи ребенка педагогу необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на почерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка. По особенностям развития мелкой моторики ребенка в дальнейшем судят о готовности его к обучению в школе.

Чтобы помочь детям совершенствовать мелкую моторику, нужно играть с ними в развивающие игры. Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики. Занятия по развитию моторики должны проводиться в виде весёлых и занимательных игр.

Играть в игры и выполнять упражнения, развивающие мелкую моторику, нужно систематически. Занимаясь с ребенком каждый день, вы скоро заметите, что движения вашего малыша с каждым разом становятся все более плавными, четкими и скоординированными.

Приложение 1

КАРТотеКА ИГР, РАЗВИВАЮЩИХ МЕЛКУЮ МОТОРИКУ

Использование здоровьесберегающей технологии в работе с детьми позволяет решить несколько задач:

- способствует повышению речевой активности;
- развивает речевые умения и навыки;
- снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
- активизирует познавательный интерес;

- улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.

Моторные центры речи в коре головного мозга человека находятся рядом с моторными центрами пальцев, поэтому, развивая речь и стимулируя моторику пальцев, мы передаем импульсы в речевые центры, что и активизирует речь. Развивая мелкую моторику пальцев, мы воздействуем на внутренние органы человека. Доказано, что одним из показателей нормального и нервно-психического развития ребенка является развитие руки, ручных умений, или как принято говорить мелкой моторики. Тренируя пальцы, мы оказываем мощное воздействие на работоспособность коры головного мозга, что в дальнейшем сказывается на подготовку руки к письму. Развиваем мелкую моторику у дошкольников - развиваем и языковой аппарат. Работа с детьми дает тогда положительные результаты, когда проводится планомерно в системе. Вся работа по развитию мелкой моторики у детей строится по принципу «от простого к сложному», и ведется с младшей группы и до выхода детей в школу. Хочу представить Вашему вниманию некоторые наиболее интересные на мой взгляд приемы работы по развитию мелкой моторики:

Занимательные шнуровки

Детям для самостоятельной игры и творчества, предлагаются различные пластиковые, картонные объемные предметы и плоские фигуры с отверстиями (*перфорированные подносы, панно, домики, кубики, корзинки, геометрические, животные и растительные, бытовые формы и т.д.*). Переплетая разноцветные ленты, шнуры, веревки, жгуты, поверхность которых вызывает различные тактильные ощущения при соприкосновении, ребята развивают не только но и создают художественные образы и изображения, вызывающее положительные эмоции у самих авторов и его сверстников.

Цветные снежки

В общем контейнере собраны мягкие «снежки-помпоны» всех цветов радуги, необходимо распределить в корзинки «снежки» одного цвета с помощью двух деревянных палочек или собрать в корзине по одному «снежку» всех цветов. Играть одновременно могут от 1-го до 7-человек. Можно усложнить игру соревновательным моментом.

Сортировщик мозаики

С помощью прищепок, пластиковых щипцов или пальцами рук дети сортируют мозаику (или бусины) по цвету, величине, форме, размеру в различные емкости. Дети могут составить узор по схеме или произвольно, используя панно с отверстиями или лабиринт с пазами.

Резиночки

Детям для организации самостоятельной игры, предлагается набор из 100 разноцветных тканевых резинок и двенадцать схем, на которых изображены позиции расположения резинок на пальцах левой и правой руки. Ведущий выбирает схему и предлагает играющим повторить схему сначала на одной руке, а за тем на другой.

Бусы из бочонков

Набор цветных деталей со сквозным отверстием внутри. Дети нанизывают бочонки на толстую вязальную нить и собирают бусы, далее сравнивают у кого бусы получились длиннее. Играть можно попарно, от 2-го до 6-человек. Можно усложнить игру соревновательным моментом – на время или счет.

3D-Конструктор своими руками

Конструктор, состоящий из двух видов деталей: пластилиновых шариков и зубочисток (*концы зубочисток притуплены*) – инструмент для детской фантазии. Цель игры – создание ребенком сначала плоских геометрических рядов, а затем объемных фигур из элементов, скрепленных пластилиновыми «шарнирами». В игре дети развивают глазомер и мелкую моторику; воображение, творческое мышление и фантазию; пространственное восприятие; учатся конструировать 3D фигуры.

Литература:

1. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства/ Л. Волошина //Дошкольное воспитание. – 2004.-N1.-С.114-117.
2. Терновская, С.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении/ С.А. Терновская, Л.А. Теплякова Л.А.// Методист. – 2005.-N4.-С.61-65.
3. Чубарова, С. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей./ С.Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. – N2.-С.171-187.
4. Жданова О.В. Картотека игр по развитию мелкой моторики рук // <<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/12/06/kartoteka-igr-po-razvitiyu-melkoy-motoriki-ruk>>

Лучший здоровьесберегающий образовательный проект'2021

ДОКТОР АЙБОЛИТ

МЮЗИКЛ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИМ ТЕХНОЛОГИЯМ

*Алейникова Ольга Сергеевна, музыкальный руководитель
ЧДОУ Детский сад № 96 ОАО «РЖД», г. Ростов-на-Дону*

* * *

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

Усилия работников ЧДОУ Детский сад №96 ОАО «РЖД» сегодня как никогда направлены на оздоровление воспитанников, культивирование здорового образа жизни. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немалым педагогический процесс современного детского сада.

Цель методической разработки: интеграция здоровьесберегающих технологий и театрализованной деятельности дошкольников для формирования навыков и становления повседневных поведенческих мотивов здорового образа жизни.

Задачи:

- сохранение, развитие и укрепления здоровья дошкольников средствами здоровьесберегающих технологий;
- создание условий, способствующих, реализации художественно-эстетического развития воспитанников, их творческого потенциала посредством театрализованной деятельности.

Представленная разработка по приобщению дошкольников к **здоровому** образу жизни «Театрализованное представление «Доктор Айболит» не является единственной. Внедрение **здоровьесберегающих технологий посредством театрализованной деятельности в ЧДОУ** носит комплексный характер, что позволяет развивать, сохранять и укреплять навыки дошкольников по сохранению собственного здоровья. В ЧДОУ накоплен определенный опыт реализации **здоровьесберегающих технологий** не только во время проведения непосредственно образовательной деятельности, но и в том числе в образовательной области *«художественно-эстетическое развитие»* и *театрализованной деятельности* в частности. Этим опытом я успешно пользуюсь и готова к плодотворному сотрудничеству с коллегами.

Сценарий мюзикла

Дети под музыкальное сопровождение заходят в музыкальный зал и садятся на стульчики

1 ребёнок: В природе Осень всем нужна
За летом следовать должна



- Мы слово честное даем
Что Осень все мы очень ждем.
- 2 ребёнок:** Ты слышишь золотая осень
Мы тебя все дружно просим
Скорей к нам Осень приходи
И будь хозяйкой до зимы
- 3 ребёнок:** А мы по дорожке все пойдем
И осень милую найдем
- Все дети:** Дорога, дороженька,
Нас вперед введи
Помоги нам Осень поскорей найти – 2 раза



Танец «Осенние дорожки»

- Ребёнок 4:** Осень золотом червонным,
Окружила нас с тобой!
На песок нарядов модным
Опустился лист резной!
- Ребёнок 5:** В красных бусинках рябинки,
Зазывают в хоровод!
Улетит, дрожа в осинках
Песенку в ветвях поет.
- Ребёнок 6:** Он поет о звонком лете,
О веселье, о былом.
Нам знакомы песни эти,
Вместе с ветром их поем.

Исполняется песенка про осень
после исполнения песни, садятся на стульчики

Ребенок 7 (в середине зала): Ветер смелый вдаль умчался

В лес осенний, в лес густой.
Вот сквозь облака прорвался
Лучик солнца золотой.
Осветил в лесу дорожку,
Что к поляне нас ведет.
Белый дом, с большим окошком
А знаете, кто там живет????
На полянку мы заглянем
И сейчас мы все узнаем...

Со стульчиков два мальчика, подходят, выносят столик и садятся на свои стульчики, а за ними две девочки, подходят и ставят два стульчика и садятся на свои места

Тем временем выходит **Доктор Айболит (взрослый) и Совушка – Совунья** (ребёнок) и садятся на приготовленные им места.

Ребенок: Бедный Доктор Айболит
Он весь день сидит, грустит.
Бедный Доктор Айболит
И не ест он, и не спит.
И вздыхает тяжело

Айболит: Ох

Ребенок: Жаль его бедняжку.
Что с тобою Айболит?

Айболит: У меня душа болит

Ребенок: Не пойму я почему?

Айболит: Я не нужен ни кому...
Я все лето просидел
Все глаза я проглядел.
Не идет ли пациент,
Не было его и нет...
Не пришла ко мне лечится,
Ни корова, ни волчица...
Ни жучок, ни паучок
Ни медведица.
Я не нужен ни кому,
Разучусь зверей лечить
Мне, что я – ветеринар и не верить...
Видно надо уезжать, место жительство менять.

Ребёнок: Нет, не надо, погоди...
Сам ты Доктор, посуди...
Летом звери загорали,
Много бегали, играли
Плавали, резвились
Вот и закалились...
Перестали все болеть
Ну, чего еще хотеть!!!!



Айболит: Да, все конечно – верно –
Но без работы – скверно...
Ребенок: Времени, для грусти – нет –
К Вам стучится – пациент...

Под музыкальное сопровождение выбегают 5-6 Зайчиков

Зайчик 1: Здравствуй врач ветеринар
Посмотри, какой кошмар...
Зайчик 2: Мы с братишками все лето
Кувыркались на траве...
Зайчик 3: Не следили мы при этом
Что у нас на голове!!!!
Зайчик 4: А когда мы разглядели,
Мы за лето – облысели...
Зайчик 5: А сестренка наблюдала
Хеден Шолдерс покупала
И на нас, лила, лила
Целый ящик извела
Зайчик 6: Наша шерстка – полюбилась
Но окраска, изменилась...
Айболит: Ой, ой, ой... Я сейчас вас осматрю
И болезнь определю...
Ты сова мне помогай
Шпатель, градусник, давай...
Так... (*осматривает зайцев, дышите, не дышите и т.д.*)
И язык мне покажите
Хорошо, ставьте градусник под мышки (*раздает*)
Да не бойтесь вы – глупышки...
Знаете, что я вам зайки скажу, вы здоровы – совсем здоровы!!!!!!
(*собирает градусники*)
Совушка – Совунья: Просто осень наступила
Все вокруг переменяла.
Вот и листья пожелтели
И рябинки покраснели
Скоро снег на землю ляжет
И тогда вам каждый скажет
Серым зайчикам – беда –
Им не скрыться ни куда....
Чтобы спрятаться в лесу
Волка обмануть, лису...
Зайцам надо цвет менять
Зайцам надо белым стать.
Ведь когда придет зима
Станут белыми дома.
И деревья и кусты
Белым должен стать и ты (*показывает на зайчиков*)
Айболит: Я теперь вам разрешаю, и резвиться и играть.

Игра с зайчиками (проводит Айболит)
после игры зайчики садятся на место, Айболит хвалит их

Ребенок: Сейчас посмотрим, что за зверь,
Постучался в эту дверь

Под музыкальное сопровождение выбегают 5 Медведей

Айболит: Здравствуйте, медвежата, что случилось?

Медведь 1: Лапы чешутся у нас
Это раз

Медведь 2: И все время лезут в рот
Вот

Медведь 3: И кружиться голова
Это два

Медведь 4: И все время зевается (*все зевают*)
И глаза закрываются (*все закрывают*)

Все медведи: Ты нас доктор посмотри!!!

Айболит: (*выполняют все движения медведи по тексту*)
Дышите, не дышите...
За палочкой следите...
Лапы вы все протяните
По прямой теперь пройдите
Хватит... Сядьте... Встаньте...
Повернитесь... Ко мне теперь вернитесь...
Ну, что я вам скажу: «Здоровы вы друзья»
А вот вам и объяснение – (*показывает на Совушку*)

Совушка – Совунья: Просто Осень наступила
Все вокруг переменяла
Вот и листья пожелтели
И рябинки покраснели
Скоро снег на землю ляжет
И тогда вам каждый скажет
Вам медведи надо спать –
Лапу до весны сосать.

Айболит: А пока вам надо не забыть,
Перед сном вам лапы мыть

Медведь 1: Эй, братишки, все сюда...

Все Медведи: Миновала нас беда...

Пляска медведей с ложками

Медведи уходят, берут стульчик, на котором сидели и ставят в середине зала

Ребёнок: Кто пожаловал теперь
Заходи, открыта дверь



Под музыкальное сопровождение 4 бабочки и 1 гусеница

- Бабочка 1:** Над полянкой мы летали
В хороводе танцевали
Смотрим, а она лежит (*показывает на гусеницу*)
И на солнышке блестит
- Бабочка 2:** Разбудить ее хотели
И толкали и галдели
- Бабочка 3:** А она лежит, молчит
Не ползет и не шалит
- Бабочка 4:** Что случилось с гусеницей?
Может её надо в больницу?
Может у нее инфекция?
- Все вместе бабочки:** Может надо дезинфекцию!!!
- Айболит:** Тише, тише!!! Не галдите!! Вы мне лучше помогите!
Так, что же здесь за чудеса (*берет гусеницу, выводит вперед*)
Сейчас посмотрим...
Рост нормальный (*измеряет метром*)
Толщина.... Да это куколка она
Безусловна, не больна...
- Совушка – Совунья:** Просто осень наступила.
Все вокруг переменяла...
Стали куколками гусеницы
Выйдут бабочки – капустницы,
Скоро куколка проснется,
Бабочкою обернется.
- Айболит:** Смотрите, начинается...

Танец гусеницы и бабочек с Айболитом
Выбегает под музыкальное сопровождение Ёжик

- Ёжик:** Здравствуй, доктор Айболит!!!
У меня радикулит.
Я тяжести тащил,
Видно спину повредил...
Хочется свернуться мне в клубок
И залечь в укромный уголок.
- Айболит:** Ну-ка ёжик, спинку к свету поверни
А теперь лапки подними
А теперь головкой вправо, влево посмотри...
Все ясно, что с тобой случилось...
- Совушка - Совунья:** Просто Осень наступила
Все вокруг переменяла....
Скоро снег на землю ляжет
И тогда вам каждый скажет.
Ёж колючий, в теплой норке
Под березкой или елкой
Спинку листья завернет
Сладко да весны заснет.

Айболит: Пациентов много как всех и не учесть
Похудею скоро так, не когда поесть...

Выходит Медвежонок, Ёж, Бабочка, Зайка, берут угощения...

Айболит: Что случилось? Не ужели вы снова заболели?

Медвежонок: Здравствуй, доктор. Мы здоровы...

А к тебе пришли мы снова,

Чтоб вручить бочонок меда, от медвежьего народа (*отдает Айболиту*)

Зайка: Ты нам доктор, так помог ...испекли тебе пирог...

Он с капустой, очень вкусный... (*отдает Айболиту*)

Ёжик: Вот тебе пирог с грибами, испекли с ежихой сами (*отдает Айболиту*)

Бабочка: Вот осенние цветы, их на стол поставишь ты...

Все звери садятся на места под музыкальное сопровождение

Айболит: А спасибо всем друзья, как сегодня счастлив я.

Осень, это так чудесно, это вкусно и полезно.

Осенью – не скучно, не уныло, а наоборот, так красиво...

Литература:

1. Щербакова А. В. В гости к доктору Айболиту. <https://сезоны-года.рф/publication-a115.html>



Воспитание валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста, посредством осознанного отношения к здоровью и жизни человека

СОЦИАЛЬНОЗНАЧИМЫЙ ПРОЕКТ

Петренко Виктория Игоревна, старший воспитатель

ЧДОУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк

*** * ***

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Тема проекта	Воспитание валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста, посредством осознанного отношения к здоровью и жизни человека»
Руководитель проекта	Старший воспитатель Петренко В.И.
География	Территория ЧДОУ «Детский сад № 93 ОАО РЖД»
Тип проекта	По продолжительности – долгосрочный. По количеству участников – групповой. По доминирующей деятельности – практико-ориентированный, социально-значимый
Сроки и этапы реализации проекта	3 месяца: октябрь, ноябрь, декабрь 2020 г. 1 этап – подготовительный (октябрь 2020). 2 этап – организационный (ноябрь). 3 этап – формирующий (ноябрь-декабрь). 4 этап – итоговый (декабрь-январь 2020 – 2021 г.).
Участники проекта	Педагоги дополнительного образования: Логачева Н.Е., Свистун Т.В., Агеева М.С., Помозанова Ю.А., воспитанники подготовительных к школе групп, воспитатели, родители.
Актуальность	Проблема здорового образа жизни весьма актуальна для дошкольников. Не все дети знают о том, как важно вести здоровый образ жизни. Что способствует сохранению здоровья. Вызывает тревогу тот факт, что общественность не осознает важность перехода на новую ступень формирования навыков по обеспечению максимально безопасного поведения в обществе. Нынешняя сложившаяся обстановка в период пандемии, вызванная Covid-19, заставила нас изменить взгляд на формирование знаний о жож детей и максимальное привлечение внимания родительской общественности к вопросам здоровьесбережения.
Цель проекта	Создать условия в ЧДОУ для обогащения знаний и создания продуктов, позволяющих привлечь внимание общества детей и взрослых в вопросах валеологии и сохранения здоровья.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Задачи проекта	Образовательные: – расширять кругозор детей о здоровом образе жизни – создать необходимые условия для знакомства детей с валеологией, посредством обогащения развивающей среды; – помочь осознать важность и необходимость применения мер безопасности в борьбе с вирусами и бактериями; – вести работу по формированию у детей следующих знаний и понятий: здоровье-самый ценный дар, неотъемлемый жизненный фактор, формировать ценностное отношение к процессу жизнедеятельности растущего организма; – познакомить детей с мерами по здоровьесбережению. Развивающие: – формировать у детей исследовательские навыки (поиск информации в различных источниках); – развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности, желание познать новое; – формировать у детей осознанное отношение к здоровому образу жизни; – развивать такие черты личности, как любознательность, бережное уважительное отношение к собственному здоровью; – формировать способность к саморазвитию личности каждого ребенка; – развивать логическое мышление. Воспитательные: – воспитывать бережное отношение к своему здоровью; – активизировать совместную деятельность с родителями по формированию у детей осознанного отношения к употребляемым в пищу продуктам; – формировать умение работать в коллективе, желание делиться информацией, участвовать в совместной опытно-экспериментальной деятельности; – сплотить большой коллектив детей, родителей и педагогов в работе над одним общим проектом, формируя такие личностные качества, как умение договариваться и работать в команде.
Ожидаемые результаты по проекту	Дети подготовительного к школе дошкольного возраста должны знать и уметь: 1. Иметь представление о значении здорового образа жизни, методах его сбережения, о том, как устроен человеческий организм. 2. Иметь элементарные знания о физиологическом строении человеческого организма. 3. Знать профессии людей, имеющих отношение к сохранению здоровья человека (врач, учитель, инструктор по физкультуре, фитнес – тренер, и т.д) 4. Иметь представление о значении соблюдения гигиенических правил. 5. Уметь использовать, полученные знания в повседневной жизни; знать, как ухаживать за своим телом и содержать его в хорошей физической форме.



ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Ожидаемые результаты по проекту	6. Уметь применять навыки исследовательской деятельности: искать и собирать информацию, анализировать, систематизировать и делать выводы. 7. Уметь договариваться и работать в команде. 8. Активизация внимания родителей к проблемам валеологии.
Итоговое мероприятие проекта	Участие в социально значимой акции «Здоровое поколение – здоровая страна». Новогоднее развлечение «Семь заветных кристаллов в победе над Covidom» – изготовление инновационных средств защиты населения от новых вирусов и штаммов. – внедрение инновационного продукта для ежедневного использования людьми, находящимися в группе риска
Продукт проекта	– для детей: • участие в иммерсивных уроках «Здоровые люди в здоровой стране», организованные ОАО РЖД и РОСПРОФЖЕЛ; новогоднее развлечение «Семь заветных кристаллов в победе над Covidom». • Альбом детских рисунков «Мои герои здоровья», презентация для детей: «Что мы знаем о здоровье?», плакат «Физиология человека», макет «Факторы здоровья», видеоигра «Объясни&Ко», мультипликационный фильм «Паровозикovy «Будь здоров!», набор фито-мыла из деткой лаборатории «Вирус.Net»; инновационные защитные маски марки «StopCovid2021» – для педагогов: участие в конкурсе среди педагогических работников образовательных учреждений ОАО «РЖД» «Здоровьесбережение в образовании»; презентация проекта на педсовете (данные материалы могут быть использованы по ознакомлению детей с окружающим миром, в беседе о правильном питании для развития организма); – для родителей: стенд (мобиль) «Здоровеньким расти», сборник практических советов участников медико-педагогического совета ЧДОУ, газета «Здоровьяч&ОК», шестисерийный фильм «Новогодние приключения ребят в поисках семи заветных кристаллов» – для социума: информационно-просветительский мультипликационный фильм «Паровозикovy «Будь здоров!», участие в социально-значимой акции «Здоровое поколение – здоровая страна», распространение средств индивидуальной защиты (инновационных масок и дезсредств)»

СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА

*Кто рассчитывает обеспечить себе здоровье,
пребывая в лени, тот поступает так же глупо,
как и человек, думающий молчанием
усовершенствовать свой голос.*

Плутарх из Херонеи

Данный проект – это организация работы по ознакомлению детей с основными аспектами формирования навыков здорового образа жизни, сохранения физиологического, психического и психологического здоровья.

Эта работа осуществлялась через поисково-исследовательскую, интеграционную деятельность в процессе разных форм работы, направленную на расширение потенциала творческих и интеллектуальных способностей детей посредством активации детской жизнедеятельности.

В основе проекта лежит исследовательский метод обучения. Это метод, в ходе которого дети учатся проводить самостоятельные исследования, учатся собирать доступную информацию об объекте исследования, фиксировать её, расширяют свой кругозор. У детей развиваются творческие способности и умение высказывать свои определения, развиваются мышление и речь. Главная особенность исследовательского обучения – активация образовательной деятельности детей, придав ей исследовательский, творческий характер, и таким образом передать ребёнку инициативу в организации своей познавательной деятельности. (А.И. Савенков «Детское исследование как метод обучения старших дошкольников» Москва, «Пед. университет «Первое сентября», 2007г.)



Подготовительный этап

На подготовительном этапе вместе с педагогами и воспитанниками подготовительных к школе групп «Осьминожка», «Лучики» и «Светофорик» была определена тема проекта «Воспитание валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста, посредством осознанного отношения к здоровью и жизни человека».

Руководитель проекта: старший воспитатель Петренко В.И.

Цель проекта: Создать условия в ЧДОУ для обогащения знаний и создания продуктов, позволяющих привлечь внимание общества детей и взрослых в вопросах валеологии.

Объектом проекта является организация работы по формированию у детей ответственного отношения к здоровью

Предмет – поисково-исследовательская, интеграционная деятельность в процессе разных форм работы, направленная на расширение потенциала творческих и интеллектуальных способностей детей посредством активации детской жизнедеятельности.

Гипотеза. Если дети узнают больше о способах поддержания и укрепления здоровья через собственную исследовательскую деятельность, то они смогут проявить инициативу в создании собственных средств защиты организма от бактерий и вирусов

Новизна проекта состоит в том, что при его реализации используются разнообразные методы, такие как наблюдение, экспериментирование, поиск, которые позволят в необычной форме преподнести детям знания о необходимости заботы об человеческом организме и создании новейших средств защиты

Практическая значимость проекта заключается в том, что все материалы, собранные при его реализации могут использоваться в практической деятельности воспитателями групп, спе-



циалистами не только внутри ЧДОУ, но и педагогами других детских садов, так как, осуществляя проект, было переработано большое количество литературы, статей в журналах, сделаны определённые выводы и даны рекомендации.

Валеология – наука о здоровье «Валео» – это здоровье, «Лого» – наука. В передовых странах эта наука была введена ещё 50 лет тому назад. Основоположником валеологии является И.И. Беркман, его заслуга в том чтобы по-новому взглянуть на здоровье наших детей. Мы живём в век научно-технического прогресса. В настоящее время особую актуальность приобретает проблема часто болеющих детей. Именно эта проблема как никогда актуальна.

Проект возник по инициативе самих детей группы. Проводя многочисленные беседы о здоровом образе жизни, педагоги выяснили, что особую заинтересованность детей вызывают вопросы защиты и профилактики инфекционных заболеваний. Весьма продолжительное время, находясь в условиях самоизоляции, ребята слышали много информации из средств массовой информации, от родителей и педагогов ЧДОУ о необходимости мерах профилактики.

Организационный этап

Тип проекта:

По продолжительности – долгосрочный.

По количеству участников – групповой.

По доминирующей деятельности – практико-ориентированный.

Сроки реализации проекта:

3 месяца (2020г.)

I этап – подготовительный (октябрь, 2020)

- обозначение проблемы, цели, задач, актуальности, новизны, педагогической значимости;
- подготовка нормативно – правовой базы;
- создание инициативной группы по реализации проекта;
- обсуждение возможной результативности проекта;
- беседы с детьми о значимости зож;
- решение проблемных ситуаций, связанных с способами сохранения и укрепления здоровья;
- беседа и рассказ воспитателя о мероприятиях, которые будут проводиться при реализации проекта;
- проведение диагностики.
- консультация для родителей и воспитателей «Валеология-неотъемлемая часть воспитания в ЧДОУ»;

II этап – организационный (ноябрь 2020г.)

- составление плана работы с детьми по проекту;
- подготовка методической базы проекта (составление конспектов занятий, праздников, развлечений, бесед);
- проведение родительского собрания, беседа с родителями по обозначенной проблеме;
- подборка методической, научно-публицистической, детской литературы по теме проекта;
- оснащение предметно-развивающей среды атрибутами, играми согласно тематике проекта;
- индивидуальные и подгрупповые беседы о здоровом образе жизни; физиологии и строении человеческого организма

- рассматривание предметных и сюжетных картинок по теме «Органы различных систем», составление рассказов;
- знакомство с пословицами, поговорками, загадками о зож, разучивание стихов;
- выполнение детьми домашних заданий, таких как: «Мой режим дня», «Что есть в холодильнике?», «Что мама покупает в магазине?», «Какие средства защиты от вирусов и бактерий нужно использовать?».
- просмотр вместе с родителями телепередач, видеоматериалов в интернете о строении тела человека, гендерных отличиях, и т.д.

III этап – формирующий (ноябрь-декабрь 2020)

- интеграция и взаимодействие всех участников воспитательно – образовательного процесса (включение данной темы в различные виды ООД, в том числе в музыкальные и физкультурные занятия);
- продумывание рационального времени для осуществления проекта, стараясь не перегружать детей и не подменять другим видом деятельности;
- организация совместной деятельности детей и родителей: спортивный клуб «Здоровячек»; праздник «Здоровым будешь – всё добудешь», «Удивительные встречи» (встреча с мед. работниками);
- Работа лаборатории «Вирус.NET», выставка поделок;
- обогащение предметно – развивающей среды;
- работа мультстудии «Пластилиновая анимация»
- отражение опыта работы по проекту в газете и на сайте детского сада № 93 ОАО «РЖД»;
- организация взаимодействия с социумом (виртуальная экскурсия в лаборатории по вирусологии);
- заседания инициативной группы: обсуждение полученных в ходе проекта результатов;
- проведение занятий познавательного цикла: «Как укрепить здоровья?», «Вирус. Что это?», «Что такое прививки, зачем они нужны?», «Как вирусы и бактерии проникают в наш организм?»;
- проведение продуктивных видов занятий: создание различных видов мыла, моделирование и проектирование защитных масок «Нового поколения»
- организация сюжетно-ролевых игр «Лаборанты-вирусологи», «Аптека 21 века»; дидактических игр «Органы чувств», «Строение человека», «», «Составь модель», «Отгадай по описанию», «Вылечим куклу» др.;
- словотворчество детей (сочинение рассказов, сказок, придумывание загадок);
- организация выставки «Мыло – на страже всей семьи» (совместные поделки, рисунки);
- проведение экспериментов с мылом;
- создание мультипликационного фильма «Паровозикovy. Будь здоров! ».
- участие в иммерсивном «Уроке здоровья», развлечении

III этап – итоговый (декабрь 2020 г.)

- анализ выполнения проекта, достигнутых результатов (успехов и неудач);
- коллективный анализ и самоанализ;
- обобщение полученных результатов, их оценка, выработка рекомендаций;
- обоснование процесса проектирования (выполнена ли цель проекта, удачно ли были выбраны методы, какова была роль инициативной группы);
- подготовка к защите проекта;
- составление сценария презентации;



- оформление мультимедийной презентации;
- выпуск детского познавательного журнала «Всё о том, как сберечь здоровье»;
- диагностика знаний, умений и навыков детей (выявление уровня);
- оформление выставки лучших работ «Маленькие мыльные шедевры».
- создание шестисерийного фильма по мотивам новогодних праздничных развлечений

Участники проекта: педагоги, воспитанники подготовительной дошкольной группы, родители воспитанников.

Деятельность воспитателя:

- участвует в обсуждении плана проекта;
- создаёт в группе условия для реализации проекта, пополняет предметно – развивающую среду;
- проводит цикл познавательных занятий по расширению кругозора детей;
- проводит мероприятия с детьми (занятия, беседы, составление рассказов, организация сюжетно – ролевых игр, праздников, развлечений);
- оформляет информационно – наглядный материал для родителей (советы, памятки);
- осуществляет интеграцию работы специалистов.

Деятельность детей:

- активно участвуют в проводимых мероприятиях;
- совместно с родителями участвуют в оформлении альбомов, газет;
- учатся составлять рассказы;
- занимаются продуктивной деятельностью;
- проводят простейшие исследования и экспериментирование;
- совершают экскурсии совместно с родителями и педагогами;
- организуют различные сюжетно – ролевые и конструктивные игры.

Деятельность родителей:

- оказывают помощь воспитателю и специалистам детского сада в осуществлении проводимых мероприятий;
- являются инициаторами совместных мероприятий, экскурсий;
- Деятельность педагогов дополнительного образования:
- организация и планирование работы мульт-студии «Пластилиновая анимация»
- организация и планирование работы лаборатории «Вирус.NET»
- принимают участие в оснащении предметно – развивающей среды группы (изготовление атрибутов к сюжетно – ролевым играм, дидактических игр);
- участвуют во всех видах совместной деятельности с детьми.

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Направление деятельности	Мероприятие	Ответственные
I этап – подготовительный (октябрь)		
Обозначение проблемы, цели, задач, актуальности, новизны, педагогической значимости; Подготовка нормативно – правовой базы (положения, инструкции); Создание инициативной группы по реализации проекта; Обсуждение возможной результативности проекта;	Пед.совет	Ст.воспитатель Петренко В.И.

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Направление деятельности	Мероприятие	Ответственные
Беседы с детьми о значимости зож; Решение проблемных ситуаций, связанных с способами сохранения и укрепления здоровья; Беседа и рассказ воспитателя о мероприятиях, которые будут проводиться при реализации проекта;	Беседа «Профилактика вирусной инфекции» Составление творческих рассказов на тему «Я хочу быть здоровым». Игра «Определи слово». Беседы на тему: «Наши верные друзья», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «На зарядку становись», «Чистота – залог здоровья», «Полезные и вредные привычки». Пальчиковая гимнастика Гимнастика пробуждения Беседа «Болезни грязных рук. Что это такое?»	
РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:	– Консультации для родителей: «Что такое коронавирус?», «Как правильно пользоваться маской?» – Мир семейных увлечений: «Создание рисунков о здоровом образе жизни». – Планшет «Как рассказать детям о коронавирусе? 9 полезных картинок» – Консультация для родителей и воспитателей «Валеология – неотъемлемая часть воспитания в ДОУ».	Агеева М.С.

II этап – организационный (ноябрь 2020 г.)

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:	Сюжетно-ролевые игры в домашних условиях: «Больница», «Аптека», «Семья», «Магазин», «Детский сад» и др. Дидактические игры: «Мойдодыр», «Полезное – не полезное», «Витамины на столе», «Что нужно для этой профессии (выбери или нарисуй)», «Цветок здоровья» Игры-драматизации по сказке «Доктор Айболит» Чуковского. Строительные игры: «Больница для кукол». Игра с мячом «Что полезно, что вредно» Подвижные игры «Не догонишь нас, болезнь»	Воспитатели
ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:	Тематические занятия: «Дорога к здоровью» Знакомство с профессией врача – онлайн-игра «Назови и объясни для чего». Классификация (овощи, фрукты). Создание альбома «Полезные и вредные привычки». Исследовательская игра «Чистые ручки». Рассматривание иллюстраций на тему «Если хочешь быть здоров»	Воспитатели
РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ:	Беседа «Профилактика вирусной инфекции» Составление творческих рассказов на тему «Я хочу быть здоровым». Игра «Определи слово». Чтение художественной литературы: Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», А. Барто «Я лежу – болею», «Мимоза», Шорыгина «Волшебный морж», «Закалка и простуда», «Спаси Веронику», «Денис и медвежонок Денни»;	Воспитатели



ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Направление деятельности	Мероприятие	Ответственные
РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ:	стихи Шорыгиной «Утренняя песенка», «Здоровой будь!» и т. д. Пословицы, загадки, поговорки о здоровье.	Воспитатели
ПРОДУКТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	Рисование: «Доктор», «Наша защита от коронавируса». Аппликация: «Натюрморт из полезных овощей и фруктов». Лепка: «Наши защитники – антитела против коронавируса». Фотовыставка «Мы здоровье бережем»	Воспитатели
Использование ИКТ	Просмотр мультфильмов «Про бегемота, который боялся прививок», «Про великана Васю», «Микробус», «Королева Зубная щётка» «Фиксики – микробы», «Птичка Тари» Создание видеоролика «Моем правильно руки», просмотр в «вотцап» видеоролика «Моем правильно руки», онлайн занятие «Наши защитники против коронавируса»	Воспитатели
Подборка методической, научно – публицистической, детской литературы по теме проекта;	Пополнение детской библиотеки	Воспитатели
Оснащение предметно – развивающей среды атрибутами, играми согласно тематике проекта.	ППРС «Уголок валеологии» индивидуальные и подгрупповые беседы о здоровом образе жизни; физиологии и строении человеческого организма • рассматривание предметных и сюжетных картинок по теме «Органы различных систем», составление рассказов; • знакомство с пословицами, поговорками, загадками о зож, разучивание стихов; • выполнение детьми домашних заданий, таких как: «Мой режим дня», «Что есть в холодильнике?», «Что мама покупает в магазине?», «Какие средства защиты от вирусов и бактерий нужно использовать?».	Воспитатели
III этап – формирующий (ноябрь 2020 – декабрь 2020г.)		
Интеграция и взаимодействие всех участников воспитательно – образовательного процесса (включение данной темы в различные виды ООД, в том числе в музыкальные и физкультурные занятия);	Музыкальный флешмоб Физкультурный квест «В поисках вакцины от злобстеров»	Муз. руководитель, хореограф

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Направление деятельности	Мероприятие	Ответственные
«Удивительные встречи» (встреча с мед. работниками);	Занятие ЛФК. Проведение занятий познавательного цикла: «Как укрепить здоровья?», «Вирус. Что это?», «Что такое прививки, зачем они нужны?», «Как вирусы и бактерии проникают в наш организм?»;	Медсестра ЛФК Эберс В.В.
Работа лаборатории «Вирус.NET» Выставка поделок; Обогащение предметно – развивающей среды;	Организация взаимодействия с социумом (виртуальная экскурсия в лаборатории по вирусологии);	ПДО Логачева Н.Е., Помозанова Ю.А.
	Проведение продуктивных видов занятий: – создание различных видов мыла, моделирование и проектирование защитных масок «Нового поколения» организация сюжетно-ролевых игр «Лаборанты-вирусологи», «Аптека 21 века»; – дидактических игр «Органы чувств», «Строение человека», «Составь модель», «Отгадай по описанию», «Вылечим куклу» и др.; организация выставки «Мыло – на страже всей семьи» (совместные поделки, рисунки); – проведение экспериментов с мылом; оформление выставки лучших работ «Маленькие мыльные шедевры»	
Работа мультстудии «Пластилиновая анимация»	Создание мультипликационного фильма «Паровозикovy – Будь здоров!» (по отдельному плану работы)	Агеева М.С. Свистун Т.В.
Отражение опыта работы по проекту в газете и на сайте детского сада № 93 ОАО «РЖД»;	Статья, видеоролик.	Петренко В.И. ст.воспитатель
Организация взаимодействия с социумом	Виртуальная экскурсия в лаборатории по вирусологии	ПДО по экологии Помозанова Ю.А.

IV этап – итоговый (декабрь 2020г.)

Анализ выполнения проекта, достигнутых результатов (успехов и неудач). Коллективный анализ и самоанализ	Педагогический совет	Ст.воспитатель Петренко В.И.
Выпуск детского познавательного журнала «Здоровичок»	Ежемесячно, в течении реализации всего проекта	Ст.воспитатель Петренко В.И.



Приложение 1

РАБОТА ЛАБОРАТОРИИ «ВИРУС.NET»

Выяснилось, что все знают, о том, что одним из важнейших факторов защиты является бактерицидное мыло

На первом этапе работы с помощью модели трех вопросов выясняется, что дети знают о разновидностях мыла.

Что мы знаем о мыле?	Что мы хотим узнать?	Что нужно сделать, чтобы узнать?
Мыло может быть для рук или моющим средством хозяйственного назначения. Выпускается в твёрдом и жидком виде. Бывает: туалетное, гигиеническое, специальное или медицинское, техническое, натуральное, жидкое мыло	Почему мыло разное? Из чего готовят мыло? Можно ли прожить без мыла? Для чего необходимо мыло?	Прочитать в энциклопедии. Посмотреть в интернете. Спросить у мамы, бабушки, папы. Посмотреть передачу по телевизору.

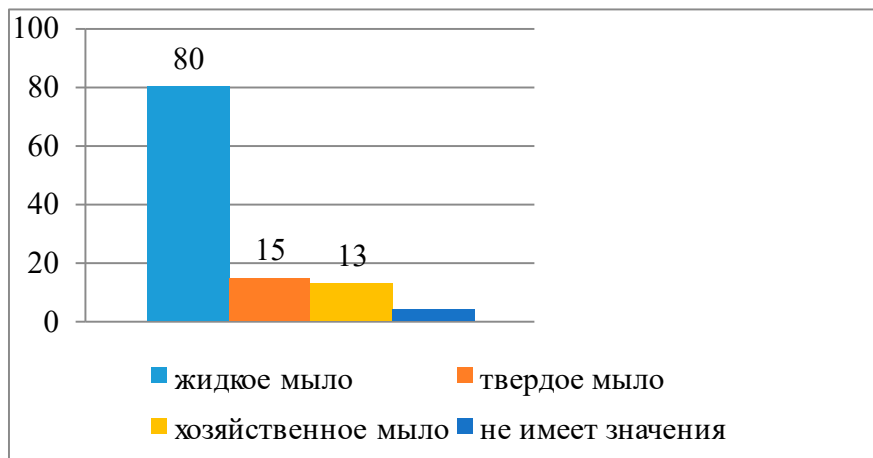
Предпочтения детей в отношении мыла

Диаграмма предпочтений в использовании мыла

Первые упоминания о применении и изготовлении мыла известны ещё за 3 тысячелетия до новой эры со времён Вавилонской и Шумерской культур.

В древнеегипетском папирусе описан способ получения мыльной суспензии из жиров животного и растительного происхождения с добавками свинцовой руды или каустика, добытых в дельте Нила.

В древнем Риме мыло стали именовать – сапо, в честь горы Сапо, у которой совершали обряды приношения в жертву животных. Останки сжигали, а дожди смывали смесь жира и золы в реку Тибр. Вода в этом месте была мягкой и белой от пены, а одежда хорошо в ней отстирывалась от грязи.

В первом десятилетии 19 столетия химик Мишель Э. Шеврель определил состав мыла аналитическим путём, как натриевую соль высших карбоновых кислот.

Производство. Мыло получают в процессе гидролиза (омыления) жиров щёлочью (натриевой, калиевой, литиевой). Жиры, это сложные эфиры глицерина – глицериды карбоновых кислот (олеиновой, пальмитиновой, стеариновой или их заменителями нафтеновыми, смоляными), а мыла это их соли.

Технологический процесс получения мыла. Мыловарение. В реакторах жиры нагревают и подвергают гидролизу (омылению) гидроксидом натрия (каустической содой) или гидроксидом калия и получают водный раствор щелочных солей жирных кислот.

Классификация и применение *Хозяйственное* – твёрдое натриевое мыло, полученное из ядрового при повышении концентрации 65 – 70 – 72 процента основного вещества. Цвет имеет от коричневого до мутно-жёлтого. В его составе только натуральные жиры: рыбий, говяжий, свиной, бараний, а также щёлочь, лауриновая и пальмитиновая кислоты, белая глина, вода. Даёт обильную пену. Применяется для стирки, удаления пятен, мытья посуды, рук (сушит кожу, так как содержит щелочь). Популярное в народной медицине.



Ядровое – технически очищенная, выделенная основная часть концентрированного мыльного раствора на стадии отсолки, доля жиров составляет 60 процентов.

Клеевое мыло – часть, отделённая от ядрового, застывает при охлаждении, состоит из мыла и глицерина. Прозрачное на вид. Доля жиров составляет 47 процентов.

Пилированное – продукт высшего сорта, полученного при перетирании сухого ядрового мыла валиками специальной машины. Доля жиров 72–74 процента. Имеет улучшенную структуру, при хранении не горкнет, переносит высокую температуру, не высыхает.

Туалетное – обладает хорошим моющим действием, образует пену в средне-жёсткой воде с температурой 20 градусов. Должно обладать при-

ятным запахом, не оказывать раздражающего воздействия на кожу. Основой для него служит ядровое мыло, с добавлением кокосового масла, красителей, ароматизаторов. Содержит не менее 72 процентов жирных кислот.

Гигиеническое – это детские и антибактериальные мыла, знакомое с детства средства для смывания грязи. Нет добавок, вызывающих аллергические реакции. В их производстве применяются натуральные жиры, экстракты растений.

Косметическое – в состав входят смягчающие добавки, глицерин, кремы для разных типов кожи. Этим мылом можно пользоваться ежедневно.

Специальное или медицинское – с лечебными компонентами, используется для профилактики и лечения кожных заболеваний. Например – дегтярное, в его состав включены: дёготь, ихтиол, сера и другие ингредиенты. Техническое – используется в производстве смазок. Например, солидол получают из нефтяного масла, загущенного кальциевым мылом, а солидол из этого же масла, загущенного литиевым мылом. Специальные мыла применяются в кожевенной, текстильной, металлургической промышленности.

Натуральное – изготавливают холодным способом, вместо щёлочи применяют вещества, выделенные из жиров животного или растительного происхождения, вводят в его состав на-



туральные экстракты, вытяжки цитрусовых, фруктовые кислоты. Аромат придают настоящие травы, цветы, мёд, фрукты. Срок хранения такого изделия ограничен.

Жидкое мыло – получают путём омыления жировой смеси калиевыми щелочами, представляет вязкую жидкость, больше похожую на шампунь. В состав входят синтетические поверхностно-активные вещества, добавки для смягчения кожи, ароматизаторы. Используется для мытья тела, рук, как антибактериальное средство.

Домашнее мыло

При соблюдении технологии можно сварить качественное мыло в домашних условиях. Самый простой способ сделать мыло в бытовых условиях, это измельчить готовый кусок мыла, залить травяным отваром и нагревая на водяной бане довести эту смесь до однородного состояния. Затем, ввести в массу эфирные масла и другие добавки по желанию, остудить. Недостаток этого метода в том, что готовое мыло плохо плавится, придётся потратить много времени, чтобы добиться результата. Можно изготовить мыло из мыльной основы, приобретённой в магазине. Расплавить мыльную массу на водяной бане или в микроволновой печи, смешать с необходимыми добавками. Добавки, улучшающие качество: отвердители – пальмовое масло; пенообразующие – кокосовое масло; стабилизирующие – касторовое масло; смягчающие – авокадо, косточки винограда, манго и другие.

Приложение 2

РАБОТА МУЛЬТСТУДИИ «ПЛАСТИЛИНОВАЯ АНИМАЦИЯ»

4-я серия мультипликационного фильма «Паровозикovy «Будь здоров!»

СТРЕЛОЧКА – Приветики мои дорогие! это я СТРЕЛОЧКА – талисман нашего детского сада, как я за вами соскучилась, да давно мы с вами не встречались, а вот мои и старые знакомые как вы выросли и возмужали, о сколько новых лиц, ребята я очень рада, что вы сегодня отправитесь вместе со мной в удивительное, увлекательное чудесное путешествие. Вы готовы? Не слышу громче... Готовы? Ну тогда поехали. Это был обычный выходной, первый день зимы семья Паровозиковых: папа Боб, мама – Фасолька, дочь Чечевичка, старший сын Стручок собрались в столовой, чтобы выпить утреннего чаю и обсудить планы на выходные. Последним к завтраку пришёл Горошек.

1 сцена

Утро. Столовая семьи Паровозиковых: (члены семьи появляются в кадре по очереди)

Папа – Итак дети, как ваши дела в школе?

Чечевичка – у меня всё хорошо папа

Стручок – и у меня тоже

Мама – Горошек ты, что-то сегодня очень тихий...

Горошек – (*кашляет*) У меня, что то голова и горло болит...

Мама – Да ты же весь горишь... Ой-ой, кажется, наш Горошек заболел. Горошек выпей чаю с малиной и мёдом, а я принесу тебе термометр, чтобы померить температуру и вызову врача. (*мама уходит*)

Горошек – Хорошо мама.

Папа – Это всё вирусы, которые атаковали твой молодой и ещё не окрепший организм, иди Горошек приляг. А вы дети проведите влажную уборку в своих комнатах и хорошо проветрите их.

ДЕТИ – Хорошо папа.

Папа – И не забывайте дети «Свежий воздух мыло и вода наши лучшие друзья» поэтому после уборки отправляйтесь в парк на прогулку, а после прогулки не забывайте хорошо вымыть руки с мылом.

ДЕТИ – Хорошо папа. *(дети уходят)*

Папа – Да проклятые вирусы, но не переживай Горошек я знаю, как защитить свою семью, чтоб стойким был иммунитет. *(уходит)*

(Горошек остается один устраивается на диван)

Горошек – Вирусы, вирусы, но я никаких вирусов не видел *(кашляет)* и при чём тут руки, помойте пол.... Свежий воздух мыло и вода наши лучшие друзья». Сейчас загуглю и всё узнаю, в интернете и про вирусы и про стойкий иммунитет *(Горошка затягивает в интернет пространство)*

2 сцена

Горошек оказывается в сказочной стране «Пяти королевств» в Королевстве принцессы Чисты, где его встречает принцесса Чиста

Принцесса Чиста – Горошек, Горошек очнись, нам так нужна твоя помощь.

Горошек – *(удивлённо и растерянно)* Кому нам? И где я? И где мои папа и мама?

Принцесса Чиста – Нам, это всем жителям сказочной страны «Пяти королевств» и конечно же всем детям твоей родной планеты Земля.

(выходят другие герои – Гном Витамин, Профессор Мыллер, Рыцарь Движ и Король ПэПэ)

Горошек – Вас нет, это у меня температура и вы все галлюцинация...

(Король-Мыллер стучает Горошка)

Движ – *(смеётся)* Ну, что ты до сих пор думаешь, что мы галлюцинация?

Горошек – Ну... я... не знаю... А как я сюда попал? И кто вы такие?

Гном Витамин – ты хотел узнать, что такое иммунитет и тебя затянуло в интернет пространство в нашу сказочную страну «Пяти королевств».

Король ПэПэ – А мы жители сказочной страны «Пяти королевств» искали того, кто может нам.

Профессор Мыллер – злобный, злобный Король ВИРУС похитил принцессу Иммузелу и захватил в плен Хранителя времени.

Горошек – а я, я тут причём? Я ребёнок....

Рыцарь Движ – о так много вопросов, когда нужно действовать и спасти мир от злобного Короля ВИРУСА.

Гном Витамин – маленький это не значит слабый

Король ПэПэ – Горошек, если мы не освободим принцессу Иммузелу и Хранителя времени, злобный Король ВИРУС заразит вирусами всех детей на планете Земля и всех жителей «Пяти королевств» и остановит время.

Рыцарь Движ – теперь ты понимаешь Горошек, что задумал злобный Король ВИРУС, он хочет, чтобы мы навсегда остались больными и слабыми. Так, что пришло время спасти мир!

ВСЕ ГЕРОИ – Да, да спасти мир!

Горошек – Я готов, что для этого нужно?

Принцесса Чиста – всё очень просто мы тебя научим – Я Принцесса Чиста я обеспечиваю порядок и чисто-чисто-чистоту.

Профессор Мыллер – Я профессор Мыллер я учу малышей и взрослых любить мыло и воду.

Рыцарь Движ – Я Рыцарь Движ. Живу в королевстве Энергии и дарю всем радость движения, заряд бодрости и энергии.

Король ПэПэ – Я Король ПэПэ отвечаю за Королевство Питания, я уверен, что правильное питание – самое важное для здоровья.



Гном Витамин – А я Гном Витамин слежу за появлением свежих продуктов, овощей и фруктов на столах всех жителей.

Принцесса Чиста – А пленённый злобным Королём ВИРУСОМ Хранитель времени является самым мудрым из нас, он наблюдал за ходом времени, сменой времён года, а похищенная Принцесса Иммунала объединяла наше братство «Хранителей здоровья».

Горошек – кажется, я начинаю всё понимать, вот о чём говорил папа «Свежий воздух мыло и вода наши лучшие друзья»

ИНТЕРАКТИВ

3 сцена *Общие слова*

Чтоб ты был здоров, дружок,
Бегай кросс с утра, кружок
Кашу ешь, не пирожок!
Фрукты, овощи и сок
Скажут нам с тобою-ОК!
На зарядку выбегай, свежий воздух ты вдыхай.
Руки ты почаще мой
И придёт же с тобой:
И здоровье, и успех
Бодрость, радость, громкий смех!
И веселье, и удача
И вагон друзей, в придачу!



Литература:

1. Анисимова М.С. Двигательная деятельность детей 3-5 лет. – Санкт-Петербург; Детство-Пресс, 2017-412 с.
2. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника. – М.: ТЦ Сфера, 2005 – 189 с.
3. Змановский, Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях / Ю. Змановский // Дошкольное воспитание. – 1993 – 254 с. 2.
4. Савенков А. И. «Детское исследование как метод обучения старших дошкольников». – М.: «Пед. университет «Первое сентября», 2007 – 151 с.

ВИТАМИННОЕ ЦАРСТВО

ПРОЕКТ

*Еремина Галина Александровна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск*

* * *

Аннотация проекта. Проект «Витаминное царство» содержит ряд мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Проект адресован воспитателям ДОО.

Актуальность. Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя». Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Ухудшение качества питания, недостаток в пище витаминов и микроэлементов отрицательно сказываются на физическом развитии детей. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Поэтому так важно дать дошкольникам представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах.

Основание для разработки:

– проект обеспечивает достижение конкретных результатов за короткий срок: дети получают знания о витаминах, правильном питании и здоровом образе жизни; учатся изготавливать мини-книжки;

– реализация проекта по тематике «Витаминное царство» обеспечивает активное участие детей, родителей и педагогов;

– проект может быть реализован в рамках совместной деятельности – детей, педагогов и родителей.

Ожидаемые результаты:

1. Знание детей о значении правильного питания.
2. Понимание детьми значимости влияния витаминов на здоровье.
3. Повышение знаний родителей о разнообразии рациона продуктов в детском меню дома.
4. Сформированность сознательного отношения взрослых к проблеме правильного питания.
5. Создание в группе необходимых условий для закрепления понятий: фрукты, овощи, ягоды.
6. Создание альбомов для рассматривания.
7. Создание коллажа – «Витамины с грядки».
8. Создание мини-книжек совместно с родителями «Рецепты витаминных блюд».
9. Тематическая выставка детских работ, выполненных совместно с родителями.

ОПИСАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

Участниками проекта «Витаминное царство» стали дети 5-6 лет, педагоги, воспитатели и родители.

Тип проекта: две недели – краткосрочный.



Объект исследования: значимость и польза витаминов для человека.

Вид проекта: творческий, познавательно-исследовательский.

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ПРОЕКТА

Цель: формировать у детей представление о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи для детей:

- познакомить с понятием «витамины», их роли в жизни человека;
- закрепить понятия «овощи», «фрукты», польза их употребления;
- способствовать развитию творческих способностей детей, умения работать сообща, согласовывая свои действия;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Задачи для педагогов: формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи для родителей:

- повышение знаний родителей о разнообразии рациона продуктов в детском меню дома;
- получение консультаций по вопросам формирования здорового образа жизни;
- укрепление связей между детским садом и семьёй;
- создание условий для реализации детской среды для здорового развития детей;
- повышение родительской компетентности в вопросах о правильном питании и воспитании здорового образа жизни у своих детей.

Условия для реализации проекта:

- взаимодействие педагогов, детей и родителей.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Для детей:

- расширить знания о витаминах, содержащихся в овощах, фруктах, других продуктах питания, их значении для здоровья организма;
- обогатить знания о здоровом и правильном питании;
- развивать познавательные и творческие способности детей;
- повысить речевую активность, активизировать словарь.

Для родителей:

- повышение знаний родителей о разнообразии рациона продуктов в детском меню дома;
- сформированность сознательного отношения взрослых к проблеме правильного питания.

ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Первый этап «Подготовительный»:

1. Беседа с детьми для уточнения представлений детей о полезных продуктах, витаминах, их значении для жизни человека.
2. Подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта.

3. Подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации образовательного процесса.
4. Подбор дидактических игр.
5. Подбор художественной литературы.
6. Подготовка методического обеспечения.
7. Консультации.
8. Анкетирование родителей.
9. Разработка презентаций.

Второй этап «Основной»:

Познавательное развитие.

Наблюдение по теме: «Какие овощи растут на нашем огороде?»

Презентации/ Мультфильмы:

- «Овощи» мульт–песенка,
- «Фрукты» мульт–песенка,
- «Что такое витамины и зачем они нужны»,
- «О витаминах» мультфильм,
- «Зачем организму витамины» мультфильм.

Дидактические игры:

- «Полезные и вредные продукты»,
- «Что где растет»,
- «Что едят в сыром виде, а что в вареном?»,
- «Найди по описанию»,
- «Маленькая хозяйшюшка»,
- «Узнай на вкус»,
- Кафе «Витаминка».

Опытно-экспериментальная деятельность:

- «Чайная химия»,
- «Железо в яблоке».

Настольно-печатные игры:

- «Что растет в саду, в огороде?»,
- «Поваренок»,
- «Овощное лото».
- «Дары природы».

Третий этап «Заключительный»:

- Показ для воспитанников младших групп драматизации «Почему помидор красный».
- Создание книги рецептов совместно с родителями «Рецепты витаминных блюд».

Первый «Подготовительный» этап заключается в определении актуальных знаний детей о полезных продуктах, витаминах, овощах, их значении для жизни и здоровья человека.

Второй этап «Основной». В этот этап проводятся все мероприятия с детьми и родителями, запланированные в ходе проекта. Сроки реализации данного этапа с **28.09.20 – 09.10 20 г.**

Третий этап «Заключительный». Задача данного этапа выявить уровень сформированных знаний у детей по содержанию проекта. Подведение итогов.



Перспективный план проекта

Направления деятельности	Мероприятия	Дата проведения
Игровая деятельность	Сюжетно-ролевая игра: «Фруктовое кафе», «На приеме у диетолога»	01.10.20 г. 05.10.20 г.
Познавательное развитие	Свободное общение «Что такое витамины и зачем они нужны», Настольно-печатная игра: «Дары природы».	29.09.20 г. 02.10.20 г.
Художественно-эстетическое развитие	Театрализованная игра: «Огород» Драматизация: «Почему помидор красный» Хороводная игра: «Кабачок» Рисование: «Яблоки созрели», коллаж «Витамины с грядки» Лепка: «Мой любимый овощ», «Витамины на тарелке» Аппликация: «Фрукты в вазе»	30.09.20 г. 07.10.20 г. 06.10.20 г. 30.09.20 г. 02.10.20 г. 06.10.20 г.
Развитие речи	Словесные игры: «Узнай и назови», «Назови правильно», «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке», «Узнай на вкус»	28.09.20 г. 02.10.20 г. 05.10.20 г. 08.10.20 г.
Физическое развитие	Игры малой подвижности: «Овощи», «Найди овощ», «Овощи или фрукты», «Урожай», «Корзина с овощами» Подвижные игры: «Вагончик овощей, вагончик фруктов», «Вкусный обед», «Найди продукты, в которых живут витамины», «Апельсин», «Мышкины запасы», «Сеял дедушка горох»	28.09. 20 г. 30.09.20 г. 05.10.20 г. 06.10.20 г. 07.10.20 г. 28.09.20 г. 30.09.20 г. 02.10.20 г. 02.10.20 г. 05.10.20 г. 08.10.20 г.
Физическое развитие	Эстафета «Варим борщ и компот» Пальчиковые игры: «Компот», «В нашем огороде», «Фрукты», «На грядке», «Овощи»	09.10.20 г. 28.09.20 г. 01.10.20 г. 05.10.20 г. 07.10.20 г. 09.10.20 г.
Совместная деятельность с родителями воспитанников		
	Создание мини – книги «Рецепты витаминных блюд»	09.10.20 г.

Методы оценки результатов:

Дети:

- беседы с детьми,
- презентации по теме проекта,
- чтение художественной литературы,
- иллюстрационный метод – картинки о здоровом образе жизни, с изображением овощей и фруктов, витаминов,
- игровая деятельность – сюжетно-ролевые игры, словесные, дидактические, подвижные игры,
- вечер загадок и отгадок,
- художественная деятельность – рисунки, лепка, аппликация,
- создание предметно-пространственной среды по теме проекта «Витаминное царство»,
- совместная работа с родителями.

Родители:

- анкета для родителей «Здоровое питание – здоровый ребёнок»,
- информация для родителей «Правильное питание»,
- рекомендации для родителей «Овощи, фрукты – полезные продукты»,
- папка передвижка «Наши друзья – витамины»,
- памятка для родителей «В каких продуктах живут витамины».

Результаты работы над проектом:

Дети:

- познакомили с витаминами, раскрыли значение их для жизни человека;
- расширили знания детей о здоровом питании, необходимости употребления в пищу овощей, фруктов, ягод и других полезных продуктов;
- сформированы знания о полезных свойствах продуктов питания, представления о рациональном питании, как составной части здорового образа жизни.

Родители:

- повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей и активизация их позиции в более тесном в отношении с педагогом и детьми.

Консультации, подготовленные педагогами:

- «О пользе витаминов для детского организма»,
- «Правильное питание»,
- «Витаминная азбука здоровья»,
- «Витамины в овощах и фруктах».

ПЛАН ДАЛЬНЕЙШЕГО РАЗВИТИЯ:

- осуществлять подбор информации, игрового материала по данной теме с учетом возрастных особенностей детей,
- привлекать родителей детей к участию в реализации проекта,
- осуществлять преемственность между ЧДОУ Детским садом № 99 ОАО «РЖД» и семьями воспитанников..



Литература

1. Безруких М.М., Макеева, А.Г., Филиппова, Т.А. Разговор о здоровье и правильном питании / Методическое пособие. – Москва: Абрис, 2019. – 80 с.
2. Белая К.Ю. «Организация проектной деятельности в ДОУ», УЦ «Перспектива», Москва, 2013. – 103с.
3. Васильева Н. Проектная деятельность: участвуем вместе. //Дошкольное воспитание № 10, 2011.
4. Додокина Н.В. Семейный театр в детском саду. Совместная деятельность педагогов, родителей и детей/ Пособие для педагогов и родителей: для работы с детьми 3-7 лет / Н.В. Додокина, Е.С. Евдокимова. – Москва: Мозаика-Синтез, 2008. – 62 с.
5. Николаева С.Н. Юный эколог. Программа экологического воспитания в детском саду / С.Н. Николаева. – Москва: Мозаика-Синтез, 2010. – 108 с.
6. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет: [Попул. пособие для родителей и педагогов] / Л.Ф. Тихомирова. – Ярославль: Акад. развития, 2002 (ГП Владимир. книж. тип.). – 142 с.

МЫ СО СПОРТОМ ДРУЖИМ!

ПРОЕКТ

*Бузанова Анна Александровна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск*

Актуальность. В общей системе физического развития человека, физическое воспитание ребенка занимает важную роль. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Поэтому, если данный период будет упущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать пробелы, устранить допущенные ошибки будет чрезвычайно трудно.

Проект «Мы со спортом дружим!» содержит ряд мероприятий по формированию здорового образа жизни. Проект адресован воспитателям ДОО.

Цель: укреплять здоровье и повышать работоспособность детей через организацию подвижных игр на прогулке и игр с элементами спорта.

Задачи:

Для детей:

1. Способствовать развитию у детей стремления к укреплению и сохранению собственного здоровья.
2. Формировать умение преодолевать возникающие трудности и проблемы.
3. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом.
4. Побуждать детей к доброжелательному отношению к сверстникам, умению общаться и заниматься в коллективе.

Для родителей:

1. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
2. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей.
3. Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
4. Пропагандировать среди родителей идеи здорового образа жизни в семье.

Для педагогов:

1. Создать информационную базу по накоплению знаний в области истории спорта, олимпийского движения, традиций олимпийских игр, зимних видах спорта.
2. Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей на спортивных мероприятиях.
3. Формировать осознанное отношение к своему собственному здоровью и здоровью окружающих людей.

Тип проекта: познавательно–оздоровительный.

Срок реализации: краткосрочный.

Участники проекта: дети 5-6 лет, родители, воспитатели.

Форма проведения: ООД, режимные моменты, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры на прогулке, работа с родителями.

Ожидаемые результаты:

- повышение активности родителей в образовательном процессе, в укреплении здоровья детей и физическом совершенствовании;
- систематизация знаний родителей по вопросам здорового образа жизни;
- увеличение количества детей с высоким уровнем физического развития;
- сохранение и укрепление здоровья детей;
- понижение процента заболеваемости.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Первый этап «Подготовительный»:

- подбор методической литературы «Физическое культура и оздоровление детей дошкольного возраста»,
- разработка сценариев физкультурных развлечений, конспектов бесед, игр-путешествий; с использованием игр с элементами спорта,
- оформление картотеки с подвижными играми на прогулке для детей старшего дошкольного возраста,
- консультации для родителей,
- подборка раскрасок, стихов, загадок о спорте,
- изготовление презентаций: «Спортивные игры – футбол, баскетбол, бадминтон».



Второй этап «Основной»:

Ежедневная профилактическая работа:

- профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения);
- гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»;
- воздушное контрастное закаливание.

1. Познавательное развитие:

Цикл бесед: «Зачем заниматься спортом?», «Знакомство дошкольников с организмом человека», «Спорт в нашей жизни», «Виды спорта», «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».

Организованная образовательная деятельность «В стране Болбочке».

Дидактические игры: «Найди два одинаковых мяча», «Что лишнее?», «Виды спорта», «Спортивное лото».

2. Художественно-эстетическое развитие:

Чтение художественной литературы:

1. Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр».
2. Шалаева Г.П., Журавлёва О. М., Сазонова О.Г. «Правила поведения для воспитанных детей».
3. Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной».
4. Крылов А. «Как лечили петуха».
5. Безруких М. «Разговор о правильном питании».
6. Бондаренко В. «Язык и уши».
7. Зильберг Л. «Полезные продукты».
8. Зайцев Г. «Крепкие, крепкие зубы», «Друзи с водой».

3. Физическое развитие

Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Птички и кошка», «Зайцы и волк», «Кегли», «Найди себе пару», «Лошадки».

Спортивное развлечение: «Шарик воздушный веселый и нужный».

4. Работа с родителями:

Консультация для родителей:

- «Игры для детей».
- «Физоборудование своими руками».
- «Игры, которые нас лечат».
- «Растим здорового ребенка».

Третий этап «Заключительный»:

– совместное физкультурное развлечение с родителями «Спортивные игры»,

– презентация проекта «Мы со спортом дружим!».

Первый «Подготовительный» этап заключается в определении актуальных знаний детей о важности подвижных игр, их значении для жизни и здоровья человека.

Второй этап «Основной». В этот этап проводятся все мероприятия с детьми и родителями, запланированные в ходе проекта. Сроки реализации данного этапа с **07.12.2020-18.12.2020**.

Третий этап «Заключительный». Задача данного этапа выявить уровень сформированных знаний у детей по содержанию проекта. Подведение итогов.

Перспективный план проекта

Направления деятельности	Мероприятия	Дата проведения
Игровая деятельность	Сюжетно-ролевая игра «Спортсмены».	7.12.2020
Познавательное развитие	1. Дидактические игры: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Что нужно спортсменам?», «Найди два одинаковых мяча», «Что лишнее?», «Виды спорта», «Спортивное лото». 2. Просмотр презентаций и видеофильмов о спорте, спортсменах. 3. Рассматривание альбомов, иллюстраций с изображением видов спорта, спортивного инвентаря, спортсменами – чемпионами.	В течение всего периода проекта 10.12.2020 11.12.2020
Художественно-эстетическое развитие	1. Лепка «Девочка (мальчик) играет в мяч». 2. Рисование «Как мы делаем зарядку». 3. Лепка «Лыжник». 4. Коллективная лепка «Олимпийские игры». Чтение художественной литературы: 1. Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр». 2. Шалаева Г.П., Журавлёва О. М., Сазонова О.Г. «Правила поведения для воспитанных детей». 3. Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной». 4. Крылов А. «Как лечили петуха». 5. Безруких М. «Разговор о правильном питании». 6. Бондаренко В. «Язык и уши». 7. Зильберг Л. «Полезные продукты». 8. Зайцев Г. «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой».	14.12.2020 16.12.2020 18.12.2020 09.12.2020 В течение всего периода проекта
Развитие речи	1. Составление рассказа по картине «Зимние забавы». 2. Рассказ по мнемотаблице о зимнем виде спорта.	15.12.2020
Физическое развитие	1. Физкультурный досуг «Большие гонки». 2. Физкультурный досуг «В гостях у Доктора Айболита». 3. Спортивное развлечение «Шарик воздушный веселый и нужный». 4. День спортивных игр «В гости к Зимушке – зиме». 5. Совместное физкультурное развлечение с родителями «Спортивные игры».	08.12.2020 15.12.2020 17.12.2020 10.12.2020 18.12.2020
Совместная деятельность с родителями воспитанников	1. Консультация для родителей «Движение – основа жизни», «Игры для детей». 2. Буклет «Физоборудование своими руками». 3. Памятка «Игры-которые нас лечат», «Растим здорового ребенка». 4. Анкетирование «Здоровый образ жизни».	09.12.2020 11.12.2020 18.12.2020 07.12.2020

Вывод

В результате проекта, можно сделать вывод о том, что двигательная активность, является важным средством развития старших дошкольников, так как проявляется и развивается творческое воображение, способность к замыслу, развивается ритм и красота движений. В ней отражаются и развиваются умения и знания, полученные на занятиях, закрепляются правила поведения, к которым приучают детей в жизни.



Литература:

1. Агапова И. А. Спортивные сказки и праздники для дошкольников/И.А. Агапова. – Москва: АРКТИ, 2011. – 128 с.
2. Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: учебно-методическое пособие / Н. Б. Муллаева. – Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2008. – 148 с.
3. Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников / Т. Е. Харченко. – Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2010. – 95 с.

МОДЕРНИЗАЦИЯ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

НА ОСНОВЕ ИММЕРСИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ВИРУСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

*Николаева Лариса Леонидовна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 96 ОАО «РЖД», г. Ростов-на-Дону*

* * *

Аннотация проекта. Проект направлен на создание центра Здоровья в старшей группе компенсирующей направленности, обеспечивающего формирование у детей навыков здорового образа жизни.

Актуальность. В стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. «Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости!» – так гласит народная мудрость.

Проект направлен на формирование интереса и привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, качественно повышая представления о культуре здоровья и здоровом образе жизни. Проект нацелен на противодействие продолжающемуся глобальному распространению новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в период сезонного подъема заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями и гриппом.

На основе идей проекта «Здоровые люди в Стране железных дорог» и иммерсивных занятий по формированию культуры сохранения здоровья и профилактики вирусных заболеваний «Волшебный шар Иммунелы», мной разработан проект по модернизации предметно-пространственной среды в группе. Новая, необычная и эффективная форма работы с дошкольниками, как иммерсивные занятия, дала «толчок», чтобы продолжить эту работу.

ОПИСАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

Участники: дети 5-6 лет, педагоги, родители.

Тип проекта: краткосрочный.

Объект исследования:

Вид проекта: творческий, познавательно-исследовательский.

Этапы проекта:

Первый этап «Подготовительный»:

1. Сбор и систематизации информации по теме проекта «Здоровые люди в Стране железных дорог».

2. Подбор дидактических игр, наглядных пособий, иллюстрированного материала по данной проблеме.
3. Подготовка методического обеспечения.

Второй этап «Основной»:

Создание центра Здоровья:

- а) оформление панно «Хранители здоровья» (замки передвигаются с помощью крепежной ленты для коврового покрытия, объекты и герои могут использоваться и для магнитной доски);
- б) изготовление сюжетно-ролевых игр «Магазин», «Вредные продукты», «Полезные продукты», «Чистюля»;
- в) изготовление и подбор дидактических игр: «Аскорбинка и её друзья – 1», «Аскорбинка и её друзья – 2», «Во саду ли, в огороде», логическое домино, домино «Фрукты», тематические картинки «Овощи, фрукты», «Знай время», «Вместе с солнышком встаю»; игр «Жителей пяти королевств».

Третий этап «Заключительный»:

Подведение итогов. В своих играх дети с удовольствием перевоплощаются в образы: Принцессы Имунелы, Рыцаря Движа, Профессора Мыллера и с интересом придумывают новые игры-путешествия для жителей пяти королевств.

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА:

Дети:

- самостоятельная организация игровой деятельности детьми в условиях центра Здоровья;
- расширение знаний у детей о валеологии «Я и мое тело», гигиене, об укреплении собственного иммунитета.

Родители:

- повышение уровня компетентности родителей в вопросах развития у детей навыков здорового образа жизни.
- модернизация ППРС способствует положительному эмоциональному отношению детей к здоровому образу жизни и организации самостоятельной игровой деятельности;
- центр Здоровья позволил объединить в единое целое наглядно-дидактический материал по валеологии, здоровьесбережению и игровые пособия В.В. Воскобовича «Фиолетовый лес» и обеспечил проявление у детей навыков самосохранения собственного здоровья в повседневной жизнедеятельности..



ТЕАТР ЗДОРОВЬЯ

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

*Рахматуллина Оксана Вячеславовна,
инструктор по физической культуре.
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

* * *

Направление проекта: внедрение инновационных подходов в сфере физкультурно-оздоровительной работы в ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД» с помощью организованной практической деятельности на основе игр-драматизаций, игрового стрейчинга, ритмической гимнастики, постановки спортивной сказки.

Тип проекта:

- по доминирующему методу: практико-ориентировочный;
- по количеству участников: групповой (возраст 5-7 лет);
- по продолжительности реализации: краткосрочный.

Модули проекта:

- ребёнок и сверстники;
- ребёнок и спорт;
- ребёнок и театр.

Срок реализации проекта: ноябрь – декабрь 2019 год.

Актуальность. В последние годы активизировался поиск путей совершенствования направлений физического воспитания дошкольников и новых подходов к их организации. Метод физкультурно-оздоровительных проектов в дошкольных учреждениях позволяет интегрировано решать задачи привлечения и пропаганды ЗОЖ и повышать уровень творческого потенциала среди воспитанников. Недостаточность двигательной деятельности проявляется в затруднении овладения моторными функциями: письмо, мимическая и речевая сфера, трудовые и мыслительные процессы. В наше время мы живем в условиях недостатка двигательной деятельности, что приводит к малоподвижному образу жизни детей, их слабому физическому здоровью. Здоровье рассматривается как совокупность физического, психического и социального благополучия личности ребенка и взрослого. Игровая организация подходов к оздоровлению детей помогает повысить их интерес к сохранению и укреплению собственного здоровья. Совместная деятельность с педагогами и родителями позволяет наиболее полно и продуктивно реализовывать данный проект. «Театр здоровья» – это своеобразная пропаганда здорового образа жизни.

Цель проекта: создание здоровьесберегающего пространства в ЧДОУ Детском саду № 98 ОАО «РЖД» и формирование навыков ЗОЖ у дошкольников через театрализованную деятельность.

Задачи:

- способствовать сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- создать мотивацию у дошкольников к ЗОЖ;
- профилактика вредных привычек;
- реализация режима двигательной активности детей путем усовершенствования организованных и самостоятельных форм функционально-оздоровительной деятельности детей;
- формирование двигательных умений и навыков детей с учетом индивидуальных особенностей;
- развития физических качеств и психомоторных нарушений;
- интеграция видов образовательной и игровой деятельности;
- поиск новых путей практической реализации современных технологий.

Формы работы, включаемые в проект:

- физкультурные занятия с использованием подвижных игр под музыку и игр – пантомим;
- народные, хороводные игры;
- игровые упражнения и задания имитационного характера;
- пластическая и корригирующая гимнастики с использованием степ-платформ и фитбол – мячей;
- пальчиковая гимнастика и гимнастика для глаз;
- игровые динамические паузы, физминутки;
- утренняя гимнастика с элементами ритмической гимнастики, в том числе совместно с родителями;
- музыкально-подвижные игры с элементами драматизации;
- показ и постановка спортивных сказок;
- беседы, рассматривание иллюстраций, лэпбуков, просмотр презентаций о спорте;
- интерактивные игры;
- буклеты, памятки, консультации для родителей и педагогов в сфере просвещения ЗОЖ;
- мастер-классы, круглые столы для педагогов информационного и практического характера;
- создание игр-картотек;
- фотовыставка «Мама, папа, я – спортивная семья», видеоролик «Спортивные таланты!

Предполагаемые результаты:

- у детей сформируется понятие «здоровье», понимание и осознание действий, позволяющих сохранить и укрепить собственное здоровье;



- снизится уровень заболеваемости воспитанников;
- улучшатся общие показатели психического и эмоционального здоровья детей;
- появится желание применять умения и навыки в творческих заданиях и общественных мероприятиях;
- дошкольники смогут использовать полученные знания и сформированные навыки в повседневной деятельности и определенных ситуациях.

Этапы реализации проекта

1. Подготовительный этап:

- мониторинг (уровень формирования и овладения элементарными нормами и начальными представлениями ЗОЖ);
- систематизация технологий, форм и методов организации двигательной активности;
- подбор мультимедийного, информационного и практического материала к проекту, музыкального сопровождения к играм-драматизациям, комплексов упражнений по ритмопластике и игровому стрейчингу;
- беседы с детьми на тему; «Что ты знаешь о здоровье?», «С какими видами спорта ты знаком?», «Зачем нужна зарядка» и др.;
- рисование на тему «Спорт глазами детей» (старший дошкольный возраст);
- рассматривание папок «Зимние виды спорта», «Олимпийские игры: прошлое и настоящее»;
- пополнение и обновление физкультурного оборудования (маски, эмблемы, гимнастические коврики и др.).

2. Основной этап:

Взаимодействие с детьми:

- проведение гимнастик на фитболах и степ –платформах («Мостик», «Колобок», «Веточка», «Веселые ступеньки», «Тучка» и др.);
- просмотр мультфильмов и интерактивных игр из мультимедийного уголка (игра «Шаг вперед», мультфильмы из цикла «Спорт – круглый год», «Растим здорового ребенка», «Советы тетушки тыквы» и др.);
- показ фетровой сказки «Как белочка зверей учила зарядку делать»;
- чтение спортивных сказок и стихов («Гимнастика и разминка», «Спорт не любит ленивых», «Утренняя зарядка» и др.);
- проведение физкультурных развлечений и досугов с элементами игрового стрейчинга: «К жителям осеннего леса», «Утенок Кряк», «Ленивая девочка», «Спор зверей»;
- проведение интегрированных занятий в компенсирующей группе с элементами ритмопластики: «Выставка собак», «Идет волшебница Зима», «Ярмарка».

Взаимодействие с педагогами:

- – проведение музыкально-подвижных игр в образовательной деятельности («Великаны и гномы», «Воробушки и кошка», «Автомобили» и др.);
- проведение игр и упражнений по ритмопластике («Мороженое», «Мокрые котята», этюды «Осенние листья» и др.) в режимных моментах;
- внедрение в свободную двигательную деятельность детей и режимные моменты игровых сюжетов по стрейчингу («Змея», «Деревце», «Волна», «Коробочка с карандашами» и др.);
- контроль за проведением игровых физминуток, динамических пауз, корригирующих гимнастик с текстовым сопровождением, игровых гимнастик после сна с использованием му-

зыкального фона, подвижных и народных игр во всех возрастных группах («Забавные физкультминутки для ребят», «Комплексы игровой гимнастики после сна», «Подвижные игры с художественным словом», «Бояре», «Листопад», «Мы – уточки» и др.).

- пополнение игр-картотек и физкультурных уголков атрибутами для игр с элементами драматизации;

- консультация на тему «Ритмопластика как метод оздоровления детей».

Взаимодействие с родителями:

- проведение ритмической гимнастики совместно с родителями «Зверобика»;
- анкетирование родителей по вопросам спортивных увлечений семьи, сбор фотографий для фотовыставки;

- организация Дня открытых дверей «Играем, закаляемся, спортом занимаемся»

- организация фотовыставки «Мама, папа, я – спортивная семья».

3. Заключительный этап:

- создание видеоролика «Спортивный серпантин»;
- оформление книги сказок «Ступеньки здоровья»;
- создание каталога сценариев досуговой деятельности «Театр здоровья»;
- оформление лэпбук «Азбука здоровья»;
- показ с детьми подготовительной к школе и компенсирующей групп спортивной сказки «Как белочка зверей учила зарядку делать»;
- печать в СМИ статьи о проделанной работе.

Результат работы.

Воспитанники:

- – сформировалось понятие «Здоровье» на 53%;
- появилось осознанное желание и интерес заниматься физкультурой и спортом, участвовать в массовых мероприятиях, проявлять активность в образовательной и творческой деятельности;
- снизился уровень заболеваемости на 7-8%;
- повысился уровень физической подготовленности и двигательной активности на 40%;
- реализовалась постановка спортивной сказки, как итогового мероприятия данного проекта;
- пополняются папки детскими рисунками и листовками на спортивную тематику и тему по ЗОЖ;
- продолжается работа над формированием навыка применения своих знаний и умений на практике и в свободной деятельности.

Педагоги:

- обновили нетрадиционным оборудованием физкультурно-оздоровительные уголки в группах;
- дополнили комплексами по ритмопластике и игровому стрейчингу каталоги картотек игр и упражнений;
- продолжают работу над практическим применением знаний в области проведения игровых гимнастик под музыкальное сопровождение, комплексов бодрящих гимнастик, корригирующих упражнений;



Родители:

- повысилась эффективность взаимодействия родителей воспитанников и педагогов учреждения на 32%;
- состоялась выставка семейных фотографий спортивного содержания;
- проведена совместная ритмическая гимнастика для детей и родителей; анкетирование;
- идет работа над активизацией родителей в спортивной жизни детей;
- продолжается практическая работа над видеороликом и над публикацией в СМИ.

Таким образом, результат работы по реализации проекта «Театр здоровья» можно считать удовлетворительным. Цель по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ и формированию навыков ЗОЖ у дошкольников через театрализованную деятельность можно считать выполненной.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА:

1. Социальная проблема, на решение которой направлен проект.
2. Актуальность проекта.
3. Цель, задачи проекта.
4. Ожидаемые результаты проекта.
5. Формы, методы исследования в рамках разработки данного проекта.
6. Партнеры, модули проекта.
7. Тип проекта.
8. Этапы реализации проекта.
9. План реализации проекта.
10. Результаты проектной деятельности.
11. Продукт проекта.
12. Анализ результатов проекта.
13. Список использованных источников.
14. Приложение.

1. Социальная проблема, на которую направлен проект

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние не только физиологического и психического, но и социального благополучия. ФГОС дошкольного образования представляет собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию. В стандарте учитываются: индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием **здоровья**, которые определяют особые условия получения им образования, а также индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями **здоровья**.

Стандарт направлен на решение таких задач, как:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия;
- формирование ценностей **здорового образа жизни**;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (*законных представителей*) в вопросе охраны и укрепления здоровья детей.

В ДОО должны быть созданы условия для **здоровьесберегающего** образовательного процесса, основными из которых являются:

- организация разных видов деятельности детей в игровой форме;

■ оснащение ДОО оборудованием, игрушками, играми, пособиями и атрибутами для реализации данных задач. Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья воспитанников. Такие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Понятно, что только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

2. Актуальность проекта

В общей системе физического развития детей двигательная деятельность занимает особое место. Проблема **здоровья человека**, его сохранение и укрепление остается особенно острой, требующей серьезного педагогического осмысления и новых подходов решения по сей день. В настоящее время наблюдается недостаток двигательной активности у людей разного поколения, что приводит к малоподвижному образу жизни и слабому физическому здоровью, прежде всего у подрастающего поколения. Это проявляется в затруднении овладения моторными функциями: письмо, мимическая и речевая сфера, трудовые и мыслительные процессы.

В условиях нашего учреждения мной выбран наиболее приемлемый, продуктивный и интересный метод применения проектной деятельности в области физического развития детей. Метод физкультурно-оздоровительных проектов позволяет интегрировано решать задачи привлечения детей и их родителей к ЗОЖ и повышает уровень их творческого потенциала. Игровая форма организации помогает повысить интерес воспитанников к сохранению и укреплению собственного здоровья. Совместная деятельность с педагогами и родителями позволяет наиболее полно и продуктивно реализовать данный проект. «Театр здоровья» – это своеобразная пропаганда здорового образа жизни.

3. Цель, задачи проекта

Цель проекта: создание здоровьесберегающего пространства в ЧДОУ Детском саду № 98 ОАО «РЖД» и формирование навыков ЗОЖ у дошкольников через театрализованную деятельность.

Задачи:

- способствовать сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- создать мотивацию у дошкольников к ЗОЖ;
- профилактика вредных привычек;
- реализация режима двигательной активности детей путем усовершенствования организованных и самостоятельных форм функционально-оздоровительной деятельности детей;
- формирование двигательных умений и навыков детей с учетом индивидуальных особенностей развития физических качеств и психомоторных нарушений;
- интеграция видов образовательной и игровой деятельности;
- поиск новых путей практической реализации современных технологий.

4. Формы и методы исследования в рамках разработки данного проекта

Формы работы, включаемые в проект:

- физкультурные занятия с использованием подвижных игр под музыку и игр-пантомим;
- народные, хороводные игры;
- игровые упражнения и задания имитационного характера;



- пластическая и корригирующая гимнастики с использованием степ-платформ и фитбол-мячей;
- пальчиковая гимнастика и гимнастика для глаз;
- игровые динамические паузы, физминутки;
- утренняя гимнастика с элементами ритмической гимнастики, в том числе совместно с родителями;
- музыкально-подвижные игры с элементами драматизации, этюды;
- спортивные сказки;
- беседы, рассматривание иллюстраций, лэпбуков, просмотр презентаций о спорте;
- интерактивные игры, мультфильмы;
- буклеты, памятки, консультации для родителей и педагогов в сфере просвещения ЗОЖ;
- мастер-классы, круглые столы для педагогов информационного и практического характера;
- игры – картотеки по ритмопластике, игровому стрейчингу, ЗОЖ;
- фотовыставка, видеоматериал, статьи в СМИ.

Методы реализации проекта:

- словесные (объяснения, команды, указания, распоряжения, вопросы, беседы, заучивание стихотворного текста);
- наглядные (частичный или полный показ, использование наглядных пособий, имитации, зрительные ориентиры, звуковые сигналы);
- практические (повторение упражнений, проведение упражнений и заданий в игровой соревновательной форме, в форме драматизаций и подражания, на фитболах и степ – платформах, гимнастических ковриках);
- игровые (игровые комплексы гимнастик и упражнений, народные игры, речевые игры, игры и упражнения на координацию речи с движением, имитации, игры – превращения, игры на развитие воображения, игры на расслабление, пальчиковая и дыхательная гимнастика, загадки по лексическим темам).

5. Предполагаемые результаты проекта

- у детей сформируется понятие «здоровье», понимание и осознание действий, позволяющих сохранить и укрепить собственное здоровье;
- снизится уровень заболеваемости воспитанников;
- улучшатся общие показатели психического и эмоционального здоровья детей;
- появится желание применять свои умения и навыки в творческих заданиях и общественных мероприятиях;
- дошкольники смогут использовать полученные знания и сформированные навыки в повседневной деятельности и определенных ситуациях.

6. Партнеры и модули проекта

Партнеры проекта: дети и воспитатели старшей, подготовительной к школе группы, группы компенсирующей направленности, родители воспитанников, музыкальный руководитель, учитель – логопед.

Модули проекта:

- ребёнок и сверстники;
- ребёнок и спорт;
- ребёнок и театр.

7. Тип проекта и сроки его реализации:

- по доминирующему методу: практико–ориентировочный;
- по количеству участников: групповой (возраст 5-7 лет);
- по продолжительности реализации: краткосрочный

Срок реализации проекта: 5.11.2019 – 27.12.2019 год.

8. Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап:

- мониторинг (уровень формирования и овладения элементарными нормами и начальными представлениями ЗОЖ);
- систематизация технологий, форм и методов организации двигательной активности;
- подбор мультимедийного, информационного и практического материала к проекту, музыкального сопровождения к играм-драматизациям, комплексов упражнений по ритмопластике и игровому стрейчингу;
- беседы с детьми на тему: «Что ты знаешь о здоровье?», «С какими видами спорта ты знаком?», «Зачем нужна зарядка» и др.;
- рисование на тему «Спорт глазами детей» (старший дошкольный возраст);
- рассматривание папок «Зимние виды спорта», «Олимпийские игры: прошлое и настоящее»;
- пополнение и обновление физкультурного оборудования (маски, эмблемы, гимнастические коврики и др.).

2. Основной этап:

Взаимодействие с детьми:

- проведение гимнастик на фитболах и степ–платформах («Мостик», «Колобок», «Веточка», «Веселые ступеньки», «Тучка» и др.);
- просмотр мультфильмов и интерактивных игр мультимедийного уголка (игра «Шаг вперед», мультфильмы из цикла «Спорт – круглый год», «Растим здорового ребенка», «Советы тетушки тыквы» и др.);
- показ фетровой сказки «Как белочка зверей учила зарядку делать»;
- чтение спортивных сказок и стихов («Гимнастика и разминка», «Спорт не любит ленивых», «Утренняя зарядка» и др.);
- проведение физкультурных развлечений и досугов с элементами игрового стрейчинга: «К жителям осеннего леса», «Утенок Кряк», «Ленивая девочка», «Спор зверей».
- проведение интегрированных занятий в компенсирующей группе с элементами ритмопластики: «Выставка собак», «Идет волшебница Зима», «Ярмарка».

Взаимодействие с педагогами:

- проведение музыкально – подвижных игр с элементами в образовательной деятельности («Великаны и гномы», «Воробушки и кошка», «Автомобили» и др.);
- проведение игр и упражнений по ритмопластике («Мороженое», «Мокрые котят», этюды «Осенние листья» и др.) в режимных моментах;
- внедрение в свободную двигательную деятельность детей и режимные моменты игровых сюжетов по стрейчингу («Змея», «Деревце», «Волна», «Коробочка с карандашами» и др.);
- контроль за проведением игровых физминуток, динамических пауз, корригирующих гимнастик с текстовым сопровождением, игровых гимнастик пробуждения с использованием музыкального сопровождения, подвижных и народных игр во всех возрастных группах, («Забавные физкультминутки для ребят», «Комплексы игровой гимнастики пробуждения», «Подвижные игры с художественным словом», «Бояре», «Листопад», «Мы – уточки» и др.).



- пополнение игр-картотек и физкультурных уголков атрибутами для игр с элементами драматизации;

- консультация на тему «Ритмопластика как метод оздоровления детей».

Взаимодействие с родителями:

- проведение ритмической гимнастики совместно с родителями «Зверобика»;
- анкетирование родителей по вопросам спортивных увлечений семьи, сбор фотографий для фотовыставки;

- проведение Дня открытых дверей «Играем, закаляемся, спортом занимаемся»

- организация фотовыставки «Мама, папа, я – спортивная семья»

3. Заключительный этап:

- создание видеоролика «Спортивный серпантин»;
- оформление книги сказок «Ступеньки здоровья»;
- создание каталога сценариев досуговой деятельности «Театр здоровья»;
- оформление лэпбука «Азбука здоровья»;
- показ с детьми подготовительной и компенсирующей групп спортивной сказки «Как белочка зверей учила зарядку делать»;
- печать в СМИ статьи о проделанной работе.

9. План реализации проекта

Месяц/ Неделя	Организационная деятельность	Участники процесса	
		старшая, подготовительная, компенсирующая группы	педагоги, родители
Ноябрь 1 неделя	• Утренняя гимнастика. Комплекс №9 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Птица», «Рыбка») • На фитболах «Колобок», на степ – платформах «Тучка» • Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Попади в ларец», «Ягненок», Воевода» • Подвижные игры с речью: «Котятя» • Просмотр мультфильмов, презентаций, интерактивных игр: мультфильмы из цикла «Спорт круглый год», игра «Шаг вперед», презентация «Советы тетушки тыквы» • Чтение спортивных сказок и стихов: «Гимнастика и разминка» • Рассмотрение папки «Зимние виды спорта»	все группы	• Тематический контроль бодрящих гимнастик, • Консультирование педагогов «Ритмопластика, как метод оздоровления детей» • Сбор фотографий в электронную копилку • Обогащение развивающей среды и физкультурных уголков руками педагогов • Анкетирование родителей
		компенсирующая	
		все группы	
Ноябрь 2 неделя	• Утренняя гимнастика. Комплекс №10 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Муравей», «Кошечка») • На фитболах «Не ленись, вправо-влево повернись», на степ – платформах «Тучка» • Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Не разбуди бабу Ягу», «Снимать сыр», «Сокол»	все группы	• Консультирование и контроль гимнастик под музыку, корректирующих гимнастик • Сбор фотографий в электронную копилку
		компенсирующая	
		все группы	

Месяц/ Неделя	Организационная деятельность	Участники процесса	
		старшая, подготовительная, компенсирующая группы	педагоги, родители
Ноябрь 2 неделя	- Подвижные игры с речью: «У меня своя зарядка» - Просмотр мультфильмов, презентаций, интерактивных игр: мультфильм «Смарт и футбол», презентация «Скорая овощная помощь» - Чтение спортивных сказок и стихов: «Заячья сказка» - Беседы с детьми на тему: «Что ты знаешь о здоровье?», «С какими видами спорта ты знаком?», «Зачем нужна зарядка» и др	все группы	Обогащение развивающей среды и физкультурных уголков руками педагогов
Ноябрь 3 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс №11 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Бабочка», «Змея») - На фитолах «Силачи», на степ-платформах «Тучка» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Найди Иванушку», «Захват противника», «Подкова» - Подвижные игры с речью: «Перчатки» - Просмотр мультфильмов, презентаций, интерактивных игр: «Спортландия», игра «Снаряды спортсмена», - Чтение спортивных сказок и стихов: «Спорт не любит ленивых» - Рассматривание папки «Олимпийские игры: прошлое и настоящее» - Физкультурное развлечение «К жителям осеннего леса»	все группы компенсирующая все группы старшая	- Тематический контроль подвижных, народных игр, игр с элементами драматизации - Сбор фотографий в электронную копилку - Консультирование родителей. Буклет «Веселый фитнес» - Обогащение развивающей среды и физкультурных уголков руками педагогов и родителей
Ноябрь 4 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс № 12 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Цапля», «Медведь») - На фитолах «Бабочка», на степ – платформах «Тучка» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Попади в клубочек», «Журавли», «Метелица» - Подвижные игры с речью: «Кем быть?» - Просмотр мультфильмов, презентаций, интерактивных игр: «Крик победы», интерактивный танец «Танец маленьких утят» - Чтение спортивных сказок и стихов: Утренняя зарядка» - Рисование на тему «Спорт глазами детей» (старший дошкольный возраст) - Досуг «Утенок Кряк»	все группы компенсирующая все группы компенсирующая	- Тематический контроль динамических пауз в НОД - Конкурс на лучший физкультурный уголок - День открытых дверей для родителей



Месяц/ Неделя	Организационная деятельность	Участники процесса	
		старшая, подготовительная, компенсирующая группы	педагоги, родители
Декабрь 1 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс №13 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Гора», «Ель большая») - На фитболах «Дрессированные животные» - Ритмическая гимнастика «Осенняя капель» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Поймай рыбку», «Стой, олень!», «В лыдинку» - Подвижные игры с речью: Пузатый чайник» - Досуг «Ленивая девочка» - Интегрированное занятие «Выставка собак» - Показ фетровой сказки «Как белочка учила зверей зарядку делать»	все группы компенсирующая подготовительная компенсирующая все группы	- Изготовление атрибутов к спортивной сказке - Работа над афишей к совместному мероприятию с родителями «Раз, два, три – потанцуй с детьми!»
Декабрь 2 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс №14 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Самолет взлетает», «Велосипед») - На фитболах «Веточка» - Ритмическая гимнастика «Осенняя капель» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Кто быстрее соберет улов», «Охота на оленей», «Золото» - Подвижные игры с речью: «Свиристели» - Досуг «Спор зверей»	все группы компенсирующая старшая	- Предоставление педагогом лэпбука «Азбука здоровья» для работы с детьми - Совместная ритмическая гимнастика с родителями «Раз, два, три – потанцуй с детьми!», фотоотчет в родительских группах
Декабрь 3 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс №15 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Сорванный цветок Зернышко») - На фитболах «А часы идут» - Ритмическая гимнастика «Осенняя капель» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Самый быстрый Морозко», «Стрельба в цель с кружением», «Бабка Ежка» - Подвижные игры с речью: «Дед Мороз» - Спортивная сказка «Как белочка зверей зарядку делать учила» - Интегрированное занятие «Идет волшебница Зима»	все группы компенсирующая подготовительная к школе компенсирующая	- Беседа за круглым столом «Здоровый педагог – здоровый ребенок» - Памятка для педагогов «Полезные упражнения в домашних условиях» - Пополнение медиотеки в родительских уголках полезной информацией по ЗОЖ
Декабрь 4 неделя	- Утренняя гимнастика. Комплекс №16 с элементами игрового стрейчинга (упражнения «Коробка с карандашами», «Волшебные палочки») - На фитболах «Елочка» - Ритмическая гимнастика «Осенняя капель» - Подвижные игры по сюжетам сказок, народные игры: «Самый быстрый Морозко», «Каюр и собаки» «Каблук» - Подвижные игры с речью по выбору детей - Интегрированное занятие «Ярмарка» - Просмотр итогового видеоматериала	все группы компенсирующая компенсирующая все группы	- Педагогический час с педагогами по теме проекта «Театр здоровья» в нашем ДОУ - Фотоотчет в родительских группах и работа над видеороликом «Спортивный серпантин» - Печать в СМИ

10. Результаты проектной деятельности

Воспитанники:

- сформировалось понятие «Здоровье» на 53%;
- появилось осознанное желание и интерес заниматься физкультурой и спортом, участвовать в массовых мероприятиях, проявлять активность в образовательной и творческой деятельности;
- снизился уровень заболеваемости на 7-8%;
- повысился уровень физической подготовленности и двигательной активности на 40%;
- реализовалась постановка спортивной сказки, как итогового мероприятия данного проекта;
- пополняются папки детскими рисунками и листовками на спортивную тематику и тему по ЗОЖ;
- продолжается работа над формированием навыка применения своих знаний и умений на практике и в свободной деятельности.

Педагоги:

- обновили нетрадиционным оборудованием физкультурно-оздоровительные уголки в группах;
- дополнили комплексами по ритмопластике и игровому стрейчингу каталоги карточек игр и упражнений;
- продолжают работу над практическим применением знаний в области проведения игровых гимнастик под музыкальное сопровождение, комплексов бодрящих гимнастик, корригирующих упражнений.

Родители:

- повысилась эффективность взаимодействия родителей воспитанников и педагогов учреждения на 32%;
- состоялась выставка семейных фотографий спортивного содержания;
- проведена совместная ритмическая гимнастика для детей и родителей; анкетирование;
- идет работа над активизацией родителей в спортивной жизни детей;
- продолжается практическая работа над видеороликом и над публикацией в СМИ.

11. Продукт проекта:

- картотеки игр и упражнений на фитболах, картотеки упражнений и сказок по игровому стрейчингу;
- картотека спортивных сказок и стихов для дошкольников;
- электронная копилка (мультфильмы, интерактивные игры, презентации по теме ЗОЖ);
- конкурс для педагогов и родителей «Лучший физкультурный уголок»;
- папка рисунков «Спорт глазами детей»;
- книга спортивных сказок из фетра;
- лэпбук «Азбука здоровья»;
- досуги и развлечения, интегрированные занятия с детьми;
- День открытых дверей;
- открытое совместное мероприятие с родителями – ритмическая гимнастика «Раз, два, три – потанцуй с детьми!»;



- фотовыставка «Спортивные резервы»;
- видеоролик «Спортивный серпантин»;
- спортивная сказка «Как белочка зверей зарядку делать учила».

12. Анализ проекта

Таким образом, результат работы по реализации проекта «Театр здоровья» можно считать удовлетворительным. Цель по созданию здоровьесберегающего пространства в ДООУ и формированию навыков ЗОЖ у дошкольников через театрализованную деятельность можно считать выполненной.

Реализация проекта проходила в игровой увлекательной форме с активным включением детей в различные виды практической и творческой деятельности. Проект длился два месяца. Его особенностью явилось использование театрализованной деятельности с элементами двигательной активности, как наглядного и эмоционального способа воспитания культуры здорового образа жизни у детей. Театрализованная деятельность позволила сформировать у детей опыт социального поведения, не наносящего ущерба здоровью. Разыгранная сказка и игры–драматизации помогли воспитанникам сделать свой выбор, как поступить в той или иной ситуации, чтобы быть здоровым и сильным. Педагоги ЧДОУ Детского сада № 98 ОАО «РЖД» вели запланированную образовательную деятельность с детьми: беседы, чтение сказок и стихов о спорте и здоровом образе жизни, показ мультфильмов и презентаций. Они дополнили знания детей о ЗОЖ, помогли ненавязчиво и интересно осознать пользу физкультуры для человека, привили в достаточной форме навыки гигиены. Были пополнены физкультурные уголки и организована пространственная среда групп новыми пособиями, атрибутами. Обогатились медиатеки в родительских уголках играми, сказками, мультфильмами, презентациями. Активно к работе привлекались родители воспитанников. Для ознакомления и расширения знаний о физкультурно-оздоровительной деятельности учреждения, обучения приемам и методам оздоровления и физического развития детей, освещения опыта семейного воспитания с ними проводились следующие мероприятия:

- анкетирование «Мы и спорт – друзья», «Расту здоровым», «Здоровый образ жизни»,
- ритмическая гимнастика «Зверобика»,
- сбор фотографий для фотовыставки «Мама, папа, я – спортивная семья»,
- День открытых дверей «Играем, закаляемся, спортом занимаемся».

В ходе проделанной работы был изготовлен лэпбук «Азбука здоровья», папка детских рисунков о ЗОЖ, смонтирован видеоролик «Спортивный серпантин». Итогом данного проекта стала постановка спортивной сказки «Как белочка зверей учила зарядку делать», в которой приняли участие дети старших возрастных групп.

Данный проект стал проводником активного взаимодействия детей и взрослых в процессе организации совместной театрализованной и оздоровительной деятельности путем обогащения чувственного опыта ребенка, развития у детей ярких впечатлений о красоте здоровья.

Литература

1. Емельянова Э.Е. Наглядно-дидактическое пособие «Расскажите детям об олимпийских чемпионах» 3-7 лет. – М.: издательство «Мозаика-Синтез», 2018. – 12с.
2. Кириллова Ю. А. Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи (ОНР) с 3-7 лет. – Изд.2-е, перераб. и доп. – СПб.: ООО Издательство «Детство – Пресс», 2019. – 128 с.

3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. // Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М.: издательство «Мозаика – Синтез», 2013 г. – 128 стр.

Интернет ресурсы:

1. Галдаева Ю.О. Игровой стретчинг как средство физического развития детей // Международный каталог для учителей, преподавателей и студентов «Конспекты уроков» // URL: <https://xn----dtbhtbbrhebfpirq0k.xn--p1ai/detsad/raznoe/file/27196-igrovoj-stretching-kak-sredstvo-fizicheskogo-razvitiya-detej>
2. DVD-диск «Спорт круглый год» студия компьютерной анимации «Петербург», www.smeshariki.ru.
3. Коняхина Ю.А. «Картотека русских народных игр для детей старшего дошкольного возраста» nsportal.ru <<http://nsportal.ru>>artoteka_podvizhnyh_igr_dlya_starshego_doshkolnogo_vozrasta.doc <http://nsportal.ru/sites/default/files/2012/02/02/kartoteka_podvizhnyh_igr_dlya_starshego_doshkolnogo_vozrasta.doc>
4. Митрофанова С.А. Подвижные игры с речью. <<http://logoportal.ru/podvizhnyie-igryi-na-logopedicheskikh-zanyatiyah/.html>>
5. Поддубная М. Мультфильм «Смарт и футбол» // <<https://www.youtube.com/watch?v=sZH2R6vXwZY>>
6. Подлесная О. Игры на фитболах <<https://www.maam.ru/detskijsad/podvizhnye-igry-s-fitbolami.html>>
7. Щербинская Е. Спортивные сказки для дошкольников. obgonay.ru/raznoe/detyam-o-fizkulture-i-sporte-skazki-dlya-detej-o-polze-fizkultury-i-sporta.html

ОСТОРОЖНО: КОРОНАВИРУС!

ПРОЕКТ

*Жмайло Лилия Борисовна,
педагог дополнительного образования
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск*

*** * ***

Тип проекта: долгосрочный.

Срок реализации: 4 месяца (сентябрь-декабрь 2020 год).

Образовательные области: познавательное развитие, речевое развитие, социально – коммуникативное развитие, художественно – эстетическое развитие, физическое развитие.

Вид проекта: познавательный – исследовательский, творческий.

Участники проекта: воспитатель, дети старшей группы (5-6 лет), родители, медсестра.

Материально-технические ресурсы:

- подбор методической и художественной литературы;
- подбор наглядного материала: иллюстрации, плакаты, книги; ИКТ-технологии;
- дидактические игры.

Информационное пространство мира переполнено пугающими сообщениями о новой инфекции, получившей название COVID-19. Практически в каждой стране тысячи зараженных этим вирусом. Количество заболевших растет с каждым днем. СМИ ежедневно публикуют информацию о вирусе, но не всегда она является достоверной.



Что же делать нам, взрослым в этой ситуации? Что же за зверь этот (COVID-19) и как предупредить детей о его опасности, не напугав до стресса. Как правильно объяснить детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица?

Актуальность проекта. Проблема здоровья детей при любых ситуациях актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как определяет будущее страны, геофонд нации, научный и экономический потенциал общества. С момента появления коронавируса считалось, что дети переносят COVID-19 преимущественно в легкой форме, однако со временем появилось все больше зафиксированных тяжелых случаев.

Цель проекта:

В связи с малой изученностью природы нового вируса и неясностью его происхождения, основной целью является создание условий для формирования у дошкольников представлений о коронавирусной инфекции, методах её профилактики и основ валеологического сознания, потребности заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

Задачи проекта:

- формирование у детей представлений о коронавирусной инфекции характерных, симптомах и его профилактике;
- закрепление представлений детей о значении для здоровья санитарно-гигиенических мероприятий;
- развитие потребности заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих.

Методы проекта: словесные, наглядный, игровые.

Предполагаемые итоги реализации проекта:

- формирование у дошкольников основы валеологического сознания, потребности заботиться о своем здоровье;
- целенаправленное изучение правил, норм сохранения своего здоровья в прогимназии, дома, на улице;
- создание необходимых условий для организации деятельности по укреплению и сбережению здоровья детей;
- изменение отношения родителей к данной проблеме.

Разработка проекта:

- донести до участников проекта важность данной темы;
- создать развивающую среду: подобрать игрушки, атрибуты, дидактические материалы, конспекты НОД, беседы;
- составить перспективный план мероприятий.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этапы реализации проекта:

Первый этап:

– сбор информации, подготовка, составление перспективного плана, индивидуальные беседы с родителями.

Второй этап: реализация проекта.

Третий этап: подведение итогов:

- обобщение и структурирование материала;
- выставка поделок и рисунков;
- мероприятие с детьми квест-игра: «В поисках здоровья» (мероприятие проводилось в сентябре в теплое время на улице).

Срок реализации: сентябрь-декабрь 2020 года.

План реализации проекта

1. Анализ здоровья детей согласно п. 11.2 СанПиН 2.4.1.3049-13, в прогимназии ежедневно проводится «утренний фильтр», который при коронавирусе принято усилить с целью сохранения благоприятной эпидемиологической ситуации медсестра, воспитатель. Это наглядный систематический пример для формирования у воспитанников способа сохранения, укрепления и сбережения здоровья в условиях пандемии.

2. Информационный: формирование мотивационной готовности детей и родителей участвовать в проекте, работа с родителями в сети интернет. Выявление заинтересованности родителей в организации и реализации проекта.

Подбор видеоматериалов на тему «Вирусы», «Микробы» для просмотра в кругу семьи:

- Большая тайна – микробы.
- Смешарики Пин-код «Бактерии и вирусы» – Сборник серий.
- Развлечёба «Про микробов» СТС Kids.

3. Составление перспективного плана реализации проекта. Подготовка к реализации проекта.

Основной этап

07.09.2020 г. – 25.09.2020 г.

Работа с детьми:

- подбор информационно-литературного материала (пословицы и поговорки о здоровье);
- тематическое занятие с ИКТ «Новая болезнь коронавирусная инфекция» (приложение 1);
- изготовление коллективной работы: «Страшный вирус».

Работа с родителями:

- оформление уголка для родителей на тему: «8 советов как поговорить с ребенком о коронавирусе». (приложение 2);
- педагогическое сопровождение о заботливом отношении к своему здоровью и здоровью окружающих и своих близких: познакомить и расширить понятие о коронавирусе, формирование готовности родителей отвечать на вопросы детей о nCoV – 2019.

Основной этап

05.10.2020 г. – 30.10.2020 г.

Работа с детьми:

- чтение художественной литературы: К. И. Чуковский «Мойдодыр»;
- познавательно – исследовательский досуг: «Микробы в жизни человека» (Приложение 3);
- подвижная игра «Микробы»;
- сформировать представления детей о микроорганизмах и их вреде и пользе на здоровье человека;
- совершенствовать двигательные навыки детей.

Работа с родителями:

- консультации для родителей «Осторожно, коронавирус 2019-nCoV»; (Приложение 4);
- памятки, плакаты и видеоролики для просвещения и пропаганды родительской аудитории о 2019-nCoV и его симптомах.

**Основной этап 02.11.2020 г. – 27.11.2020 г.****Работа с детьми**

(мотивировать их путем соблюдения несложных профилактических мер закреплять правила, которые помогут избежать появления микробов):

- беседа: «Как защитить себя и близких от коронавируса?» (Приложение 5);
- мастер – класс с детьми: «Расписывание медицинских масок»;
- дидактическая игра: «Появился раз микроб».

Работа с родителями:

- правила использования одноразовой медицинской маски (Приложение 6);
- расширение знаний родителей по эффективному способу предупреждения заболевания.

Основной этап 01.12.2020 г. – 18.12.2020 г.**Работа с детьми**

(ознакомление детей с профессией врача в игровой форме):

- чтение художественной литературы: К. И. Чуковский «Доктор Айболит»;
- НОД: «Профессия-врач» (Приложение 7);
- сюжетно-ролевая игра: «Больница».

Работа с родителями:

- индивидуальные беседы с родителями (как слушать сказку, следить за развитием действия, сопереживать герою произведения);
- уточнение знаний родителей, полученных за время проведения проекта о коронавирусе (онлайн-опрос).

Заключительный этап 21.12.2020 г. – 25.12.2020 г.**Работа с детьми**

(закрепление представлений детей о здоровом образе жизни):

- беседа на тему: Какие эффективные методы борьбы с коронавирусом? (приложение 8)
- опытно-экспериментальная деятельность «Что если мыть руки просто водой?» (приложение 9);
- игра по развитию речи по правилам ЗОЖ: «Игра «ДА» или «НЕТ»;
- итоговое мероприятие квест – игра: «В поисках здоровья».

Подведение итогов реализации проекта, оформление предоставленных отчетных материалов.

Итоговый мониторинг проводился родителями при помощи опроса детей:

1. Пополнены знания о ценности здоровья, что чистота – здоровье – это неразделимые понятия, раскрыты понятия «микробы» и вирусы при семейном просмотре обучающих мультфильмов.

2. Сформированы навыки принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья:

- необходимости частого мытья рук с мылом;
- использования маски и перчаток в общественных местах в целях профилактики гриппа и коронавируса.

Достигнута цель проекта – расширение педагогической инициативы родителей, привлечение их к образовательному процессу в условиях пандемии и самоизоляции.

Заключение

Что будет дальше? Этот вопрос волнует многих людей. Конечно, ученые обязательно откроют лекарство от коронавирусной инфекции, которое избавит человечество от коронавируса навсегда.

И подводя итоги работы с детьми, мы узнали: что такое COVID-19, меры профилактики, научились пользоваться маской. Итоговая беседа с детьми показала, что на вопросы: «Знаете ли вы что-то про Covid-19?», «Что сделать, чтобы не заболеть коронавирусом?», «Что сделать, если вы чувствуете, что заболели?» – правильно ответили все дети.

Постарались изменить отношения родителей к данной проблеме. Так соцопрос родителей в конце проекта дал 100% правильные ответы. Эпидемия коронавируса в мире все еще набирает обороты. К такому выводу можно прийти, учитывая данные о количестве зараженных людей.

Поэтому важно соблюдать профилактические меры каждому человеку, чтобы избежать заражения.

При соблюдении правил профилактики коронавируса риск заражения существенно снижается.

Для написания данного проекта были использованы ресурсы Сети Интернет.

Приложение 1

НОВАЯ БОЛЕЗНЬ – КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ С ИКТ

Цель: формировать у детей сознательное отношение к здоровому образу жизни.

Задачи: уточнить представление о характерных симптомах коронавирусной инфекции и его профилактике. Развивать познавательный интерес, мыслительную активность. Воспитывать у детей потребность заботиться о своём здоровье.

Оборудование: иллюстрации по теме, маски.

Ход беседы:

Воспитатель: Сегодня ребята, мы поговорим о новой болезни коронавирусной инфекции. Что это за болезнь?

Дети: Это простудное заболевание, как грипп.

Воспитатель: Это простудное заболевание, но намного сложнее гриппа.

Воспитатель: Коронавирусы – это целое семейство вирусов (40 видов, которые поражают человека, кошек, птиц, собак, крупный рогатый скот

Воспитатель: А как же протекает заболевание? На этот вопрос нам ответит наш медицинский работник.

Медработник: Заболевание протекает так: вирус поражает слизистую дыхательных путей,



органы зрения, желудочно-кишечный тракт и нервную систему. Заболевание, как и любая вирусная инфекция, начинается с сильного насморка, кашля, температуры, ощущение сдавленности в грудной клетке, затруднённое дыхание. В дальнейшем развивается бронхит, пневмония, возможен септический шок и острый респираторный синдром.

Воспитатель: Как передаётся коронавирус?

Медработник: Коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Воспитатель: Как же нам защититься от этого вируса?

Медработник: Не паниковать,

- мыть руки с мылом в теплой воде,
- мыть любые овощи и фрукты,
- не контактировать с больными людьми (кашляющими, чихающими, сморкающимися),
- пользоваться масками, которые надо менять каждые два часа,
- не контактируйте с дикими и домашними животными,
- не употребляйте в пищу сырое молоко.

Медработник:

1. Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, в общественном транспорте.
2. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам и не касайтесь лица.
3. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования. Если при себе нет ничего, то чихаем и кашляем на место сгиба локтя.
4. Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.
5. Регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни).

Воспитатель: Как правильно носить медицинскую маску?

Медработник:

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.
3. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.
4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

COVID-19

8 СОВЕТОВ КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ О КОРОНАВИРУСЕ



1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ
И СЛУШАЙТЕ



2. БУДЬТЕ ЧЕСТНЫ:
ОБЪЯСНИТЕ ПРАВДУ
ДОСТУПНЫМ ДЛЯ РЕБЕНКА ЯЗЫКОМ



3. ПОКАЖИТЕ ИМ,
КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ
И СВОИХ ДРУЗЕЙ



4. ПОДБОДРИТЕ ИХ



5. ПРОВЕРЬТЕ,
ИСПЫТЫВАЮТ ЛИ ОНИ
НА СЕБЕ СТИГМУ
ИЛИ РАСПРОСТРАНЯЮТ ЕЕ



6. ИЩИТЕ ПОМОЩНИКОВ



7. ПОЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ



8. ЗАВЕРШИТЕ РАЗГОВОР,
ДЕМОНСТРИРУЯ ЗАБОТУ

Информация подготовлена на основе материалов ЮНИСЕФ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-43-43



Приложение 3

МИКРОБЫ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА
ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ДОСУГ

Цель: сформировать представления детей о микроорганизмах их вреде и пользе для здоровья человека.

Задачи:*Образовательные:*

- расширить и уточнить знания детей о ЗОЖ;
- обогатить словарный запас;
- сформировать представления о том, что большинство заболеваний происходит от попадания микробов в организм человека;
- продолжить формирование познавательного интереса к окружающему миру.

Развивающие:

- развивать интеллектуально-коммуникативные качества дошкольника;
- побуждать интерес к поисково-исследовательской деятельности;
- стимулировать речевую активность.

Воспитательные:

- воспитание у дошкольников основ здорового образа жизни, желание заботиться о своём здоровье и о здоровье близких;
- продолжать формировать умения самостоятельно действовать и выполнять задания.

Виды детской деятельности: познавательно-исследовательская, двигательная, коммуникативная.

Развивающая среда: компьютер, микроскоп, музыкальное сопровождение, слайдовая презентация.

Материалы и оборудование: микроскоп, пинцет, кожица яблока, пластилин, стеки, доски для лепки, салфетки, картинка с правилами здорового образа жизни.

Планируемые результаты: по завершению познавательно – исследовательского досуга, дети должны усвоить, кто такие микробы и как не допустить попадания их в организм человека. Научится применять полученные знания в свободном общении с взрослыми и сверстниками.

Ход:

Звучит песня в записи «Если хочешь быть здоров?».

Воспитатель: Здоровье – это самое главное в жизни. Каждый человек должен думать о своем здоровье и соблюдать правила здорового образа жизни. Ребята, по вашему мнению, как выглядит здоровый человек? (Ответы детей: когда человек не болеет, он веселый, жизнерадостный, сильный, бодрый, энергичный и т.д.)

Ребенок 1: Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

Ребенок 2: Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться –
На зарядку становиться.

Ребенок 3: Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.

Ребенок 4: На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

Ребенок 5: Как поел, почисти зубки.
Делай так два раза в сутки.
Помни, правило такое
К стоматологу идём,
В год два раза на приём!

Ребенок 6: И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет!
Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты.

Ребенок 7: Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.

Сюрпризный момент: Вдруг раздаётся хохот и появляются микроб (использование ИКТ технологий).

Воспитатель: Ты кто?

Микроб:

Я – Микробик! Ха-ха-ха!

Быть здоровым – чепуха!

Положите палец в ротик!

Как живете? Как животик?

Ну, а голова болит?

Как же это веселит!

До чего же я пригожий,

Я, микробушка, хороший!

Я хочу с детьми дружить

С вами вместе в группе жить!

Воспитатель: Ну что ребята будем дружить с микробом?

Дети: Нет!

Микроб: Ну и не надо! *(обиженно уходит)*

Воспитатель: Ребята, а кто из вас знает, кто такие микробы?

Дети: Микробы – это очень маленькие существа. Это такие шарики и палочки, которые мы не можем видеть невооружённым взглядом.

Воспитатель: А вы знаете, с помощью чего их можно увидеть? *(Ответы детей)*

Да действительно их можно увидеть только в микроскоп. Именно с помощью него специалисты в своих лабораториях изучают мельчайшие организмы и вещества. А вы хотите увидеть, как выглядят микробы *(да)*. Тогда для этого мы отправимся в нашу лабораторию для изучения микробов.



Опытно-экспериментальная деятельность

Воспитатель:

Мы с вами говорили, что микробы – это маленькие существа, а вы знаете, как они могут попасть в организм человека? (*Ответы детей*) Микробы могут попасть к нам в организм если мы будем гладить бездомных кошек и собак, находится рядом с чихающим человеком, не мыть руки, брать грязные пальцы в рот и есть не мытые овощи и фрукты (*Демонстрация презентации*). Хотите увидеть сколько много микробов находится на коже невымытых фруктов. (*Ответы детей*) Тогда давайте проведём исследование.

Опыт № 1.

Воспитатель:

Цель нашего исследования: Рассмотреть микробы, находящиеся на коже невымытого яблока.

Для первого опыта нам понадобится: тонкий слой кожуры яблока, пинцет, микроскоп.

Прежде чем приступить к исследованию, посмотрите, что сначала нужно сделать. Наши консультанты возьмут пинцетом кожуру яблока и поместят на микроскоп. Теперь вращая колёсико, настроим микроскоп и рассмотрим кожуру невымытого яблока.



Воспитатель (вопросы детям):

Ребята, что вы видите? (*палочки и шарики*)

Как вы думаете кто это? (*микробы и грязь*)

Какой можно сделать вывод? (*Ответы детей*)

Вывод:

Мы видим, что на коже невымытого яблока действительно находятся микробы, следовательно, если мы будем есть невымытые фрукты, то микробы попадут в наш организм и мы можем заболеть. Ребята, с помощью микроскопа мы увидели только изображение микробов, а если бы мы посмотрели в более мощный микроскоп, то смогли бы увидеть с помощью чего и как микробы движутся. Хотите узнать, как передвигаются микробы?

Посмотрите на экран (*Показ презентации о микробах*). У некоторых микробов есть хвостики, которые называют жгутиками. Жгутик вращается, как пропеллер, и микроб движется. У других микробов жгутиков нет. В жидкости они просто подпрыгивают – как мячик, который мы бьём ладошкой об пол. У микробов есть ещё одно интересное свойство, они размножают-

ся, а это значит, что из одного микроба очень скоро получится много новых. Давайте посмотрим, как это происходит.

Опыт № 2.



Воспитатель:

Для второго опыта нам понадобится: пластилин, стек, доска для лепки, салфетки. Отделяем кусочек пластилина и скатываем из него шарик. Вот так выглядит микроб, который вызывает различные заболевания. Через некоторое время микроб делится пополам (Дети делят шарик на две части). У нас получились два новых микроба. Сначала они маленькие, но они питаются, растут, поэтому становятся большими. (Дети отрывают немного пластилина от общего куска и добавляют к получившимся «микробам», обозначая этим их рост, дети внимательно следят за результатом).

Воспитатель:

Что теперь с ними произойдёт? (Ответы детей). Правильно, делятся. Разделив каждую бактерию пополам, сколько стало? (Четыре). Они скоро вырастут. Увеличьте размер своих бактерий. (Дети выполняют). Что будет дальше? (Ответы детей). Микробов становится всё больше и больше, а значит, какой вывод можно из этого сделать?

Вывод:

Микробы умеют делиться: чем больше микробов становится в теле человека, тем сильнее он заболевает. Когда человек уже заболел, помочь ему может только лекарство, прописанное доктором. Мы с вами говорили о том, что произойдёт, если микробы попадут в организм человека, а как нужно вести себя, чтобы не позволить микробам проникнуть в свой организм? Какие правила гигиены следует соблюдать?

Дети:

- Перед едой надо мыть руки, после посещения туалета, после прогулки.
- Быть чистым и опрятным «Чистота-залог здоровья». Содержать в чистоте одежду и обувь.
- Надо делать зарядку, закалять свой организм, чтобы не простужаться, гулять на свежем воздухе.
- Проветривать помещение. Микробы боятся мороза и свежего воздуха.
- Если поранился, нужно обработать рану.
- Нельзя гладить бездомных кошек и собак.

Сюрпризный момент: вдруг снова появляется «микроб».

Микроб: Я стал хорошим и полезным для людей микробом и даже принёс вам подарки, в которых они содержатся, теперь-то вы будете со мной дружить. (Ответы детей)

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, в каких продуктах содержатся полезные микроорганизмы?

низмы. (Ответы детей) Вот для вас загадка: «В молочном стаканчике молекулы живут, всем, кто их кушает, здоровье несут» (Ответы детей: кефир, йогурт, ряженка, варенец) Это кисломолочные продукты, в них содержатся микроорганизмы, которые для людей не опасны, а очень даже полезны. Они помогают пищеварению и даже защищают организм человека от вторжения инфекции.

Воспитатель (обращаясь к микробу): Ребята, вы сегодня много узнали о микробах: есть полезные и вредные, вызывающие болезни.

Микроб: На память я вам оставляю свои подарки, в которых все о полезных для организма микробах.

Дети подружились с Микробиком и поблагодарили его за подарок.

Приложение 4



Приложение 5

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И БЛИЗКИХ ОТ КОРОНАВИРУСА? БЕСЕДА

Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно заболевающих людей. Несмотря на постоянные усилия, направленные на борьбу с возбудителями гриппа, коронавирусной инфекции и других ОРВИ победить их до сих пор не удастся. Ежегодно от осложнений гриппа погибают тысячи человек. Это связано с тем, что вирусы, прежде всего, вирусы гриппа и коронавирусы обладают способностью менять свою структуру. Мутировавший вирус, способен поражать человека вновь. Так, переболевший гриппом человек имеет хороший иммунный барьер, но тем не менее новый измененный вирус, способен легко проникать через него, так как иммунитета против этого вида вируса организм пока не выработал.

Для кого наиболее опасна встреча с вирусом?

Особо тяжело переносят инфекцию дети и пожилые люди, для этих возрастных групп очень опасны осложнения, которые могут развиться во время заболевания. Дети болеют более тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, также, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

Группы риска:

- дети;
- люди старше 60 лет;
- люди с хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких);
- люди с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность);
- беременные женщины;
- медицинские работники;
- работники общественного транспорта, предприятий общественного питания.

Каким образом происходит заражение?

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля разговора. Возможна и контактная передача.

Симптомы

В зависимости от конкретного вида возбудителя симптомы могут значительно различаться, как по степени выраженности, так и по вариантам сочетания:

- повышение температуры,
- озноб, общее недомогание, слабость головная боль, боли в мышцах,
- снижение аппетита, возможны тошнота и рвота,
- конъюнктивит (возможно),
- понос (возможно).

В среднем, болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

**Осложнения:**

- пневмония;
- энцефалит, менингит;
- осложнения беременности, развитие патологии плода;
- обострение хронических заболеваний.

Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Заболевший должен соблюдать постельный режим, полноценно питаться и пить больше жидкости.

Антибиотики

Принимать антибиотики в первые дни заболевания – большая ошибка. Антибиотики не способны справиться с вирусом, кроме того, они неблагоприятно влияют на нормальную микрофлору. Антибиотики назначает только врач, только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции. Принимать антибактериальные препараты в качестве профилактики развития осложнений – опасно и бесполезно.

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения для окружающих.

Профилактика

Самым эффективным способом профилактики гриппа является ежегодная вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно. Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации октябрь–ноябрь. Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста.

Вакцины против большинства возбудителей острых респираторных вирусных инфекций не разработаны.

Универсальные меры профилактики:

- часто и тщательно мойте руки;
- избегайте контактов с кашляющими людьми;
- придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность);
- пейте больше жидкости;
- регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь;
- реже бывайте в людных местах;
- используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах;
- избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками

**ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ –
ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ!**

Приложение 6



Приложение 7

ПРОФЕССИЯ – ВРАЧ

Познавательное занятие для детей старшего дошкольного возраста по теме «Профессии»

Цель:

- развивать мотивацию у дошкольников к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей; воспитывать ценностное к здоровью и человеческой жизни.
- формировать у детей представления о труде как социальном явлении, обеспечивающем потребности человека через расширение круга знаний о мире профессий.

Задачи:

- Способствовать развитию художественного восприятия текста в единстве его содержания и формы, смыслового и эмоционального подтекста.
- Развивать способность к соподчинению мотивов поступков, к определенной произвольной регуляции своих действий.
- Способствовать развитию положительного отношения старших дошкольников к окружающим людям, профессиям.
- Развивать речь, расширять активный словарь детей.

Предварительная работа: оформление выставки детских рисунков «Больница будущего», чтение художественной литературы о врачах.

Место проведения: музыкальный зал.



Оборудование: выставка детских рисунков «Больница будущего», экран и проектор для просмотра презентации, музыкальный центр, аудиозаписи для сопровождения конкурсов.

Материалы: шкатулка с фантами – картинки с изображением специальностей врачей: педиатр, окулист, стоматолог и пациентов; предметы для организационного момента – три медицинских кабинета обозначены картинками (педиатр, окулист, стоматолог, халаты, медицинские шапочки, медицинские игровые наборы (термометр, стетоскоп, очки, шприц, витамины, микстура, шпатель) кукла, мяч.

Ход:

Воспитатель: Ребята, давайте поздороваемся друг с другом:

Здравствуй! – ты скажешь человеку.

Здравствуй – улыбнётся он в ответ.

И, конечно не пойдёт в аптеку

И здоровым будет много лет.

Мы с вами много говорили о профессиях: учитель, строитель, повар, продавец. Сегодня мы поближе познакомимся с профессией врача. Для начала мы с вами вспомним сказку замечательного детского писателя К.Я. Чуковского «Доктор Айболит». Предлагаю прослушать фрагмент этой сказки. *(показ слайдов и чтение отрывка сказки).*

Работа над текстом:

Ребята, как вы думаете, почему зайка попал под трамвай?

А где нужно играть детям?

А что было бы с зайчиком, если бы не было доктора Айболита?

(Ответы детей)

Разминка: А сейчас давайте возьмёмся за руки и встанем в круг. Я буду говорить слова, а вы повторяйте за мной движения:

Как у зайки белого лапка болит,

И больною лапкой он не шевелит.

Мы с ребятами пойдём,

Подорожник найдём,

К лапочке приложим,

Зайчику поможем.

Будет зайка скакать

И с ребятами играть.

А сейчас мы с вами совершим экскурсию в поликлинику, где узнаем, какие специальности, есть у врачей.

Презентация поликлиника: знакомство детей со специальностями врачей: окулист, стоматолог, педиатр, лор, терапевт и медицинская сестра.

Загадка:

Кто пропишет витамины?

Кто излечит от ангины?

На прививках ты не плачь –

Как лечиться, знает *(врач)*

Воспитатель: А сейчас, ребята, предлагаю вам самим на время стать врачами и пациентами. У меня в шкатулке есть фанты – каждый из вас вытянет по одному фанту, и мы узнаем, кто кем будет.

Врачи идут в свои кабинеты, чтобы переодеться, а пациенты в регистратуре получают карточки.

Теперь каждый врач должен подойти и взять те медицинские инструменты, которые ему нужны для работы, а пациенты пройдут в кабинет к своему врачу.

(Сюжетно ролевая игра – деятельность детей 7–10 минут)

Молодцы ребята, очень хорошо справились с заданием.

Рефлексия:

Ребята, сегодня мы узнали какие есть профессии врачей, работающих в поликлинике.

Предлагаю поиграть в игру «Вопрос – ответ», я буду задавать вопросы, а вы отвечать:

- Как называется доктор, который лечит детей?
- Врач, который лечит взрослых – мам, пап и бабушек от простуды?
- Как называют врача, который лечит зубы?
- Врач, который лечит уши, горло и нос?
- Как называют доктора, который лечит глаза?

Воспитатель: Молодцы ребята! Вы отлично запомнили профессии врачей.

Приложение 8

ЧТО ЭФФЕКТИВНЕЕ В БОРЬБЕ С КОРОНАВИРУСОМ? БЕСЕДА

Мыло издавна считается эффективной мерой защиты от инфекций вирусной этиологии. Именно тщательное мытье рук предотвращает проникновение коронавируса в организм. Согласно рекомендациям Всемирной Организации Здравоохранения, мыть руки при коронавирусе можно любым мылом. Важно соблюдать последовательность и длительность манипуляций. Дезинфицирующие салфетки, гели и кремы, содержащие спирт (и мыло), имеют аналогичные эффекты, но на самом деле они не так хороши, как обычное мыло. Но почему именно мыло так эффективно?

Большинство вирусов состоят из трех ключевых строительных блоков: РНК, белков и липидов. РНК – это вирусный генетический материал. Белки выполняют несколько функций, включая проникновение в клетку-мишень, способствуют репликации вируса и являются ключевым строительным блоком во всей структуре вируса. Липиды образуют оболочку вокруг вируса как для защиты, так и для содействия его распространению и клеточной инвазии.

РНК, белки и липиды самоорганизуются, образуя вирус. Не существует сильных ковалентных связей, удерживающих эти единицы вместе. Вместо этого вирусная самосборка основана на слабых «нековалентных» взаимодействиях между белками, РНК и липидами. Они соединяются друг с другом наподобие текстильной застежки-липучки, поэтому очень трудно разрушить самосборную вирусную частицу. Тем не менее, мы можем это сделать, например, с помощью мыла!

Приложение 9

ЧТО ЕСЛИ МЫТЬ РУКИ ПРОСТО ВОДОЙ? Опытно-экспериментальная деятельность

Итак, давайте попробуем смыть вирус простой водой. Это может сработать, но необязательно: обычная вода всего лишь «конкурирует» с сильными взаимодействиями между кожей и вирусом через водородные связи. Вирус приклеен к коже довольно сильно, так что обычная вода может и не «оторвать» его. Так что просто H₂O недостаточно.



Мыльная вода (рисунок) – совершенно другое дело. Мыло содержит вещества, известные как амфифилы, которые структурно очень похожи на липиды в вирусной мембране. Молекулы мыла «конкурируют» с липидами в вирусной оболочке и с множеством других нековалентных связей, которые помогают белкам, РНК и липидам слипаться. Мыло эффективно «растворяет» клей, удерживающий части вируса вместе. Добавьте к этому воздействие обычной воды.

Мыло также разрушает взаимодействия между вирусом и поверхностью кожи, так что вирусы отсоединяются и рассыпаются, благодаря совместному действию мыла и воды. Кожа довольно груба и морщиниста, поэтому вам нужно приложить некоторые усилия, чтобы мыло добралось до всех изгибов и складок, в которых могут скрывать активные вирусы.

Давайте попробуем узнать, что входит в состав мыла? Мы изготовим мыло в состав которого входит: обычное детское мыло, без цвета и запаха, эфирное масло, пищевой краситель, цветная основа для мыла.

Способ приготовления:

1. Обычное детское мыло (100 г.) натереть на терке в любую посуду, добавить эфирное масло (несколько капель), 0,2 л. горячей воды и перемешать.
2. Готовую смесь, варить на водяной бане 20–30 мин. Тщательно и долго перемешиваем получившуюся субстанцию... Консистенция мыла должна быть как на оладьи.
3. В итоге должна получиться однородная тягучая масса. На завершающем этапе мы добавили немного пищевого красителя. Это придало нашему домашнему мылу более эстетический цвет.
4. Заливаем его в подготовленные силиконовые формочки и ставим в прохладное место на несколько часов для того, чтобы мыло застыло.
5. После благополучного извлечения нашего приготовленного мыла из форм, выкладываем его на чистую и ровную поверхность и оставляем сушиться где-то на неделю...
6. Мыло готово. Оно отлично пахнет и не сушит кожу.

Вывод

1. Почти все антибактериальные продукты содержат спирт и немного мыла, и это помогает избавиться от вируса.
2. Вирусы – это, фактически, смазанные жиром наночастицы. Они могут оставаться активными в течение многих часов на поверхностях, затем попасть вам на руки, а оттуда – на лицо, потому, что большинство из нас касается лица довольно часто.
3. Вода не очень эффективна для того, чтобы смыть вирус с наших рук. Продукт на спиртовой основе работает лучше. Но ничто не сравнится с мылом – вирус «отрывается» от кожи и очень легко распадается в мыльной воде..

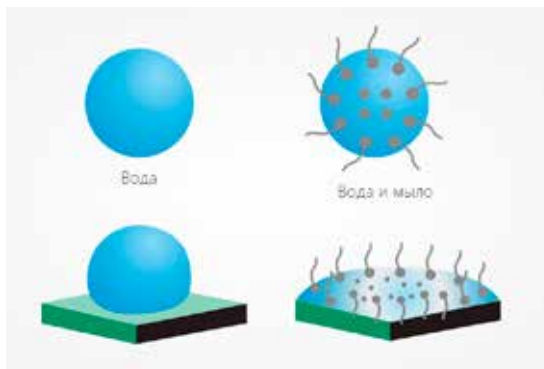


Рисунок 7. Мыльная вода.

Лучшая методическая разработка'2021

ТРЕНАЖЕР «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЛОГОКУБ» ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

*Синько Алла Анатольевна, учитель-логопед
ЧДОУ Детский сад № 93 ОАО «РЖД», г. Тихорецк*

*** * ***

Не секрет, что в процессе работы по исправлению речевых нарушений учителя логопеды часто сталкиваются с проблемой недостаточной мотивации к коррекционным занятиям у дошкольников, ведь работа над правильной речью требует кропотливости, усидчивости, достаточного уровня устойчивости внимания и работоспособности. В то же время дети с нарушениями речи часто проявляют невнимательность, повышенную утомляемость, неумение подчиняться требованиям взрослых. Как же увлечь ребят и превратить однообразные систематические упражнения в интересную игру?

Поскольку ФГОС ориентирует педагогов на смещение акцентов с активности взрослого на активность самого ребёнка, который находится в центре воспитательного процесса, актуальными становятся технологии, способствующие формированию интереса к процессу обучения и мотивации дошкольников к различным видам деятельности.



На протяжении своей педагогической практики я активно внедряю в коррекционную работу игровые технологии, которые помогают сделать занятия не только познавательными, но и

интересными для детей, эмоционально окрашенными, запоминающимися. Ведь именно через игру ребята наиболее эффективно усваивают знания, умения и навыки. В моем логопедическом кабинете всё подчинено закону детства, мы с ребятами учимся играя.

Одним из пособий, применяемых мною на логопедических занятиях, является «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ТРЕНАЖЕР ЛОГОКУБ», который дает широкие возможности для творческой деятельности детей, интеллектуального развития, формирования познавательного интереса и творческого мышления, более эффективной коррекции речевых нарушений. Так же ЛОГОКУБ хорошо зарекомендовал себя для преодоления неустойчивого внимания, быстрой утомляемости и плохой переключаемости с одного вида деятельности на другой. Пособие представляет собой кубик с разноцветными гранями и прозрачными карманами на каждой стороне, играми на развитие мелкой моторики, речевой активности и кружочками от 1 до 6, как на игральном кубике. Каждая грань куба озвучена с помощью «Говорящей ручки Знаток». Играя с ЛОГОКУБОМ, ребята могут самостоятельно послушать задание и выполнить его. Дидактическое развивающее пособие функционально, вариативно в плане применения, эстетически привлекательно и вызывает интерес у детей в течение занятия. Логопедический куб успешно апробирован мною на занятиях как в группах компенсирующей направленности так и с детьми общеразвивающих групп.

Актуальность создания такого пособия обусловлена необходимостью развития мотивации к логопедическим занятиям у детей с ОНР.

Основная цель данного пособия развитие всех компонентов речи (фонетико-фонематической, лексико-грамматической, слоговой структуры, расширение словарного запаса, формирование связной речи), развитие речевой моторики, сенсорного и пространственного восприятия, внимания памяти, словесно-логического мышления.

Задачи:

1. Активизировать, обогащать, расширять словарь детей.
2. Уточнять в речи детей обобщающие понятия по лексическим темам.
3. Закреплять в речи детей основные и оттеночные цвета, качественные прилагательные.
4. Закреплять представления детей о геометрических фигурах.
5. Упражнять детей в употреблении имен существительных в форме единственного и множественного числа, в именительном и родительном падежах.
6. Упражнять детей в выделении первого звука в слове, в делении слов на слоги.
7. Развивать предпосылки логического мышления, внимания, памяти, воображения, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.
8. Развивать связную речь;
9. Создавать положительный эмоциональный настрой на совместную работу.
10. Способствовать созданию положительного эмоционального фона.
11. Формировать чувство взаимопомощи, инициативы.

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА С ТРЕНАЖЕРОМ «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЛОГОКУБ»

Коррекционно-развивающая работа с данным пособием основана на методе наглядного моделирования. К основным приемам занятий с «ЛОГОКУБОМ» относятся: образец, объяснение, повторение, пример правильной речи, исправление, подсказка и др. Именно при повторении, при отработке правильных форм помогают наглядные модели – они, как подсказки для детей. Наглядные модели (карточки-символы) составляют основу пособия «ЛОГОКУБ». Вращая куб, дети могут выбрать игру-упражнение по желанию, самостоятельно прослушать задание, используя Говорящую ручку «Знаток»; могут проверить себя, выбирая для игры нужные карточки-символы; могут создавать и придумывать свои варианты игр.



Пособие Тренажер «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЛОГОКУБ» можно использовать при изучении разнообразных лексических тем, как в подгрупповой, так и в индивидуальной работе с целью уточнения или закрепления пройденного материала. В пособии представлены игры и упражнения разной степени сложности с учетом принципа постепенного перехода от простого к сложному. Таким образом, данный материал, может быть использован полностью и частично, в зависимости от «зоны ближайшего развития» ребенка.

ПРИМЕРЫ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ С ТРЕНАЖЕРОМ «ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЛОГОКУБ»

В играх могут принимать участие от 1 до 5 человек. Для индивидуальной работы на гранях кубика находятся игры, которые озвучены с помощью Говорящей ручки «Знатор», дети самостоятельно могут послушать задание и выполнить его. Н-р: «Посчитай предметы в паутинке у паучка», «Соедини одинаковые геометрические фигуры», «Подбери картинки для улитки». Педагог проверяет правильность выполненного задания.

Для подгрупповой работы на одной из граней кубика дети могут послушать и повторить зачин для начала занятия «Раз, два, три, четыре, пять будем кубик мы вращать», «Кручусь, верчусь на бочок ложусь! Вы ребята не зевайте, все задания выполняйте! Это дает детям позитивный настрой на работу.

Дидактическая игра «Подбери по цвету»

Цель: закреплять представление о цвете, учить использовать в речи детей качественные прилагательные.

Ход игры: педагог (учитель-логопед) предлагает ребенку выбрать из предложенных картинок те картинки, которые будут такого же цвета, что и грань куба, назвать их по цвету и положить в соответствующий кармашек.

Педагог (учитель-логопед) задает вопросы:

– Выбери овощ такого же цвета, что и грань куба? (ребенок выбирает овощ такого же цвета, что и грань куба и кладет его в кармашек).

– Назови овощ?

Ребенок отвечает: это красный помидор.

Дидактическая игра «Подбери по форме»

Цель: закреплять представления детей о геометрических фигурах.

Ход игры: педагог (учитель-логопед) размещает на каждой грани куба в планке-кармане предметные картинки по одной лексической теме. По углам куба расположены картинки-схемы геометрических фигур (круг, квадрат, овал, треугольник и т.п.). Предлагает ребенку выбрать по форме картинки, которые похожи на геометрические фигуры и прикрепить их к граням куба.

Педагог (учитель-логопед) задает вопросы:

– Выбери по форме фрукты, которые похожи на геометрические фигуры (ребенок выбирает фрукты, которые похожи на геометрические фигуры).

– Назови фрукт?

Ребенок отвечает: это овальный банан.

Дидактическая игра «Определи место звука в слове»

Цель игры: упражнять детей в выделении первого звука в слове.

Ход игры: перед началом игры педагог (учитель-логопед) размещает в кармашках предметные картинки на определенный звук. На магнитной доске размещается буква. Затем дает задание: выбрать из предложенных картинок те картинки, в названии которых слышится первый заданный звук и прикрепить ее на грань с соответствующей буквой.

Дидактическая игра «Раздели слово»

Цель игры: упражнять детей в умении делить слово на слоги.

Ход игры: перед началом игры педагог (учитель-логопед) прикрепляет к четырем граням куба карточки-схемы с одной, двумя, тремя, четырьмя полосками. В кармане размещает предметные картинки по заданной лексической теме. Затем дает задание: на грань с одной полоской прикрепить картинки с предметами, в названии которых один слог или одна часть слова; к другой грани – т.е. в названии которых два слога или две части слова и т.д. За правильное выполненное задание ребенок получает фишку или смайлик.

Дидактическая игра «Что лишнее»

Цель игры: развивать логическое мышление, внимание, связную речь, закреплять навык классификации предметов.

Ход игры: перед началом игры педагог (учитель-логопед) прикрепляет предметные картинки по тематической теме к граням куба, так чтобы одна из них не соответствовала данной классификационной группе. Дети находят ее и объясняют, почему она лишняя. За правильное выполненное задание ребенок получает фишку или смайлик.

Дидактическая игра «Зашифрованные задания»

Цель: развитие лексико-грамматических категорий и связной речи.

Ход игры: Ведущий (педагог) вставляет в прозрачные карманы на кубе карточки-пиктограммы. Ребёнок вращает кубик. В зависимости от выпавшей грани куба, на которой остановилось вращение дети (ребёнок) достают из кармашка пиктограмму и выполняют зашифрованное задание.

Дидактическая игра «Весёлый язычок»

Цель: развитие и активизация моторики органов речи, подготовка к правильному произношению звуков. В прозрачные карманы куба вставлены изображения упражнений артикуляционной гимнастики. Возможно использование сказки и стихотворного материала. Выпавшая грань куба указывает на выполнение необходимого артикуляционного упражнения. Картинку с выполненным упражнением ребенок прищепкой крепит к ленточке на желтой грани куба.

Дидактическая игра «Звуки называй, картинки подбирай»

Цель: Развивать фонематический слух; выделять заданный звук на фоне других звуков; придумывать слова на заданный звук; определить позицию звука в слове; подобрать слово к схеме.

Ход игры: На грани куба закреплена картинка на изучаемый звук. Ребенок выбирает и складывает в кармашек картинки с данным звуком. Затем ребёнок (или все) определяет, где заданный звук «спрятался». Педагог предлагает детям придумать ещё слова с этим звуком. Для увеличения двигательной активности можно предложить детям найти и принести из кабинета предметы или игрушки, в названии которых есть этот звук (*выбрать картинки из лото*). Затем дети подбирают предметные картинки к схемам на гранях куба. На гранях куба изображены символы звуков: красный круг гласный звук; синий круг с колокольчиком согласный твёрдый, звонкий; синий без колокольчика согласный твёрдый, глухой; зелёный с колокольчиком согласный мягкий, звонкий; зелёный без колокольчика согласный мягкий глухой.

Задание 1: Назвать звук в соответствии с характеристикой его по условным обозначениям.

Задание 2: Назвать слово на заданный звук в соответствии с характеристикой его по условным обозначениям.

Литература

1. Затулина Г.Я. Конспекты комплексных занятий по развитию речи. Учебное пособие – М., Педагогическое общество России, 2007. – 176 с.
2. Кыласова Л.Е. Коррекция звукопроизношения у детей: дидактические материалы. – изд. 3-е. – Волгоград: Учитель 2015. – 367 с.
3. Плясунова Т.Б., Фомина Е.П., Кузеванова О.В., Бершадская И.В. Играя вместе, развиваться интереснее. Универсальные дидактические игровые пособия. Методическое пособие/ под ред. Л.А. Пеньковой. – Ульяновск: Издатель Качалин Александр Васильевич, 2015. – 84 с.
4. Ушакова О.С. Развитие речи детей 5-6 лет: программа, методические рекомендации, конспекты образовательной деятельности, игры и упражнения. – 2-е изд., – М: Вентана – Граф, 2014. – 271 с.
5. Ушакова О.С. Придумай слово: Речевые игры и упражнения для дошкольников: кн. для воспитателей детского сада и родителей. 3-е изд., – М: ТЦ Сфера, 2017 – 208 с.
6. Ушакова О.С. Развитие речи детей 5-7 лет. 3-е изд., – М: ТЦ Сфера, 2015 – 272 с.

ОСТОРОЖНО! ЗЛОЙ И КОВАРНЫЙ КОРОНАВИРУС

ЛЭПБУК. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

*Кобыляцкая Евгения Сергеевна, воспитатель
Магомедова Патимат Газимагомедовна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 96 ОАО «РЖД», г. Ростов-на-Дону*

* * *

Актуальность. Проблема здоровья детей при любых ситуациях актуальна, особенно, с момента появления коронавируса. Считалось, что дети переносят COVID-19 преимущественно в легкой форме, однако со временем появилось все больше зафиксированных тяжелых случаев, а ведь самое ценное для всего взрослого населения – здоровье ребенка.

Мы живем в такое время, когда от каждого зависит здоровье семьи, коллектива и, наконец, общества в целом. Именно поэтому нам, педагогам, так важно сформировать у детей осознанную и ответственную позицию по отношению к своему здоровью. Несмотря на то, что детские сады и другие учреждения приступили к работе, все еще существует опасность распространения коронавирусной инфекции.

Данный методический материал адресован воспитателям детского сада в организации совместной деятельности с детьми и самостоятельной деятельности детей в ходе изучения и закрепления конкретных тем.

Лэпбук (lapbook), или как его еще называют тематическая папка, это самодельная интерактивная папка с кармашками, дверками, окошками, подвижными деталями, которые ребенок может доставать, перекладывать, складывать по своему усмотрению. В ней собран материал по какой-то определенной теме.

Предлагаем Вашему вниманию лэпбук на тему «**Осторожно!!! Злой и коварный коронавирус**». Данное методическое пособие содержит практический материал для проведения занятий с одним ребенком или подгруппой детей с целью изучения нового или закрепления ранее изученного материала.

Цель: формирование представлений у дошкольников о коронавирусе и его симптомах, и о мерах его профилактики и предупреждения новой коронавирусной инфекции.

Задачи:

1. расширять знания детей о способах защиты от коронавируса в доступной форме;
2. закреплять полученные знания в различных игровых ситуациях;
3. формировать ответственное отношение к собственному здоровью;
4. способствовать активному участию детей в предложенных играх и упражнениях;
5. создать положительную непринужденную атмосферу.

В пособии предоставлены следующие разделы:

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. Что такое вирус? | 7. Укрепляй иммунитет; |
| 2. Коронавирус; | 8. Используй средства индивидуальной защиты; |
| 3. Карантин; | 9. Лучше дома! |
| 4. Экстренные службы; | 10. Симптомы; |
| 5. Соблюдай правила; | 11. Если ты заболел. |
| 6. Мой руки часто; | |

Разделы пособия позволяют ребятам окунуться в атмосферу известных Пяти Королевств и на мгновение представить себя его жителями – Хранителями Здоровья.

ЗА ЗДОРОВЬЕМ В ДЕТСКИЙ САД

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФГОС ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Воронина Наталья Михайловна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск*

Актуальность. В период пандемии коронавируса люди стали чаще обращать внимание на своё здоровье. Ведение здорового образа жизни подразумевает наличие у человека мотивации и ежедневного стремления к здоровому совершенствованию своей жизни.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, способствовать овладению культурно-гигиеническими навыками, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние собственного здоровья и здоровья окружающих.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития: идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Здоровье ребенка зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% – от условий внешней среды, на 10% – от деятельности системы здравоохранения, а на 50% – от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Если на первые 50% здоровья детей педагог повлиять не может, то на другие 50% по формированию здорового образа жизни у воспитанников может и должен оказать благотворное воздействие.

В данной разработке задействованы все компоненты, направленные на сохранение и улучшение здоровья детей: правильное питание, рациональная двигательная активность, соблюдение правил гигиены и сохранение стабильного психоэмоционального состояния.

Возраст воспитанников: старший (шестой год жизни).

Виды деятельности: игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная.

Образовательные области: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Цель: создать условия для обогащения знаний и представлений детей о способах сохранения и укрепления своего здоровья, развития желания и потребности вести здоровый образ жизни.

Задачи:

Образовательные: обогащать знания и представления детей о способах сохранения и укрепления своего здоровья, о витаминах, продуктах питания и их полезных свойствах.

Развивающие: развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность, связную речь.

Воспитательные: воспитывать доброжелательное, внимательное отношение к окружающим людям, бережное отношение к своему здоровью.

Материал: «Паспорт здоровья», дидактическая игра «Угадай настроение», «Найди пару», словесная игра «Чтоб здоровым оставаться – нужно правильно питаться».

1-й этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, мне сегодня очень грустно. – В моём доме живёт мальчик Ваня. У него слабое здоровье, он часто болеет, из-за этого не ходит в детский сад. А сегодня, я встретила его маму, она сказала, что Ванюшка опять заболел. Сижу и думаю, как и чем мы можем помочь Ване? – Ребята, а вы как думаете, что мы можем сделать для Вани? – Ребята, вы столько много мне предложили, это здорово. У меня есть вот такая книжка, называется «Паспорт здоровья», но она с чистыми листами. А давайте заполним с вами для Ванюшки этот паспорт и все ваши предложения внесем в него. Вы согласны?	– Замечательно! – А кто еще как думает? – Я согласна с вами. – Как необычно! Вот это да! Отличная мысль!

2-й этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Как же нам заполнить «Паспорт здоровья»? Что туда включить? Как это поможет Ване? – Значит, нам нужно совершить путешествие по стране Здоровья. Страна Здоровья большая и чтобы попасть из одного края в другой нужно преодолеть большое расстояние. – А на чём, мы можем путешествовать по стране Здоровья? – Ну что отправляемся на поезде.	– Здорово! Интересная идея! – Здорово, а на чём ещё? Классная идея!

3-й этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей						
Воспитатель: Наш поезд прибыл на станцию «Чистюлькино». – Какое интересное название! Как вы думаете, что любят жители Чистюлькино? А зачем нужно соблюдать чистоту? А чем опасна грязь? - Микроб – это очень опасный злодей. Как можно победить грязь, а значит и микробов? – Скажите, пожалуйста, можно ли заболеть, если не мыть руки, не умываться, не купаться, не чистить зубы, не стричь ногти? – Правильно, с грязью передаются различные болезни. Ухаживать за своим телом нужно по определённым правилам. А чтобы вспомнить эти правила, я предлагаю поиграть в игру «Найди пару». Содержание игры: детям предлагаются карточки, на которых изображены: <table border="1"> <tr> <td>Предметы гигиены</td><td>Части тела</td></tr> <tr> <td>носовой платок, расческа, зубная щетка, ножницы.</td><td>нос, ногти, волосы, зубы</td></tr> <tr> <td></td><td>Ребята отгадывают загадку и соотносят предметы гигиены с частями тела.</td></tr> </table>	Предметы гигиены	Части тела	носовой платок, расческа, зубная щетка, ножницы.	нос, ногти, волосы, зубы		Ребята отгадывают загадку и соотносят предметы гигиены с частями тела.	– А кто еще так думает? – А кто-то думает по-другому? – Отличная идея! – Правда? Вот здорово!
Предметы гигиены	Части тела						
носовой платок, расческа, зубная щетка, ножницы.	нос, ногти, волосы, зубы						
	Ребята отгадывают загадку и соотносят предметы гигиены с частями тела.						

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Ребята отгадывают загадку и соотносят предметы гигиены с частями тела. Воспитатель: Костяная спинка, Жесткая щетинка, С мятной пастой дружит, Нам усердно служит. (Зубная щетка) Мы ей пользуемся часто, Хоть она, как волк, зубаста. Ей не хочется кусать, Ей бы зубки почесать. (Расческа) Лег в карман и караюлю – Рёву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез, Не забуду и про нос. (Носовой платок) Инструмент бывалый – Не большой, не малый. У него полно забот: Он и режет, и стрижёт. (Ножницы) Воспитатель: Проверяем задание: С чем дружит нос, ногти, волосы, зубы? Правильно! Запомнить нужно навсегда: Залог здоровья – чистота! – Ребята, необходимо соблюдать «Правила личной гигиены» и тогда вы будете здоровы. – Что, ребята, мы вклеим в «паспорт здоровья»? – Вот мы с вами сделали первую заметку в паспорте – правила личной гигиены и отправляемся дальше. – Посмотрите, ребята мы прибыли на станцию. Ребята, а что за станция такая? Ничего не понятно. Чтобы узнать название станции нам нужно разгадать ребус.	– Отлично, вы справились с заданием! – Здорово! Интересно! Как необычно! Вот это да! Отличная мысль!
	– Отлично! – Здорово! Отличная мысль!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: Ребята, мы приехали на станцию, под названием «Настроение». – Посмотрите, нас кто-то встречает. (<i>куклы-рукавички Веселушка и Грустик</i>) – Это Веселушка и Грустик. – Как вы думаете, кто Веселушка, а кто Грустик? – А вы знаете, как настроение влияет на здоровье? Если у человека часто плохое настроение, он чаще болеет и тяжелее выздоравливает. У него нет желание и сил выздороветь. А хорошее настроение, наоборот помогает нам не заболеть, и даже если заболели, то радостное и весёлое настроение поможет обязательно быстрее выздороветь. – Давайте поиграем в игру. Я буду называть разные эмоции, если они полезны для здоровья (любовь, дружба, радость, интерес и т.д.) вы хлопаете и улыбаетесь. А если вредные для здоровья эмоции и чувства (злость, страх, обида и т.д.), то делаете грустное лицо, руки на пояс. Грустик: А как мне исправить настроение? Подскажите, пожалуйста? Воспитатель: Надо стараться не отчаиваться. Если что-то не получается, попросить помощи у взрослых или товарищей. А ещё хорошие поступки всегда вызывают хорошие эмоции и чувства. Значит и настроение становится хорошим. Грустик: Я понял, буду улыбаться всегда. Воспитатель: Ребята, как вы думаете, как мы можем отметить в «Паспорте здоровья» станцию «Настроение»? <i>Чтоб здоровым оставаться, Нужно чаще улыбаться!</i> – Конечно, мы приклеим улыбающийся смайлик. – Посмотрите, ребята мы заполнили все странички «Паспорта здоровья» и теперь можем вернуться в детский сад.	– Мне очень приятно было узнать ваше мнение, ребята!

4-й этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: Ребята, спасибо вам огромное, у меня поднялось настроение. Вы мне так помогли, я обязательно сегодня передам «Паспорт здоровья» Ванечке. – Ребята, а вам понравилось путешествие? – А какая станция понравилась больше? – Что вам запомнилось больше всего? – С кем вы поделитесь своими впечатлениями?	– Я так рада, что у нас все получилось.

Литература

1. Деревянко Н.М. Загадки. Самая большая книга. – Москва: ООО «АСТ-ПРЕСС КНИГА», 2008. – 120 с.
2. Николаева Е.И. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: методическое пособие / Е.И. Николаева, В.И. Федорук, Е.Ю. Захарина. – Санкт-Петербург: ООО «Издательство Детство-Пресс, 2015. – 238 с.
3. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье /Методическое пособие. – Москва: ТЦ Сфера, 2004. – 64 с.

ПУТЕШЕСТВИЕ В КОРОЛЕВСТВО ЧИСТОТЫ

КВЕСТ-ИГРА ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Фокина Марина Дмитриевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск

* * *

Актуальность. Концепция современного дошкольного образования предполагает использование разнообразных форм организации детской деятельности, интеграцию всех образовательных областей. Она нацеливает педагогов на формирование целостной системы навыков и умений, опираясь на постоянное сотрудничество детей и взрослых, как равноправных партнеров.

Дошкольный возраст – это период, формирования человеческой личности, когда закладываются основы сознательного отношения к своему здоровью, приобретаются, совершенствуются и закрепляются знания, навыки, умения и привычки, которые применяются в течение всей жизни.

Личная гигиена – это элементарные санитарно-гигиенические навыки, которыми должен владеть каждый человек. Формирование культурно-гигиенических навыков, это не просто усвоение правил, норм поведения, а важный процесс социализации ребенка. Развитие культурно-гигиенических навыков, через игровую деятельность, способствует лучшему запоминанию, закреплению, знаний, навыков, умению устанавливать причинно-следственные связи.

Квест игра – одна из современных, эффективных и оригинальных образовательных технологий, которая создает благоприятные условия для активизации у детей интереса к познавательной деятельности, стремлению с увлечением решать проблемные задачи, и объединяет в себе различные виды двигательной, познавательно-исследовательской, продуктивной, коммуникативной и музыкально-художественной деятельности. Формат игры формирует командный дух, гибкость поведения детей, стимулирует поиск неординарных решений, активизирует желание взаимодействовать друг с другом, с взрослыми, является средством, направленным на самовоспитание, саморазвитие ребенка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией.

В представленной работе по формированию культурно-гигиенических навыков у старших дошкольников, используются различные виды игр: дидактические, настольные, интерактивные, сюжетно-ролевые, а так же квест-игры. Игра, превращается в своеобразный обучающий механизм, с помощью которого дети определенным образом приобретают, усваивают, закрепляют необходимые знания, навыки и умения.

СЦЕНАРИЙ КВЕСТ-ИГРЫ

Цель: создание условий для развития познавательных способностей детей в процессе игры, формирование самостоятельности и инициативы в различных видах деятельности.

Задачи:

- продолжать формировать у детей положительное отношение к соблюдению культурно-гигиенических навыков, закреплять знания о предметах гигиены;
- способствовать развитию мышления, речи, интеллектуальных, творческих способностей, коммуникативных навыков, умение работать в команде;
- воспитывать взаимопонимание, чувство товарищества, формировать умение решать проблемные ситуации сообща.

Материал и оборудование: интерактивная доска, компьютер, «волшебная коробка», цветной полог, карта королевства «Чистоты», карточки с заданиями для каждого пункта – останки, предметы гигиены: мыло, зубная щетка, расческа, мочалка, носовой платок, алгоритм в картинках «Моем руки правильно», материал для дидактической игры «Полезные и не полезные продукты для зубов», цветные карандаши зеленого, голубого, красного, оранжевого цветов, картинка с изображением расчесок, которым необходимо дорисовать зубцы (на каждого ребенка), простой карандаш (на каждого ребенка), игра – лабиринт «Помоги мальчику добраться до мочалки» (на каждого ребенка), маленькое зеркальце (на каждого ребенка), салфетка и носовой платок по количеству детей, шапочки – маски «Мыло», «Расческа», «Мочалка», «Зубная щетка».

Предварительная работа:

- беседы по темам: «Сохрани свое здоровье сам», «Подружись с зубной щеткой», «Гигиена – это здоровье».
- Дидактические игры «Правила гигиены», «Моем руки правильно».
- Опытнo-экспериментальная деятельность по теме «Для чего нужен носовой платок».
- Выполнение графомоторных упражнений «Дорисуй по точкам».
- Чтение тематической литературы, отгадывание загадок о предметах гигиены.
- Просмотр мультипликационных мультфильмов «Мойдодыр», «Королева зубная щетка», «Азбука здоровья».

Примечание: мероприятие проводится в помещении детского игрового развивающего центра с подгруппой 10-12 человек.

**1-й этап: способствуем формированию
у детей внутренней мотивации к деятельности**

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, на электронную почту нашего детского сада пришло необычное видеописьмо. Я его посмотрела и поняла, что мне без вашей помощи не справиться. Вам интересно узнать, что это за видеописьмо? Если вы не против, мы все вместе посмотрим видео и решим, что будем делать (читает письмо). <i>Здравствуйте, ребята! В нашем королевстве «Чистоты» случилась беда. Злой Вирус – Вредилус со своей армией вирусов и микробов похитил нашу королеву «Зубную щетку». В королевстве пропали предметы гигиены. Вирус – Вредилус спрятал их в разных местах и без вашей помощи мы не сможем их найти. Все королевство погружается в грязь и тьму. Жители королевства начинают болеть, потому что забыли, как и зачем мыть руки, умываться, причесываться, для чего нам нужен носовой платок.</i> <i>Попасть в наше королевство вы сможете если скажите волшебные слова, и спрячетесь под волшебным куполом, который я вам передала. А слова такие:</i> <i>Если мы глаза закроем, И подсматривать не будем, Мы волшебный мир откроем, О котором не забудем.</i> <i>Как только вы окажитесь в нашем королевстве «Чистоты», ищите волшебную коробку. В ней вы найдете карту нашего королевства и подсказки. Чтобы нам помочь, вам придется потрудиться. Я уверена, что вы смелые, находчивые, дружные ребята. Надежда только на вас.</i> <i>Пожалуйста, отыщите средства гигиены и сложите их в эту волшебную коробку. Как только вы выполните все задания, наша королева будет спасена, а жители нашего королевства начнут выздоравливать. Торопитесь! Мы ждем вашей помощи!</i>	– Мне было важно узнать ваше мнение, ребята! – Думаю, что у вас все получится!

2-й этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, что случилось в королевстве Чистоты? <i>(ответы детей)</i>. Как вы думаете, мы сможем помочь жителям королевства и спасти королеву «Зубную щетку»? Что для этого надо сделать?	– Я думаю, что у вас все получится!

3-й этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Я с вами согласна, чтобы помочь жителям королевства «Чистоты», нам необходимо отправится в путешествие. Вы согласны? Что мы возьмем с собой? В нашем путешествии будут встречаться трудности и приключения. Чтобы справиться с ними, кроме обычных вещей нам понадобится то, что поможет нам не бояться того, что встретится в пути. – Как называем людей, которые ничего не боятся? Значит, нам понадобятся храбрость, смелость, отвага. Как мы называем людей, которые могут одолеть любого великана? Силу возьмем? – А что может понадобиться, чтобы решать загадки, головоломки? Нам понадобятся сообразительность, смекалка, ум. Как называют людей, которые не ссорятся, помогают друг другу, внимательны, заботятся друг о друге? Дружбу и доброту берем с собой? Хорошее настроение, радость, улыбки нужны? – Вот как много качеств нам нужно в дороге. Все эти качества нужно сложить в рюкзак. Каждый из вас положит то качество, которое ему больше всего нравится <i>(по кругу дети «кладут» в воображаемый рюкзак качества)</i>. Мы свами храбрые, смелые, сообразительные, дружные, веселые! Мы – команда! В путь! Дети <i>(повторяют волшебные слова):</i> Если мы глаза закроем, И подсматривать не будем, Мы волшебный мир откроем, О котором не забудем. <i>Детей накрывают цветным пологом, звучит сказочная музыка. Полог поднимают.</i> – Ребята, вы помните, что говорилось в видеописьме, о том, что делать дальше, когда мы окажемся в королевстве «Чистоты»? Нам необходимо найти волшебную коробку! <i>Дети расходятся по залу, находят коробку и открывают.</i> Воспитатель: – Перед нами карта королевства «Чистоты! Внимательно рассмотрите ее и решите, куда нам двигаться дальше? <i>На карте путь следования отмечен стрелками, последовательность пунктов – остановок обозначена цифрами и картинками. Дети переходят из одного помещения в другое.</i>	– Я так и думала, что вы примите правильное решение. Выслушиваются ответы детей. (обычно ребята предлагают взять с собой еду, одежду, принадлежности для похода и т.п.) – Я с вами согласна. Это смелые, храбрые люди! – Вы очень догадливые. Это сильные люди. – Точно! – Отлично! Это дружные, добрые, заботливые люди! – Мне интересно было узнать ваше мнение! – Вы очень внимательные, ребята! – Я согласна с вашим решением!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
I задание <i>На столе лежит карточка с заданием.</i> а) Отгадайте загадку и узнайте, какой предмет гигиены здесь спрятан. Ускользает, как живое, Но не выпущу его я Белой пеной пенится, Руки мыть не ленится. (мыло) б) Напомните жителям королевства, как мыть руки. Разложите картинки в правильном порядке (дети составляют из картинок, алгоритм «Моем руки правильно»). – Ребята, мы справились с первым заданием! Кладите мыло в коробку. Как нам определить, куда двигаться дальше? <i>Дети определяют, где находится пункт – остановка под цифрой 2 и переходят в следующее помещение.</i> II задание <i>На столе лежит карточка с заданием.</i> а) Отгадайте загадку и узнайте, какой предмет гигиены здесь спрятан. Пластмассовая спинка, Жесткая щетинка С зубной пастой дружит, Нам усердно служит. (зубная щетка) б) Перед вами игра «Что полезно для зубов, что не полезно». <i>На одном игровом поле, изображение здорового зуба. На другом игровом поле – изображение больного зуба. Карточки с изображением продуктов полезных и не полезных для зубов. Карточки раскладываются на игровые поля, в соответствии с изображением зуба. Полезные продукты: морковь, яблоко, молоко, творог, сметана, масло, кефир. Не полезные: шоколад, конфеты, печенье, лимонад, зефир, пирожное, мороженное.</i> – Ребята, вы справились с заданием! Берите зубную щетку и кладите ее в коробку. Как нам определить куда двигаться дальше? <i>Ребята, рассматривают карту и определяют, где находится пункт – остановка под номером 3, и переходят в следующее помещение.</i> III задание <i>Дети находят карточку с заданием.</i> Воспитатель: – Отгадайте загадку и узнайте, какой предмет гигиены здесь спрятан. Лёг в карман и караулит Рёву, плаксу и грязнулю, Им утрёт потоки слёз, Не забудет и про нос. (носовой платок) – Предлагаю вам провести эксперимент «Для чего нужен носовой платок». С помощью имеющихся предметов, докажите, что необходимо пользоваться носовым платком.	– Вы очень сообразительные! – Вы догадливые и находчивые! – Я была уверена, что у вас все получится! – Вы сообразительные и внимательные! – Ребята, вы так много знаете!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
На столе разложены маленькие зеркала по количеству детей. На каждого ребенка по салфетке и носовому платку. Ребенок берет зеркальце и делает имитацию «чиха». Рассматривают на зеркальце капельки слюны. Вытирают зеркальце салфеткой. Далее делают еще один «чих», но уже прикрывают рот платком. Объясняют для чего нужен носовой платок. – Ребята, нам удалось найти носовой платок. Кладите его в коробку. – Ребята, нам удалось найти носовой платок. Кладите его в коробку. Вы решили, куда мы отправимся дальше? Ребята, рассматривают карту и определяют, где находится остановка под номером 4, и переходят в следующее помещение. IV задание Дети находят карточку с заданием. Воспитатель: – Ребята, отгадайте загадку и узнайте, какой предмет гигиены здесь спрятан. Хожу, брожу не по лесам А по усам, по волосам. И зубы у меня длинней, Чем у волков и медведей. (расческа) – Перед вами задание «Дорисуйте расчески для Тани». На каждого ребёнка: цветные карандаши красного, оранжевого, голубого, зеленого цветов. Картинка с изображением расчесок, которым необходимо дорисовать зубцы. – Ребята, вы справились и с этим заданием! Берите расческу и кладите ее в волшебную коробку. Вы определили, куда нам двигаться дальше? Ребята, рассматривают карту и определяют, где находится пункт – остановка под номером 5, и переходят в следующее помещение. V задание Дети находят карточку с заданием. Воспитатель: – Отгадайте загадку и узнайте, какой предмет гигиены здесь спрятан. На себя я труд беру: Пятки, локти с мылом тру, И колени оттираю, Ничего не забываю. (мочалка) Воспитатель: – Перед вами игра-лабиринт «Помоги девочке добраться до мочалки» На каждого ребенка простой карандаш. Картинка с изображением лабиринта. Воспитатель: – Ребята, мы справились с заданием! Берите мочалку и кладите в коробку. Нам пора двигаться дальше! Дети, рассматривают карту и определяют, где находится следующий пункт – остановка. Определяют, что это помещение под № 1. Находят карточку с заданием. – Вы смелые, находчивые, дружные ребята, помогли собрать спрятанные предметы гигиены. А вы сами умеете с ними обращаться? Возьмите шапочки, поиграйте в игру и покажите, как используются эти предметы гигиены. На столе разложены шапочки: «мыло», «расческа», «мочалка», «носовой платок», «зубная щетка». – Ребята, какую игру мы с вами знаем?	– Ребята, вы очень аккуратные и старательные!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Игра «Ровным кругом» Правила игры: Дети встанут в круг. В середине круга ребёнок, исполняющий роль. Дети идут друг за другом по кругу, напевая песенку: Ровным кругом друг за другом Будем весело шагать, Что нам мыло здесь покажет, То и будем выполнять. Мыло показывает, как надо намыливать руки, дети повторяют движения. Затем соответствующее движение показывает полотенце (расчёска, зубная щётка, мочалка, носовой платок). После игры на экране появляется видео с королевой «Зубной щеткой». Воспитатель: – Ребята, большое вам спасибо, что справились со всеми заданиями, освободили меня, и вернули жителям моего королевства средства гигиены. Мое королевство снова станет чистым, а жители королевства станут опрятными и перестанут болеть. Вирус – Вредилус, покинул наше королевство, он испугался таких смелых, сильных, внимательных защитников и помощников, как вы. Еще раз спасибо. – Ребята, у нас все получилось, мы помогли жителям королевства «Чистоты», и нам пора возвращаться в детский сад. Скажем волшебные слова: Снова мы глаза закроем. И подсматривать не будем. В детский садик мы вернемся, Мир волшебный не забудем. Детей накрывают цветным пологом. Звучит сказочная музыка. Полог поднимают.	

4-й этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, вам понравилось наше путешествие? – Что вызвало наибольший интерес? – Что вы узнали нового? – Что показалось трудным? – Какие задания вам понравились? – Как вы думаете, почему у нас все получилось? – Вы довольны своим результатом? – Кому бы вы рассказали о нашем путешествии?	

Литература

1. Киселок У. Н. Квест-игра как форма непосредственной образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – №4. – С. 68-69.
2. Комарова Т.С., Зацепина М.Б. Интеграция в системе воспитательно-образовательной работы детского сада: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Т.С. Комарова, М.Б. Зацепина. – Москва : Мозаика-Синтез, 2010. – 141 с.
3. Осяк С.А., Султанбекова С.С., Захарова Т.В., Яковлева Е.Н., Лобанова О.Б. Образовательный квест – современная интерактивная технология // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1-2.

СКАЗКА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

ИНТЕРАКТИВНАЯ АНИМИРОВАННАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Лубенникова Ольга Петровна
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск

* * *

Взаимодействие педагогов и родителей является важной составляющей образовательного процесса. Только совместные системные усилия помогают выработке определенных навыков и знаний. Делясь своими знаниями как с детьми, так и с родителями, мы тем самым делаем процесс непрерывным и результативным. Одной из таких традиционных форм работы с родителями являются консультации. Благодаря современным технологиям, часть из них переместилась в групповые чаты. Внедрение анимационной технологии позволяет внести интересные изменения в преподносимый материал, сочетать теоретическую информацию с практическими примерами. Именно в таком формате мной построена консультация для родителей, посвященная профилактике простудных заболеваний.

Родители и дети с помощью анимированных героев узнают насколько важно правильно дышать, развивать дыхание. А так как здоровье человека начинается с профилактики, то болезнь легче предупредить, чем лечить. Поэтому уже в детском возрасте важно заложить полезные привычки, освоить вместе с детьми несложные приемы, сделать их частью своей жизни. Каждый человек знает, что такое простуда. Чтобы минимизировать количество заболеваний предлагаю обратиться к опыту прабабушек. В старину много пели и считали, что песня – залог не только хорошего настроения, но и крепкого здоровья. Народные песни содержат большое количество куплетов. Во время исполнения активизируется дыхание, а дыхание улучшает работу легких, усиливая кровообращение. Таким образом, песня – это своеобразный дыхательный тренажер, способствующий еще и развитию памяти, речи, эмоциональному подъему. Преподнесение информации в видео формате делает материал удобным для восприятия и работы.

Данный материал, используемый в комплексе профилактических оздоровительных мероприятий, актуален для детей среднего возраста и старше в течение всего года, увлекателен и интересен детям анимацией и сюжетной последовательностью.

Целью консультации является информирование родителей о влиянии исполнения народных песен на профилактику простудных заболеваний.

Данный материал помогает решить следующие задачи:

1. Наладить профилактическую оздоровительную работу с ребенком дома;
2. Познакомить с песней для занятий;
3. Способствовать формированию системного подхода к профилактическим мероприятиям.

Примерный план работы по видео консультации:

1. Просмотр материала взрослым самостоятельно.
2. Разучивание текста песни самостоятельно.
3. Разучивание текста песни вместе с ребенком.
4. Пение с видео сопровождением.
5. Последующее регулярное пение с видео сопровождением или самостоятельное исполнение без видео ряда.

ФИЗКУЛЬТУРНАЯ СКАЗКА С ЭЛЕМЕНТАМИ ЙОГАЛАТЕС

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФГОС ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Коновальчук Татьяна Юрьевна, инструктор по физкультуре
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск*

*** * ***

Актуальность. Йогалатес – это синтез двух самых эффективных оздоровительных систем, проверенных временем – йоги и пилатеса. В ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД» данное направление апробируется недавно, но уже приносит свои положительные плоды.

Данное сочетание комплексов упражнений направлено:

- на развитие гибкости тела и мышечной силы;
- формирование навыков правильной осанки;
- укрепление мышц спины для профилактики нарушений осанки;
- профилактика плоскостопия, специальный комплекс упражнений для укрепления мышц стопы и предупреждения развития плоскостопия, что положительно влияет на здоровье позвоночника и суставов;
- приобретение навыков общения, наблюдательности, внимания, фантазии, умеренной активности.

Выполняя специальные физические упражнения – асаны (позы в йоге) и суставную гимнастику, ребенок начинает осознанно относиться к своему телу и изменениям, которые происходят в нем. Регулярные занятия приводят к развитию гибкости, коррективке и профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата. Йога учит ребенка правильному дыханию.

Возраст воспитанников: 6-7 лет.

Виды деятельности: двигательная.

Образовательные области: физическое, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Цель: формировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни через использование нетрадиционных видов гимнастик.

Задачи:

- укрепление здоровья детей посредством упражнений из йогалатеса;
- закреплять умение выполнять статические упражнения, сосредоточивать внимание на дыхании;
- формировать правильную осанку, сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника и подвижность суставов, укреплять способность мышц сокращаться, растягиваться и расслабляться;
- продолжать формировать умение управлять своим телом в движении, сохраняя равновесие и равномерное дыхание, используя приёмы сравнения с животными;
- способствовать развитию эмоциональной сферы детей, памяти, внимания;
- воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями.

Методы: наглядные, словесные, практические, эмоционально-образные.

Материалы и оборудование: игрушка-щенок, фоновая музыка и музыка для проведения разминки.

1-й этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Инструктор: Ребята, вы любите сказки? А кто пишет сказки? Про кого вы больше любите сказки про животных или сказочных персонажей? Ответы детей. Инструктор: А вы знаете, что еще есть физкультурные сказки? Как вы думаете, мы бы смогли сочинить такую сказку? Думаю вместе нам все ни по чем!	– Как интересно! – Как вы много знаете – Уверена, мы справимся!

2-й этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Инструктор: Ребята, предлагаю вам вместе со мной сочинить сказку про приключения щенка (<i>показывает игрушку</i>) давайте его назовем. Ваши предложения. <i>Дети предлагают клички для щенка, и выбирают самую подходящую.</i> Инструктор: Вы готовы начинать сказку? Сказку сочинять не так то и просто, а еще и физкультурную, ведь все придуманное нами мы будем показывать в движениях. Как думаете, справимся? Чтобы быть внимательными подготовим все свои органы чувств. Самомассаж «Игра с ушками» Раз, два, три, четыре, пять – Будем с вами мы играть. Есть у ушка бугорок Под названием «козелок». Напротив ушко мы помнём И опять считать начнём. Раз, два, три, четыре, пять – Продолжаем мы играть. Сверху в ушке ямка есть, Нужно ямку растереть. Раз, два, три, четыре, пять – Продолжаем мы играть. Ушкам отдыхать пора, Вот и кончилась игра. <i>Сказка начинается! Действия показываются!</i>	– Здорово, замечательные предложения! – Отлично, я не сомневалась в вашей поддержке – Очень рада, вашему позитивному настрою. – Это будет чудесно!

3-й этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
<i>Инструктор совместно с детьми придумывает сказку, подталкивая фантазию детей в необходимое ему русло.</i> Инструктор: Наступило новое утро, вышло солнышко и согрело своими лучами все вокруг. Упражнение «Утро» Рано утром солнце встало, (<i>поднять руки в стороны</i>)	

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Осветило дальний лес, (поднять руки через стороны вверх и сцепить пальцы над головой) Полный сказок и чудес. (чуть отклониться вправо-влево) Холод ночи раскидало, (опустить руки через стороны вниз) Всех детишек приласкало. (скрестить руки на груди, как бы обнимая себя) – Солнышко разбудило веселого щенка по кличке Пушок, который с удовольствием потянулся после ночного сна. Упражнение «Собака мордой вниз» Стойка на четвереньках, ладони и колени находятся на ширине плеч. Пальцы рук направлены вперед, локти выпрямлены. На выдохе подъем коленей над полом, выпрямляя ноги и перекатываясь на стопы. Тело образует «горку» с упором на ладони и стопы. Задержаться в конечном положении в течение 5-8 полных дыханий. – Веселый щенок отправился на поиски приключений. Вокруг было столько интересного, и от каждого предмета шел свой запах. А вот и клумба с цветами, где каждый цветок издавал свой прекрасный аромат. Внимание Пушка привлек ярко красный цветок, который он с интересом стал обнюхивать Дыхательная гимнастика «Цветочки» Дети располагаются произвольно (сидят, стоят); руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулаки. По команде отводят в стороны сначала большие пальчики, затем указательные, средние, безымянные и мизинцы, при этом выполняется глубокий вдох через нос (цветок распустился). Затем также последовательно пальчики сжимаются в кулаки на выдохе (цветок закрылся). – Пушок с таким удовольствием вдыхал ароматы цветов, что не сразу заметил, что к нему осторожно подобралась кошка, от неожиданности щенок отпрыгнул от кошки, которая выгнула спину от страха. Упражнение «Кошка» Стойка на коленях, руки и бедра перпендикулярно полу и параллельно друг другу. Плавное поднятие головы, не сгибая позвоночник. Плавное, максимально прогнуть в пояснице назад. Удерживать позу 5-10 с. Дыхание спокойное. Позу закрепить добрыми мыслями. Опустить голову вперед и вниз, спину выпрямить плавно вверх. Внимание – на позвоночник. Дыхание произвольное. Оставаться в позе 5-10 с. Медленно наклоняя корпус, положить предплечья на пол. Грудную клетку максимально прижать к полу, спину плавно прогнуть. Бедра при этом должны быть перпендикулярными полу. Внимание – на позвоночник. Дыхание спокойное. Вдыхая, следует мысленно послать струю воздуха по позвоночнику сверху вниз. Держать 5-10 с. Затем отдохнуть, лежа на животе, пока не пройдет напряжение мышц. Инструктор: – Оказалось, кошка была очень ласковая и вовсе не злая, они даже подружились и отправились на поиски приключений вместе. Тропинка их привела к речке, где кошка решила половить рыбку. Упражнение «Рыбка» Положение, лежа на животе, ноги вытянуть назад, руки вперед, мышцы сжать, оторвать ноги и руки от пола, удерживая равновесие. Подъем на выдохе, расслабление на вдохе. – А пока кошечка ловила рыбку, Пушок весело прыгал по траве, и вдруг из травы выпрыгнула зеленая лягушка. Упражнение «Лягушка» Стойка на ширине бедер. Присед на корточки при этом руки заводим за ноги. При уверенной постановке, выполняются прыжки. От пола должны отрываться руки и ноги. Если прыжки пока не получаются, предложить детям просто постараться сесть в этой позе как можно глубже.	– Отлично! У вас все получилось. – Вы отлично справились и с этим заданием. – Отлично, как ловко у вас все получается – Замечательно, как легко вы выполняете сложные движения.

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
– Конечно, Пушок сделал вид, что совсем и не испугался лягушки, но все же решил вернуться к кошке. Вместе они продолжили свое путешествие, впереди был мостик через речку. Упражнение «Мостик» <i>Положение, лежа на полу, на спине, ноги согнуты в коленях, ступни плотно прижаты к полу как можно ближе к тазу. Руки согнуты в локтях и поставлены чуть выше плеч, ладони плотно прижаты к полу, пальцы смотрят в сторону стоп. Медленный подъем тела вверх, выгнув позвоночник. Вес должен быть перенесён на руки, бедра должны продолжать смотреть вперёд и не разъезжаться в стороны.</i> – Как кошечка с Пушком весело ринулись к мостику, но вдруг услышали, как их зовут. Щенка звал его хозяин-Федя, а кошечку, у которой была кличка Мурка, хозяйка Марина. Ребята уже думали, что потеряли своих питомцев, так далеко их завели приключения. Какая же была радостная встреча! Упражнение «Счастливый малыш» <i>Положение, лежа на полу, на спине, ноги согнуты в коленях, притянуть их к груди и взяться руками за ступни, колени или заднюю часть бёдер. Осторожно нажать руками на ноги так, чтоб бедра тянулись к полу, и покачаться немного из стороны в сторону в этом положении.</i>	

4-й этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей				
Инструктор: – Ребята, вот и закончилась наша сказка. Понравилась она вам? Сложно было ее сочинять? А что было сложнее сочинять или выполнять движения? Как вы думаете, мы со всем справились? А что помогало нам с вами в выполнении движений? Я с вами полностью согласна, благодаря нашим постоянным тренировкам, мы смогли выполнить все упражнения. Давайте проверим, как мы бережем свой позвоночник.	– Согласна, а еще? – Здорово, что это задание было для вас интересно! У вас получилось! – Отлично справились и помогли друг другу! – Какие вы дружные!				
Я позвоночник берегу <table border="1"> <tr> <td>Я позвоночник берегу, Сам себе я помогу. Все выполняю я по порядку: Сначала сделаю зарядку,</td><td>Наклоняют корпус вправо-влево, ладони скользят вдоль тела от подмышек до колен. Ставят руки на пояс, поднимают и опускают плечи.</td></tr> <tr> <td>Нагнусь, Прогнусь, И выпрямлюсь, И вправо, влево наклонюсь. С друзьями поиграю в мяч, Он весело помчится вскачь. И за столом я посижу, И телевизор погляжу. Но буду помнить я всегда: Должна прямою быть спина!</td><td>Наклоняются вперед. Слегка прогибаются назад. Встают прямо. Наклоняют корпус вправо и влево. Бегут на месте. Прыгают на обеих ногах. Делают полуприсед, сложив руки «полочкой» перед грудью. Встают прямо, руки в стороны. Кладут правую руку за правое плечо, левую руку заводят за спину и стараются сцепить пальцы рук за спиной. Меняют положение рук.</td></tr> </table>	Я позвоночник берегу, Сам себе я помогу. Все выполняю я по порядку: Сначала сделаю зарядку,	Наклоняют корпус вправо-влево, ладони скользят вдоль тела от подмышек до колен. Ставят руки на пояс, поднимают и опускают плечи.	Нагнусь, Прогнусь, И выпрямлюсь, И вправо, влево наклонюсь. С друзьями поиграю в мяч, Он весело помчится вскачь. И за столом я посижу, И телевизор погляжу. Но буду помнить я всегда: Должна прямою быть спина!	Наклоняются вперед. Слегка прогибаются назад. Встают прямо. Наклоняют корпус вправо и влево. Бегут на месте. Прыгают на обеих ногах. Делают полуприсед, сложив руки «полочкой» перед грудью. Встают прямо, руки в стороны. Кладут правую руку за правое плечо, левую руку заводят за спину и стараются сцепить пальцы рук за спиной. Меняют положение рук.	
Я позвоночник берегу, Сам себе я помогу. Все выполняю я по порядку: Сначала сделаю зарядку,	Наклоняют корпус вправо-влево, ладони скользят вдоль тела от подмышек до колен. Ставят руки на пояс, поднимают и опускают плечи.				
Нагнусь, Прогнусь, И выпрямлюсь, И вправо, влево наклонюсь. С друзьями поиграю в мяч, Он весело помчится вскачь. И за столом я посижу, И телевизор погляжу. Но буду помнить я всегда: Должна прямою быть спина!	Наклоняются вперед. Слегка прогибаются назад. Встают прямо. Наклоняют корпус вправо и влево. Бегут на месте. Прыгают на обеих ногах. Делают полуприсед, сложив руки «полочкой» перед грудью. Встают прямо, руки в стороны. Кладут правую руку за правое плечо, левую руку заводят за спину и стараются сцепить пальцы рук за спиной. Меняют положение рук.				
Инструктор: До свиданья, до новых встреч.					

Литература

1. Бокатов А. Детская йога / А. Бокатов, С. Сергеев. – Киев: Ника-Центр, 2004. – 352 с.
2. Картушина М. Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет / М. Ю. Картушина. – М.: Сфера, 2008. – 218 с.
3. Липень А.А. Детская оздоровительная йога. Пособие для инструкторов по йоге. Санкт-Петербург. – «Питер-пресс», 2009.
4. Сулим Е.В. Детский фитнес: Физкультурные занятия для детей 3-5 лет / Е. В. Сулим. – Москва: Творческий Центр Сфера, 2014. – 159 с.
5. Утробина, К. К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет : Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале. Конспекты дыхательной гимнастики и точечного массажа. Веселый тренинг, спортивно-дидактические и подвижные игры / К. К. Утробина. – Москва: Изд-во ГНОМ и Д, 2003. – 128 с.

УКРЕПЛЯЙ ИММУНИТЕТ, БЕЗ НЕГО ЗДОРОВЬЯ НЕТ

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Криволапова Елена Александровна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 99 ОАО «РЖД», г. Новороссийск*

*** * ***

Актуальность. Главная задача дошкольного учреждения – охрана и укрепление психического и физического здоровья детей. Поэтому работа по сохранению и укреплению здоровья детей является актуальной и занимает важное место в образовательном процессе дошкольной образовательной организации. Эмоциональное благополучие и психофизическое здоровье ребенка во многом зависит от среды, в которой он живет и воспитывается. Психическое здоровье является составной частью здоровья и рассматривается как набор психических свойств, которые обеспечивают динамическое равновесие и возможность выполнения социальных функций ребенка.

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей строится на основе ведущей деятельности дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста. Благодаря применению игровой деятельности, новых современных здоровьесберегающих технологий и оптимизации системы физкультурно-оздоровительной работы ДОО, можно добиться снижения уровня заболеваемости у детей. Грамотно организованное физическое воспитание способствует формированию у детей хорошего самочувствия, профилактике заболеваемости, укреплению иммунитета, активизации коммуникативного взаимодействия, и дает прочную основу для развития личности каждого ребенка. Поэтому необходимо развивать физическое воспитание детей дошкольного возраста новыми приемами, методами и формами, применять новые технологии, которые соответствуют требованиям времени, общества и государства.

Сюжетно-оздоровительная развивающая соревновательная игра (СОРСИ) носит развивающий и личностно-ориентированный характер, так как направлена на развитие и совершенствование основных видов движений, физических навыков и умений, познавательной деятельности детей, мышления, воображения, умения работать в единой команде. Данный вид деятельности способствует разнообразию и пополнению образовательного процесса ка-

чественно новым содержанием. Социоигровая технология, примененная в совместной деятельности с детьми, способствует включению дошкольников в коллективную деятельность, выполнению различных видов физических упражнений и заданий познавательного характера. Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», позволяет эффективно формировать у детей целостное восприятие окружающего мира.

Дети справляются с физической нагрузкой, предлагаемой им, игра побуждает дошкольников проявлять чувство единения в команде, осознанности выполнения движений, рационально использовать время. Кроме этого, в игре дети решают проблемные ситуации, строят предположения, догадки, проявляют в двигательной активности свои физические и психологические взаимоотношения.

Общими приоритетами данной методической разработки является формирование двигательной деятельности детей, направленной на решение задач физического воспитания, всестороннего развития и укрепления здоровья детей, создание условий для активной самостоятельной деятельности и партнерского взаимодействия с педагогом и сверстниками в команде. Данная технология обеспечивает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности дошкольника, стремления к сохранности собственного здоровья, необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни.

Возраст воспитанников: старший дошкольный (6-7 лет).

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная.

Образовательные области: физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие.

Цель: формировать элементарные представления детей о здоровье, способах укрепления иммунитета.

Задачи:

- развивать у детей двигательные навыки, физические качества: силу, быстроту выполнения прыжков, лазание, внимание, умение творчески применять эти навыки в совместной деятельности;
- способствовать накоплению у детей конкретных представлений о правилах здорового образа жизни, укреплении иммунитета;
- стимулировать творческий потенциал детей, умение вступать во взаимоотношения со сверстниками, проявлять двигательную активность в естественных условиях, закреплять умения выполнять знакомые физические упражнения;
- воспитывать желание у детей заниматься спортом, потребность соблюдать санитарно-гигиенические навыки, вести здоровый образ жизни.

Предварительная работа: выполнение упражнений с детьми в метании, лазании, прыжках в длину, продвижение через обручи боком. Беседы о профессии диетолога, здоровом питании: «Я и мое тело», «На приеме у диетолога», «Друзья витамины», «Здоровье и болезнь», «Что помогает быть здоровым?». Рассматривание энциклопедий, альбомов, заучивание стихов о здоровом образе жизни.

Чтение произведений: И. Семенов «Как стать Неболейкой», Г. Зайцев «Приятного аппетита», Э. Мошковский «Песенка моих часов», Коростылев «Королева Зубная щетка». Игры с наглядно-дидактическим пособием «Лэпбук «Домик здоровья», проведение дидактических и речевых игр по теме «Здоровье», подвижные игры.

Материалы и оборудование: тревожно-неопределенная музыка, танец-зарядка (слова М. Пляцковского, музыка В. Шаинского «Солнышко-лучистое»), шаблоны смайликов, песочные часы для выполнения на время заданий, обручи, нетрадиционное спортивное оборудова-

ние – «островки», для выполнения прыжков, предметные картинки полезных и вредных продуктов питания, предметные картинки для составления стихотворения о сохранении здоровья, корзина с малыми мячами, разрезные картинки для составления изображений видов спорта.

1-й этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, на днях я прочитала одну интересную легенду о самом ценном, о том, что необходимо каждому человеку, интересно ли вам это узнать? <i>«Давным-давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали думать, каким должен быть человек. Один бог сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть умным». Третий сказал: «Человек должен быть здоровым». Но один бог сказал так «Если все это будет у человека, то он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека».</i> – Как вы думаете, что это могло быть? (Его здоровье). <i>«Стали думать, решать, куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живет человек, пытаясь найти свое здоровье, да вот не каждый может найти друзей здоровья и сохранить его от врагов».</i> Воспитатель: – Ребята, а помогите мне разобраться, у нашего здоровья могут быть враги? – Кто они? (Вирусы, микробы, болезни). – А что нам помогает от них защищаться? (Таблетки, лекарства, крепкий иммунитет). – Знаком ли кому-нибудь из вас выражение «иммунитет»? Иммунитет – это защитная реакция организма. А известны ли вам способы укрепления иммунитета? (Вести здоровый образ жизни, закаляться, делать прививки). – Трудно ли сохранить дружбу с друзьями своего здоровья, чтобы оставаться всегда здоровым в любое время года и иметь крепкий иммунитет? Может, проверим, как можно с ними дружить? Уверена, мы с вами обретем очень верных и надежных друзей.	– Отлично, что тебе это известно! – Мне очень приятно было узнать ваше мнение, ребята! – Здорово, что вы это знаете. <i>Если дети отвечают неверно:</i> – Интересный вариант! – Кто еще как думает? <i>Если дети отвечают правильно:</i> – Точно! – Именно так! Как здорово, что ты это знаешь! <i>Если дети отвечают «не знаю»:</i> – А кому интересно узнать?

2-й этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Ребята, перед тем как мы отправимся навстречу к друзьям нашего здоровья, должна вам сообщить, что все задания мы будем преодолевать за определенное время. Помогут нам следить за временем вот эти песочные часы. На выполнение каждого задания отводится пять минут. Если мы справляемся с заданием за это время, то в конце получаем веселый смайлик. Если таких смайликов будет шесть, то мы имеем право обменять их на сюрприз. – Где нам удобнее будет провести нашу бодрящую тренировку, перед тем как встретиться с друзьями нашего здоровья? <i>Звучит музыкальный сигнал, (тревожно-неопределенная музыка). Дети шагают по залу. Выстраиваются в команду</i>	– Уверенна, у нас все получится!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
– Чтобы сильным быть и ловким, начинаем тренировку. А что нам поможет с утра стать бодрее? (Зарядка) С нее мы и начнем, готовы? Проводится игра «Веселая зарядка» – Утренняя разминка прошла успешно, и мы готовы встретиться со всеми друзьями нашего здоровья.	– Отлично! Вы показали свою отличную физическую подготовку. Уверена, вам понравится!

3-й этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Воспитатель: – Чтоб здоровье сохранить, Иммунитет свой укрепить, Нужно мыться непременно, Соблюдать – (гигиену). Гигиена – не мука, гигиена – не скука, а важная наука. И ее соблюдение – залог крепкого здоровья. I задание а) Эстафета «Убегаем от микробов» Каждый игрок из команды проползает через туннель. Воспитатель: – Будьте предельно внимательны, чтобы вас не атаковали вирусы. Микробы разные живут, И терпеливо, днём и ночью, Они детей повсюду ждут Противный маленький микроб. Ползет он тихо, как шпион, И натворит такого он! – В конце туннеля вас будет ждать задание. – Время пошло! (воспитатель переворачивает часы, включает музыку). б) Игра «Носители – помощники» Каждому игроку необходимо выбрать из предложенных картинок одну, которая относится к гигиене своего здоровья (мыло, зубная паста, деньги, полотенце, дверная ручка, зубная щетка, грязные руки, зубная нить, животное, шампунь, комар, вода, море, конфета, телефон, подушка, тапочки, носовой платок салфетка и т.д.) За выполненные задания согласно отведенному времени, команда получает смайлик. II задание а) Упражнение «Соблюдаем мы режим» Воспитатель: – Ребята, а с эти другом мы должны все успевать делать вовремя, соблюдая его правила. По будильнику встаю, Одеваюсь, чай я пью И вприпрыжку в детский сад, Там играть я очень рад. После сада погуляю, Дома в мячик поиграю, Все я выполняю сам Каждый день как по часам Коль по времени мы спим, Соблюдаем мы ...(режим).	– Здорово! Все справились с заданием. – Я рада, что вам это известно!

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
– Для чего необходимо соблюдать режим дня? Дети выполняют прыжки на двух ногах вперед через «островки, на которых изображены картинки «Утро, день, вечер, ночь». Внимание, время пошло! (воспитатель переворачивает часы, включает музыку). б) Игра «Мой режим дня» В конце пройденного режима дня детям необходимо взять по одной карточке с изображением действия, которое выполняется в разные части суток и соотнести ее с соответствующей иллюстрацией. <i>В конце дети получают смайлик, если по времени справились с заданием.</i> III задание Воспитатель: – Готовы к дальнейшему пути для встречи с друзьями нашего здоровья? Замечательно! Чтобы со здоровьем не расстаться, Надо всегда правильно... (питаться). – А что, по вашему мнению, значит правильное питание? Здоровью человека угрожают некоторые продукты питания, они находятся вместе с полезными продуктами. Что вы предложите сделать? а) Эстафета «Наведем порядок в питании» Перед игроками мячики двух цветов (красные – вредные продукты, зеленые – полезные). С помощью деревянной ложки необходимо взять мячик «Полезное питание» и не уронив отнести его в корзину. – Время пошло! (воспитатель переворачивает часы, включает музыку). б) Игра «Распредели продукты» Каждый игрок выбирает в конце эстафеты по одной карточке из предложенных продуктов с полезной и вредной едой и относит его к изображению веселого или грустного смайлика. В конце проведения эстафеты игроки должны назвать вредные и полезные продукты. <i>За вовремя выполненные задания команда получает смайлик.</i>	– А еще? – Вы отлично справились и с этим заданием. – Здорово! У вас все получилось! – Отлично, что вы это знаете! – Именно так! – Ура! Вы выполнили задание раньше звукового сигнала. – Какие вы быстрые!
IV задание Воспитатель: – Наше знакомство, переходящее в крепкую дружбу, продолжается, и я уверена, вы узнаете и подружитесь со следующим добрым знакомым.	– Верно, а еще? – Вы ловкие ребята, у вас все получилось! – Отлично, вы справились! – Это просто здорово! – Я согласна с вами. – Вы очень ловкие ребята! – У вас все получилось! – Какие интересные у вас пословицы!



Содержание	Обратная связь на высказывание детей
Мы физически активны, С ним мы станем быстры, сильны... Закаляет нам натуру, Укрепит мускулатуру. Не нужны конфеты, торт, Нужен нам один лишь... (спорт). – Какие виды спорта вам знакомы? Какими качествами обладают люди, занимающиеся спортом? а) Проводится эстафета «Обведи мяч» Каждый участник из команды обводит мяч ногой между фишками и возвращает его следующему игроку, передав эстафету. Воспитатель: – Внимание, время пошло! (воспитатель переворачивает часы, включает музыку). б) Игра «Собери картинку вида спорта» В конце эстафеты каждый игрок берет часть изображения и после прохождения эстафеты составляется целую картинку определенного вида спорта. За выполненное задание по времени команда получает смайлик. V задание Воспитатель: – Ребята, а какую роль для нашего здоровья играют Солнце, воздух и вода? Как можно закалять свой организм? (Принимать воздушные, солнечные ванны, использовать обливание, обтирание рук, ног, прохладной водой). – Знакомы ли вам пословицы об их удивительных свойствах для укрепления нашего здоровья? Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. С ними будем мы дружить, чтоб здоровыми нам быть! а) Проводится эстафета «Через ручеек» Каждый ребенок из команды проползает на животе по гимнастической скамейке. – Внимание, время пошло! (воспитатель переворачивает часы, включает музыку). б) Речевое упражнение «Составь и расскажи стихотворение» Из предложенных предметных схематичных изображений, каждый игрок берет по одному изображению и в конце команда составляет из них стихотворение о закаливании. Ты с красным солнцем дружишь, Волне прохладной рад, Тебе не страшен дождик, Не страшен снегопад. Ты ветра не боишься, В игре не устаешь, И рано спать ложишься, И с солнышком встаешь. За выполненное задание по времени команда получает смайлик. VI задание Воспитатель: – Ребята, вот интересно, какое у нас всех сейчас настроение? Ведь настроение тоже немаловажный друг для нашего здоровья. Как вы считаете? В процессе смеха улучшается дыхание, в мозг поступает больше кислорода. Во время смеха вырабатываются даже специальные обезболивающие средства. Предлагаю улучшить свое настроение!	

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
а) Эстафета «Веселый кенгуру» По команде каждый игрок команды прыгает с мячом, зажатым между ногами до обруча, допрыгав, кладёт мяч в обруч – Внимание, время пошло! (<i>воспитатель переворачивает часы, включает музыку</i>). б) игра «Собери пословицу» Команда составляет пословицы о здоровье, спорте из картинок. За выполненное задание по времени команда получает смайлик. Воспитатель: – Уважаемые будущие спортсмены и друзья здоровья уверена, что, если мы будем иметь крепкую дружбу с друзьями нашего здоровья, у каждого у нас будет крепкий иммунитет, словно эта крепость. В крепости хранятся некоторые ценности для нашего здоровья. Двери крепости откроются, в том случае, если мы имеем шесть смайликов. Предлагаю подсчитать количество полученных нами смайликов. – Ура! Мы можем обменять наши смайлики на ценности. – Интересно узнать какие? Тогда пробуем! На это задание у нас всего две минуты. Внимание, время пошло! (<i>воспитатель переворачивает часы, включает музыку</i>). Каждый игрок из команды подбегает к дверям крепости и в сундучке находят фрукты.	

4-й этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей
– Ребята, нам удалось стать верными друзьями своего здоровья и трудно ли сохранить с ними дружбу навсегда? – Какие препятствия вы преодолевали с трудом? – Что больше всего понравилось? – Почему нам удалось справиться со всеми трудностями? – Кому и что расскажите о нашей сегодняшней игре? – С кем бы вы поиграли в такую игру? – Я так рада, что у вас все получилось!	– Согласна, а еще? – Здорово, что это задание было для вас интересно! – Верно, именно так!

Литература

1. Амосов Н.М. Моя система здоровья., – Киев: Здоровья, 1997. – 56 с.
2. Егоров Б. Здоровый дошкольник. Физическое развитие в игровой деятельности / «Издательские решения», 2020.
3. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: Проблемы и пути оптимизации: Материалы Всероссийского совещания «Пути оптимизации здоровья и физ. развития детей в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 17-19 янв. 2001 г. / [Отв. ред. Т. И. Оверчук]. – Москва: Гном и Д, 2002. – 319 с.
4. Иванова Н.В., Сон С.Л., Шипошина Т.В. «Сказки Страны здоровья» – Беседы с детьми о здоровом образе жизни – Издательство: Сфера, 2019. – 128 с.
5. Петренко В.В. «Сказкотерапия. Загадка детского здоровья» / Издательство: Амрита, 2020.

ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО!

ЛЭПБУК. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

Тимошенко Галина Геннадьевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 96 ОАО «РЖД», г. Ростов-на-Дону

* * *

Здоровье – это здорово.mp4

<http://cloud.mail.ru/public/W8Ga%2FnqsGV2kq3>

Актуальность. Будущее страны напрямую зависит от ныне подрастающего поколения, поскольку именно дети будут строить новый мир. Для этого важно, чтобы и педагоги, и родители уделяли здоровью детей и формированию представления о здоровом образе жизни большое внимание. Тема здорового образа жизни была всегда актуальна, а тем более в настоящее время в период пандемии, именно поэтому у педагогов ЧДОУ Детского сада № 96 ОАО «РЖД» возникла идея создать информационно-дидактическое пособие о ЗОЖ для воспитанников.

Для практического применения здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками был разработан лэпбук «Здоровье – это здорово». Данное пособие будет интересно учителям, воспитателям, родителям. Оно просто в изготовлении и выполнить его может каждый взрослый.

Лэпбук – сравнительно новое средство обучения. Лэпбук – это книжка-раскладушка с кармашками, дверками, окошками, вкладками и подвижными деталями, в которую помещены материалы на одну тему. Это доступная и наглядная «энциклопедия» для дошкольников в изучении и закреплении определенной темы из любой образовательной области. Это интегративный механизм, помогающий провести проектно-исследовательскую деятельность, в процессе которой ребенок участвует в поиске, анализе и сортировке информации.

Лэпбук отвечает требованиям ФГОС дошкольного образования к пространственной предметно-развивающей среде:

- информативен (в одной папке можно разместить достаточно много информации по определенной теме, а не подбирать различный дидактический материал);
- полифункционален: способствует развитию творчества, воображения, есть возможность использовать его как с подгруппой детей, так и индивидуально;
- вариативен (существует несколько вариантов использования каждой его части).

Задачи: закреплять знания детей о полезных и вредных привычках, о режиме дня; приобщать дошкольников к различным видам спорта; развивать умение отгадывать загадки и решать проблемные ситуации, связанные со здоровьесбережением; формировать у детей навыки личной гигиены, понимание, что здоровье и чистота тесно связаны между собой.

Возраст детей: старший дошкольный.

Каково содержание лэпбука? Лэпбук «Здоровье – это здорово» состоит из трех основных частей и пяти рабочих поверхностей. Он сделан из картона, обклеен бумагой-самоклеякой. Вну-



три расположены кармашки, книжки-раскладушки разной формы с играми, сказками, загадками, наборами заданий для детей здоровьесберегающего содержания (*Приложение, фото 1*).

Первый разворот: здесь карман, в котором спрятаны сказки о здоровье и ЗОЖ, часы «Режим дня», и кармашек с загадками о предметах гигиены, которые можно использовать в НОД и совместной деятельности с детьми, еще есть раскладная картинка «Спорт», а также рубрика «Путь к закаливанию», где последовательно изображены все виды закаливания организма человека.

На второй странице – игротека: в четырех карманах собраны настольные игры: разрезные картинки, лабиринты и лото для самостоятельной детской деятельности.

Следующий разворот посвящен здоровому питанию: образцы овощей и фруктов для лепки, «Витаминная корзина», книжка-малютка «Овощи, фрукты, ягоды».



Игра «Полезная и вредная еда»

Цель: закрепление знания детей о полезных и вредных продуктах.

Задачи: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.

Необходимо разложить и назвать полезные и вредные продукты: в кастрюлю – полезные продукты, а в мусорную корзину – вредные продукты.

Следующий разворот: «ЗДОРОВЬЕ» – за каждой буквой скрывается картинка – «составляющая».

Конвертик «Здоровье в порядке – спасибо зарядке» – самый любимый у ребят, в котором собраны картинки с изображением упражнений. Дети должны выполнить то движение, которое изображено на картинке. На этой странице также «Полезные советы доктора Айболита», раскладушка «Правильная осанка» и конвертики «Полезные и вредные привычки».

На последней странице расположился подробный «Режим дня дошкольника», который ребята не перестают изучать, сверяя по нему каждый свой день. В специальных окошках можно много раз писать и стирать время, соответствующее определенному режимному моменту. (*Приложение, фото 10*).

Лэпбук «Здоровье – это здорово» позволил разнообразить работу по формированию представления о ЗОЖ у воспитанников, повысился познавательный интерес у детей. Ребята с интересом используют лэпбук в организации самостоятельной игровой деятельности. Благодаря такой форме практической деятельности дети стали лучше ориентироваться в режиме дня. У воспитанников сформированы необходимые компетенции, в т.ч. о полезной и вредной еде, витаминах, которые содержатся в полезных продуктах, навыках личной

гигиены, желание вести здоровый образ жизни: быть на свежем воздухе, заниматься спортивными играми, улучшать свои результаты по освоению основных видов движений, испытывать чувство радости и удовольствия от состояния быть здоровым.

АЙБОЛИТ И СЕМЕРО ЗАЙЧАТ

СКАЗКА О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

*Ветрова Анастасия Юрьевна,
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

*** * ***

Цель: формирование и распространение идеи здорового образа жизни.

Задачи:

- привить полезные привычки, расширить представление о гигиене как о важном факторе здоровья;
- развивать артистические способности, речь, выразительность мимику, жесты, память, внимание, мышление.
- воспитывать ответственность за свое здоровье, интерес к театрализованной деятельности.

Действующие лица:

- рассказчик (голос за кадром),
- медсестра,
- доктор Айболит,
- Зайчиха,
- зайчата.

Оборудование: костюмы персонажей.

Доктор Айболит сидит под деревом. Рассказчик начинает рассказ.

Рассказчик:

Добрый доктор Айболит,
Он под деревом сидит.
Приходи к нему лечить
И простуду, и COVID.
Всех излечит, исцелит,
Никогда не навредит!

Ведущий:

И прибежала к Айболиту Зайчиха молодая.
У зайчат случилась беда большая.

Айболит:

Зайчата, немедленно успокойтесь.
Не кричите, не ревите,
Что случилось, расскажите.
И я вас тот час осмотрую,
Если потребуется – помощь окажу.

1 зайчонок:

Наши ножки болят, наши ручки болят,
Мы с постели встать не можем.
Ждем – ну кто же нам поможет?!

2 зайчонок:

Мы сил совсем лишились,
Не можем есть и пить.
Когда же, добрый доктор,
Ты нас начнешь лечить?!

Айболит:

Вам зарядку надо делать:
Бегать, прыгать и играть.
А еще вам витамины необходимо принимать.
И соблюдение режима, разумеется, необходимо.

3 зайчонок:

А у меня живот болит:
Крутит, вертит и бурлит.

Айболит:

А скажи-ка, милый мой,
Ты руки мыл перед едой?
Главный рецепт от живота –
Гигиена! Проще, чистота.

4 зайчонок:

Мой зуб качается, болит,
Добрый доктор Айболит,
А во рту, смотри, прыщи,
Что же делать, подскажи.

Айболит:

Да... про щетку, и про пасту
Видно ты забыл, дружок.
У тебя же стоматит!
И кариес тебе грозит...
Регулярно чисти зубы,
А иначе худо будет!

5 зайчонок:

Мои глаза меня подводят:
Плохо видят и болят!
Не разглядеть мне на экране.
Ни корову, ни котят!

Айболит: *Обращается к Зайчихе.*

Ограничьте телевизор,
(*Обращается к зайчонку*):
В компьютер долго не играть,
Детским глазкам очень нужно
От экранов отдыхать.

6 зайчонок:

Кашляю я и чихаю,
То мне жарко, то озноб!

Айболит:

Да у тебя ж температура,
Тридцать девять, мой дружок!
Здесь, разумеется, простуда:
ОРВИ или бронхит.
Срочно маску надевай,
Никого не заражай!

Медсестра:

Для тебя сироп, таблетки,
Два раза в сутки принимать.
И до снижения температуры
С постели не вставать!

7 зайчонок:

Меня замучила чесотка
Я весь чешусь то тут, то там!
И от этого три ночи
Я совсем не спал!

Айболит:

Для тебя совет простой –
Почаще в душ ходи, мой дорогой.
Шампунь и мыло, и вода
Твои верные друзья.
Ты о них не забывай,
Ежедневно применяй.

Зайчиха:

Спасибо, доктор Айболит,
Теперь у зайчат ничего не болит!
Не кашляют и не чихают,
Их глазки здоровые за всем наблюдают!
Руки, ноги не болят,
Есть и пить они хотят.
Зубы щеткой с пастой вычищают!
А за животики хватаются,
Лишь только когда смехом заливаются!

Все зайчата:

Мама, мы совсем не слушались тебя,
Вот и пришла в наш дом беда.
Это будет нам уроком.
Здоровьем надо дорожить,
Чтоб счастливо на свете жить.

1 зайчонок

Купить можно много:
Игрушку, компьютер,
Но только здоровье
Купить невозможно.

3 зайчонок

Оно нам по жизни
Всегда пригодится.
Заботливо надо
К нему относиться.

Айболит:

А мне пора,
Будьте здоровы, детвора.
О правилах здоровья не забывайте,
Их ежедневно соблюдайте!

Песня «Песенка про доктора».

1.

Хорошо здоровым быть, только так случается,
Что капризный организм очень устает.
То кружится голова, то кашель начинается,
А потом температура все рекорды бьет.

Припев:

*Что же делать? Как же быть?
Что же делать? Как же быть?
Знают даже дети.*

*Нужно доктору звонить,
Он же знает, как лечить
Все болезни эти.*

2.

Есть болезни разные: легкие, опасные.
Их без умного врача нам не победить.
И как доктор Айболит, каждый врач добро творит.
Всех излечит, исцелит, если что болит.

РАКЕТА ЗДОРОВЬЯ

ДЫХАТЕЛЬНЫЙ ТРЕНАЖЕР

*Ворончихина Марина Владимировна, педагог-психолог
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

* * *

Актуальность. Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач дошкольного образовательного учреждения и семьи. В настоящее время отмечается увеличение детей дошкольного возраста с различными отклонениями в состоянии здоровья, снижением сопротивляемости организма.

В настоящее время существует много новых здоровьесберегающих технологий. Наряду с общепринятыми мероприятиями (утренняя зарядка, физическая деятельность, прогулки, закаливание после дневного сна) эффективной профилактикой снижения заболеваемости детей, является дыхательная гимнастика.

Известно, что COVID-19 часто поражает лёгкие, поэтому дыхательные упражнения стали актуальны сейчас как никогда – они помогают детям и взрослым быстрее выздороветь и восстановиться после болезни.

Дыхательный тренажер «Ракета здоровья». (Приложение 1)

Цель: помощь при восстановлении дыхания после перенесения вирусного заболевания.

Задачи:

- учить ребёнка направлять воздушную струю;
- развивать физиологическое дыхание ребёнка;
- воспитывать положительное отношение к ЗОЖ.

Ход упражнения: педагог объясняет и показывает ребёнку, как делать глубокий вдох через нос или рот, затем делать выдох. Следит, чтобы во время выдоха ребёнок не надувал щёки и выдыхал до тех пор, пока не закончится воздух.

Можно устроить соревнования: чья ракета взлетит выше.

Необходимый материал: шаблон «ракета» для раскрашивания, цветные карандаши, трубочки коктейльные большего и меньшего диаметра, скотч канцелярский, ножницы.

Этапы изготовления: (Приложение 2)

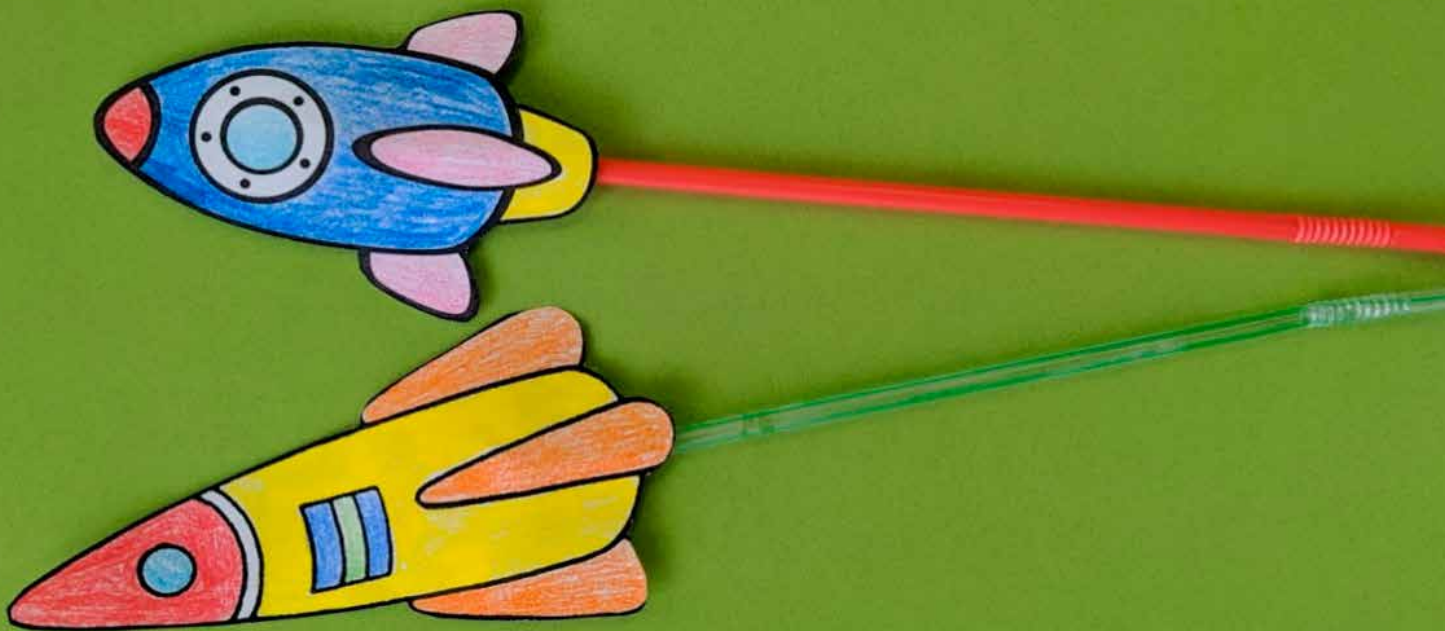
1. Нарисовать или распечатать готовые шаблоны ракет.
2. Раскрасить и вырезать бумажные ракеты.
3. Разрезать ножницами коктейльные трубочки большего диаметра, сделав их одной длины.
4. Заклеить скотчем один конец трубочки и прикрепить её на обратной стороне ракеты.
5. Вставить в конструкцию коктейльную трубочку меньшего диаметра.
6. Рассмотреть полученную конструкцию.
7. Обсудить с детьми проблемную ситуацию:
 - От чего взлетает ракета?
 - Чья ракета взлетела выше и почему?
 - Как это зависит от дыхания ребенка?
 - Какой можно сделать вывод? (Я здоров, у меня здоровое дыхание, сильная воздушная струя...).

Литература

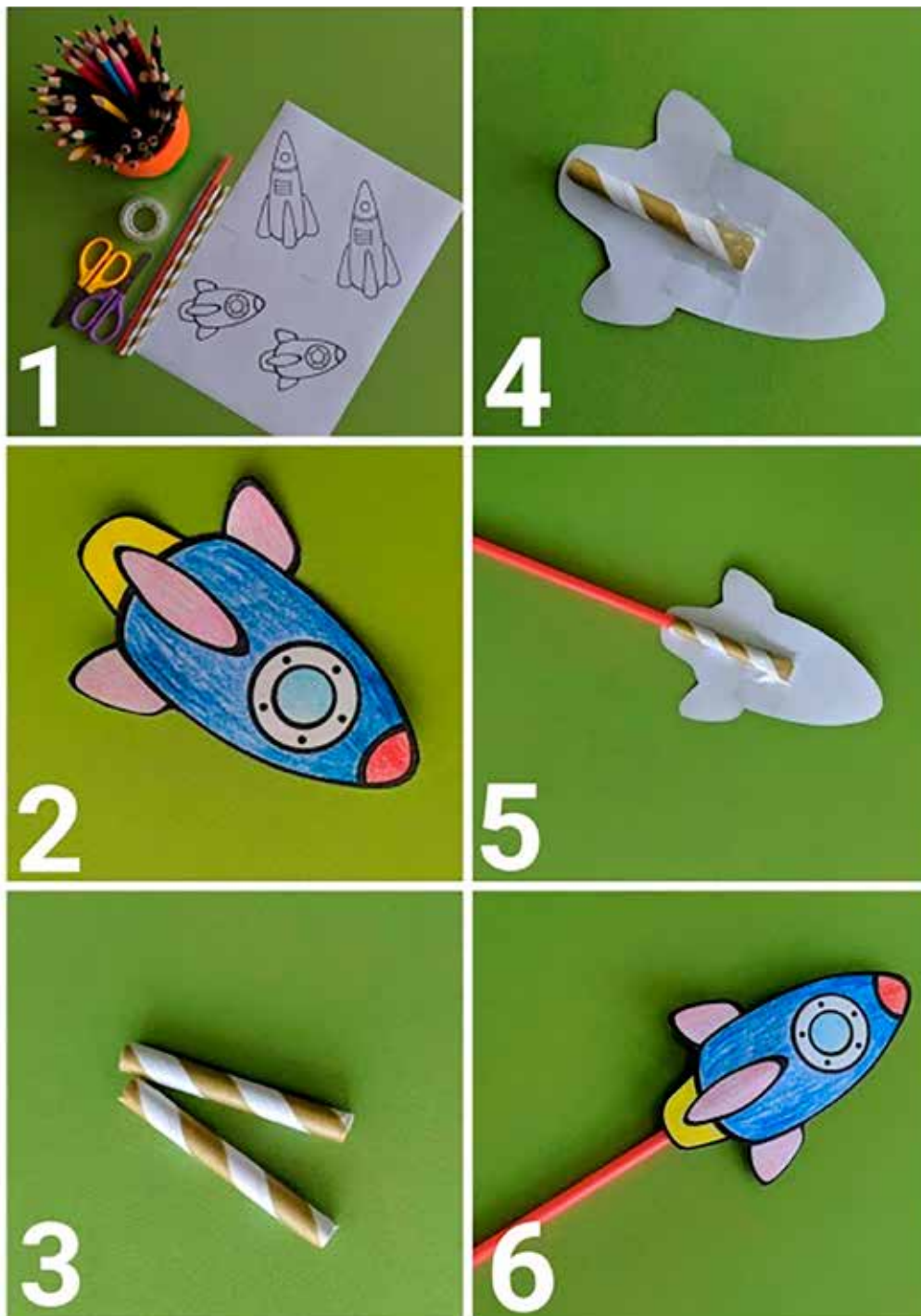
1. Амосов Т.Ю. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. – М: Рипол Классик, 2008. – 562 с.
2. Гомзяк О.С. Говорим правильно в 5-6 лет. Конспекты фронтальных занятий 1 периода обучения в старшей логогруппе /. – Спб.: Издательство ГНОМ и Д, 2009. – 128 с.
3. Картушина М.Ю. Логоритмические занятия в детском саду: Сценарии занятий с детьми 6-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 174 с.

Приложение 1

РАКЕТА ЗДОРОВЬЯ Дыхательный тренажер



ЭТАПЫ ИЗГОТОВЛЕНИЯ



С ЗУБКАМИ НУЖНО ДРУЖИТЬ

ИНСЦЕНИРОВКА СКАЗКИ

*Кривошлыкова Марина Анатольевна, воспитатель
ЧДОУ Детский сад № 98 ОАО «РЖД», г. Тимашевск*

* * *

Актуальность. Не секрет, что для ребенка чистка зубов – ритуал, с раннего детства приучающий его заботиться о себе, о чистоте зубов и ротовой полости, и в общем о своем организме. Здоровье в будущем во многом зависит от того, как человек относился к молочным зубам в детстве с момента их появления. И, конечно, мы, педагоги ЧДОУ Детского сада № 98 ОАО «РЖД», хотим привить эту полезную привычку нашим воспитанникам. Однако часто родители могут сталкиваться со сложностями в этом, казалось бы, обыденном и таком важном, деле.

Возраст детей: старший дошкольный возраст.

Цель: дать знания о том, что чистота – залог здоровья.

Задачи: продолжать формировать представления детей о своем организме; выявить имеющиеся у детей знания, подвести их к пониманию того, почему важно ухаживать за зубами; дать элементарные знания о профилактике заболеваний зубов; воспитывать умение и желание ухаживать за зубами.

Предварительная работа: загадывание загадок, знакомство с правилами ухода за зубами, дидактическое упражнение «Щетка для Буратино», дидактическая игра «Уроки Мойдодыра», игровое упражнение «Что полезно, а что вредно для зубов».

Оборудование: костюмы героев сказки, макет домика бабушки.

Действующие лица: автор, зубики, Ванечка, бабушка.

Ход инсценировки

Автор:

– Жили-были зубки. Жили они, не тужили во рту у Ванечки. Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только недолго они радовались. Плохой им хозяин достался. Он их почти совсем не чистил. Ванечка вообще очень не любил умываться. Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства.

Зубки передние:

– Мы слышали, что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем.

Ванечка:

– Как так? Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть!

Автор:

– И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала.

Ванечка:

– Бабуля, а, правда, что зубки могут обидеться и уйти?

Бабуля:

– Конечно, правда, зубки всегда обижаются, если их не чистят. Они начинают болеть и выпадать.

Ванечка:

– Выпадать? Это как?

Бабуля:

– А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина.

Автор:

– Задумался Ванечка, а потом и спрашивает:

Ванечка:

– Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов!

Бабуля:

– Тогда тебе надо с ними помириться.

Зубки:

– Да, давай мириться, давай. Почисти нас, и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим, мыться утром и вечером.

Ванечка:

– Хорошо.

Автор:

– С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.

Литература

1. Карепова Т.Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников». – Волгоград: Издательство «Учитель», 2020. – 169 с.

ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ МЕТОД РАБОТЫ С ДЕТЬМИ 7-10 ЛЕТ

*Коновалова Елена Викторовна, педагог-психолог
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск*

*** * ***

Актуальность. Мы живем в эпоху экономических кризисов и социальных перемен. Тем не менее, в одних и тех же обстоятельствах мы ведем и чувствуем себя по-разному. На некоторых людей жизненные сложности действуют угнетающе, приводят к ухудшению здоровья. У других те же проблемы способствуют пробуждению скрытых ранее ресурсов, духовному совершенствованию – как бы вопреки экстренным ситуациям.

Ребенок же беспомощен в этих ситуациях, но мудрость взрослых дает ему защиту, так как именно окружающие ребенка взрослые способны создать приемлемые условия для его полноценного развития. Основой такого развития является психологическое здоровье, от которого во многом зависит здоровье в целом. Поэтому проблема сохранения психологического здоровья является актуальной. И на мой взгляд, наиболее эффективными в поддержании и сохранении детского психологического здоровья являются методы гештальт-терапии.

Актуальны методики гештальт подхода еще и тем, что дети испытывают трудность в свободном проявлении своих желаний и потребностей. Гештальт-терапия включает и обучающий компонент – некоторые дети не знают названия чувств, и тогда целью педагога-психолога является – объяснение: какие бывают эмоции, зачем они нужны, чем отличаются друг от друга, как они связаны с телом и выражаются с помощью мимики и мышц.

С детьми работа происходит в процессе совместной творческой деятельности ребенка и педагога-психолога, которая способствует выражению себя, своих истинных чувств, а это часто является одной из самых больших «нехваток» в жизни детей. Через экспериментальное взаимодействие ребенка и взрослого, где много экспрессии, творчества, создается особое про-

странство, благодаря которому ребенок может раскрыть свой внутренний мир, стать более гибким в поведении, свободно осуществлять выбор, принимать решения. Он приобретает новый эмоциональный опыт при выражении своих чувств без оценки и наказаний, а также ресурсы для того, чтобы научиться реагировать по-новому.

Методы, представленные в данной разработке, разнообразны как по форме проведения: групповые и индивидуальные, так и по используемым ресурсам: рисуночные, скульптурные, игровые, методы по развитию сенсорного опыта и т.п. Однако большинство методик основаны на использовании проекции (рисование, лепка, рассказывание историй, разыгрывание сцен, работа с метафорами и т.п.), которые в символической форме позволяют ребенку выразить свои чувства и завершить незавершенные ситуации.

При выборе психотерапевтических методов в работе с детьми учитываются также этап психического развития ребенка и его возрастные особенности. Огромную роль играет личность самого педагога-психолога. *«Вернись к своим истокам и вновь ребенком стань»* – вот основной лозунг детской гештальт-терапии.

Методы, методики и техники гештальт-терапии в работе с детьми 7–10 лет

В детской психотерапии выделяются 2 принципиальные ориентации, которые можно отнести и к гештальт-терапии:

- работа непосредственно с ребенком;
- работа с его социальным окружением (в первую очередь, с семьей и детским коллективом).

Существует несколько классификаций методов психотерапии. В работе с детьми, используются индивидуальные и групповые методы. Преимущество группы в работе с детьми заключается в том, что она представляет собой своеобразный островок мира, в котором можно исследовать поведение и опробовать его новые формы. Групповая работа создает идеальную обстановку для детей, нуждающихся в освоении навыков социальных контактов. В группе ребенок может осознать, как он взаимодействует с другими детьми, научиться брать на себя ответственность за свои поступки, испробовать новые формы поведения.

Кроме того, каждый ребенок нуждается в связи с другими детьми, чтобы убедиться, что и другие испытывают сходные чувства и сталкиваются со сходными проблемами. Групповые методы наиболее часто встречаются в работе с подростками. По критерию используемых материалов и техник существует несколько классификаций методов. Так, детский психотерапевт К. Бремс описывает следующие группы методов работы с детьми в психотерапии:

- игровая терапия;
- рассказывание историй;
- графические и скульптурные художественные методы;
- поведенческие техники.

В. Оклендер выделяет:

- рисуночные методы (*рисование на заданную тему, на свободную тему, групповой рисунок, живопись с помощью пальцев, с использованием ног*);
- скульптурные методы (*поделки из глины, пластическое моделирование, поделки из теста, дерева, коллажи, карты*);
- сочинение рассказов, поэзия;
- методы по развитию сенсорного опыта;
- драматургическое творчество (*разыгрывание сцен, релаксация, медитация, движения тела*);
- игровая терапия (*игры с песком, куклами, и т.п.*).

Таким образом, В. Оклендер, будучи представителем гештальт-терапии, выделяет классификацию методов работы с детьми, применяемые в любом психотерапевтическом направлении (художественные и скульптурные методы, сочинение рассказов, стихов и игровую терапию), не рассматривает поведенческие методы и выделяет отдельно особые методы: драматургическое творчество и методы по развитию сенсорного опыта. Остановимся на них более подробно, т.к. они наиболее приближены к основной задаче гештальт-терапии – помощь в осознании того, что с ним происходит «здесь и сейчас», осознания себя, своих чувств, потребностей.

Согласно В. Оклендер, «драматургическое творчество (разыгрывание сцен, ролевые игры, пантомима) помогает детям становиться ближе к самим себе, потому что позволяет выйти за пределы самих себя. Это на первый взгляд противоречивое утверждение на самом деле верно. В ролевых играх дети никогда не покидают самих себя по-настоящему. В условиях драматургической импровизации дети получают возможность улучшить способность осознавать свое тело воображение, чувства.

Драматургия естественно превращается в средство, помогающее ребенку отыскать потерянные, скрытые области своего «Я» и выразить их, что способствует формированию индивидуальности и уверенности в себе. Особо В. Оклендер выделяет группу методов по развитию сенсорного опыта. Этот опыт восстанавливает и укрепляет осознание ребенком тех основных чувств, которые он открывает для себя в младенчестве (зрение, слух, осязание, вкус и обоняние), через эти виды восприятия дети осознают самих себя о контактируют с миром. Однако в своем дальнейшем развитии многие люди утрачивают полноту осознания своих ощущений. Сюда можно отнести упражнения на релаксацию, медитацию, движения тела.

Некоторые авторы (Дж. Миллс, Р. Кроули, Д. Бретт) выделяют отдельный метод работы с детьми – работу с метафорами. Используя привычную для ребенка форму, терапевтическая метафора прячет свою истинную цель в ткани рассказа. Последнее десятилетие было отмечено большим количеством исследований использования метафоры для лечения как детей, так и взрослых. Примером этого метода может служить техника рассказывания психотерапевтических историй Д. Бретт.

Детям рассказываются истории, где в основе лежат реальные детские проблемы (страх темноты, застенчивость, гиперактивность и т.п.), присутствует герой, похожий на ребенка, но в ткань повествования вплетаются моменты «более здоровой адаптации», которые отсутствуют в жизни ребенка. Косвенные метафоры дают ребенку возможность отвлечься от своей болезни или проблемы и активизируют его ответные реакции, исключая воздействие уже сложившихся на сознательном уровне установок.

Большое значение имеют художественные методы. Немецкий психотерапевт Г. Шоттенлоэр выделяет следующие преимущества терапии рисунком и образом:

- рисование и лепка в большей степени, нежели речь, допускают непосредственное выражение снов, фантазий и других видов внутреннего опыта, который скорее проявится в картинах, нежели в словах;
- проекции, привнесенные в рисунок, с существенно большей легкостью минуют внутреннюю цензуру, чем выраженные вербально, что ускоряет терапевтический процесс;
- творения сохраняются в течении длительного времени, не изменяясь, их содержание не может быть забыто, и авторство трудно отрицать, всплыв однажды из бессознательного, они продолжают работать;
- обеспечивается автономия рисующего ребенка, который учится с каждым разом все лучше обходиться со своими рисунками и использовать их для собственного лечения и развития.

Так, со временем отношение к рисункам (а значит, и к внутреннему миру) освобождает от зависимости сопровождающей терапии:

– часто рисуящие дети обнаруживают в своих картинах такую силу, мощь и жизненность, каких до этого в себе не ощущали – это укрепляет их веру в себя и свою способность успешно решать все проблемы;

– расширяются и углубляются коммуникативные возможности ребенка, доступ к себе и другим при помощи слов часто бывает закрыт, бессознательно и легко язык рисунка проникает, способствует осознанию, ободрению и обогащению.

Таким образом большинство методик, используемых в работе с детьми, основаны на использовании проекции. Дети проецируют на рисунок, поделку или персонажей рассказа то, что чувствуют сами, когда они не в состоянии оказаться лицом к лицу с тем фактом, что они сами испытывают эти чувства. Кроме того, проекция лежит в основе всех видов художественного и научного творчества. Для психотерапии это очень важное обстоятельство. Поскольку проекция отражает наш собственный опыт, наши знания и проблемы, исследование проекции позволяет получить ценные данные о нашем ощущении самих себя. То, что ребенок выражает через различные образы в «отдалении», может отражать его фантазии, тревоги, страхи, фрустрации, отношения, импульсы, обиды, желания, потребности и чувства. Все это – ценный материал, с которым надо обращаться очень бережно.

Часто проекция представляет собой единственный путь, посредством которого ребенок проявляет себя. В. Оклендер очень метко пишет о выборе методов работы с детьми: «моя задача заключается в том, чтобы предоставить им средства, которые позволят открыть все окна и двери в их внутренний мир. Мне необходимо использовать методы, позволяющие детям выражать свои чувства, чтобы с ними вместе работать над этим материалом. Таким путем ребенок может завершить незавершенные ситуации, обрести возможность выбора и облегчить ношу, которая становится все тяжелее по мере того, как идет время».

При выборе психотерапевтических методов учитывается этап психического развития ребенка, его возрастные особенности. Авторы так называемой ленинградской школы А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, Э.Г. Эйдемиллер и др., занимавшиеся проблемами детской психотерапии, утверждают, что использование психотерапевтических методов и их сочетание в конкретных индивидуальных (семейных) психотерапевтических программах определяется этапом нервно-психического развития ребенка.

Они выделяют 5 этапов:

1. период самоутверждения, становления личности, ее самооценки и системы отношений – 2,5–4 года;
2. период застенчивости – 4–7 лет;
3. период адаптации в массовой школе – 7–8 лет;
4. период адаптации личности в коллективе – 9–11 лет;
5. подростковый период – 11–20 лет.

Данная классификация указывает на основные проблемы становления личности на разных возрастных этапах. По мнению вышеназванных авторов, ведущая тенденция в психотерапии детей переход от симптомоцентрированных к личностноцентрированным методам по мере их взросления. Чем младше ребенок, тем менее нозологическим дифференцированы его нервно-психические расстройства и тем труднее их психотерапевтическая коррекция.

Рассмотрим кратко особенности психотерапии на ранних возрастных этапах и на этапе подросткового возраста, т.к. они представляют собой особые возрастные категории со своей спецификой работы. В случае наличия проблем у маленьких детей (4–5 лет) почти наверняка в семье имеются какие-нибудь проблемы, на которые ребенок реагирует, и этим объясняется его поведение, вызывающее беспокойство окружающих. Одной из распространенных причин нарушений в раннем возрасте является депривация – недостаточный контакт со значимыми объектами.

Первоначальный телесный опыт в условиях депривации может быть источником сильной фрустрации у ребенка, так как в первые месяцы жизни телесный опыт – почти единственное, с чем в контакте человек. Нарушения контакта со средой выражаются в том, что часть потребностей, которые развиваются на базе врожденных программ развития организма, не удовлетворяются, или удовлетворяются неподходящим способом. В этом случае связанные с этими потребностями переживания соматического плана, чаще всего негативные, проецируются в окружающий мир, так как человек еще не разделен с миром и находится в слиянии с ним. В результате фрустрирующего, неудовлетворительного ответа среды не только формируется негативный опыт, но и блокируется возможность выработки новых вариантов творческого приспособления в связи с потребностью, так как ответ уже получен. Негативный опыт проецируется на мир в недифференцированном виде, и образуют систему «фрустрирующего окружения», которое позднее ляжет в основу чувства отсутствия базового доверия к жизни.

Для таких детей наиболее приемлемой формой работы является игра, совмещенная с семейной терапией и разнообразные телесные техники. Немного отличной является и работа с подростками. Многие психотерапевты, понимая, что подростки, обнаруживающие нарушение поведения, – жертвы семейной ситуации, считают, что если в семье не произойдет терапевтически значимых изменений, подростку нельзя оказать существенной помощи. Проблемы поведения детей, которые служат причиной обращения к психотерапевту: агрессия; гнев; гиперактивность; замкнутость; страхи различной природы; стрессовые ситуации или травматический опыт; чувство одиночества; непринятие коллективом («одиночки»); аутизм; вина; отношения с сиблингами.

Для всех детей и подростков полезен опыт «самоподдержки», который может быть приобретен в процессе терапии. Чем старше ребенок, тем больше зрелости и знаний он вносит в терапевтический процесс. Очень хорошо для работы с подростками зарекомендовали себя групповые методы работы. Некоторые подходы и определенные виды деятельности более пригодны для того или иного возраста, некоторые методы более эффективны при групповых занятиях, в то время как другие дают лучший результат в индивидуальных. Однако большая часть методов может быть адаптирована применительно к любому ребенку и любой ситуации. Работа с детьми в любой области требует очень тонкого, чуткого и осторожного подхода. В своей жизни ребенок, как правило, испытывает хроническую нехватку в чем-то жизненно необходимом. Когда он не может удовлетворить желание, все его поведение организовано так, чтобы получить то, в чем он нуждается. Однако, его способы, которыми он пользуется, устарели или являются неадекватными ситуациями. Когда ребенок «психологически здоров», он осуществляет свои желания, обращаясь к своему окружению, через «контакт» с этим окружением (с семьей, школой и т.д.). Хороший контакт заканчивается удовлетворением желания и возможностью усвоить опыт ситуации. А вот нездоровье рождается из-за хронического прерывания контакта, остановки. В работе с ребенком гештальт-терапевт через игру, рисование и творчество исследует, что мешает ребенку осуществлять его желания, делать что-то важное для себя и заставляет прерывать контакт. Лепить, рисовать, бросать дротики, клеить коллажи, конструировать – пожалуйста, главное, найти «язык», на котором ребенок захочет разговаривать, чтобы выразить то, что его беспокоит. Через экспериментальное взаимодействие ребенка и взрослого, где много экспрессии, творчества, создается особое пространство, благодаря которому ребенок может раскрыть свой внутренний мир, стать более гибким в поведении, свободно осуществлять выбор, принимать решения. Ребенок приобретает новый эмоциональный опыт при выражении своих чувств без оценки и наказаний, а также ресурсы для того, чтобы научиться реагировать по-новому.

Совместная творческая деятельность ребенка и психотерапевта способствует выражению себя, своих истинных чувств, а это часто является одной из самых больших нехваток в жизни не только детей, но и взрослых. Психолог становится строителем внутреннего мира ребенка,

через их уникальные встречи и накопленный опыт сеансов. Тем, кто работает с детьми, никогда не стоит забывать эпиграф: «Вернись к своим истокам и вновь ребенком стань». Умение вернуться к «ребенку в нас» – поистине бесценное качество. Это происходит, когда мы оживляем свои счастливые детские воспоминания и забавные фантазии или наблюдаем за детьми, играющими в парке, на пляже или в школьном дворе. Это помогает нам заново припомнить особенности детской непосредственности восприятия и использовать их как важный терапевтический инструмент. В итоге, мне хотелось бы привести высказывание В. Оклендер, которое очень четко характеризует все то, что было описано выше.

«Дети – самые тонкие наши учителя. Они знают, как им развиваться, как обучаться, как расширять область знаний и открытий, как чувствовать, смеяться, плакать, сердиться, понимать, что для них правильно, а что нет, в чем они нуждаются. Они знают, как любить, веселиться и наслаждаться жизнью во всей ее полноте, работать и быть сильными и энергичными. Они (как и ребенок внутри каждого из нас) просто нуждаются в пространстве, в котором все это можно осуществить»..

Литература

1. Бремс К. Полное руководство по детской психотерапии. Пер. с англ./М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 640 с.
2. Бретт Д. «Жила-была девочка, похожая на тебя...»: Психотерапевтические истории для детей/Пер.с англ. – М.: Класс, 2008. – 224с.
3. Вайолет Оклендер «Окна в Мир ребенка»
4. Ван Дамм П. Вклад гештальта в детскую психотерапию [Электрон. ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyinst.ru/library.php?part=article&id=71>.
5. Ван Дамм П. Оценка эффективности психотерапевтического сопровождения ребенка с проблемами//Гештальт-терапия с детьми, вып.1/Под ред. Н.Кедровой. – М.: Московский гештальт институт, 2002, с.33-36.
6. Гертруда Шоттенлоэр «Рисунок и образ в гештальттерапии»
7. Осипова А.А. «Общая психокоррекция» Учебное пособие, М: СФЕРА, 2002г, 510 с.

Приложение

Упражнение 1

Выбрав себе партнера, дети садятся друг напротив друга, а перед ними лежит большой лист бумаги. Посередине лист разделен ширмой, например, из картона или пенопласта. Ширма должна стоять так, чтобы учащиеся не видели вторую половину листа напарника, а также в центре листа должно оставаться свободное пространство.

Начинаю практику с короткой медитации, релаксации или беседы на отвлеченную тему, настройки или расслабления. Затем предлагаю детям рисовать на определенную тему. Например, изобразить события, произошедшие с ребенком в течение дня или недели, или передать в рисунке свое настроение. Разговаривать во время рисования не рекомендуется. Через некоторое время, когда большинство детей закончили свои рисунки, предлагаю убирать ширмы и даю ребятам время присмотреться к получившемуся изображению партнера и выяснить, как оно соотносится с собственным рисунком. Это тоже делается молча. Через некоторое время следует инструкция – завершить общий рисунок совместно, заполнить свободное пространство, соединяющее две части. При этом надо как можно меньше вторгаться в готовые рисунки, а лучше не делать этого вовсе

Упражнение 2

Двум учащимся дается один большой лист бумаги. Каждый выбирает себе эмоциональное состояние: «я в ярости... я печален... я устал... я радуюсь...» и соответствующий цвет. Затем дети начинают выражать это состояние в рисунке, не прибегая к помощи слов. Некоторое время каждый работает лишь на своей стороне листа, чтобы получить возможность верно выразить свои чувства и сжиться с ними, а также подготовиться к последующему восприятию творчества партнера. Потом оба учащихся рассматривают рисунок соседа и каждый пытается осознать состояние напарника. Все по-прежнему делается молча.

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» ДЛЯ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Ларюк Инна Владимировна, инструктор по физической культуре
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск*

*** * ***

Данная программа разработана на основе программы «От рождения до школы» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), Системы оздоровления дошкольников «Здоровячок» Т.С. Никаноровой, Е.М. Сергиенко (г. Воронеж, 2007г.), Программы оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья», М.Ю. Карпушиной (г. Москва, 2007г.), «Воспитание ребенка дошкольника», В.Н. Зимониной (г. Москва, 2004г.). Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами. На современном этапе развития системы дошкольного и начального образования оздоровительное направление работы детских садов и школ становится все более значимым. В образовательном учреждении формирование здоровья ребенка, уровень его физической подготовленности, объем приобретаемых двигательных умений в значительной степени зависят от того, чем и как он занимается, т. е. оттого, какими программами пользуются его педагоги. Анализ существующих программ и рекомендаций для детских дошкольных учреждений и начального образования, по мнению специалистов по физической культуре, показал, что сейчас обнаружился определенный крен в сторону образовательного компонента, несомненно, отражающийся на состоянии здоровья дошкольника и школьника, которое напрямую зависит от уровня его двигательной активности.

Дети проводят в прогимназии, значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха. Сбалансированное горячее питание, медицинское обслуживание, включающее своевременную диспансеризацию, физкультурные упражнения, в том числе спортивные досуги, праздники и развлечения, реализация профилактических программ, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни – все это будет влиять на улучшение их здоровья. Кроме того, должен быть осуществлен переход от обязательных для всех мероприятий к индивидуальным программам развития здоровья воспитанников. В современных условиях развития общества проблема сохранения здоровья детей является самой актуальной. Разрабатывая программу «Здоровье» на 2017-2022 год, мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровительной работы с детьми органически входила в жизнь учреждения, имела связь с другими видами деятельности, способствовала снижению заболеваемости и повышению уровня здоровья дошкольников и младших школьников, посещающих учреждение. (Приложение 4)

Программа определяет основные направления оздоровления детей ЧОУ Прогимназии № 63 ОАО «РЖД», задачи, а также пути их реализации. (*Приложение 1*)

Для реализации программы в прогимназии имеются следующие условия:

- спортивный мини-стадион;
- спортивная площадка (спортивный городок);
- «тропа здоровья»;
- летний физкультурный зал;
- физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём;
- картотека подвижных игр с необходимыми атрибутами;
- методический материал для основных видов движения, проведения физкультминуток и пальчиковых игр;
- в группах и классах спортивные уголки, для самостоятельных занятий, организации спортивных игр, проведения закаливающих процедур, закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных и музыкальных занятиях, в режимных моментах; при положительном эмоциональном фоне и тепловом комфорте организма детей; постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур (*Приложение 5*).

Цели и задачи реализации программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья, снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей посредством создания условий для совместной деятельности педагогических работников и семьи; формирование у детей, родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их возрастными особенностями;
- внедрять здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс;
- создавать оздоровительный микроклимат, соответствующую предметную среду и соответствующую двигательную активность ребёнка (*Приложение 3*);
- организовать консультативную помощь родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей;
- воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

Направления работы:

- организация здоровьесберегающей среды в ЧОУ Прогимназии № 63 ОАО «РЖД»;
- решение оздоровительных задач средствами физкультуры (*Приложение 2*);
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, критериев здоровья методами диагностики;
- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- изучение передового педагогического и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов;
- профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний, в том числе коронавирусной инфекции, гриппа и других ОРВИ.

Одной из главных задач, которую ставит Программа перед педагогами, является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений

о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию, потребности в двигательной активности.

На практике вся система физического развития и воспитания ребенка в образовательном учреждении строится вокруг физиологического и медицинского подходов к организации воспитательно-образовательного процесса. Первостепенное значение уделяется вопросам здоровья детей и организации условий для его охраны и укрепления, а целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни. Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

Оздоровительные задачи направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников являются одной из основных задач прогимназии. (Концепция дошкольного воспитания, 1989).

Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно-суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Однако, в настоящее время уже доказано, что, кроме понятия физического здоровья, с которым тесно связаны вышеперечисленные оздоровительные задачи, существует понятие психического и психологического здоровья. Психологическое здоровье делает личность самодостаточной. Опираясь на положение психологии здоровья, можно предположить, что именно психологическое здоровье является предпосылкой здоровья физического и является необходимым условием полноценного развития человека в процессе его жизни, поэтому если психологически человек здоров, то вероятнее всего, он будет здоров и физически.

Образовательные задачи предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте. Кроме того, современные программно-методические разработки (Глазыриной Л.Д., Кудрявцева В.Г., Егорова Б.Б.) нацеливают воспитателей на постановку специфических проблемно-двигательных задач физического воспитания. Так, например, в процессе освоения основных движений у ребенка можно развивать различные виды памяти: эмоциональную, образную, словесную. Аналогичные исследования, проведенные другими учеными, доказали роль физического воспитания в развитии восприятия и мышления, воображения дошкольников, расширении их познавательных возможностей и развитии интеллектуальных способностей.

В процессе физического воспитания осуществляются **воспитательные задачи**, направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:

- для воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

- для формирования положительных черт характера (организованность, скромность и др.);
- для нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

При этом очень важно, как писал известный теоретик в области физического воспитания Новиков А.Д., что «...в определении роли физического воспитания в формировании ... моральных и волевых качеств человека мы не можем ограничиться заявлением только о «содействии» развитию этих интересов и качеств...». «Роль физического воспитания ... заключается в том, что оно выступает не только как одно из неотъемлемых условий...воспитания, но главным образом в том, что сам процесс физического воспитания органически участвует в формировании характера и моральных качеств человека».

Ожидаемые результаты:

- внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в образовательном учреждении и семье;
- формирование у дошкольников и младших школьников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своём здоровье;
- обеспечение программного уровня развития движений и двигательных способностей детей;
- повышение уровня адаптации к современным условиям жизни;
- улучшение соматических показателей здоровья дошкольников, снижение уровня заболеваний.

Объект программы:

- дети дошкольного и младшего школьного возраста;
- семьи детей, посещающих ЧОУ Прогимназию № 63 ОАО «РЖД»;
- педагогический коллектив.

Сроки реализации программы: 2017-2022 год.

Программно-методическое обеспечение образовательного процесса.

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». ФГОС под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, Мозаика-Синтез, 2015г.
2. «Здоровячок». Система оздоровления дошкольников. Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко, г. Воронеж, 2007г.
3. «Зеленый огонек здоровья». Программа оздоровления дошкольников. М.Ю. Картушина, г. Москва, 2007г.
4. «Воспитание ребенка дошкольника» В.Н. Зимонина, г. Москва, 2004г.

Технологии:

1. «Формы оздоровления детей 4-7 лет» Е.И. Подольская, 2009г.
2. «Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников» Н.Ф. Дик Р., 2005г.
3. «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях» М.Н. Кузнецова

Приложение

1. Направления программы

Цель деятельности

Сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

Основные направления программы

Профилактическое

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации;
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима;
3. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики.
4. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное

1. Организация здоровьесберегающей среды в ЧОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления;
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей родителей, сотрудников.

Объекты программы

- Дети дошкольного и младшего школьного возраста
- Семьи детей, посещающих учреждение
- Педагогический коллектив образовательного учреждения

Основные принципы программы

- Принцип научности – подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса.
- Принцип активности сознательности – участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя
- Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья
- Принцип Результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение помощи и поддержки

Реализуемые программы и технологии

Основная образовательная программа ЧОУ Прогимназии № 63 ОАО «РЖД», разработанная на основе ФГОС

Формы взаимодействия

- Занятия, прогулки, походы.
- Совместные досуги с родителями и младшими школьниками
- Спортивные праздники и развлечения.

2. Структура двигательного режима детей дошкольного и младшего школьного возраста

Формы организации	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика Двигательная разминка. Физкультминутка. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Ежедневно во время перерыва между занятиями и уроками Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий и уроков Ежедневно, во время утренней прогулки
Оздоровительный бег. Индивидуальная работа по развитию движений. Прогулки-походы. Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, дыхательной гимнастикой и точечным самомассажем.	Два раза в неделю, подгруппой по 5-7 человек, в конце утренней прогулки. Длительность – 3-4 минут Ежедневно, во время вечерней прогулки. Один раз в месяц Ежедневно, в групповых и спальнях комнатах, в зале.
2. Образовательная деятельность	
По физической культуре Музыка	Три раза в неделю (одно на улице) Два раза в неделю (музыкально-ритмические движения)
3. Самостоятельная двигательная деятельность	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, в помещении и на открытом воздухе. Длительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья (каникулы). Физкультурный досуг. Спортивный праздник.	Два раза в год. Один раз в месяц. Два раза в год, в помещении и на открытом воздухе.
5. Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	
Домашние задания. Физкультурные занятия детей совместно с родителями. Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе детского сада.	Определяются воспитателями По желанию родителей. Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, досугов, туристических походов, посещения открытых занятий.

3. План мероприятий по снижению заболеваемости в ЧОУ Прогимназии № 63 ОАО «РЖД»

Мероприятия	Срок	Ответственный
Профилактические мероприятия		
Обеспечить прием детей, прибывших из мест, неблагополучных по заболеваемости гриппом, в прогимназию при наличии медицинской справки о состоянии здоровья.	в течение года	Воспитатели учителя
Обеспечить подготовку образовательного учреждения к работе в условиях пандемии гриппа и сезонного подъема заболеваемости ОРВИ, в том числе: 1. Подготовку и обучение персонала прогимназии по вопросам профилактики гриппа и ОРВИ. 2. Наличие наглядной информации в учреждении о возможном риске заражения, симптомах гриппа, мерах личной профилактики. 3. Организацию системы раннего активного выявления среди сотрудников и воспитанников случаев заболеваний ОРВИ и своевременной изоляции заболевших. 4. Отстранение от работы или посещения прогимназии лиц с признаками острых респираторных инфекций. 5. Проведение комплекса мер по неспецифической профилактике ОРВИ. 6. Поддержание в прогимназии оптимального температурного режима, дезинфекции, режимов проветривания. 7. Введение карантинных мероприятий в прогимназии, при отсутствии по причине заболеваемости ОРВИ более 25% детей.	В период подъема заболеваемости	Директор, воспитатели, учителя
Провести разъяснительную работу с родителями воспитанников и работниками прогимназии по вопросу вакцинации от гриппа.	ежегодно	Педагоги
Оказывать содействие в организации и проведении прививочной компании против сезонного гриппа воспитанникам и сотрудникам прогимназии.	По графику	Педагоги
Качественно проводить сезонную неспецифическую иммуно-корректирующую профилактику гриппа и ОРЗ с использованием фитонцидов	С сентября по март	Педагоги
Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного педагогического просвещения родителей.	Постоянно	Педагоги
Противоэпидемические мероприятия		
Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Педагоги
Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Ст. медсестра
Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний	Ст. медсестра, врач-педиатр
Проведение 3-х разового проветривания помещений для детей.	По графику	Младшие воспитатели
Организация дезинфекции помещений по режиму работы с вирусной инфекцией, использование бактерицидных ламп.	По графику	Ст. медсестра, младшие воспитатели
Строгий контроль за допуском посторонних лиц в здание прогимназии.	По графику дежурства	Дежурный администратор

Мероприятия	Срок	Ответственный
Контроль за состоянием здоровья детей	По плану контроля	Ст. медсестра, врач-педиатр
Фитонциды (лук, чеснок) во время приема пищи и для обеззараживания воздуха.	Сезонно (в период подъема заболеваемости ОРВИ)	Педагоги

4. Система методов и средств, основные мероприятия физкультурно-оздоровительной работы с детьми

Направления мероприятия (содержание)	Формы и методы	Возрастная группа	Продолжительность (мин.)
Организация двигательного режима			
Утренний прием на свежем воздухе	Двигательная активность	Все	ежедневно
Подвижные игры во время утреннего приема			
Утренняя гимнастика (УГГ)		все	7-10 мин.
Физкультурные занятия, уроки ФЗК		все	10-30 мин. 35-45 мин.
Двигательная разминка		все	3-5 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке		все	10-15 мин.
Дыхательная гимнастика		все	3-5 мин.
Спортивные игры		все	10-15 мин.
Физкультурные минутки		все	Ежедневно, по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий и уроков
Музыкально-ритмические движения		все	На музыкальных занятиях 10-12 мин.
Дозированный бег		все	Ежедневно на прогулке по 200-250 м
Тренирующая игровая дорожка, тропа здоровья		все	Ежедневно 8-10 мин.
Игровые упражнения: зоркий глаз, ловкие прыгуны, подлезания, пролезания, перелезания		все	Ежедневно по подгруппам 8-10 мин
Физические упражнения и игровые задания: игры с элементами логоритмики, артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, точечный массаж		все	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору
Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, дыхательной гимнастикой и точечным массажем		все	Ежедневно, в групповых и спальнях комнатах, в зале

Направления мероприятия (содержание)	Формы и методы	Возрастная группа	Продолжительность (мин.)
Физические упражнения на прогулке и самостоятельная двигательная деятельность Активный отдых: развлечения, физкультурные праздники, игры-забавы, дни здоровья Физкультурный досуг, день здоровья. Неделя здоровья Спортивный праздник Походы, экскурсии Индивидуальная работа по развитию движений Самостоятельная двигательная деятельность детей Домашние задания. Физкультурные занятия совместно с родителями. Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе прогимназии		все все все все все Старшая, подготовительная к школе группы, начальные классы все	Не менее 3 часов 20-60 мин. Раз в месяц В каникулярное время Два раза в год 60-120 мин. 12-15 мин. Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей Педагоги. По желанию родителей. Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, досугов, туристических походов, посещения открытых занятий
Психологическое сопровождение развития			
– Музыкальное сопровождение режимных моментов; – Музыкальное оформление фона занятий; – Музыкально-театральная деятельность; – Хоровое пение Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы (сказкотерапия); – релаксация; – игры тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний Психогимнастика Создание комфортных условий в период адаптации	Музыкальная терапия Аутотренинг и психогимнастика		После всех НОД 1-3 мин 2 раза в неделю 8-10 мин. Адаптационный период
Организация оздоровительной работы с детьми			
Метод солевого закаливания в сочетании с дорожкой «Здоровье» Контрастные игры с водой, «логомассаж» Полоскание рта	Закаливающие процедуры	Дошкольный возраст. 1-е классы все	3-7 мин. 2-5 мин. 5-10 мин.

Направления мероприятия (содержание)	Формы и методы	Возрастная группа	Продолжительность (мин.)	
Ходьба босиком	Световоздушные ванны	Дошкольные группы, классы	3-7 мин.	
Облегченная одежда детей		все	Сезонно	
Проветривание помещений воздушные ванны		все	Ежедневно	
Сон с доступом свежего воздуха при открытых фрамугах		Дошкольные группы, 1-е классы	Ежедневно	
Прогулки на свежем воздухе (в том числе «комнатные»)		все	До 4 часов	
Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха		все	Ежедневно	
Прием детей на улице. Одежда по сезону		все	Ежедневно	
Гимнастика после дневного сна	Гигиенические и водные процедуры	Дошкольные группы, 1-е классы	3-5 мин	
Умывание, гигиенический душ (летом)		все	Ежедневно	
Мытье рук			Ежедневно	
Соблюдение питьевого режима			Ежедневно	
Рациональное питание по меню		Диетотерапия	все	Ежедневно
Второй завтрак (соки, фрукты)				Ежедневно
Строгое выполнение натуральных норм питания				Ежедневно
Соблюдение питьевого режима			Ежедневно	
Индивидуальный подход к детям во время пищи	Свето – и цветотерапия		Ежедневно	
– Дозированные солнечные ванны на улице.		все	Ежедневно	
– Обеспечение светового режима.				
– Цветовое и световое сопровождение среды и образовательного процесса				
Коррекционная работа с детьми				
Работа по профилактике плоскостопия	ЛФК	все	От 10 мин.	
Упражнения на формирование правильной осанки		все	3-5 мин.	
Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы	Психогимнастика, релаксация, кинезиология	Дошкольные группы, 1-4 классы	15 мин.	
Игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний		Дошкольные группы, 1-4 классы	15 мин.	
Создание условий для формирования ЗОЖ				
Щадящий адаптационный режим	Обеспечение здорового образа жизни	все	постоянно	

Направления мероприятия (содержание)	Формы и методы	Возрастная группа	Продолжительность (мин.)
Индивидуальная оценка функциональных резервов организма Формирование навыков личной гигиены Формирование навыков культуры питания Пропаганда ЗОЖ Занятия по ЗОЖ			
Соблюдение санитарно-эпидемиологических норм и правил (согласно СанПин)		Все	Постоянно

5. Система закаливания с учетом времени года

мероприятие	Место в режиме дня	периодичность	дозировка	Возраст (лет)			
				3-4	4-5	5-8	8-11
ВОДА							
Полоскание рта	После каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды t воды +20 С°		+	+	+
Умывание	После каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28...+20 С°		+	+	+
Обливание ног	после прогулки	06-09	t воды +30...+25 С°	+	+	+	
Контрастные игры с водой «логомас-саж»	Вечернее время 16.00-16.30	ежедневно	t воды +28...+20 С°	+	+	+	+
Метод солевого закаливания в сочетании с дорожкой «Здоровье»	После сна	ежедневно по рекомендации врача	10% раствор поварен-ной соли t +10...+18 С°	+	+	+	
ВОЗДУХ							
Облегченная одежда	В течение дня	ежедневно	–	+	+	+	+
Одежда по сезону	На прогулке	ежедневно	–	+	+	+	+
Прогулки на све-жем воздухе	После занятий, после сна	ежедневно	От 1,5 до 4 час. в за-висимости от сезона и погоды	+	+	+	+
Утренняя гимна-стика на воздухе	–	05-10 t +6...+30 С°	в зависимости от воз-раста (7-10)		+	+	
Физкультурные за-нятия на воздухе	–	05, 09-10	20-45 мин., в зависимости от возраста		+	+	+
Воздушные ванны	После сна	ежедневно, в течение года	5-10 мин., в зависимо-сти от возраста		+		
	На прогулке	05-09	-		+	+	+
Выполнение режи-ма проветривания помещения	По графику	ежедневно	6 раз день		+	+	+

мероприятие	Место в режиме дня	периодичность	дозировка	Возраст (лет)			
				3-4	4-5	5-8	8-11
Дневной сон с от- крытой фрамугой	-	ежедневно	t воздуха +15...+16 С°			+	
Контрастные воз- душные ванны	После сна	ежедневно	12-13 мин не менее 6 перебежек по 1 - 1,5 мин t воздуха +13...+16 С° t воздуха +21...+24 С°			+	+
Дыхательная гимнастика	Во время утрен- ней зарядки, на физзанятиях, на прогулке, после сна	ежедневно	3-5 упражнений			+	+
СОЛНЦЕ							
Дозированные солнечные ванны	На прогулке	06-08 с учетом погодных условий	С 9-10 по графику	До 25 мин	+	+	
				До 30 мин			+
РЕЦЕПТОРЫ							
Босохождение	Перед сном	ежедневно	3-5 мин	+			
			5-8 мин				

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ

УРОК ЗДОРОВЬЯ

Малахова Ирина Валерьевна, учитель
ЧОУ Прогимназия № 63 ОАО «РЖД», г. Батайск

В настоящее время все большую популярность приобретает стремление к здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни активно пропагандируется как в СМИ, так и в повседневной жизни каждого человека.

Актуальность темы обусловлена тем, что в настоящее время происходит стремительный рост уровня заболеваемости среди молодежи и уровень смертности, несмотря на благоприятные, казалось бы, статистические данные. Именно поэтому, необходимо внедрять культуру здорового образа жизни, начиная с дошкольного возраста. Только активная работа с дошкольниками, школьниками и их родителями позволит вырастить здоровое поколение способное жить в стремительно меняющемся мире. Физкультурно-оздоровительная работа осуществляется через различные формы организации деятельности детей. Одной из таких форм является урок.

Цель: формирование привычек здорового образа жизни, знаний, умений и навыков по управлению собственным развитием и сохранением здоровья – своего и окружающих.

Задачи:**Предметные:**

- формировать убеждения о здоровом образе жизни и о здоровье, как самой главной ценности;

- знание правил гигиены и основы здорового образа жизни;

- способствовать развитию навыков личной гигиены;

Метапредметные:

- развивать речь учащихся;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной целью;

Личностные:

- установка на здоровый образ жизни; ежедневную физическую культуру.

- формирование универсальных учебных действий.

- воспитывать человека, который умеет заботиться о своём здоровье.

Познавательные УУД:

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных).

Регулятивные УУД:

- проговаривать последовательность действий на уроке;

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;

- учить высказывать своё предположение (версию) при постановке вопроса учителем.

Коммуникативные УУД:

- слушать и понимать речь других;

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи; средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);

Методы обучения: словесный; наглядно – образный; частично – поисковый.

Формы организации познавательной деятельности: фронтальная; групповая; индивидуальная.

1. Организационный момент.

Посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу.

Передайте частичку своего хорошего настроения.

2. Актуализация знаний. Постановка цели и задач урока

– Чтобы определить тему нашего урока, послушайте сказку.

Жил на свете король. И всего у него было вдоволь. Да вот скучно стало ему жить и отправился он в путешествие по своему королевству. Ехал он день, ехал второй, а на третий день подъехал к распутью. Впереди три дороги, и над каждой указатель: направо пойдешь – клад ценный найдешь и богат будешь; налево пойдешь – развлечения найдешь; прямо пойдешь – здоров будешь.

Думал, думал король и выбрал для себя дорогу самую важную, верную...

– Ответьте на вопрос: какую дорогу выбрал король? Почему? Обоснуйте свой ответ?

– Итак, ребята, вы уже догадались какая тема нашего урока?

– А цель нашего путешествия какая? (*дети называют цель*)

Цель нашего урока – повторить, что такое здоровый образ жизни и почему надо быть здоровым.

– Путешествовать мы будем по стране Здоровья под девизом:

Будем делать все то, что полезно

Не будет беды, не будет болезней! (*дети читают хором*)

– Итак, в путь!

3. Работа по теме урока

Вот страна интересная

Мы спешим все сюда.

Здесь привычки полезные,

Солнце, воздух, вода.

Добро пожаловать в страну Здоровья!

На нашем пути **Королевство Энерджии.**

Какое слово спрятано в названии? (*энергия*)

А что вы подразумеваете под «энергией»? (*движения, действия, зарядка*)

Чтобы было все в порядке,

Начнем, конечно, мы с зарядки.

(*дети выполняют зарядку под песню «Эй, лежебоки!»*)

– Вот так начинается день в стране Здоровья.

Энергией зарядились, в путь снаряжились!

– Ой, **Королевство Дабл П**

– Как вы думаете, ребята, за что отвечает это королевство? (*за правильное питание*)

Чтобы пройти это Королевство, необходимо определить какая еда полезная, а какая вредная.

– Сейчас я буду называть продукты, а ваша задача хлопать в ладоши только в том случае, если они полезны для здоровья: каша, омлет, масло, чипсы, сок, овощи, фрукты, конфеты, молоко, газированная вода.

– А кто из вас очень любит чипсы и сладкую газированную воду?

– Давайте проведем эксперимент. (*ребенок проводит эксперимент*)

Большой чипс кладем на бумагу и гнем его пополам, раздавив его на сгибе бумаги. Убираем кусочки чипсов на тарелочку и смотрим бумагу на свет.

– Что вы заметили? (*Бумага покрылась жирными пятнами. Это можно объяснить тем, что чипсы жирные*). А давайте высыплем остатки чипсов в тарелочку с водой и размешаем ложечкой. Какой стала вода? (*Вода стала грязной, жирной*). Как вы считаете можно кушать чипсы, почему?

Следующий эксперимент.

В одном стакане налит газированный напиток, в другой стакан положим картонную воронку с ватным тампоном и переливаем сюда напиток. Ватный тампон окрасился в цвет газированного напитка, что это означает? (*присутствуют красители*)

– Ребята, что доказали нам эксперименты? (*чипсы и газированная вода – вредные, т.к. содержат вредные вещества и красители, а это вредно для здоровья*)

Выходят дети в костюмах витаминов.

Витамины: Мы, жители Королевства Дабл П

У детей на парте комплект карточек с изображением продуктов и круг – подсказка.

Витамин А:

Я, Витамин чудесный,
Вам рост и зрение даю.
Кто, ребята, мне расскажет,
В чем расту и где живу?
(дети поднимают карточки «морковь, шпинат»)

Витамин В:

Я – волшебный витамин,
За вашу кровь я отвечаю.
Здоровым и румяным быть
Я каждому желаю!
А кто может перечесать,
Для этого, что надо есть?
(дети поднимают карточки «фасоль, горох, грибы, мясо, рыба»)

Витамин С:

Я – важнейший витамин,
Очень всем необходим.
Я борюсь с инфекцией,
Ваши раны заживляю.
Подскажите всем, друзья,
В чем я обитаю?
(дети поднимают карточки «яблоко, лимон»)

Витамин Д:

Вашим косточкам расти
Витамин мой помогает.
Где его можно найти,
Подскажите, кто-то знает?
(дети поднимают карточки «печень, яйца»)

Все витамины:

Чтобы в жизни путь был длинным,
Ешьте, дети, витамины!
– Смотрите, впереди **Королевство Баланса**.
– Ребята, что же очень важно соблюдать в этом Королевстве? Вы узнаете, отгадав загадку.
Подъем, учеба, пища и зарядка –
Все расписал он по порядку.
Необходим он всем, друзья.
Ведь без него никак нельзя. *(Режим)*

– А сейчас мы проверим с помощью теста «Дружишь ли ты с режимом дня?»
(каждый ученик получает тест, напротив каждого вопроса ставит «+» или «-». За каждый положительный ответ, ребята ставят 1 балл. Если ученик набирает 7-8 баллов, это означает, что с режимом он дружит, а если меньше 7 баллов – с режимом не в ладах)...

1. Делашь ли ты утром зарядку?
2. Всегда ли ты успеваешь позавтракать?

3. В одно ли и то же время каждый день ты принимаешь пищу?
4. Есть ли в твоём расписании дня определенное время, которое отведено для выполнения уроков?
5. Проветриваешь ли ты комнату перед сном?
6. В одно ли и то же время ты ложишься спать?
7. Соблюдаешь ли ты режим дня в выходные, каникулы?
8. Планируешь ли ты с родителями свой выходной день?

– Ребята, как вы думаете, почему необходимо проветривать комнату?
(необходим свежий воздух, наши легкие дышат, в них поступает чистый воздух, кислород, который потом поступает в кровь. А кровь разносит его по всему организму)

– Давайте выполним полезное упражнение для легких с помощью аэрбола.
Упражнение для легких (дети используют аэрбол).

– А теперь, в путь! Но что это? *(стена болезней)*

– Какими заболеваниями чаще всего мы болеем?
(простудные заболевания: ОРЗ, грипп и ангина)

– Как же нам перебраться через эту высокую стену? Я предлагаю вам построить лестницу!
(ребята берут полоски картона, пишут на них предложения, как избежать простудных заболеваний, и крепят их на доске в форме импровизированной лестницы)

– Вот мы и перебрались через стену болезней с помощью нашей лестницы, и попали в **замок Иммуны.**

– Посмотрите, ребята, королева Иммуна рассыпала пословицы о здоровье, давайте поможем ей их собрать.

Работа в парах.

Здоровье дороже богатства.

Здоровья за деньги не купишь.

В здоровом теле – здоровый дух.

Если хочешь быть здоров – закаляйся.

Болен – лечись, а здоров – берегись.

Где здоровье, там и красота.

– Итак, что же необходимо соблюдать, чтобы не попасться в лапы коварных болезней? *(соблюдать личную гигиену, проветривать помещения, избегать контактов с больными, так как эти болезни передаются воздушно-капельным путём. Необходимо носить маски, закаляться и заниматься спортом, мыть руки)*

– Молодцы! А вот мы добрались до Королевства Чистоты.

– Да, мыть руки – это очень важно! А почему? На этот вопрос ответим, посмотрев мультфильм.

Просмотр мультфильма «Смарта и чудо-сумка».

Ответы детей

– Какие еще предметы являются важными необходимыми в Королевстве Чистоты? Отгадайте, ребята.

Резинка Акулинка пошла гулять по спинке
И пока гуляла, спинка розовою стала. (*Мочалка*)
Костяная спинка, жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит, нам усердно служит. (*Зубная щетка*)
Зубастая пила в лес густой пошла.
Весь лес обходила, ничего не спилила. (*Расчёска*)
Вафельное и полосатое, гладкое и лохматое,
Всегда под рукою – а что это такое? (*Полотенце*)

4. Закрепление изученного.

– Ребята, наше путешествие подходит к завершению, и мы добрались до Великой стены хранителей.

Великая стена хранителей.

– Некоторым ребятам очень трудно соблюдать правила здорового образа жизни. Они написали письма в страну Здоровья. Сейчас мы познакомимся с несколькими ребятами и постараемся дать им несколько советов, что им нужно делать, чтобы быть здоровыми.

Помоги другу!

1. Серёжа, 10 лет. Я увлекаюсь компьютерными играми, засиживаюсь до глубокой ночи за компьютером. Днём постоянно чувствую себя усталым и вялым, стал плохо учиться. (*Совет: соблюдать режим дня, не сидеть за компьютером более 1 часа*)
2. Андрей, 9 лет. Постоянно болею простудными заболеваниями, из-за этого пропускаю много уроков в школе. (*Совет: закаляться, заниматься спортом*)
3. Катя, 10 лет. Стала мало гулять на улице, провожу время дома перед телевизором или компьютером, появилась одышка. (*Совет: заниматься спортом, больше времени проводить на свежем воздухе*)
4. Света, 11 лет. Ем много чипсов, сухариков и пью кока-колу, часто болит живот. (*Совет: соблюдать режим питания, есть здоровую пищу*)

3. Рефлексия. Подведение итогов.

– Итак, ребята, почему же надо стремиться быть здоровыми?

– Ребята, страна Здоровья – это волшебная страна и теперь вы знаете, что нужно делать, чтобы жить в этой стране. Значит, ребята, вы сами – хранители. Вы знаете, все магические действия и условия, которые укрепляют здоровье и помогают нам избежать болезней. Поэтому объявляю вас почетными хранителями страны Здоровья и хочу вручить вам удостоверение «Почетный хранитель страны Здоровья».

