Всероссийский конкурс практических наработок воспитателей и специалистов ДОУ

«Эффективные практики дошкольного образования»

Тема: «Наработки по эффективному применению здоровьесберегающих технологий»

Тема конкурсной работы:

«Интеграция песочной и сказкотерапии, как эффективный метод здоровьесберегающих технологий, по преодолению кризисных этапов у дошкольника».

Подготовила педагог – психолог МБДОУ «Детский сад № 9» г. Владимира

Гусева Наталья Сергеевна

Современные реалии ставят перед нами много новых задач, среди которых наиболее актуальной сегодня является сохранения здоровья детей. Особенное внимание к этой проблеме уделяется в сфере образования, где любая практическая деятельность должна быть построена с учетом укрепления и сохранения здоровья детей. Что следует понимать под термином здоровье? По определению ВОЗ, «здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов». В России сейчас ведется обновление системы образования для повышения качества образования, его доступности. Цель модернизации в поддержке и развитии таланта каждого ребенка, а так же сохранения его здоровья.

В настоящее время для существующих уровней и ступеней образования, начиная с дошкольного, установлены федеральные государственные образовательные стандарты - ФГОС. Одна из задач ФГОС ДО по приказу Мин. Обр. и науки РФ от 17 октября 2013 года № 1155 направлена на «Охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Концепция дошкольного образования предусматривает как сохранение, так и активное формирование здорового образа жизни дошкольников. Исходя из выше сказанного, внимание работников дошкольного образования, сейчас максимально направлено на приобщение ребенка к здоровому образу жизни и собственно на само оздоровление детей.

Поставленные задачи успешно реализуются через использование здоровьесберегающих технологий, которые прочно и успешно интегрировались в педагогический процесс современного детского сада. Следует раскрыть понятие здоровьесберегающих технологий. «Здоровьесберегающая технология — это определенная система мер, которая включает взаимодействие и связь любых факторов образовательной среды, нацеленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его развития и обучения».

Что же является целью технологий здоровьесбережения?

1.Предоставить возможность сохранения здоровья дошкольнику

2.Формировать у него необходимые компетенции относительно здорового образа жизни.

Задачи, которые ставит перед собой данная технология.

Создание подходящих условий для развития, обучения, оздоровления детей через сохранение здоровья, повышения двигательной активности и умственной работоспособности детей.

Создание позитивного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения.

Актуальность применения здоровьесберегающих технологий связана с нарастающей среди детей гиподинамией, детскими стрессами, повышенной тревожностью, негативными проявлениями возрастных кризисов. Таким образом, здоровьесберегающие образовательные технологии принимают наиболее значимую позицию среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. А главным их признаком, несущим положительный эффект, является использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.

Что можно отнести к технологиям сохранения и стимулирования здоровья:

 − Ритмика;

− Динамические паузы;

− Подвижные и спортивные игры;

 − Релаксация;

 − Гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная, бодрящая, корригирующая, ортопедическая…).

Технологии обучения здоровому образу жизни:

− НОД по физической культуре;

− Игротренинги;

− Коммуникативные игры;

− Занятия из серии «Здоровье»;

− Самомассаж;

− Точечный самомассаж.

Коррекционные технологии:

− Технология воздействия цветом (хромотерапия);

− Фонетическая ритмика;

− Психогимнастика.

Арт-терапия:

− Изотерапия;

− Сказкотерапия;

− Фототерапия;

− Музыкальная терапия;

− Игровая терапия;

− Песочная терапия.

Проанализировав обращения родителей на консультации к психологу ДОУ были выявлены наиболее популярные, среди них:

1 Кризисные состояния, их негативные проявления у детей 3, 5, 7 лет

2 Тревожность и страхи у детей ( 4-6 лет)

Исходя из потребностей родителей в информации по данным вопросам, а так же желании исправить, скорректировать тревожащие симптомы нами было принято решение использовать нетрадиционный подход к работе с песком, поскольку задача стояла не в коррекции самого кризисного этапа, так как проживание кризиса и есть развитие, но в снижении интенсивности проявления таких негативных проявлений как , упрямство, капризы, агрессия тревожность, неуверенность в себе, трудности взаимодействия с социумом. За основу была выбрана работа с песком на световых столах посредством сказкотерапии.

Немного углубимся в суть работы по данным направлениям, что бы понять, как они будут взаимодействовать при интеграции.

Итак, один из видов коррекционной технологии - песочная терапия. Песочная терапия представляет собой один из видов арт-терапии и сейчас очень актуальна в работе с детьми дошкольного возраста. Песочная терапия это тот метод, который незаменим в работе с чрезмерно эмоциональными, беспокойными или гиперактивными детьми.

Придерживаясь концепции здоровьесбережения, занятия песочной терапией проводятся для обеспечения гармонизации психоэмоционального состояния ребенка, а также они положительно влияют на развитие мелкой моторики, сенсорики, речи, мышления, интеллекта, воображения. Детям часто трудно выразить правильно свои эмоции и чувства, а, занимаясь песочной терапией, ребенок может, сам того не замечая, рассказать о волнующих его проблемах и снять психоэмоциональное напряжение. Песочная терапия помогает детям преодолеть кризисы переходных периодов, небольшие затруднения с речью, повышенный уровень агрессии, низкую самооценку и другие проблемы. Известно, что игра с песком сама по себе, как и перенос ее в плоскость песочной терапии является для детей естественной деятельностью, не вызывающей тревоги и страха перед неизвестным. Результатом занятий песочной терапией станет освобождение от того, что беспокоит и волнует. Важно и то, что трансформация происходит на более глубинном уровне сознания, без воздействия медицинских препаратов и психологического воздействия, а естественным принятием новых ролей и моделей самим ребенком в процессе игры. Занятия песочной терапией подталкивают ребенка к снижению внутреннего напряжения, позволяют сбалансировать самооценку ребенка, помогая ему таким образом самоутвердиться в обществе. Песочная терапия не ставит цель переделать ребенка, а позволяет через игру научиться быть самим собой.

Константин Дмитриевич Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей — кучка песка!»

Следующий, не менее эффективный в работе с дошкольниками метод это "сказкотерапия - это направление практической психологии, которое позволяет формировать характер ребёнка, используя для этого ресурсы сказки." Воспитывающая сила сказок знакома людям с древних времён, большинство сказок передавались из уст в уста получив, таким образом, статус русских народных. Поучительные сказки про героев, наделенных знакомыми нам качествами (Правда и Кривда), известного всем Иванушку-дурачка, не всегда сильного, но смелого и смекалистого, сказки про Василис прекрасных и премудрых как "волшебное зеркало" реального мира, и как перенос собственного, пока ещё не познанного внутреннего мира ребёнка. Слушая сюжеты сказок, ребенок учится отличать видеть и понимать разницу между поступками правильными и неправильными, различать добрых и злых персонажей, через развитие сюжета видеть и прогнозировать негативные последствия плохого поведения. Через сказкотерапию достигается воспитательный эффект легко и ненавязчиво, без нотаций и нравоучений. Погружаясь в сказку, ребёнок получает новые знания о мире, о самом себе. Пример положительных перемен с героями сказок дает уверенность, что добро обязательно побеждает, что любой спор, любую неприятность можно преодолеть, оставаясь честным и добрым человеком. Наличие такого опыта оказывает на характер ребёнка исключительно положительное влияние. Он становится увереннее в себе, смелее и решительнее, ценит друзей и помогает окружающим.

**Интеграция сказкотерапии в пространство песка.**

Интеграция двух данных направлений работы с дошкольниками несет в себе огромный потенциал. Ко всем преимуществам песочной терапии добавляется и терапевтическое воздействие сказок, преимуществом метода переноса сказки в поле песка является то что, при работе со сказкой дошкольник часто опирается на визуальный ряд иллюстраций, предложенных на данный сюжет художником, что зачастую мешает придумать и продумать свои образы. В работе на песке появляется возможность создать и проработать образ героя сказки на песке, песок позволяет трансформировать рисунок под развивающийся сюжет, что в свою очередь решает ряд терапевтических задач, и в том числе, способствует развитию воображения и максимальному включению в сюжет.

Все очень просто, взрослый, будь то педагог , психолог, или родитель, рассказывает сказку, а иллюстрации к ней создает ребенок сам или при помощи взрослого, рисует на песке/песком. Посредством такого взаимодействия решается ряд задач по гармонизации психоэмоционального состояния ребенка, сближению со значимым взрослым, а также они положительно влияют на развитие воображения, познавательных и интеллектуальных функций, мелкой моторики, сенсорики, речи.

Не все знают, что кризисные этапы дошкольника можно сделать менее ярким по своим негативным проявлениям. Исходя из положительных эффектов сказкотерапии и песочной терапии можно сделать вывод, что грамотно подобранная сказка для проигрывания ее в пространстве песка (на световом песочном столе) может быть замечательным терапевтическим средством для маленького бунтаря. В период кризисных изменений поведения, четко становится понятно, что именно в поведении ребёнка в первую очередь мешает ему самому, да и нередко портит привычные социальные контакты. Ребенок в магазине вдруг упал на пол и требует игрушку, на площадке или в детском саду обижает других детей или стал невыносимым жадиной. С подобными тревогами чаще всего приходят родители за помощью к психологу ДОУ. В работе с такими запросами я стараюсь подойти к вопросу решения комплексно, учитывая многие факторы, но чаще всего наилучшим образом работает именно песок в тандеме со сказкой! На выручку приходят сказки про "малыша, сильно похожего с маленьким капризулей". Для "правильной работы" сказки у главного героя должен быть как раз тот самый каприз, который на данный момент "портит жизнь" малышу. По сюжету сказочный герой видит свое поведение с не лучшей стороны и осознает, какие трудности, и печали оно приносит для окружающих, постепенно трансформирует в песке те образы, которые родились при знакомстве со сказкой. Самостоятельно наделяет героев теми или иными качествами, идет к решению проблемы, и как следствие меняется в лучшую сторону. При этом ребенок либо видит вариант правильной модели поведения (по сюжету) либо самостоятельно синтезирует эту модель в ходе работы по трансформации сказки — сам, без нотаций и ссор. Бывает, малыш чего-то боится или стесняется, испытывает трудности в общении с другими детьми. На помощь придет сказка, где главный герой - тезка малыша побеждает злодеев вместе со своими верными друзьями. После знакомства с подобным сюжетом ребенок трансформирует его в ходе работы на песочном поле, развивая сюжет так , как ему хотелось бы в реальном мире, появится новое знание о том, как здорово и интересно дружить с другими детьми, и получить новый опыт будет не так страшно, справившись со своей стеснительностью.

Сказки можно придумывать самостоятельно, гармонично вплетая в них персонажей или предметы из реальной жизни малыша. В таком случае сюжет следует продумать заранее, детали будут рождаться по ходу знакомства ребенка с сюжетом, более того ребенок будет активным участником в трансформации сюжета на дальнейших занятиях в ходе работы с этой сказкой. В процессе знакомства обязательно следует наблюдать за реакцией маленького слушателя — переживает ли он вместе с героями, радуется ли их успехам, от этого будет зависеть вектор дальнейшей работы. Но бывает так, что сказка "не пошла", в этом случае следующую историю нужно сделать отличной по наполнению, оставив сюжет схожим. Например, наделить главных героев волшебными качествами или, напротив, привязать к событиям или героям из повседневной жизни ребёнка.

Конечно же существует понятие терапевтических сказок, и пишут их детские педагоги и психологи. Существует целый блок сказок для решения определенных трудностей. Написанные профессионалами сказки интересны и актуальны для современных детей, но при этом обязательно следуют классическому правилу "Добро побеждает зло". Остается только успешно применить готовые сказки для конкретного случая, внедряя сказку в работу на песке.

*Для кризисных переходных этапов дошкольника сказки особенно актуальны, ведь это очень эффективный способ справиться с трудностями переходного периода у малыша.*

Литература:

1. Бережная Н. Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей дошкольного возраста. Дошкольная педагогика. – 2007.

2. Грабенко Т. М. Игры с песком, или песочная терапия. Дошкольная педагогика. – 2004.

3. Зинкевич-ЕвстигнееваТ.Д. «Чудеса на песке». Практикум по песочной терапии Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко.- СПб. Изд. «Речь», 2007.

4. Н.В. Козуб, Э.И.Осипук «В гостях у песочной Феи». Организация педагогической песочницы и игр. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольного учреждения. СПб. Изд. «Речь», М. «Сфера» 2011.

5. Ткач Р. М. Т48 Сказкотерапия детских проблем. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008.

6. Хухлаева,О.В., Хухлаев О. Е. «Лабиринты души» Терапевтические сказки, Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Пси¬хологические игры, упражнения, сказки. — М.: Генезис, 2005.