

# ВЕСТНИК

*дошкольного образования*

№5(204) / 2022  
Часть 8



Екатеринбург

УДК 373.2 | ББК 74.1 | В38

НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ  
«ВЫСШАЯ ШКОЛА ДЕЛОВОГО АДМИНИСТРИРОВАНИЯ» S-BA.RU  
СВИДЕТЕЛЬСТВО СМИ ЭЛ № ФС77-70095 от 07.06.2017 года

# ВЕСТНИК

## *дошкольного образования*

---

№ 5 (204) 2022

---

### УЧРЕДИТЕЛЬ

ООО «Высшая школа делового администрирования»

### РЕДАКЦИЯ

Главный редактор: Скрипов Александр Викторович  
Ответственный редактор: Лопаева Юлия Александровна  
Технический редактор: Доденков Владимир Валерьевич

### РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Доставалова Алена Сергеевна  
Кабанов Алексей Юрьевич  
Львова Майя Ивановна  
Чупин Ярослав Русланович  
Шкурихин Леонид Владимирович

### РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Антонов Никита Евгеньевич  
Бабина Ирина Валерьевна  
Кисель Андрей Игоревич  
Пудова Ольга Николаевна  
Смульский Дмитрий Петрович

### АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЬСТВА

620131, г. Екатеринбург, ул. Фролова, д. 31, оф. 32  
Телефоны: 8 800 201-70-51 (доб. 2), +7 (343) 200-70-50

Сайт: [s-ba.ru](http://s-ba.ru)

E-mail: [redactor@s-ba.ru](mailto:redactor@s-ba.ru)

При перепечатке ссылка на научно-образовательное сетевое издание s-ba.ru обязательна.

Мнения авторов могут не совпадать с точкой зрения редакции.

Редколлегия журнала осуществляет экспертную оценку рукописей.

## ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

<b>Пепеонкова А.А.</b> Проблема развития духовности в современном мире.....	4
<b>Попова Ю.И.</b> Здоровье ребенка в руках природы .....	10
<b>Рябых М.Н.</b> Народные традиции.....	11
<b>Степанова А.С.</b> Воспитание патриотических чувств через народные подвижные игры .....	13
<b>Таршилова Ю.В., Лепетюха В.В., Брыткова О.А., Колесникова Я.Н.</b> Нравственное воспитание детей старшего дошкольного возраста: сущность, задачи, содержание, методы .....	16
<b>Тищенко Ж.В., Григорьева Е.В.</b> Хореографическое и театральное искусство в духовно-нравственном и эстетическом воспитании детей .....	20
<b>Толстокулакова М.В.</b> Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС .....	23
<b>Харитоновна М.В.</b> Потенциал народной сказки как средства формирования нравственных представлений у детей младшего дошкольного возраста .....	26
<b>Хисматуллина Т.А.</b> Воспитание у дошкольников духовно-нравственных чувств при помощи сказки (из опыта работы).....	29
<b>Чайкина О.В.</b> Непосредственно образовательная деятельность в подготовительной группе «Умеют ли смеяться кошки, или о чем говорит кошачий хвост» (в рамках адаптации программы «Мы – твои друзья»).....	31

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ И ВОСПИТАНИИ, РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ИНТЕРЕСА К СПОРТУ

<b>Аккочкарова А.А.</b> Конспект НОД в подготовительной группе "Полет на Луну".....	36
<b>Андрейцева Т.С.</b> Проект «Расскажем детям о здоровье».....	38
<b>Андриевская Н.В., Рылькова Т.А.</b> Празднично-досуговая деятельность «Варим, варим вкусный суп» с героями Изумрудного города (старший дошкольный возраст 5-7 лет).....	40
<b>Арефьева Л.А.</b> Семинар-практикум для педагогов "Повышение двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ" .....	46
<b>Асанова Н.М., Черкашина Т.А.</b> Мы вместе за здоровый образ жизни .....	53
<b>Афанасьева А.С.</b> Оздоровительная гимнастика после сна и ее значение.....	56
<b>Балаян О.Ю.</b> Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании и воспитании.....	57
<b>Довгошлюбная М.Ю.</b> Физкультурное занятие для старших дошкольников «Веселые мячи» (из опыта работы) .....	60
<b>Ефремова Т.И.</b> Физкультурно-оздоровительный досуг для детей старшего дошкольного возраста «Если дождь стучит по крыше».....	63
<b>Каменева А.Ф.</b> Конспект физкультурного досуга «Юные защитники Эколята» в старшей группе (5-6 лет).....	64
<b>Карева Е.В.</b> Песочная анимация в детском саду и дома .....	67
<b>Клан М.А.</b> Физические упражнения при нарушении работы кишечника для детей дошкольного возраста.....	69

<b>Климова Б.Ю.</b> Кинезиологические упражнения как здоровьесберегающая технология работы с детьми с ОВЗ .....	72
<b>Кожевникова В.В.</b> Познавательное занятие «Курить – здоровью вредить» .....	75
<b>Коротченко А.В.</b> Значение дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста.....	79
<b>Кушнарёва Ю.В.</b> Игры и развлечения на воде .....	81
<b>Лазутина Т.В.</b> Задачи педагогов ДООУ по сохранению и укреплению здоровья ребенка .....	84

---

---

## Духовно-нравственное воспитание дошкольников

---

### ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ДУХОВНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Пепеонкова Анна Алексеевна, заведующий  
МБДОУ ЦРР - детский сад № 13 "Теремок", г. о. Подольск

#### Библиографическое описание:

**Пепеонкова А.А.** Проблема развития духовности в современном мире // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Проблема духовно-нравственного воспитания является очень актуальной в современном российском обществе. Россия лидирует среди большинства стран мира по показателям детского пьянства, наркомании, преступности, самоубийств. Ведущая роль в духовно-нравственном воспитании подрастающего поколения отводится образованию, но ценности личности начинают формироваться, в первую очередь в семье. Однако, первым коллективом, где происходит развитие ребенка и закладываются основы будущей личности, первичным агентом социализации является его семья, далее следуют агенты вторичной социализации, такие как церковь, детский сад, школа, высшие учебные заведения, армия, рабочий коллектив. В момент первичной социализации, родители осуществляют процесс опеки и ухода за ребенком, приобщают его к социальной жизни, поведение родителей является наглядным примером того, как надо вести себя в различных ситуациях. Некоторые родители не хотят, иные не могут в силу педагогической безграмотности, другие не придают должного значения процессу семейного воспитания. Следовательно, каждая семья обладает только ей присущим воспитательным потенциалом.

И как бы ни была велика роль образовательных институтов – фундамент морали и духовности закладывается родителями с самого момента рождения. Семейный менталитет, культурный уровень, религиозная принадлежность и степень глубины ее верований – это то, что понесет с собой по жизни маленький гражданин своей страны.

Стремление ко всему прекрасному заложено в нас природой. Никто не рождается злым – это факт. Каждый малыш изначально добр, открыт и готов обнять весь мир. Он не знает, что такое деньги, его не интересует дорогая одежда вместе с чудесами технологий. В нем уже есть все: человеколюбие, стремление к прекрасному, здоровая скромность и желание заботиться. Все, что нужно – это не дать ребенку «испортиться», показать на собственном примере правильные ориентиры. Но что дети видят дома:

- ✓ Озлобленных на жизнь и друг на друга, родителей.
- ✓ Праздники, венец которых – алкоголь в компании изобилия пищи.
- ✓ Нецензурная брань.
- ✓ Телевидение, пропагандирующее насилие, потребительское отношение, неграмотность.
- ✓ Приоритет материального над духовным.

В настоящее время самым главным источником проблем является замена нравственных ценностей, а также неправильное воспитание или ошибочный стиль семейного воспитания, наличие семейной разобщенности. Нерадостны будут плоды такого воспитания, когда семейные ценности подвергаются крушению и дети растут своенравными, дерзкими, беспечными, в семьях происходит нарушение порядка, царит непослушание,

дети спорят с родителями и выходят из естественных условий своей жизни. Семья и педагоги должны совместно предпринять немалые усилия и не дать сбиться детям с достойного пути, сохранить единство нашей страны, нашего народа, хранить базовые и объединяющие нас ценности классической русской культуры и укреплять её духовный первоисточник — православную веру.

Некоторые родители считают, что смысл их существования заключается в уходе (обеспечении физического здоровья) и воспитании ребенка. Не всегда это осознавая, они чувствуют себя счастливыми только тогда, когда нужны. Ярким примером тому служат родители, не желающие терять положение "опекунов", которые собственноручно моют подрастающего парня, завязывают ему шнурки на ботинках, т. к. "он это всегда плохо делает", и выполняют за него школьные задания, "чтобы ребенок не переутомился". В результате каждое проявление самостоятельности сына "преследуется" с поразительным упорством. Вред такого самопожертвования для ребенка очевиден.

Неверный выбор форм, методов и средств педагогического воздействия, как правило, ведет к возникновению у детей нездоровых представлений, привычек и потребностей, которые ставят их в ненормальные отношения сначала с семьей, а затем - с обществом.

В родительском труде, как во всяком другом, возможны и ошибки, и сомнения, и временные неудачи, и поражения, которые сменяются победами. Воспитание в семье - это та же жизнь, и наше поведение, и даже наши чувства к детям сложны, изменчивы и противоречивы. Родители, как и дети, не похожи друг на друга. Отношения с ребенком так же, как и с каждым человеком, глубоко индивидуальны и неповторимы.

Для определения правильных методов воздействия на ребенка родителям необходимо читать педагогическую и психологическую литературу, основываться на опыте старших, консультироваться со специалистами. Часто родители видят свою воспитательную задачу в том, чтобы добиться от ребенка послушания, поэтому нередко даже не пытаются понять его, а стремятся как можно больше поучать, ругать, читать длинные нотации, забывая, что нотация - это не живая беседа, не разговор по душам, а навязывание истин, которые взрослым кажутся бесспорными, а ребенком нередко не воспринимаются и не принимаются. Подобный способ суррогатного воспитания дает формальное удовлетворение родителям и совершенно бесполезен (и даже вреден) для воспитываемых таким образом детей. Воспитание должно строиться на родительском авторитете.

Авторитет - это средство влияния на ребенка в результате его значимости в детской жизни. Родители, как никто другой, должны иметь это влияние, чтобы помочь ребенку стать человеком, общественно ценным и счастливым, и расти здоровым. Вне этой задачи авторитет теряет смысл. Остается только власть, приспособляющая ребенка к родительским потребностям, покою и удобству, к возможности похвастать перед друзьями, как их дитя умно и чудесно воспитано.

Всегда ли родители отдают себе в этом отчет? Строят ли они свой подлинный авторитет в сознании ребёнка или ложный, когда стремятся любой ценой достичь абсолютного послушания?

Детей нельзя воспитать хорошими людьми, если говорить одно, а делать другое. Отношению к жизни ребята учатся у взрослых, замечая любой фальшивый шаг и жест. Личность родителей играет существеннейшую роль в жизни каждого человека. Согласитесь, странно воспринимаются курящие родители, которые рассказывают детям, что курить плохо, или родители, объясняющие ребенку, что обманывать нехорошо, при этом периодически просящие: "Ты никому не говори про нас, что...".

Те родители, у которых ребёнок "не слушается", склонны иногда думать, что авторитет дается от природы, что это - особый талант. Если таланта нет, то и поделаться ничего

нельзя, остается только позавидовать тому, у кого такой талант есть. Эти родители ошибаются. Авторитет может быть создан в каждой семье, и это даже не очень трудное дело.

К сожалению, встречаются семьи, которые организуют такой авторитет на ложных основаниях. Они стремятся к тому, чтобы дети их слушались, это их цель. Однако ни завоевание авторитета, ни обеспечение послушания детей нельзя считать целью. Цель может быть только одна - правильное воспитание. Только к этому нужно стремиться. А детское послушание может стать лишь одним из путей к достижению этой цели. Именно те родители, которые о настоящих целях воспитания не думают, добиваются послушания для самого послушания. Если дети послушны, родителям живется спокойнее. Вот это самое спокойствие и является их настоящей целью. На проверку всегда выходит, что ни спокойствие, ни послушание не сохраняются долго. Авторитет, построенный на ложных основаниях, помогает очень короткое время, а затем не остается ни авторитета, ни послушания, ни нормальной семьи. Бывает и так, что родители добиваются послушания, но зато все остальные цели воспитания не реализуются: вырастают, правда, послушные, но слабые, безынициативные и бесхарактерные люди.

Основанием родительского авторитета может быть только жизнь и труд родителей, их гражданская позиция и поведение. Сохранение и развитие семьи - важная и ответственная работа. От ее выполнения зависит счастье и здоровье детей.

К сожалению, наши дети становятся все хуже во многих аспектах. Поэтому в заключении я подготовила несколько практических обоснований и советов для родителей. Они касаются не нравственного воспитания наших детей, но в конечном счете, напрямую связаны и влияют на взаимоотношения родителей на поддержание ими правильной позиции в воспитании.

Причина многих ошибок в воспитании связана с тем, что мы развиваем мозг наших детей в неверном направлении.

И вот почему:

### **1. Дети получают все, что хотят и когда хотят**

«Я голоден!» – «Через секунду я куплю что-нибудь перекусить». «Я хочу пить». – «Вот автомат с напитками». «Мне скучно!» – «Возьми мой телефон».

Способность отложить удовлетворение своих потребностей – это один из ключевых факторов будущего успеха. Мы хотим сделать наших детей счастливыми, но, к сожалению, мы делаем их счастливыми только в настоящий момент и несчастными – в долгосрочной перспективе.

Умение отложить удовлетворение своих потребностей означает способность функционировать в состоянии стресса.

Наши дети постепенно становятся менее подготовленными к борьбе даже с незначительными стрессовыми ситуациями, что в итоге становится огромным препятствием для их успеха в жизни.

Мы часто видим неспособность детей отложить удовлетворение своих желаний в классе, торговых центрах, ресторанах и магазинах игрушек, когда ребенок слышит «Нет», потому что родители научили его мозг немедленно получать все то, что он хочет.

### **2. Ограниченное социальное взаимодействие**

У нас много дел, поэтому мы даем нашим детям гаджеты, чтобы они тоже были заняты. Раньше дети играли на улице, где в экстремальных условиях развивали свои социальные навыки. К сожалению, гаджеты заменили детям прогулки на открытом воздухе. К тому же технологии сделали родителей менее доступными для взаимодействия с детьми.

Телефон, который «сидит» с ребенком вместо нас, не научит его общаться. У большинства успешных людей развиты социальные навыки. Это приоритет!

Мозг подобен мышцам, которые обучаются и тренируются. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок мог ездить на велосипеде, вы учите его кататься. Если вы хотите, чтобы ребенок мог ждать, его надо научить терпению. Если вы хотите, чтобы ребенок мог общаться, необходимо социализировать его. То же самое относится ко всем другим навыкам. Нет никакой разницы!

### **3. Бесконечное веселье**

Мы создали для наших детей искусственный мир. В нем нет скуки. Как только ребенок затихает, мы бежим развлекать его снова, потому что иначе нам кажется, что мы не выполняем свой родительский долг.

Мы живем в двух разных мирах: они в своем «мире веселья», а мы в другом, «мире работы».

Почему дети не помогают нам на кухне или в прачечной? Почему они не убирают свои игрушки?

Это простая монотонная работа, которая тренирует мозг функционировать во время выполнения скучных обязанностей. Это та же самая «мышца», которая требуется для обучения в школе.

Когда дети приходят в школу и наступает время для письма, они отвечают: «Я не могу, это слишком сложно, слишком скучно». Почему? Потому что работоспособная «мышца» не тренируется бесконечным весельем. Она тренируется только во время работы.

### **4. Технологии**

Гаджеты стали бесплатными няньками для наших детей, но за эту помощь нужно платить. Мы расплачиваемся нервной системой наших детей, их вниманием и способностью отложить удовлетворение своих желаний.

Повседневная жизнь по сравнению с виртуальной реальностью скучна.

Когда дети приходят в класс, они сталкиваются с голосами людей и адекватной визуальной стимуляцией в противовес графическим взрывам и спецэффектам, которые они привыкли видеть на экранах.

После часов виртуальной реальности детям все сложнее обрабатывать информацию в классе, потому что они привыкли к высокому уровню стимуляции, который предоставляют видеоигры. Дети не способны обработать информацию с более низким уровнем стимуляции, и это негативно влияет на их способность решать академические задачи.

Технологии также эмоционально отдаляют нас от наших детей и наших семей. Эмоциональная доступность родителей – это основное питательное вещество для детского мозга. К сожалению, мы постепенно лишаем наших детей этого.

### **5. Дети правят миром**

«Мой сын не любит овощи». «Ей не нравится рано ложиться спать». «Он не любит завтракать». «Она не любит игрушки, но хорошо разбирается в планшете». «Он не хочет одеваться сам». «Она ленится есть сама».

Это то, что я постоянно слышу от родителей. С каких пор дети диктуют нам, как их воспитывать? Если предоставить это им, все, что они будут делать – есть макароны с сыром и пирожные, смотреть телевизор, играть на планшете и никогда не будут ложиться спать.

Как мы помогаем нашим детям, если даем им то, что они хотят, а не то что хорошо для них? Без правильного питания и полноценного ночного сна наши дети приходят в школу раздраженными, тревожными и невнимательными. Кроме того, мы отправляем им неправильное послание.

Они учатся, что могут делать все, что хотят, и не делать того, что не хотят. У них нет понятия – «надо делать».

К сожалению, чтобы достичь наших целей в жизни, нам часто надо делать то, что необходимо, а не то, что хочется.

Если ребенок хочет стать студентом, ему необходимо учиться. Если он хочет быть футболистом, необходимо тренироваться каждый день.

Наши дети знают, чего хотят, но им тяжело делать то, что необходимо для достижения этой цели. Это приводит к недостижимым целям и оставляет детей разочарованными.

### **Тренируйте их мозг!**

**Вы можете тренировать мозг ребенка и изменить его жизнь так, что он будет успешен в социальной, эмоциональной и академической сфере.**

**Вот как:**

#### **1. Не бойтесь устанавливать рамки**

- Дети нуждаются в них, чтобы вырасти счастливыми и здоровыми.
- Составьте расписание приема пищи, времени сна и времени для гаджетов.
- Думайте о том, что хорошо для детей, а не о том, чего они хотят или не хотят.

Позже они скажут вам спасибо за это.

- Воспитание – тяжелая работа. Вы должны быть креативным, чтобы заставить их делать то, что хорошо для них, хотя большую часть времени это будет полная противоположность тому, чего им хочется.

- Детям нужны завтрак и питательная пища. Им необходимо гулять на улице и ложиться спать вовремя, чтобы на следующий день прийти в школу готовыми учиться.

- Превратите то, что им не нравится делать, в веселье, в эмоционально-стимулирующую игру.

#### **2. Ограничьте доступ к гаджетам и восстановите эмоциональную близость с детьми**

- Подарите им цветы, улыбнитесь, защекочите их, положите записку в рюкзак или под подушку, удивите, вытащив на обед из школы, танцуйте вместе, ползайте вместе, бейтесь на подушках.

- Устраивайте семейные ужины, играйте в настольные игры, отправляйтесь на прогулку вместе на велосипедах и гуляйте с фонариком вечером.

#### **3. Научите их ждать!**

- Скучать – нормально, это первый шаг к творчеству.
- Постепенно увеличивайте время ожидания между «я хочу» и «я получаю».
- Старайтесь не использовать гаджеты в машине и ресторанах и научите детей ждать, беседуя или играя.

- Ограничьте постоянные перекусы.

#### **4. Научите своего ребенка выполнять монотонную работу с раннего возраста, поскольку это основа для будущей работоспособности**

- Складывать одежду, убирать игрушки, вешать одежду, распаковывать продукты, заправлять кровать.

- Будьте креативными. Сделайте эти обязанности веселыми, чтобы мозг ассоциировал их с чем-то позитивным.

#### **5. Научите их социальным навыкам**

- Научите делиться, уметь проигрывать и выигрывать, хвалить других, говорить «спасибо» и «пожалуйста».

- Исходя из моего опыта работы терапевтом, могу сказать, что дети меняются в тот момент, когда родители меняют свои подходы к воспитанию.
- Помогите своим детям добиться успеха в жизни путем обучения и тренировки их мозга, пока не стало поздно.

Постоянный и глубокий психологический контакт с ребенком - вот что является универсальным требованием к воспитанию и условием его успешности, которое в одинаковой степени может быть рекомендовано всем родителям. Такой контакт необходим при воспитании каждого ребенка в любом возрасте. Именно ощущение и переживание контакта с родителями позволяет детям почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу. Основа для сохранения контакта - искренняя заинтересованность во всем, что происходит в жизни ребенка, искреннее любопытство к его детским, пусть даже самым пустяковым и наивным проблемам, желание понимать и наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе и сознании растущего человека.

Родителям всегда необходимо знать: чем живет и интересуется их ребенок; что он любит, а что нет; чего хочет и чего не хочет; с кем он дружит; с кем и во что играет.

Контакт никогда не может возникнуть сам собой, его нужно устанавливать даже с младенцем. Когда говорится о взаимопонимании, эмоциональном контакте между ребёнком и родителями, имеется в виду некий диалог, взаимодействие ребенка и взрослого друг с другом.

Но это не означает, что можно доносить ребенку постоянными и надоедливыми расспросами или шпионством. С самого начала нужно так поставить дело, чтобы детям хотелось дома рассказать о своих делах, чтобы члены семьи были заинтересованы в осведомленности о них.

Хорошая, здоровая атмосфера в семье, дружеские, уважительные взаимоотношения родителей, их положительный моральный облик - важнейшие условия правильного воспитания детей, поэтому задача родителей - организовать дома интересную, духовную, насыщенную жизнь, способную противостоять негативному влиянию на детей сверстников, СМИ, улицы.

Физическое воспитание - первейшая обязанность родителей. Родители не только должны обеспечивать детей питанием, одеждой, обувью, но и заботиться об укреплении их здоровья с помощью разнообразных занятий и создания необходимых культурно-гигиенических условий жизни в доме.

Важнейшей задачей является трудовое воспитание детей через привлечение их к участию в ведении домашних дел. Особенно ценно, когда детей приучают преодолевать трудности, принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность.

Формирование у детей таких черт характера, как доброта, честность, правдивость, скромность, требовательность к себе и самокритичность, является сложной задачей, стоящей в первую очередь перед родителями.

Родителям необходимо контролировать выполнение детьми режима дня.

Задачей родителей является также умственное развитие детей, т. е. их познавательных способностей, наблюдательности, речи, мышления, а также расширение их кругозора, формирование убеждений и взглядов.

Родители должны советом, справедливыми оценками помогать в подборе друзей своим детям, приучать их любить искусство, природу, жизнь, уважительно относиться к людям разных возрастов, национальностей и вероисповеданий. Чтобы добиться своими высказываниями (поучениями) полезного воспитательного воздействия, требуется счастливое стечение многих обстоятельств. Нельзя допускать, чтобы дети присутствовали при спорах или слышали о противоречиях по методам воспитания, способам наказания и т. п. В этих вопросах взрослые всегда должны действовать согласованно. Родители

телям следует также знать, что за затяжными, неразрешенными конфликтами или ссорой с ребенком скрывается их неумение общаться и несостоятельность как родителей.

Родители не должны при детях критиковать педагогов, они обязаны поднимать в глазах сына или дочери авторитет образовательного учреждения, объяснять необходимость выполнения просьб и требований старших. Свои замечания и предложения по улучшению обучения и воспитания ребенка следует высказывать на собраниях и в индивидуальных беседах.

Библиографический список

1. Агаркова Ю. С., Кривохижа Ю. А., Павлова Е. С., Пузынина Е. Г. Проблемы духовно-нравственного воспитания школьников в системе современного образования // Молодой ученый. — 2017. — №2. — С. 561-563. — URL <https://moluch.ru/archive/136/38057/> (дата обращения: 15.10.2021).

2. Бондаревская Е. В. Воспитание как возрождение гражданина, человека культуры и нравственности. (Основные положения концепции воспитания в изменяющихся социальных условиях). Ростов/Д., 1995.

3. Ильин И. А. О воспитании в грядущей России. — Собрание сочинений. В 10 томах. Т. 2. Кн. 2. М., 1993. С.178—192.

4. Караковский В. А. Стать человеком. М., 1993. Кедров М., священник. Нравственное расслабление современного общества: Слово в неделю о расслабленном. — Странник. СПб, 1878. С. 315—319.

5. Сайт издательства «www.verav.ru». [Электронный ресурс] URL: <http://www.verav.ru/common/mpublic.php?num=11> (дата обращения: 15.10.2021).

6. Социальная сеть работников образования nsportal.ru Роль семьи в становлении и развитии духовности человека. URL: <https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2013/12/30/rol-semi-v-stanovlenii-i-razviti-dukhnosti> (дата обращения: 15.10.2021).

## ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА В РУКАХ ПРИРОДЫ

Попова Юлианна Ивановна, воспитатель  
МБДОУ № 21 "Изумрудный город", Ростов-на-Дону

### Библиографическое описание:

Попова Ю.И. Здоровье ребенка в руках природы // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

*«Не то, что мните вы, природа:  
Не слепок, не бездушный лик -  
В ней есть душа, в ней есть свобода,  
В ней есть любовь, в ней есть язык...»  
Тютчев Федор Иванович (1803 -1873) - русский поэт*

Доброе время суток, мои дорогие читатели! С вами снова я, воспитатель детского сада ..... Юлианна Попова.

Спешу поделиться своими рассуждениями на очень интересную тему, обозначенную мной вначале статьи. Сразу скажу то, что, на мой взгляд, не подлежит никакому сомнению: если «Здоровье ребенка в руках природы», то наша задача просто ей помогать! Возможно, кто-то из вас придет в недоумение, уж больно необычно это звучит. Ведь чаще мы слышим «Здоровье ребенка в наших руках». Но мы-то ведь тоже часть природы! Поэтому стоит начать с себя, заострив внимание на насущно важном вопросе: а что

есть природа вообще? Давайте, как в детском саду – по пальчикам: это солнце, которое светит и греет. Это синее небо, которое радует. Это цветы, играющие разнообразием форм и красок. Это животные, которых мы призваны оберегать и окружать некой заботой в нашем огромном мире цивилизации. Это горы, поля, леса, ручьи, реки, озера и моря... Это воздух, что наполняет легкие свежестью, а душу радостью. Всего не перечесть! И во всем, что мы называем прекрасным словом «Природа» - наш интерес, восторг, вдохновение, и значит – здоровье. Выходит, волшебный ключик, открывающий дверку в духовное и физическое благополучие ребенка – это природа. Вот и решили задачку! Но тут я со всем коварством, на которое способна, хочу вас спросить: а часто ли вы открываете эту дверь своим волшебным ключом? Задумайтесь и сравните себя прежних и своих детей. Вот, что помните вы из своего детства?

Как общались с природой? Часто ли выезжали с семьей погулять за город? Было ли в вашей семье ежедневное правило «дышать воздухом» и как оно осуществлялось?

А ведь природа, говоря языком классиков, «создав людей такими, каковы они есть, даровала им великое утешение от многих зол, наделив их семьей и родиной» (итальянский поэт и филолог Уго Фосколо).

А вот и еще, весьма в тему: «Мы слишком много времени торчим в комнатах. Слишком много думаем в четырех стенах. Слишком много живем и отчаиваемся взаперти. А на лоне природы разве можно впасть в отчаяние? (Э. М. Ремарк «Триумфальная арка»).

Поэтому, попробую не просто очаровать вас красотой картинок и мыслью о том, как чудесен целебный источник живой природы, но и самым строгим образом окунуть в насущную необходимость на практике применять золотое правило общения с ней.

И наша общая святая задача - воспитать в ребёнке тягу к здоровому образу жизни. В любое время года обеспечить биологически полноценное питание, планомерно приучить маленький организм к контрастам холода и тепла, да чтоб не как-нибудь, а играючи, чтобы укрепить физически и без стрессов. Объяснить и научить пользоваться правилами поведения на природе, которую именно вы, как самый лучший и прекрасный урок, можете преподнести своим детям. Это ни с чем не сравнимая радость! Попробуйте! И я уверена, что уже через несколько месяцев вы настолько укрепите здоровье своих малышей, что от многих заболеваний, у кого они есть, а уж, тем более, капризов, зачастую вызванных нервными расстройствами из-за нехватки общения все с той же живой природой, и следа не останется! А уж как изменится ваша взаимосвязь с детьми – этому можно будет светло позавидовать. Природа заново откроет вам вашу семью! Будьте счастливы! Желаю удачи!

## НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИИ

Рябых Марина Николаевна, воспитатель  
МБДОУ № 134, Курск

### Библиографическое описание:

**Рябых М.Н.** Народные традиции // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Многие семьи имеют свои традиции и обычаи. В одной, например, утром всегда пьют чай с лимоном, а вечером – горячее какао. И так каждый день. В другой семье могут быть другие обычаи. К примеру, дарить друг другу на праздники открытки, сделанные своими руками.

Взгляды наших предков на быт, природу и труд отображены в народных традициях. Детям о них рассказывают с дошкольного возраста. Повзрослев, они передают знания следующему поколению. Так живет русская культура.

Праздники нашего народа тесно связаны с религией. На Пасху во всех домах пекут пасхальные куличи, красят яйца и радуются воскрешению Иисуса Христа. «Христос воскрес» – «воистину воскрес» говорят друг другу.

Масленица – один из самых веселых и долгожданных праздников в году, празднование которого длится семь дней. В это время люди веселятся, ходят в гости, устраивают гулянья и кушают блины.

Блинная неделя – народное торжество, посвященное встрече весны. Прежде чем войти в Великий пост, народ прощается с зимой, радуется теплым весенним денькам, и, конечно же, занимается выпеканием вкусных блинов.

Многие люди с трепетом ожидают наступления Масленицы, традиции празднования которой уходят корнями вглубь нашей истории. Сегодня, как и в былые времена, этот праздник встречают с размахом, с песнопениями, танцами и конкурсами.

Главным угощением как раньше, так и сейчас являются блины, которые могут иметь различную начинку. Их пекут каждый день в больших количествах. Наши предки считали, что тот, кто не веселится на Масленицу, проживет наступивший год бедно и безрадостно.



Работа Кузнецовой Екатерины, 5 лет  
МБДОУ №134, г.Курск  
(совместно с родителями)

В качестве чучела, которое приносится в жертву, изготавливали большую смешную и в то же время страшную куклу, олицетворяющую собой Масленицу. Делали куклу из тряпок и соломы. После чего её наряжали в женскую одежду и оставляли на главной улице деревни на время Масленичной недели. А в воскресенье торжественно несли за пределы селения. Там чучело сжигали, топили в проруби или же разрывали на части, а солому, оставшуюся от него, разбрасывали по полю. Ритуальное сжигание куклы имело глубокий смысл: уничтожить символ зимы необходимо для воскрешения его силы весной.

Библиографический список:

1. Паникеев И. Масленица. Издательство-М.2007г-350стр.
2. Харлицкий М., Хромов С Русские праздники, народные обычаи, традиции, обряды: Книга для чтения. - М., 1996г.

## ВОСПИТАНИЕ ПАТРИОТИЧЕСКИХ ЧУВСТВ ЧЕРЕЗ НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Степанова Анна Сергеевна, воспитатель  
МКДОУ Детский сад "Берёзка", п. Харанжино

### Библиографическое описание:

**Степанова А.С.** Воспитание патриотических чувств через народные подвижные игры // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Актуальность:

В условиях переосмысления сущности образования молодых поколений воспитание патриотизма и гражданственности приобретает всё большее значение, становится задачей государственной важности. Актуальность проблемы определила цель и содержание деятельности педагогов ДОУ – создание условий для воспитания у детей дошкольного возраста гражданско-патриотических чувств к малой Родине как основы становления в будущем патриотизма и гражданственности, средства успешной социализации детей. Гармоничное развитие ребенка – основа формирования будущей личности. Оно зависит от успешного решения многих задач, среди которых особое место занимают вопросы нравственного и патриотического воспитания. Поэтому стало необходимым создание новой модели взаимодействия ребенка с окружающим миром.

Патриотизм – любовь к Родине, преданность ей, ответственность и гордость за нее, желание трудиться на ее благо, беречь и умножать ее богатства – начинает формироваться уже в дошкольном возрасте. Невозможно воспитать чувство собственного достоинства, уверенность в себе, а, следовательно, полноценную личность, без уважения к истории и культуре своего Отечества, к его государственной символике. Нравственное воспитание подразумевает воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычку играть, трудиться, заниматься сообща; формирование умений договариваться, помогать друг другу; стремления радовать старших хорошими поступками. Сюда же мы относим воспитание уважительного отношения к окружающим людям; заботливого отношения к малышам, пожилым людям; умения помогать им.

Одной из основных задач ФГОС ДО является: «Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества». Поэтому нравственно – патриотическое воспитание – одно из важнейших звеньев системы воспитательной работы в ДОУ.

Особенностью системы работы по патриотическому воспитанию старших дошкольников является интеграция различных видов детской деятельности: речевой, изобразительной, познавательной, конструктивной, игровой. Это связано с потребностью создать у ребенка целостную картину окружающего мира, где находятся в единстве природа, общество и человек.

И вот тут надо отметить, что в подвижных играх ребенок приобретает знакомство с привычками и обычаями известной местности, семейной жизни, известной среды, его окружающей. Подвижные игры являются ценнейшим средством всестороннего воспи-

тания личности ребенка, развития у него важных качеств: честности, правдивости, выдержки, дисциплины, товарищества.

В игре ребенок активно переосмысливает накопленный нравственный опыт, в игре каждому приходится добровольно отказаться от своих желаний, согласовывать свои замысли, договариваться о совместных действиях, подчиняться правилам игры, сдерживать свои эмоции, преодолевать трудности. Игра учит справедливо оценивать собственные результаты и результаты товарищей.

Народные игры являются неотъемлемой частью нравственно-патриотического воспитания дошкольников. В них отражается образ жизни людей, их труд, быт, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, проявлять смекалку, выдержку, находчивость. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей.

Особенность народных игр в том, что они, имея нравственную основу, учат малыша обретать гармонию с окружающим миром. У малышей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств. По содержанию народные игры лаконичны, выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире. В конце игры следует положительно оценить поступки тех детей, кто проявил смелость, ловкость, выдержку и взаимопомощь.

Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство и физическое совершенство.

Суть патриотического воспитания дошкольников сострит в том, чтобы посеять и взрастить в детской душе семена любви к родной природе. Дому и семье, истории и культуре страны, созданной трудами родных и близких людей.

В. А. Сухомлинский подчеркивал, что детство есть каждодневное открытие мира, поэтому оно должно стать для ребенка временем познания Человека и Отечества, их красоты и величия.

Патриотическое воспитание в событиях совместно с детьми и воспитателем проходит через утреннее приветствие, в режимных моментах, русские народные игры, в театрализованной деятельности, пословицы, поговорки, народные игры формируют начало любви к своему народу, к своей стране.

Игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Игра – это также своеобразная школа для ребенка. В подвижных народных играх удовлетворяется жажда действия, предоставляется обильная пища для работы ума и воображения, воспитывается умение преодолевать неудачи. В играх – залог полноценной душевной жизни ребенка в будущем. Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство и физическое совершенство.

Народные игры – это яркое выражение народа в них играющего, отражение этноса в целом и истории его развития.

Народная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, которая является еще и средством обучения и воспитания.

Особенность народных игр в том, что они, имея нравственную основу, учат малыша обретать гармонию с окружающим миром. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

Народные игры можно классифицировать следующим образом:

- по видовому отражению национальной культуры;
- по интенсивности использования движений (Малой, средней, высокой интенсивности. Например, «Совушка», «У дедушки Трифона», «У медведя во бору»);
- по типу двигательного действия (Бег, прыжки, броски и ловля мяча и другие);
- по содержанию сложности и построению игры (простые, переходящие, командные);
- с учетом возрастных особенностей;
- по способу проведения (с водящим, без водящего);
- с предметами, сюжетные;
- по физическим качествам;

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора, движения точны и образны, часто сопровождающиеся неожиданными моментами, заманчивыми считалками, жеребьевками. Считалки, зачины дают возможность быстро организовать игроков, настроить их на объективный выбор ведущего и точное выполнение правил, чему способствуют ритмичность, напевность, характерное скандирование считалок.

Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство. Неоценимым национальным богатством являются календарные народные игры. Они вызывают интерес не только, как жанр устного народного творчества. В них заключена информация, дающая представление о повседневной жизни наших предков - их быте, труде и мировоззрении. Эти игры были непременным элементом народных обрядовых праздников. К сожалению, народные игры сегодня почти исчезли из детства. Хотелось бы календарные народные игры сделать достоянием наших дней.

Русские народные игры, в которые принято было играть во время проведения обрядовых праздников:

1. Рождественский сочельник – игры «Два мороза», «Масло», «Орешек»;
2. Зимние святки - игры «Бабка», «Гуськи», «Слепой козел», «Прялица»;
3. Масленица – игры «Каравай», «Горелки», «Горшки», «Лапти», «Пирог», «Салки», «Водить козла»;
4. Благовещение - игры «Воробей», «Ворон», «Голуби», «Коршун», «Ласточки», «Огородник и воробей»;
5. Вербная неделя – игры «Верба-вербочка», «Захарка», «Мосток»;
6. Троица – игры «Венок», «Водяной», «Горячее место»;
7. Пасха – игры «Солнышко-ведрышко», «Береза», «Медом или сахаром»;

Народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Особенно популярны такие игры, как «Русская лапта», «Жмурки», «Городки», «Горелки», «Уголки», «Гуси-лебеди», «Краски».

Народные игры укрепляют связь между поколениями, воспитывают любовь к родному краю, формируют интерес к изучению игр других национальностей.

Таким образом, народные подвижные игры в сочетании с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную основу. Через игру формируется у них устойчивое отношение к культуре родной страны, создает эмоционально-положительную основу для развития патриотических чувств.

## НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: СУЩНОСТЬ, ЗАДАЧИ, СОДЕРЖАНИЕ, МЕТОДЫ

Таршилова Юлия Васильевна, воспитатель  
Лепетюха Валентина Владимировна, воспитатель  
Брыткова Оксана Александровна, воспитатель, учитель-логопед  
Колесникова Яна Николаевна, воспитатель, учитель-логопед  
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад "Центр развития ребенка" № 57, г. Белгород

### Библиографическое описание:

**Таршилова Ю.В., Лепетюха В.В., Брыткова О.А., Колесникова Я.Н.** Нравственное воспитание детей старшего дошкольного возраста: сущность, задачи, содержание, методы // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Нравственное воспитание детей дошкольного возраста своеобразный стрезень, вокруг которого строятся все остальные процессы развития и обучения. Выдающиеся советские педагоги Надежда Константиновна Крупская и Антон Семенович Макаренко неоднократно подчеркивали, что дошкольный возраст является чрезвычайно ответственным в становлении нравственных черт характера. Многочисленные педагогические и психологические исследования подтверждают, что именно в эти годы при условии целенаправленного воспитания закладываются основы моральных качеств личности.

Поэтому в данной статье мы рассмотрим понятия нравственность, нравственное воспитание, сущность, задачи, содержание и методы нравственного воспитания.

Нравственность – неотъемлемая сторона личности, обеспечивающая добровольное соблюдение ею существующих норм, правил и принципов поведения, которые находят выражение в отношении к Родине, обществу, коллективу и отдельным людям, к самому себе, труду и результатам труда. Знания о нравственности внутренне усваиваются дошкольниками, если они переживаются ими как ценность, то есть становятся личностно значимыми. (А.С. Макаренко)

Нравственное воспитание дошкольников – целенаправленная деятельность воспитателя по формированию у детей нравственных чувств, этических представлений, привития норм и правил поведения, определяющих их отношение к себе, другим людям, вещам, природе, обществу.

Нравственное воспитание – целенаправленное формирование системы нравственных отношений, способности к их совершенствованию и умений поступать с учетом общественных моральных требований и норм, прочной системы привычного повседневного морального поведения.

В педагогике нравственное воспитание трактуется как педагогическая деятельность по формированию у воспитанников системы нравственных знаний, чувств и оценок, правильного поведения. Т.А. Казимирская определяет нравственное воспитание как процесс формирования моральных качеств, черт характера, навыков и привычек поведения.

Задачи и содержание нравственного воспитания отражены в основных примерных образовательных программах «Детство» и «От рождения до школы» в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие».

Содержание образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные

и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе. Далее мы перейдем к рассмотрению задач нравственного воспитания в старшей и подготовительной группе, используя примерные образовательные программы «Детство» и «От рождения до школы» и оформим их в форме таблицы. См. табл. 1.1

Таблица 1.1

Задачи нравственного воспитания старших дошкольников

Группа, возраст	Программа «Детство»	Программа «От рождения до школы»
Старшая группа (5-6 лет)	<p>Воспитывать доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношение к малышам.</p> <p>Развивать добрые чувства, эмоциональную отзывчивость, умение различать настроение и эмоциональное состояние окружающих людей и учитывать это в своем поведении.</p> <p>Воспитывать культуру поведения и общения, привычки следовать правилам культуры, быть вежливым по отношению к людям, сдерживать непосредственные эмоциональные побуждения, если они приносят неудобство окружающим. Развивать положительную самооценку, уверенность в себе, чувство собственного достоинства, желание следовать социально одобряемым нормам поведения, осознание роста своих возможностей и стремление к новым достижениям.</p>	<p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку сообща играть, трудиться, заниматься; стремление радовать старших хорошими поступками; умение самостоятельно находить общие интересные занятия.</p> <p>Воспитывать уважительное отношение к окружающим.</p> <p>Учить заботиться о младших, помогать им, защищать тех, кто слабее.</p> <p>Формировать такие качества, как сочувствие, отзывчивость.</p> <p>Воспитывать скромность, умение проявлять заботу об окружающих, с благодарностью относиться к помощи и знакам внимания.</p> <p>Формировать умение оценивать свои поступки и поступки сверстников.</p> <p>Развивать стремление детей выражать свое отношение к окружающему, самостоятельно находить для этого различные речевые средства.</p> <p>Расширять представления о правилах поведения в общественных местах; об обязанностях в группе детского сада, дома.</p> <p>Обогащать словарь детей вежливыми словами (здравствуйте,</p>

		<p>до свидания, пожалуйста, извините, спасибо и т. д.).                  Побуждать к использованию в речи фольклора (пословицы, поговорки, потешки и др.).                  Показать значение родного языка в формировании основ нравственности.</p>
<p>Подготовительная группа (6-7 лет)</p>	<p>Развивать гуманистическую направленность поведения: социальные чувства, эмоциональную отзывчивость, доброжелательность.                  Воспитывать привычки культурного поведения и общения с людьми, основы этикета, правила поведения в общественных местах.                  Обогащать опыт сотрудничества, дружеских взаимоотношений со сверстниками и взаимодействия со взрослыми. Развивать начала социальной активности, желания на правах старших участвовать в жизни детского сада: заботиться о малышах, участвовать в оформлении детского сада к праздникам и пр.                  Способствовать формированию положительной самооценки, уверенности в себе, осознания роста своих достижений, чувства собственного достоинства, стремления стать школьником.                  Воспитывать любовь к своей семье, детскому саду, к родному городу, стране.</p>	<p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, развивать умение самостоятельно объединяться для совместной игры и труда, заниматься самостоятельно выбранным делом, договариваться, помогать друг другу.                  Воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.                  Воспитывать заботливое отношение к малышам, пожилым людям; учить помогать им.                  Формировать такие качества, как сочувствие, отзывчивость, справедливость, скромность.                  Развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения, в своих поступках следовать положительному примеру. Воспитывать уважительное отношение к окружающим. Формировать умение слушать собеседника, не перебивать без надобности.                  Формировать умение спокойно отстаивать свое мнение.                  Обогащать словарь формулами словесной вежливости (приветствие, прощание, просьбы, извинения).                  Расширять представления детей об их обязанностях, прежде всего в связи с подготовкой к школе. Формировать интерес к учебной деятельности.</p>

Рассмотрев и проанализировав данную таблицу можно сделать вывод, что основными задачами нравственного воспитания старших дошкольников можно считать: воспитание доброжелательного отношения к людям, культуры поведения и общения, любовь

к своей семье, детскому саду, к родному городу, стране, формирование положительных нравственных качеств.

Для начала дадим определение «методы нравственного воспитания»:

Методы нравственного воспитания - это способы педагогического воздействия, посредством которых осуществляется формирование личности ребенка в соответствии с целями и задачами нравственного воспитания.

В.Г. Нечаева выделяет две группы методов нравственного воспитания дошкольников:

- 1) методы организации практического опыта общественного поведения;
- 2) методы формирования у дошкольников нравственных представлений, суждений, оценок. И к первой, и ко второй группе автор относит метод убеждения, положительный пример, поощрение и наказание. Классификация, предложенная В.И. Логиной, выстроена на том же основании, что и у В.Г. Нечаевой, - на активизации механизма нравственного воспитания, но она несколько полнее.

Автор предлагает объединить все методы в три группы:

- 1) методы формирования нравственного поведения (приучение, упражнение, показ действий, воспитывающие ситуации, пример взрослых, руководство деятельностью);
- 2) методы формирования нравственного сознания (убеждения в форме разъяснения, внушение, этическая беседа);
- 3) методы стимулирования (пример, поощрение и наказание).

Поведение ребенка, его нравственные проявления должны обязательно подлежать положительной оценке воспитателя, так как она не только стимулирует нравственную активность ребенка, но и корректирует его поведение, формирует нравственные ориентации, создает у ребенка радостное настроение, повышает его статусное положение в группе сверстников. Поощрение применяется в различных формах: похвала, одобрение, положительная оценка, благодарность, награждение и др. Способы выражения ее различны: слово, взгляд, жест, мимика, прикосновение, улыбка и другие.

Отрицательную оценку и наказание нельзя использовать как обязательный метод воздействия. Воспитателю категорически запрещается использовать в качестве наказания лишение ребенка прогулки, приема пищи, сна. Применять физические наказания, а также резкие отрицательные оценки, унижающие достоинство ребенка.

Принципы отбора методов нравственного воспитания заключаются в следующем: соответствие метода цели и задачам воспитания; гуманный характер метода; реальность метода; избирательность отбора метода; тактичность применения метода; толерантность (терпение и терпимость) педагога при использовании метода; преобладающая практическая направленность метода в нравственном воспитании дошкольников. Эффективный результат в нравственном воспитании ребенка может быть лишь при умелом, грамотном использовании педагогом всех методов нравственного воспитания не изолированно, а в комплексе, во взаимосвязи.

Нравственное воспитание осуществляется с помощью определенных средств, среди которых необходимо указать:

- Художественные средства; природу; собственную деятельность детей; общение; уход за животными и растениями, окружающую обстановку.

В группу художественных средств включают: художественную литературу, проведение этических бесед с детьми, изобразительное искусство, музыку, кино и др. Эта группа средств очень важна в решении задач нравственного воспитания, т.к. является наиболее эффективной при формировании у детей моральных представлений и воспитании чувств.

- Эффективным средством является общение ребенка с домашними животными. Взаимодействие с домашними животными как нельзя лучше помогает снять агрессию

и сформировать такие нравственные качества, как гуманность, доброта, великодушие, отзывчивость, ответственность.

- Средством нравственного воспитания дошкольников является собственная деятельность детей, игра, труд, учение, художественная деятельность. Каждый вид деятельности имеет свою специфику, выполняя функцию средства воспитания. Особое место в этой группе средств отводится общению. Оно как средство нравственного воспитания лучше всего выполняет задачи корректировки представлений о морали и воспитании чувств и отношений.

Комплексное использование методов и средств нравственного воспитания, поможет педагогу успешно решать задачи нравственного воспитания и развития каждого ребенка.

Таким образом, в данной статье мы рассмотрели понятие «нравственное воспитание», проанализировали задачи нравственного воспитания старших дошкольников. Также нами были охарактеризованы методы нравственного воспитания дошкольников.

Библиографический список:

1. Бабунцова, Т.М. Дошкольная педагогика/ Т.М. Бабунцова. - М.: Сфера, 2007. - 204 с.
2. Байбородова, Л.В. Теория и методика воспитания/ Л.В. Байбородова, М.И. Рожков/ Москва: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. - 384 с.
3. Божович Л.И, Конникова Т.Е. О нравственном развитии и воспитании детей/ Л.И. Божович, Т.Н. Конникова// Вопросы психологии - 1975. -№ 1. - С.18-25.
4. Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду/ В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н.А. Ноткина и др./ Под ред. Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой, Л.М. Гурович.- СПб.: Детство-Пресс, 2000.- 244 с.
5. Козлова, С.А. Нравственное воспитание детей в современном мире/ С.А. Козлова // Дошкольное воспитание. 2001. - № 9. - С. 98 -101.
6. От рождения до школы: основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - 304 с.

## **ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ И ТЕАТРАЛЬНОЕ ИСКУССТВО В ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОМ И ЭСТЕТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ**

Тищенко Жанна Валерьевна, музыкальный руководитель  
Григорьева Екатерина Васильевна, музыкальный руководитель  
МБДОУ д/с № 57, г. Белгород

### **Библиографическое описание:**

**Тищенко Ж.В., Григорьева Е.В.** Хореографическое и театральное искусство в духовно-нравственном и эстетическом воспитании детей // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Духовное развитие общества и личности чрезвычайно многогранно. Характерной особенностью общества является эстетическое освоение отдельных его сфер и всей жизни в целом. В процессе совершенствования нашего общества эстетическое начало еще больше одухотворит труд, возвысит человека, украсит его быт. Такой подход делает актуальным изучение эстетической культуры как явления, которое в современном обществе приобретает всеобщий характер. Какой бы деятельностью человек ни занимался, в ней всегда должно иметь место эстетическое начало, но появляется оно при определенных условиях.

Учитывая положение реформы, нам кажется необходимым в педагогической практике, смелее использовать воспитывающие резервы искусства хореографии для развития нравственного сознания дошкольников.

На сегодняшний день является актуальной проблема гармоничного развития ребенка посредством искусства, повышения его культурного и образовательного уровня, обеспечения психического и эмоционального благополучия, расширения коммуникативных способностей. Достижение данной цели, а значит, решение данной проблемы является необходимым шагом в формировании духовно-нравственной личности и заключается в приобщении детей к культуре и искусству.

Хореография, как искусство коллективное, способствует развитию с ранних лет чувства коллективизма, требовательности друг к другу, доброты, сознания детей, их эстетического и физического развития. Однако все зависит от воспитательной работы, а это кропотливый труд, в котором нет мелочей.

Ребенок в коллективе весь в движении, изменении и развитии в физическом и нравственном отношениях. И от того, какова атмосфера в коллективе, будет зависеть и его развитие как личности.

Мы считаем, что детство - это пора формирования нравственности, из которой произрастают затем навыки духовной жизни целого поколения.

Искусство является важным средством, снимающим у детей напряжение от учебы, труда, спорта. Увлекая ребенка, сосредотачивая его внимание на новых ярких впечатлениях, побуждая эстетическое чувство, удовлетворяя духовные потребности, искусство переносит его в мир переживаний и эмоциональных состояний, переключающих психическую деятельность в новое русло, создающих разрядку.

Сегодня мы имеем много примеров хорошей постановки воспитательной работы во многих коллективах. Вместе с тем есть и такие коллективы, которые упускают основную цель воспитания человека. Только богатство внутренней жизни, наполненность чувством, творческая фантазия, воображение, устремленность к идеалам одухотворяет танец, делает самые простые движения содержательными. Как часто богатство костюмов, броскость программы выступлений заслоняют подлинную работу по обучению и воспитанию ребят. Часто об успешной работе руководителя судят по чисто внешним признакам его деятельности, не учитывая и не замечая порой тех нравственных издержек и цену «успеха», который достигается подчас перегрузкой ребят, «выпячиванием» одних и тех же детей в ущерб другим, стимулированием коллективов неоправданными методами.

Для того, чтобы перевести акцент в работе на воспитание, необходимо овладеть педагогическим мастерством, научиться использовать процесс занятий, репетиций, выступлений для раскрытия содержания танцевальной деятельности. Хореография - искусство синтетическое, в ней музыка оживает в движении, приобретает осязательную форму, а движения становятся как бы слышимыми. Живописность и графичность поз и положений танцоров роднит ее с живописью и скульптурой. Это позволяет использовать хореографию как средство эстетического воспитания широкого профиля.

Воспитывая детскую аудиторию через образы хореографии, мы раскрываем в детях эстетическую чуткость к прекрасному и безобразному, возвышенному, низменному, комическому, трагическому в различных его проявлениях. В опосредованной форме, по сравнению с драматическим искусством, мы учим детей любить и ненавидеть, страдать и радоваться, чувствовать нравственную красоту и уродство.

Обращаясь к танцевальной культуре, дети и подростки проходят школу духовного, музыкально-танцевального воспитания.

Опыт работы с хореографическим и вокальным коллективом показывает, что создавая содержательный репертуар, мы ставим ребят объективно под непосредственное

влияние музыки и танцевального образа, воспитывая в них различные нравственные чувства и мысли, подводим их к пониманию как моральных, так и нравственных мотивов поведения, поэтому содержательной линии развития танца придается особое значение.

Находясь несколько лет в танцевальном коллективе, ребенок обучается ассоциативно-художественному мышлению, без чего невозможно ни воспринимать, ни исполнять произведения искусства, а, следовательно, и получить заряд нравственного воспитания. Художественно пережитое чувство заставляет ребенка порицать зло, эгоизм, жестокость, зависть, невежество, лень, помогает ему полюбить доброту, которая интуитивно прокладывает путь к истине, помогает ему научиться любить природу, тонко ощущая символику ее духовного и материального богатства. Исполняя танцевальные хороводы вокруг березки, пластически награждая ее нежными и трогательными качествами, дети проникаются глубоким чувством к родной природе, сливаясь пластикой с ее сокровенным характером. «Снежинки», «Снегурочки», «Веснянки», образы родной земли глубоко западают в память сердца, пополняют тот запас нравственной прочности личности, который помогает, затем ориентироваться в жизни, принимать, как показывает практика, в критических ситуациях решения, направленные на нравственно-положительные действия.

Музыка и танец развивают эмоциональную сферу ребенка. Если научные предметы сообщают ему знания о мире, то танцевальное искусство вызывает эмоциональный отклик, связанный с преображенными в танце явлениями объективного мира. Скажем музыкальный образ «Весны» может вызвать целую гамму переживаний, связанных с представлением об этом времени года: запахами зелени, травы, листьев, яркостью неба и солнца, предчувствием перемен, может вызвать приподнятое, праздничное настроение, ассоциирующееся с весенними днями, образом родной природы.

Эти эмоции могут быть вызваны музыкой, такой, как «Подснежник» П.И. Чайковского, «Весенние воды» С. Рахманинова. «Времена года» Ал. Глазунова, «Весна» С. Прокофьева из балета «Золушка».

Танец, поставленный на эту музыку, вносит новые ассоциации - борения, трепетности, нежности и хрупкости первых ростков, тянущихся к солнцу и т.д. Переходя с помощью искусства из области конкретных знаний о весне в сферу человеческих переживаний, воспитанник ничего не теряет из достоверности своих знаний о природе, о мире, которые лишь приобретают новую форму в виде чувственной информации, построенной на ощущении. Чувства восторга, нежности, бережности и доброты, пережитые в танцевальной практике, оставят след в душе ребенка и станут нравственным качеством личности.

Не случайно многие писатели также обращаются к теме природы как к источнику нравственного воспитания. Л. Леонов в книге «Русский лес» писал, что природу может спасти благоразумие и совесть. В. Астафьев в своем философском повествовании «Царь-рыба» проводит мысль о том, что природа может погибнуть от жестокого и неосмотрительного вмешательства человека в ее жизнь. Он раскрывает нравственную сторону этого конфликта, считая, что жестокость по отношению к природе безнравственна, ибо оборачивается против самого человека, попирающего его хрупкость и незащищенность.

Искусство хореографии, близкое к «растительным» и «животным» формам движений живой природы, ассоциативно может показать всю ее многоплановую красоту и духовность.

Эстетическое воспитание развивает все духовные способности человека, необходимые в различных областях творчества. Многие часы, которые провел, играя на скрипке.

А, Эйнштейн, не были похищены у науки, ибо, по собственному свидетельству физика, «настоящая наука и настоящая музыка требует однородного мыслительного процесса».

Всеобщее эстетическое воспитание детей - единственно правильный путь к достижению прекрасной цели сделать искусство достоянием всех людей, а не только избранных знатоков. Прочные основы любви к искусству и его понимание успешнее всего можно заложить в раннем детстве, когда дети воспринимают искусство как нечто органически присущее самой жизни. Именно в эту пору у детей появляется активное стремление не только наслаждаться красотой, но и самим создавать её: рисовать, сочинять стихи, придумывать музыку, танцевать и т.д. Значение искусства не исчерпывается тем, что оно обогащает эстетический мир человека, украшает его мир. Искусство обогащает весь духовный мир человека.

Разнообразные творческие занятия детей способствуют развитию их мышления, воображения, воли, настойчивости, организованности, дисциплинированности.

Развивая художественные способности детей, их эстетические чувства и представления, собственное отношение к прекрасному, закладываются основы, на которых в дальнейшем будет формироваться духовное богатство человека.

Литература:

1. Серебренников, Н. Н. Поддержка в дуэтом танце; «Искусство» 1985
2. Череховская Р.Л. Минск Издательство: «Народная асвета» 1983
3. Федорова Г.П. Авт.-сост.; Издательство Детство-пресс 2000ф
4. Эйнштейн А. Обрести достоинство и свободу / А. Эйнштейн - М., Иерусалим: Мосты культуры, 2006. - 256 с.
5. Макаренко, А. С. Коллектив и воспитание личности / А.С. Макаренко - М.: Педагогика, 1972. - 236 с.

## **ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ ПО ФГОС**

Толстокулакова Марина Владимировна, воспитатель  
ГБОУ "ШКОЛА 1636", Москва

### **Библиографическое описание:**

**Толстокулакова М.В.** Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Патриотизм – это социальное чувство, которое характеризуется привязанностью к родному краю, народу, его традициям.

Нравственно-патриотическое воспитание – это система мероприятий, направленных на формирование у воспитанников чувства долга по отношению к родной стране, готовность защищать свою Родину.

### **Актуальность патриотического воспитания**

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС довольно актуально в условиях современности. Это связано с установлением приоритетности материальных ценностей перед духовными в нашем обществе. Однако воспитание подрастающего поколения в рамках уважения и любви к Родине формирует нравственно здоровое, жизнеспособное население. Дети дошкольного возраста особо эмоциональны, готовы к сопереживанию, у них идет процесс формирования личностных ориентиров, поэтому рекомендуется наиболее плодотворно проводить воспитательную работу.

### **Цели и задачи**

Патриотическое воспитание в ДОУ проводится с целью воспитания любви к отечеству, ответственного отношения к окружающей природе и людям, становления устойчивой связи поколений. Формирование этих ценностей происходит в результате целенаправленной, систематической работы с детьми.

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС подразумевает следующие задачи:

- формирование нравственно-духовных особенностей личности;
- формирование чувства гордости за свою нацию;
- формирование почтительного отношения к национальным и культурным традициям своего народа;
- формирование либеральной позиции по отношению к ровесникам, взрослым, людям других национальностей.

#### **Формы и методы организации работы**

Программа патриотического воспитания в дошкольных учреждениях подразумевает, прежде всего, организацию внутренней методологической работы в этом направлении. Если педагог сам не испытывает чувства любви к отечеству, то он не сможет передать его детям. Воспитателю нужно знать, как наиболее эффективно донести идеи патриотизма дошкольникам.

Методологическая работа по патриотическому воспитанию в ДОУ направлена на повышение квалификационного уровня воспитателей, их педагогической грамотности. Для этого проводятся тематические педсоветы, консультации, посещения занятий.

Вторая часть методологической работы – это взаимодействие с родителями, семьей ребенка, так как они имеют существенное влияние на формирование личности дошкольника, и важно рекомендовать им основные направления для успешного развития у детей нравственно-духовных ценностей. С родителями проводятся тематические собрания, беседы.

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС определяет методы работы с дошкольниками:

- обустройство патриотических уголков в ДОУ;
- организация онлайн- экскурсий по достопримечательностям родного города, посещение музеев, выставок;
- организация тематических мероприятий (занятий, соревнований, конкурсов);
- проведение тематических занятий-рассуждений на тему любви к Родине, чтение соответствующих произведений, заучивание стихотворений, просмотр фильмов, передач.

Ежегодно в ДОУ составляется план по патриотическому воспитанию, который охватывает все формы и методы методологической и воспитательной работы.

Примерный перечень мероприятий и тем занятий, предусмотренный планом, включает: мероприятия, посвященные государственным и народным праздникам, спортивные конкурсы, тематические занятия по изучению природы, особенностей, традиций родного края, государственной символики.

#### **Торжественные мероприятия, посвященные государственным праздникам**

Мероприятия по патриотическому воспитанию в ДОУ приурочивают к празднованию соответствующих государственных праздников, таких как: День Победы, День защитника Отечества, Международный женский день. При подготовке к проведению мероприятия дети узнают историю возникновения праздника, понимают, кому он посвящен и зачем отмечается.

Например, при подготовке празднования Дня Победы можно провести акцию «Голубь мира», изготовив вместе с детьми белых бумажных голубей как символ мирной жизни. Для самого мероприятия выучить военные песни («Катюша», «День победы»

и т. п.), стихотворения соответствующей тематики. Можно организовать встречу с ветеранами в рамках проекта «Такое разное детство: война и мир».

При подготовке празднования Дня защитника Отечества, у мальчиков формируется понятие, что они будущие мужчины, сильные и крепкие, опора своей семьи, Родины, ее защитники. В праздник можно провести несколько различных мероприятий в зависимости от возраста детей, например, праздник -поздравление пап стихами, песнями и танцами военной тематики, спортивно-соревновательные конкурсы, занятие-беседу «Нам нужен мир», посвященную армии, которая защищает нашу страну.

Международный женский день посвящен формированию у дошкольников семейных ценностей и образа матери, женщины как хранительницы семьи. Традиционно мероприятия в этот день посвящены поздравлению мам и бабушек. Накануне дети своими руками делают для них подарки, развивая свои творческие способности.

Народные праздники отмечаются для того, чтобы дети воспринимали себя частью своего народа, они должны проникнуться его устоями, понять его самобытность. Для этого в ДОУ организуют беседы-занятия по ознакомлению с народным бытом, но лучше всего дети осваивают информацию во время игры. Можно отметить народные праздники песнями, танцами, хорошим настроением приобщиться к традициям.

Начинают празднования с Рождества и старого Нового года. Дети учат колядки, поют, получая сладости в вознаграждение.

Празднование Масленицы можно организовать во время прогулки, участвовать в нем могут все дети ДОУ одновременно. В представлении принимают участие Зима, Весна, скomorохи. Дошкольники знакомятся с историей возникновения праздника, его сутью и символами.

Свои символы есть и у праздника Пасхи. Проводится занятие по росписи пасхальных яиц. Здесь существует масса методик и техник, которые дают ребенку возможность развивать свои художественные способности.

### **Спортивные игры**

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС подразумевает воспитание физически здоровой личности. Поэтому физическое развитие является неотъемлемой частью воспитательного процесса. Спортивные игры и конкурсы не только развивают детей, но и формируют чувство команды, единения интересов, укрепляют семейные узы и традиции. Можно проводить соревнования между одновозрастными группами по соответствующей тематике, например, посвященные русским богатырям. Во время праздника дети знакомятся с русскими былинами о богатырях, с их ратными подвигами. Проводятся такие конкурсы, как: «Меткий стрелок» - метание мячиков в цель; перетягивание каната; «Быстрый наездник» - соревнование-эстафета по скачкам на резиновых лошадах или больших мячах; «Самый сильный» - выталкивание плечом соперников за границы мата; «Богатырская помощь» - разобрать по кубикам вход в пещеру и спасти прекрасную девицу.

Особую роль играют совместные соревнования детей и родителей. Празднование Дня защитника Отечества для учащихся старшей и подготовительной группы можно организовать военную игру «Зарничка», в которой папы с сыновьями участвуют в эстафетах, а мамы с дочками - в конкурсах для болельщиков. Такая игра воспитывает чувство коллективизма, патриотизма, формирует интерес к выполнению физических упражнений, развивает основные физические качества, приобщает к традициям большого спорта.

### **Занятия по изучению государственной символики**

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС подразумевает знание государственной символики страны. Для их изучения проводятся соответствующие занятия-беседы, например: «Люби свою Родину», «Символика России». Цель такого занятия

привить детям гордость за свою страну, закрепить и расширить знания о государственной символике, познакомить со значением цветов флага и герба, сформировать простейшие географические знания о своем крае, воспитать чувства уважения к флагу, гербу, гимну, а также привить познавательный интерес к истории своей Родины.

Занятия можно проводить с помощью информационно-коммуникационных технологий. Для этого нужно подготовить презентацию по заданной тематике, записать аудиозаписью гимна. Последовательность проведения занятия может быть следующая:

Вступительная часть, в которой дети знакомятся: с географическим положением и величиной страны.

Знакомство с флагом России, символикой его цветов. Можно провести игру «Сложи флаг».

Знакомство с гербом. Воспитатель объясняет детям само понятие герб, проводит игру «Придумай и нарисуй герб своей семьи».

Прослушивание государственного гимна.

Заключительная часть, в которой проверяется, как дошкольники усвоили материал.

#### **Раскрытие темы малой родины**

Любой уголок нашей Родины неповторим и по-своему самобытен. Важно приобщить детей к красоте природы родного края, к его традициям и быту. Одним из способов является организация в ДОУ краеведческого мини-музея. В нем можно собрать: - коллекцию старинных вещей, характеризующих быт;

- образцы изделий народного творчества: вышивки, салфетки, скатерти, обереги, посуда, игрушки.

Другим методом познания родного края является проведение экскурсий, посещение достопримечательностей. Также проводятся познавательные занятия. Для занятий выбираются соответствующие темы по патриотическому воспитанию. Дети узнают о своих знаменитых земляках, об истории возникновения и развития своего родного города, о природных особенностях края, изучают народный фольклор.

Систематическая работа, проводимая в ДОУ, позволяет привить дошкольникам первичные знания истории, географии родного края, его особенностей развития и становления.

## **ПОТЕНЦИАЛ НАРОДНОЙ СКАЗКИ КАК СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ НРАВСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Харитоновна Марина Владимировна, воспитатель  
МАДОУ ЦРР д/с № 22 "Журавушка", г. Ступино Московской области

#### **Библиографическое описание:**

**Харитоновна М.В.** Потенциал народной сказки как средства формирования нравственных представлений у детей младшего дошкольного возраста // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Наилучший помощник в развитии воображения ребенка - это сказка. Психологи, педагоги, родители прибегают к анализу сказок, обращая внимание на то, что сказка способствует коррекции поведения ребенка и влияет на его интеллект. Ученые доказали, что чтение сказок необходимо для развития детского мышления. В то же время, сказка наставляет детей, рассуждать, верно излагать собственные мысли, оценивать действия

героев, является тренировкой памяти и внимания, развивает речь. А самое важное, сказка тренирует нравственное представление и формирует правильные моральные качества у дошкольников.

Устное народное творчество испокон веков использовали в отечественной и зарубежной педагогике, как мощный инструмент воспитания и обучения детей дошкольного возраста.

Не кто иной, как сказка благоприятствует развитию эмоционального-нравственного навыка младших дошкольников, ориентирует оценивать собственные поступки и переживать за поведение окружающих людей. Сказочные образы способствуют активизации воображения. Так как фантазия тесно связано с эмоциями и всеми психологическими процессами: восприятием, памятью, мышлением, поэтому сказка непосредственно имеет влияние на формирование личности ребенка. Воспринимая смысл сказки, дети знакомятся с человеческими качествами - трудолюбием, честностью, добротой, учатся эмоционально отзываться на разнообразные жизненные ситуации и поступки героев. Ребенок старается препятствовать злу, помогать старшим, приносить пользу окружающим, защищать слабых, так же как и его любимые персонажи, что впоследствии формирует его характер.

Важной чертой сказки является ее общность. Почти все сказки нацеливают внимание ребенка, на радость сотрудничества, взаимопомощи, которая выступает не как рутина, а как праздник. Одно из самых важных значений в сказке имеет доброта, которая побеждает эгоизм в проявлении способности отдать другому последнее. Ценность сказки в том, что она открывает смысл важнейших человеческих ценностей и позволяет их пережить.

Как отмечает К. Чуйковский, целью чтения сказок младшим дошкольникам считается прежде всего стремление привить им человечность, возможность сопереживать, чувствовать чужое несчастье и радоваться успехам. Через сказку легче всего донести ребенку первые понятия нравственности. Очень важным для разграничения добра и зла у ребенка, является то, что сказочные герои в сказках делятся на плохих и хороших. Дети сравнивают себя с положительным героем, что прививает ему понятие добра. Симпатии детей всякий раз на стороне тех, кому свойственны чуткость, отзывчивость, смелость. В действиях сказочных героев трудолюбие противостоит лени, храбрость - трусости. Дети искренне радуются, когда побеждает добро, когда понравившийся сказочный герой преодолевает трудности и наступает счастливый конец. Ребенок погружаясь в сказочный мир необычных событий, происходящих со сказочными героями, не осознавая раскрывает в себе глубокие нравственные идеи. Сказки учат трудолюбию, бережному отношению к окружающему миру и являются наилучшим примером высоких чувств и стремлений.

С младших групп в детском саду дети начинают знакомиться со сказками. В этом возрасте, читая детям народные сказки, такие как «Репка», «Теремок», педагоги учат детей дружить и спешить на помощь друг другу. Знакомя детей со сказкой «Маша и медведь» учим их осторожности, умению проявлять хитрость и смекалку. Сказкой «Гуси-лебеди» доносим до детей как важно послушание и уважение к родителям, «Бобовое зернышко» – помощь и заботу окружающим. В сказках мы не найдем прямых указаний, как делать и как не делать, но в их содержании всегда содержится урок, воспринимаемый детьми. Сказки позволяют детям мечтать и использовать воображение, раздвигать границы обыденности, знакомиться со сложными явлениями и чувствами, постигая взрослый мир чувств и переживаний в доступной ребенку «сказочной» форме..

В особенности действенным способом знакомства со сказкой является способ рассказывания. При рассказе сказки воспитатель видит, как изменяется мимика и жесты

ребенка, какие строки из сказки взбудоражили детей. Дети любят слушать выразительное повествование сказок. Пересказ сказки усиливает впечатление и раскрывает детали сюжета. При каждом новом прочтении дети сосредотачиваются на разных деталях. В детских образовательных учреждениях педагоги, после чтения или рассказывания сказок, обязательно беседуют с детьми, для выяснения у детей их отношения к героям, поступкам, как сказка повлияла на чувства детей. По сюжету прочитанных сказок в детском саду разыгрываются инсценировки с дошкольниками, где воспитанники изображают героев из сказок, узнают мотивы поступков персонажей и усваивают нравственное поведение.

По утверждениям В.Ульенковой, сказка в некоторой степени удовлетворяет три естественные психологические потребности детей:

- в независимости. Почти в каждой сказке герой рассчитывает прежде всего на собственные силы;
- в силе, всемогуществе. Положительный герой способен преодолеть невероятные трудности, проявляет лидерские способности;
- в активности. Герой не сидит на месте и старается выполнять действия на разрешение сложившейся ситуации, совершать хорошие поступки.

Сказка – это удивительный способ работы с внутренним миром ребенка, влиятельный инструмент его развития. На примерах рассказов дошкольники овладевают содержанием произведения, его основную мысль, знакомятся с героями, поступками, характеризующими их, оценивают эти действия.

Знакомство со сказкой помогает понять ребенку окружающую действительность. Язык сказок понятен ребенку, сказка не утруждает ребенка серьезными логическими рассуждениями, так как она не учит ребенка на прямую. Сказка представляет ребенку интересные образы, что увлекает его и способствует усвоению жизненно важной информации незаметно, без наставлений. Слушая сказки у ребенка легко получается задействовать воображение, образность. Понятие о доброте представляется в виде богатыря, сказочного принца или доброй феи.

Ценной чертой сказки является то, что в процессе развития сюжета происходит определенное преобразование: слабый герой становится сильным, неопытный - мудрым, трусливый - смелым. Соответственно сказка благоприятствует нравственному развитию ребенка. Прослушав сказку дети подсознательно хотят быть такими же, как положительный герой, когда главный герой находится в опасном положении, он не боится справиться с трудностями, не отступает назад и всегда выходит победителем, несмотря на различные преграды на своем пути. Проживая опасную ситуацию из сказки, ребенок учится бороться со своими страхами, повышается уверенность в себе, умение концентрироваться на ситуации, а не погружаться в свои негативные эмоции.

Сказочные ситуации - это воспитательные ситуации, которые помогают получению ребенком индивидуального опыта, выработки модели социального поведения. Ведь многократно включая дошкольника в аналогичные условия сказочных ситуаций, ему удается сделать свой выбор, без оглядки на социально заданные образы, что дает возможность уменьшить жесткое влияние на ребенка окружающей среды.

Работа с родителями, является важным вкладом в приобщении дошкольников к русской культуре. Сказки дети слушают с желанием, как в детском саду, так и дома. Любовь детей к чтению сказок постоянно увеличивается, развивая у детей интерес к истории своего народа, к родным краям.

Трудно переоценить значимость сказок в воспитательной процессе младших дошкольников, потому как они значительно расширяют их кругозор, раскрывают окружающий мир, знакомят с событиями давно минувших дней, учат патриотизму, приоб-

щают к общечеловеческим и духовным ценностям, способствуют социализации, установлению моральных устоев

С помощью сказок дети учатся быть чуткими, внимательными к чужой беде, у них развивается творческие способности, способность мыслить логически, давать оценку своим поступкам. Народные сказки способствуют художественно-эстетическому развитию, усвоению норм культуры поведения, помогают разнообразить игровую деятельность. Чтение сказок способствует сближению родителей с детьми, выступает положительным средством в педагогической деятельности в детских образовательных учреждениях.

#### **Список используемой литературы**

1. Аникин В.П. Русская народная сказка. М.: Худ. лит., 2014. 175 с.
2. Аристотель. Сочинения в 4-х томах - М: 1984, т.4., 360 с.
3. Архипова И.Л. Развитие духовного мира ребёнка в начальной школе. Ростов-на-Дону: Феникс, 2015, 216 с.
4. Болдырев Н.И. Нравственное воспитание школьников. – М.: Просвещение, 2009., 102с.
5. Буре Р.С. Основы нравственного воспитания детей. - М.: Перспектива. - 2009. - 298с.
6. Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Зарубежные психологи о развитии ребёнка - дошкольника. - М.: Мозайка-Синтез, 2009. с.15-19

### **ВОСПИТАНИЕ У ДОШКОЛЬНИКОВ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННЫХ ЧУВСТВ ПРИ ПОМОЩИ СКАЗКИ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

Хисматуллина Татьяна Анатольевна, воспитатель  
МАДОУ "Мальвина", г. Ноябрьск

#### **Библиографическое описание:**

**Хисматуллина Т.А.** Воспитание у дошкольников духовно-нравственных чувств при помощи сказки (из опыта работы) // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

*«Все, что прекрасно, - нравственно».  
Гюстав Флобер*

Сказка – великая духовная культура народа, которую мы собираем по крохам, и через сказку раскрывается перед нами тысячелетняя история народа (А. Н. Толстой).

Сказка развивает у ребенка такие нравственные качества как справедливость, честность, отзывчивость, доброжелательность, милосердие, преданность, дружелюбие, взаимовыручка, самостоятельность, трудолюбие, ответственность, патриотизм. Благополучный конец сказки воспитывает оптимизм, уверенность в преодолении любых трудностей.

И сегодня мне бы хотелось поделиться с вами своим опытом работы по формированию основ духовно-нравственного воспитания дошкольников средствами художественной литературы и устного народного творчества.

Для более обзорного восприятия детьми знаний о традициях русской культуры, ее обычаев я использую следующие методы и приемы при работе со сказкой:

- *Занятия, беседы по сказкам с использованием презентаций, картин художников, иллюстраций, загадок, пословиц, поговорок, стихов.*

Знакомство со сказкой начинается с *младшего возраста*. Для малышей они короткие по содержанию, простые для восприятия, с ярким динамичным развитием сюжета. Маленьким детям сказки рассказывают, а также используют для наглядности и создания радостного настроения различную драматизацию сказок. Преимущественно это сказки о животных «Заюшкина избушка», «Теремок», «Волк и семеро козлят», «Лисичка со скалочкой», «Колобок». Эти сказки формируют у детей чувства справедливости и взаимовыручки.

После трех лет ребенок начинает подражать главным героям. Поэтому очень важно подобрать нужную сказку, обсудить с ребенком, где хороший поступок, кто поступает плохо.

В *средней группе* используются сказки более глубокого смыслового значения - «Сестрица Аленушка и братец Иванушка», «Жихарка», «Лисичка-сестричка и серый волк», «Петушок и бобовое зернышко». Перед чтением сказки, я знакоблю детей с новыми словами.

В *старшей группе* используем народные сказки, требующие анализа, осмысления и рассуждения детей по проблеме произведения. Это сказки «Лиса и кувшин», «Крылатый, мохнатый да масляный», «Заяц-Хваста», «Финист – Ясный Сокол», «Сивка-бурка». Дети учатся определять и мотивировать свое отношение к героям сказок (положительное или отрицательное).

Чем старше становится ребенок, тем с большим удовольствием он читает сказки о людях, т.к. в этих историях содержится рассказ о том, как человек познает мир. Например, «Крошечка Хаврошечка», «Царевна Лягушка», «По щучьему веленью, по моему, хотенью». Дети этого возраста самостоятельно определяют вид сказки (сказки о животных, волшебные сказки, бытовые сказки, небылицы, докучные сказки), сравнивают их между собой.

- *Литературные викторины* «Сказки К. Чуковского», «Знатоки сказок», «Путешествие по сказкам», «Любимые сказки В. Сутеева», «Народный герой – Никита Кожемяка». Дети с удовольствием в них участвуют, у них появляется соревновательный интерес.

- *Сказкотерапия*. Когда происходит какой-то конфликт между детьми, то подбирается сказка с похожей ситуацией, а потом обсуждаются поступки героев.

- *Моделирование сказок с использованием мнемотаблиц*. Изображение героев с помощью геометрических фигур; определение последовательности действий героев, рассказывание сказки по созданным моделям.

- *Рисование, изготовление поделок с элементами творческих заданий*: коллаж из сказок, продолжи сказку, сказка по-новому, сказка к рисунку, семейная сказка, сказки презентации, творческие задания.

- *Сюжетно-ролевые игры* «Библиотека», «Книжка больница», «Магазин сказок».

- *Дидактические игры* «Собери сказку из кубиков», «Сложи из пазлов сказку», «Что сначала, что потом», «Цифра три в любимых сказках», «Домино».

- *Игровые задания по сказкам* «Потерянные вещи», «Кто лишний?», «Найди отличия», «Какая сказка спряталась?», «Чья тень?», «Собери сказку по сюжетам» и др.

- *Квест-игры* «Путешествие по сказкам», «Поможем белке найти корзину».

- *Подвижные игры, физкультминутки, пальчиковые игры*: «У медведя во бору», «Два Мороза», «Зайка беленький», «Баба-яга – костяная нога», «Зайцы и волк», «Гуси-лебеди» и др.

- *Развлечения с элементами театрализованной деятельности, мимическими упражнениями, театрализация, игра-драматизация, инсценировка сказок* «Рукавичка», «Теремок» «Под грибом», «Три медведя», «Волк и козлята». Данный вид деятельности помогает детям выражать характеры сказочных героев, при этом сплачивает коллектив,

дает возможность каждому ребенку внести свой вклад в «общее дело»; дети становятся добрее, отзывчивее, заботливее и, главное, человечнее, верят в силу любви и добра.

Работа над сказкой должна проводиться не только в детском саду, но обязательно и дома, в семье ребенка. Для этого проводим беседы и консультации с родителями «Сочиняем сказку», «Сказка – учит, сказка – лечит, сказка помогает жить!», «Чему учит сказка?», «Воспитание сказкой», «Сказка в жизни ребенка», «Почему так важно читать сказки на ночь?». Памятка для родителей: «Значение книги в развитии детей дошкольного возраста».

В группе были организованы книжные выставки «Увлекательное путешествие по выставке книг (В.С. Сутеев, А.Л. Барто, К.И. Чуковский, С.Я. Маршак). Дети вместе с родителями изготовили «Книжки-малышки», по понравившейся им сказке, а также сочинили свою сказку. Совместно с родителями была организована экскурсия в городскую детскую библиотеку. Для развития интереса детей к книгам дома и в детском саду были изготовлены: стенгазета «Читаем вместе с мамой», «Домашний уголок сказок».

В результате, родители стали активными участниками в жизни своего ребенка.

Разнообразные формы работы помогают детям почувствовать и научиться понимать особенность национальной культуры, любить и уважать своих родных, ценить труд человека, а через все это формировать в себе чувство гражданственности - любить Родину.

Итак, работая со сказкой, педагог оказывает на ребенка определенное воздействие. Сказка с помощью своих волшебных образов, которые наиболее интересны и понятны ребенку дошкольного возраста, помогает сформировать определенную картину мира, подготовить ребенка к будущей самостоятельной жизни. Ставя своих героев в определенные отношения, при которых силы добра обычно побеждают силы зла, сказка тем самым вырабатывает у детей определенные отношения к реальной действительности, формирует у них нравственные качества.

**«От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), исп. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — с. 336**

## **НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ «УМЕЮТ ЛИ СМЕЯТЬСЯ КОШКИ, ИЛИ О ЧЕМ ГОВОРIT КОШАЧИЙ ХВОСТ» (В РАМКАХ АДАПТАЦИИ ПРОГРАММЫ «МЫ – ТВОИ ДРУЗЬЯ»)**

Чайкина Ольга Васильевна, воспитатель  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 29", г. Орел

### **Библиографическое описание:**

**Чайкина О.В.** Непосредственно образовательная деятельность в подготовительной группе «Умеют ли смеяться кошки, или о чем говорит кошачий хвост» (в рамках адаптации программы «Мы – твои друзья») // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

### **Задачи:**

– Углубить и расширить представления детей о кошках, способах выражения чувств и эмоций четвероногими питомцами.

– Способствовать проявлению речевой активности детей: желанию рассказать о кошках, поделиться интересными наблюдениями; упражнять детей в составлении описательных рассказов по мнемотаблице; стремлению задавать вопросы по теме.

– Воспитывать гуманность, способность к сопереживанию, бережное отношение к домашним любимцам.

– Развивать ассоциативное и логическое мышления.

**Оборудование:** почтовый ящик, конверты, иллюстративный материал, пиктограммы, мягкие игрушки кошки, мнемотаблица «Язык тела кошки».

### Ход НОД

Перед детьми почтовый ящик, чтобы его открыть, надо отгадать загадку.

Это эмоцию я испытаю,

Когда на прогулке

Друзей повстречаю,

Когда вдруг что-то удалось

Или желание сбылось.

Рот растянулся до ушей

В глазах добра с избытком.

Приятно на меня смотреть,

Ведь на лице улыбка.

*(Эмоция радости)*

**Ящик открыт, дети получают письма, выполняя упражнение.**

**Упражнение «Закончи предложение».**

*-Я радуюсь, когда..*

**Вопросы:**

- А какие эмоции вы еще знаете? *(Интерес, грусть, страх, удивление, злость)*

- А могут ли эти же чувства испытывать животные?

**Дети достают из конвертов фотографии, на которых изображены различные состояния людей и животных.**

Д/и «Найди пару» (эмоциональные состояния человека и животного)

**Вопрос:** А при каких обстоятельствах люди и животные испытывают те или иные эмоции?

Д/и «Подбери эмоцию человеку и кошке» (из набора эмоциональных пиктограмм по серии сюжетных картин)



**Проблемный вопрос «Умеют ли улыбаться кошки как люди?»**

*Конечно, кошки не умеют улыбаться так же как люди. Они могут приподнимать губы и показывать зубы, но такой оскал не является проявлением веселого настроения или признаком счастья.*

*Для выражения эмоций домашние питомцы используют не мимику, а звуки, движение различных частей тела, взгляд и определенные действия.*

**Описание эмоционального состояния кошки с помощью мнемотаблицы**

*Настроение кошки → положение ушей → форма и размер зрачков → положение хвоста → поза кошки*



Кошка спокойно сидит, обернувшись хвостом и с поджатыми лапками – спокойное настроение, кошка наблюдает за окружающей обстановкой, может быть чего-то ждет.



Если кошка машет хвостом или держит его слишком низко, то это говорит о том, что животное раздражено. Разозлившаяся кошка прижимает уши к голове. Разъяренная кошка выгибает спину, а ее шерсть встает дыбом.



Самый явный признак довольной и счастливой кошки — высоко поднятый вертикально вверх хвост. Наклонённые слегка вперёд ушки — признак хорошего, игривого настроения. Прижмуривание глаз при взгляде на другое существо, означает полное и безоговорочное доверие к нему.



У котика уши очень плотно прижаты к голове, которая в свою очередь втиснута в плечи, а туловище животного максимально собрано или выгнуто дугой, то без сомнения кошка испугалась. Верхняя губа поднята, клыки обнажены. Испуг сопровождаются расширенными зрачками. Чем больше зрачки, тем больше настороженная кошка.



Сидящая «столбиком» кошка (сидит на попе и при этом передние лапки свисают) – выражение интереса к происходящему вокруг, внимательное наблюдение за окружающей обстановкой.

**Прислушивание голосов кошек в разных эмоциональных состояниях.**

**Д/и «Угадай настроение питомца по кошачьим звукам»**

Ласково мурлычет – кошка всем довольна, у нее хорошее настроение;

Мяукает – что-то просит, или здороваётся;

Шипит – злиться или чем-то напугана;

Жалобно мяукает – если ей больно или кошка заболела.

**Физкультминутка**

Полюбуемся немножко, Как ступает мягко кошка. Еле слышно: топ-топ-топ,	<i>Дети ходят на цыпочках, стараясь делать это максимально бесшумно.</i>
Хвостик к низу: оп-оп-оп.	<i>«Хвостики»</i>
Но, подняв свой хвост пушистый, Кошка может быть и быстрой. Ввысь бросается отважно, А потом вновь ходит важно.	<i>Легкие и быстрые прыжки на месте, сменяющиеся неспешной грациозной ходьбой с выпрямленной спиной и гордо приподнятой головой.</i>
Кошка прятаться любила, Кошка спрятаться решила.	<i>Приседания</i>
Мы ее везде искали, Мы ее повсюду звали «Кис-кис-кис, кис-кис-кис, Выходи к нам, покажись!»	<i>Наклоны.                  Качания головой в разные стороны.</i>

**Вопрос:** Почему кошка спряталась?

**Чтение стихотворения А. Гришина**

Говорит мне тихо кошка:

-Пожалей меня немножко!

Не пойму я кошку эту:

Я ей тычу в рот конфету.

Я под самый кошкин нос

Лучший свой значок поднес.

Я обнял ее за шею:

-Вот как я тебя жалею!

Ну чего ты хочешь, кошка?

Говорит она:

-Немножко, хоть немножко

Пожалей –

Отпусти меня скорей!

*Дети берут кошек (мягкие игрушки) и садятся на ковер для проведения тренинга.*

#### **Тренинг «Как общаться с кошкой»**

- Спокойно сеть на диван или на пол рядом с кошкой и пригласить её к себе на колени. Не стоит её заставлять, лучше соблазнить лакомством или игрушкой.
- Кошку следует гладить только по спине, плечам, шее и макушке. Большинство животных переносят ласку в этих областях тела лучше, чем на мордочке, лапах, хвосте или животе.
- Когда мы гладим кошку, рука должна быть мягкой и нежной, а ладонь открытой.
- Как только кошка захочет уйти, её нужно отпустить.
- Следует мягко держать животное перед собой, одной рукой под грудью, а другой поддерживая задние лапы.
- Для того чтобы отпустить кошку с рук, следует присесть и поставить её на пол или на другую устойчивую поверхность.
- Уши и хвост кошки расскажут о том, что она уже насиделась на руках и хочет уйти.
- Не стоит гладить кошку во время еды, сна, когда она сидит в лотке.

- Выражением любви к кошке является подбор имени для нее.

*Д/И «Как меня зовут?» (подбор имени питомцу, опираясь на его внешний вид)*

- Чтобы кошке жилось рядом с человеком комфортно и удобно, надо учитывать ее привычки и характер.

#### **Составление кубиков радости и недовольства кошачьих.**

(Из предложенных символов, на основе личного жизненного опыта).

Символы:

- громкие звуки;
- резкие запахи;
- закрытые двери;
- купание;
- тепло;
- место для заточки когтей;
- высокие предметы;
- кормушка;
- любовь;
- игра;
- спокойный сон;
- небольшое закрытое пространство;
- место для наблюдения на окне;
- слишком близкий контакт с человеком;
- чужие животные в доме.

**Закрепление доброжелательного отношения к кошкам через игру «Ты – кот, я – крошка», где слова сопровождаются касаниями к себе и кошке (мягкая игрушка)**

Ты – кот, я – крошка,

У тебя хвост, у меня - ножка,

У тебя – шерсть, у меня – гладко,

Я говорю, а ты – мурчишь сладко.

Ты – мой друг,

Я – твой друг.

Мы с тобой два друга,

Мы любим друг друга!

---

## Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании и воспитании, развитие физической культуры и интереса к спорту

---

### КОНСПЕКТ НОД В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ "ПОЛЕТ НА ЛУНУ"

Аккочкарова Анна Анатольевна, инструктор по физкультуре  
МКДОУ Нововоронежский детский сад № 14., г. Нововоронеж

#### Библиографическое описание:

Аккочкарова А.А. Конспект НОД в подготовительной группе "Полет на Луну" // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.sba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Задачи:

1. Создать эмоциональное настроение детям.
2. Продолжать работу по профилактике нарушения осанки и плоскостопия.
3. Закреплять умение вращать обруч, бросать мяч о стену и ловить его, прыгать через короткую скакалку вперед разными способами, ходить по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую махом пронося вперед сбоку скамейки, ползать по скамейке на четвереньках и на животе, подтягиваясь руками.

4. Развивать физические качества: быстроту, ловкость.

Оборудование: мячи, обручи, скакалки, гимнастическая скамейка, резиновые коврики, флажки, следы, мешочки, канат, ребристые доски, кольца.

Тип занятия: образно-игровой «Полет на луну».

Ход занятия.

I. Вводная часть.

Дети входят в зал свободно, останавливаются на середине зала.

Инструктор. Сегодня утром из космоса пришло сообщение, нас приглашают на Луну, полетим?

Но все космонавт, прежде чем лететь на другие планеты, проводят тренировку. Мы с вами тоже сейчас потренируемся, ведь на Луне нет дорог и тротуаров, там есть пропасти, овраги, ущелья и возможно следы лунных жителей.

Сейчас мы пройдем по канату, по узкому мостику, пропрыгаем по резиновым коврикам, пройдем по следам и по мешочкам.

Дети проходят по заданному маршруту.

Инструктор. Прекрасно, тренировку мы провели, а теперь прежде, чем лететь, сделаем разминку.

1. Ходьба в колонне по одному, ходьба с подражательными движениями;

«Балеринами мы стали, на носочках зашагали».

«А теперь пойдем на пятках, словно желтые цыплятки».

«Будем с вами мы ребята, точно малые гусята»

«А теперь вы петушки - золотые гребешки»

«Наконец вы все утята, очень дружные ребята»

2. Бег.

Челночный.

«Ласты» - захлестывая голень назад.

«Обезьянки» - поскоки.

«Змейкой».

Галоп правым и левым боком.

II. Основная часть.

1. Аэробика.

- Поочередное поднимание рук вверх.
- Ходьба, не отрывая носочков от пола.
- Наклоны головы вправо и влево.
- Полуприседы. И.п. руки в замок перед грудью, делаем полуприсед, выпрямляя руки вперед.
  - Поочередное отставление ноги в сторону на носок, соответствующая рука в сторону.
  - И.п. - о.с. Наклон туловища вправо и влево одна рука за спину, вторая вверх.
  - Наклон вперед, руками коснуться пола.
  - Шаги влево и вправо с полуприседом и хлопком руками у плеча.
  - Повороты вокруг себя (прыжком).
  - Бег и ходьба.
  - Сидя, упор руками сзади, поочередное сгибание и разгибание ног.
  - Лежа на локтях, «Вертикальные ножницы».
  - И.п.- стоя на коленях, руки на поясе, поочередно отставлять ногу в сторону на носок, руки в стороны.

И.П.- лежа на животе, руки полочкой у груди «Рыбка» руки выпрямляем вперед, отрываем руки и ноги от пола, прогнуться.

- И.п. - лежа на животе, руки согнуты у груди. 1-2-3 - выпрямляем руки, отрываем грудь от пола, прогнуться. 4 - и.п.
- Упражнение на дыхание.
- Упражнение № 8.
- Серия прыжков. Ходьба.

Инструктор. Вот теперь мы можем лететь на Луну. Присядьте, закройте глаза, я начинаю отсчет - 5,4,3,2,1 - пуск. Дети встают, поднимают руки вверх.

Мы с вами на Луне, но почему же нас никто не встречает? Подождите, а это что такое? Нам письмо! Открывает конверт, читает письмо.

«Здравствуйте, дорогие дети - земляне. Мы лунные жители — невидимки. Зовут нас Лунята. Мы рады видеть вас у нас на Луне, и очень хотим увидеть, что вы умеете делать. Для вас приготовлен пакет с заданиями, которые вы должны выполнить, а его вы найдете по плану».

2. Игра «Найди пакет».

Инструктор читает содержание пакета: «Мы Лунята - невидимки, приготовили для вас разные спортивные снаряды, покажите свои умения». Основные движения.

Метод выполнения: групповой и поточный.

- вращение обручей.
- бросить" мяч о стену и поймать его.
- прыжки через скакалку.
- ходьба по скамейке, руки в стороны; ползание на четвереньках; ходьба по скамейке, приседая на одной ноге, а другую махом пронося вперед, сбоку скамейки; ползание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках.

Инструктор. А теперь Лунята хотят увидеть «Волшебные фигуры».

Акробатические упражнения:

- «Кошечка».
- «Кошечка подняла хвостик».
- «Улитка».

«Полушпагат».  
«Корзинка».  
«Коробочка».  
«Замок».  
Игры: «Космонавты» и «Ловишки с мячом».  
III. Заключительная часть.  
Игра м/п «На внимание».  
Слова к игре «Космонавты»:  
«Ждут нас быстрые ракеты  
Для полета на планеты.  
На какую захотим,  
На такую полетим  
Но в игре один

### ПРОЕКТ «РАССКАЖЕМ ДЕТЯМ О ЗДОРОВЬЕ»

Андрейцева Татьяна Сергеевна, воспитатель  
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 6 «Ромашка», Междуреченск

#### Библиографическое описание:

Андрейцева Т.С. Проект «Расскажем детям о здоровье» // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Информация о проекте

**Направленность:** оздоровительная.

**Длительность:** 1 месяц.

**Аудитория:** дети раннего возраста.

**Участники:** дети раннего возраста, воспитатели, родители.

**Продукт:** фоторепортаж «Что мы знаем о здоровье».

Пояснительная записка

**Здоровье – главное богатство человека. Научиться его сохранять и укреплять – важная задача каждого из нас. Дети еще не имеют достаточных знаний о здоровье и способах его поддержания, ответственность за это несем мы – взрослые.**

Известно, что привычки, приобретенные в детстве, остаются с нами на всю жизнь. По этой причине важно уделять максимум внимания формированию привычки к здоровому образу жизни, начиная с ранних лет. В этом возрасте представления о здоровье у детей, на первый взгляд, довольно примитивны, однако составляют именно ту базу, на которую впоследствии накладываются более глубокие знания и навыки.

Стоит учесть и тот факт, что тема здоровья особенно актуальна в наше время, ведь любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Формируя у детей представление о том, что здоровье – одна из главных ценностей жизни, мы учим их беречь и укреплять своё здоровье.

**Проблема:** дети часто болеют, у многих не сформированы КГН.

**Цель:** формирование элементарных представлений о ЗОЖ у воспитанников.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формировать представление о здоровье, здоровом образе жизни;
- формировать культурно – гигиенические навыки;

**Развивающие:**

- развивать логическое мышление, память;
- развивать чувство самосохранения.

**Воспитательные:**

- воспитывать желание быть здоровыми;
- воспитывать желание следить за своим внешним видом.

**Оздоровительные:**

повысить сопротивляемость организма к сезонным заболеваниям.

**Ожидаемые результаты:**

- у детей сформируются первичные представления о здоровье, необходимости его сохранения и укрепления;
- у детей появится желание беречь свое здоровье;
- у детей повысится сопротивляемость организма детей к заболеваниям;
- удастся повысить компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей.

**Деятельность по реализации проекта**

Наименование этапа. Содержание деятельности	Сроки
<p><b>I Подготовительный этап.</b>                      Работа с информационными ресурсами.                      Составление плана мероприятий, прогнозирование результатов деятельности.                      Подготовка необходимого оборудования (оформление картотек игр и оздоровительных гимнастик, пополнение атрибутами центра физкультуры и здоровья, подбор иллюстраций по теме, подготовка настольно – печатных игр).                      Оповещение родителей о теме проекта, привлечение их к участию.</p>	
<p><b>II Организационный этап.</b>                      Беседа «Здоровье – главная ценность человеческой жизни»                      ОД «Чистота – залог здоровья»                      Познавательно – исследовательская деятельность с элементами ароматерапии «Душистые шишки»                      Сюжетно – образительная игра: «Зайка сломал лапку»</p>	1 неделя
<p>Беседа «Правила личной гигиены»                      ОД «Водичка, водичка...»                      Д/и: «Сложи картинку»                      Сюжетно – образительная игра: «Помоем куклу»                      Игровой самомассаж                      ЧХЛ: А. Барто «Девочка чумазая»</p>	2 неделя
<p>Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»                      ОД «Страна здоровья»                      Д/и: «Носики – курносики»                      Выполнение дыхательных упражнений                      Чтение: Г. Лагздынь «Умываемся», «Грязный носик»</p>	3 неделя
<p>Беседа «Вредная и полезная пища»                      ОД «Здоровье – главная ценность»                      Д/и: «Оденем куклу на прогулку», «Угадай на вкус»                      ЧХЛ: Г. Зайцев «Приятного аппетита», «Расти здоровым»                      Пальчиковые игры</p>	4 неделя
<p><b>Работа с родителями:</b></p>	

Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни моей семьи»	
Оформление информационного стенда: «10 правил здорового образа жизни»	
Оформление информационного стенда: «Советы доктора Неболейко»	
Оформление информационного стенда: «Почему нужно чистить зубы»	
III Заключительный этап. Итоговое развлечение «Поезд здоровья». Подведение итогов. Анализ результативности проекта.	4 неделя

**Список информационных ресурсов**

Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» - М., «Скрипторий 2003», 2010. – 156 с.

Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В. «В стране здоровья» - М., «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2011. – 132 с.

Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - М., «Сфера», 2008. – 96 с.

**ПРАЗДНИЧНО-ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ «ВАРИМ, ВАРИМ ВКУСНЫЙ СУП» С ГЕРОЯМИ ИЗУМРУДНОГО ГОРОДА (СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ 5-7 ЛЕТ)**

Андриевская Наталья Викторовна, воспитатель  
Рылькова Татьяна Анатольевна, воспитатель  
МБДОУ № 114, Кемерово

**Библиографическое описание:**

Андриевская Н.В., Рылькова Т.А. Празднично-досуговая деятельность «Варим, варим вкусный суп» с героями Изумрудного города (старший дошкольный возраст 5-7 лет) // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

**Цели:** Создание условий для развития коммуникативных способностей детей средствами музыкальной и игровой деятельности, для укрепления здоровья детей.

**Задачи:**

1. Расширять и закреплять знания детей об овощах и фруктах.
2. Развивать коммуникативные способности детей средствами музыкальной и игровой деятельности. Формировать умение у детей взаимодействовать друг с другом и взрослыми.
3. Активизировать двигательную активность детей.
4. Способствовать развитию эстетического вкуса, музыкально-творческих способностей.
5. Способствовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве, воображения, мышления, внимания.
6. Воспитывать бережное отношение дошкольников к своему здоровью.
7. Воспитывать чувство взаимопомощи, доброжелательности по отношению друг к другу, выдержки.
8. Вызывать радостные эмоции детей.

**Место проведения:** спортивная площадка и территория детского сада.

**Оборудование:** ИТК, карта, корзины с изображением овощей и фруктов, муляжи овощей и фруктов, фрукты и овощи для игры «Угадай по вкусу», кастрюли, мешок, ведро, ложки для картошки, муляж дерева.

**Спортивный инвентарь:** обручи, туннель, гимнастические палки.

**Действующие лица и исполнители (взрослые актеры)**

**Элли**

**Страшила**

**Тотошка**

**Дети возрастной группы - старший дошкольный возраст.**

**Ход досуговой деятельности**

**Элли поёт песню (муз. Э. Силиня, сл. Ю. Тувима, пер. С. Михалкова), в руках у нее корзина.**

**Элли**

Все лето, ребята, в огороде трудилась,

Выращивала я урожай.

Картошку, капусту, морковь, горох,

Редиску и свеклу. О-о-о-ох!

**Элли**

Приготовлю я для вас

Очень вкусный суп сейчас. *(Пошла в огород и удивляется.)*

**Элли**

Ах, Страшила, ты мой храбрый,

Сторож, ты мой ненаглядный!

Где морковь, где капуста?

Горох исчез, пропала свекла.

Ой, беда, на грядках пусто,

Не пойму, кто виноват! *(Плачет)*

Что случилось? Расскажи!

***Огород охраняет Страшила***

**Страшила**

В огороде я, как дома,

А внутри меня – солома.

Храбрый я и очень милый,

Хоть зовут меня Страшила.

Летом жарким я тружусь и трудом своим горжусь.

Как увижу птичью стаю,

Так лохмотьями машу - всех воришек прогоню!

Ну а тут не смог помочь *(огорчается)*.

Налетел из дальних стран ураган могучий,

И забрал он урожай для Гингема злючей.

**Страшила и Элли вместе**

Урожай вернуть нам надо!

А помогут нам ребята.

**Страшила**

А куда же нам идти?

***Выбегает собачка Тотошка***

**Тотошка**

Тяф, тяф, тяф!

Я видел, куда полетел ураган, и он обронил вот это! *(Отдает Элли сверток).*

**Элли**

Ребята! Так это ж карта, где живет Гингема.

**Ребята вместе с Элли рассматривают и читают карту (фото1)**

**Элли**

Направо пойдешь – ничего не найдешь.

Налево пойдешь – домой не придешь.

Прямо пойдешь – овощи вернешь!

**Элли**

В какую сторону пойдём? А почему вы выбрали дорогу прямо?

Нам предстоит выполнить много заданий, чтобы вернуть овощи. Готовы? Тогда в путь. А чтобы нам было веселее, давайте споем песню.

**Дети исполняют «Песенку Элли и ее друзей» (из м/ф «Волшебник Изумрудного города» (сл. И. Токмаковой, муз. И. Ефремова)**

Мы в город к злой Гингеме

Идем дорогой трудной,

Идем дорогой трудной,

Дорогой не прямой...

И мы вернем все овощи,

полезных для здоровья!

И вместе приготовим мы очень вкусный суп!

**Ребята идут по карте и видят Чудо – Юдо дерево**

**1 задание «Чудо – Юдо дерево»**

**Правила игры.** Участникам предложены две корзины, на одной корзине изображены фрукты, а на другой – овощи. Участники сортируют овощи и фрукты в соответствии с условными обозначениями на корзинах.

**Элли**

Какое странное дерево! И что нам нужно сделать?

**Тотошка**

А я знаю, знаю! Ураган Гингема так торопился, что перепутал овощи и фрукты. Все они оказались на одном дереве. Давайте рассортируем, а заодно возьмем что – нибудь для нашего супа (*Ребята выполняют задание*).

**Страшила**

Смотрите один овощ лежит на земле, что это за овощ. Правильно, редиска. Давайте положим этот овощ Элли в корзинку для нашего супа. Ну вот один овощ вернули.

**Элли**

Ну что идем дальше. Что у нас там на карте? Лабиринт!

**Дети идут по лабиринту со всеми героями сказки**

**2 задание «Не зевай, а собирай наш картофельный урожай»**

**Правила игры.** Участники пролезают через туннель, берут картошку из мешка, кладут ее на ложку, бегут к кастрюле, которая находится на противоположной стороне, складывают ее туда.

**Страшила**

- Ого! Сколько мы картошки с вами выкопали, тут хватит не только для супа, но и для других блюд. (*Высыпает картошку в корзину Элли*).

**3 Задание познавательно – исследовательского характера «Угадай по вкусу» (фото4)**

**Элли открывает карту. На ней изображен язык.**

Что – то я не могу понять, что это означает? Тотошка, подскажи!

**Тотошка**

Я знаю, знаю. Здесь Гингема заколдовала и перепутала все запахи и вкусы всех овощей и фруктов. Нам нужно их расколдовать.

*Правила игры.* Участники должны с помощью вкусовых анализаторов определить, какой фрукт или овощ они пробуют закрытыми глазами (яблоко, морковь, груша, банан).

**Тотошка**

Смотрите, сколько мы смогли разгадать по вкусу овощей и фруктов!

**Страшила**

Что – то я не понял, что же мы возьмем для нашего супа, какой овощ пригодится для нашего супа (морковь). *Дети кладут морковь в корзинку Элли.*

**Элли**

Ой, мы с вами так долго идем, давайте отдохнем и потанцуем.

#### **4 задание Музыкальная пауза**

*Исполняется песня «Веселый огород» (сценка)*

А у нас огород, много там всего растет!

Много вкусных овощей, хватит и для супа, и для щей!

Морковка, редис, картошка, капуста,

Горох на грядках растет.

В руки лейки мы возьмем,

Утром грядки мы польем.

Огород наш вырастай,

Урожай наш созревай.

Морковка, редис, картошка, капуста,

Горох на грядках растет.

Постарались мы не зря,

Посмотрите – ка, друзья!

Мы корзиночки возьмем,

Урожай наш соберем.

**Тотошка**

Вот и капуста к нам в корзинку прыгнула! *(Ребята отдают капусту Элли).*

**Страшила**

Ну что отдохнули, а теперь снова в путь. Давайте посмотрим, что нас ожидает дальше. *(На карте изображены предметы: лопата, лейка, свекла).*

#### **5 задание «Посади-убери свеклу»**

**Страшила**

Я догадался, мы здесь будем сажать и выкапывать свеклу.

*Правила игры.* Участвуют две команды. Первые участники от каждой команды «падут землю» (кладут обручи, вторые — «сажают свеклу» (кладут свеклу в обручи, третьи — «поливают» ее из лейки, четвертые — «убирают урожай» (в ведро собирают свеклу, пятые — «готовят землю к следующему году» (собирают обручи). Команда, первой закончившая эстафету, объявляется победительницей.

**Тотошка**

Вот тебе, Элли, и свекла для нашего супа!

**Элли**

Ой, ребята! Какая тяжелая корзина, только мне кажется, что в ней не хватает гороха. *(Ребята рассматривают карту, на ней изображен горох).*

#### **6 задание Подвижная игра «Ох, ох, посыпался горох»**

*Правила игры.* Дети двигаются в колонне за ведущим. Произносятся слова: «Ох, ох, рассыпался горох!» После слов, ребята разбегаются врассыпную. Со словами ведущего: «Собирайся в суп горох», все дети вновь выстраиваются в колонну. Затем игра повторяется вновь.

*(Ребята возвращают в корзину Элли последний овощ – горох).*

**Элли**

Вот и все! Спасибо вам, ребята. Вот вы помогли вернуть все овощи, которые нам необходимы для вкусного супа.

**Страшила**

А теперь мы отдыхаем, и музыку про огород включаем!

*Ребята встают вкруг и исполняют «Огородную хороводную», сл. А. Пассовой, муз. Б. Можжевеловой. Среди ребят выбираются персонажи – овощи, они на голову одевают маску с изображением овоща. Ребята вместе с Элли готовят овощной суп.*

**Элли**

В огород мы пойдём,  
Хоровод заведём.  
Будем петь и плясать,  
Урожай собирать. 1. Есть у нас огород,  
Там своя морковь растёт!  
Вот такой ширины,  
Вот такой вышины!  
2. Ты, морковь, сюда спеши,  
Ты немного попляши!  
А потом не зевай  
И в корзину полезай!  
3. Есть у нас огород,  
Там зелёный лук растёт!  
Вот такой ширины,  
Вот такой вышины!  
4. Ты, лучок, сюда спеши,  
Ты немного попляши!  
А потом не зевай  
И в корзину полезай!  
5. Есть у нас огород,  
И капуста там растёт!  
Вот такой ширины,  
Вот такой вышины!  
6. Ты, капуста, к нам спеши,  
Ты немного попляши,  
А потом не зевай  
И в корзину полезай!  
7. Есть у нас грузовик  
Он не мал, не велик.  
Вот такой вышины,  
Вот такой ширины.  
8. Ты шофёр сюда спеши  
И немножко попляши.  
А потом не зевай,  
Увози наш урожай.

**Ребенок**

Чтоб здоровым, сильным быть,  
В этом нет сомненья.  
Нужно овощи любить  
Все без исключенья!

**Ребенок**

Вас спасут от всех болезней.  
 Нет вкусней их и полезней.  
 Витаминов в них не счесть.  
 Значит, нужно это есть!

Конец

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

Музыкальный репертуар

**Огородная хороводная**

Слова А. Пассовой

Музыка Б. Можжевелова

*Весело* *mf*

Музыкальный репертуар «Огородная хороводная» состоит из четырех систем нот. Каждая система включает вокальную партию (верхняя линия) и фортепианную партию (нижняя линия).  
 - Первая система: Вокал: «Есть у нас о - го - род,». Фортепиано: аккорды и движение басовой линии.  
 - Вторая система: Вокал: «там сво - я мор - ковь рас - тёт. Вот та - кой ши - ри - ны,». Фортепиано: ритмический рисунок.  
 - Третья система: Вокал: «вот та - кой вы - ши - ны! Вот та - кой». Фортепиано: аккорды.  
 - Четвертая система: Вокал: «ши - ри - ны, вот та - кой вы - ши - ны!». Фортепиано: аккорды.  
 Музыкальное оформление включает динамические обозначения *mf* и *f*, темповые пометки *Весело* и *mf*, а также нотные знаки (дольки, черточки, запятые) для указания ритма и интонации.

Есть у нас о - го - род,  
 там сво - я мор - ковь рас - тёт. Вот та - кой ши - ри - ны,  
 вот та - кой вы - ши - ны! Вот та - кой  
 ши - ри - ны, вот та - кой вы - ши - ны!

## ОВОЩИ

Муз. Э. Силиня  
Быстро, весело

Сл. Ю. Тувима, пер. С. Михалкова

1. Хо - зяй - ка од - наж - ды с ба - за - ра при - ла, хо -  
- зяй - ка с ба - за - ра до - мой при - нес - ла: кар -  
- тош - ку, ка - пус - ту, мор - ков - ку, го - рох, пет -  
- руш - ку и свек - лу, о - о - о - ох!

### СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ "ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССАХ ДОУ"

Арефьева Людмила Алексеевна, старший воспитатель  
МАДОУ детский сад № 1 "Айгуль" г. Белебей

#### Библиографическое описание:

Арефьева Л.А. Семинар-практикум для педагогов "Повышение двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ" // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

**Цель:** систематизировать знания педагогов по физическому воспитанию и развитию двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ.

#### Задачи:

1. Уточнить и закрепить представления педагогов о понятии «двигательная активность» детей в ДОУ.
2. Проанализировать эффективность используемых форм и методов организации физкультурной и оздоровительной работы в ДОУ по повышению двигательной активности детей.
3. Активизировать мыслительную деятельность педагогов, развить их творческий потенциал, направленный на оптимизацию двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ, а также на всестороннее развитие детей.

#### Ход семинара-практикума.

##### 1. Вступление.

"Здоровье дороже богатства" – утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце 19 века. Точно также утверждают и многие из нас. О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. С самого раннего детства каждый должен осознавать важность разумного отношения к своему здоровью.

А как относитесь к своему здоровью вы, уважаемые коллеги? Продолжите, пожалуйста, фразу: "Путь к здоровью – это..." *(ближ опрос педагогов)*

Мы уточнили, что путь к здоровью - это и правильное питание, систематическая двигательная активность, отсутствие стрессовых ситуаций и ещё многое другое. Но самое главное то, что «путь к здоровью» зависит, прежде всего, от нас самих.

По общепринятым представлениям, структура здоровья человека обеспечивается здравоохранением лишь на 10-12 %, наследственности принадлежит 18 %, условиям среды – 20 %, а самый большой вклад – 50-52 % - это образ жизни. Если считать, что здравоохранение наше находится не в лучшей форме и ситуация с окружающей средой у нас тоже не совсем благоприятна, то «контрольный пакет акций» - вот эти самые 50-52 % - в наших руках. О том, как грамотно распорядиться этим «контрольным пакетом акций», в условиях дошкольного учреждения пойдёт речь на семинаре-практикуме, тема которого звучит так - «Повышение двигательной активности детей в режимных процессах ДОУ».

В целом в нашем дошкольном учреждении сложился системный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Однако, любая система не прослужит достаточно долго и эффективно, если не будет совершенствоваться и обновляться. Оснований для модернизации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Одно из главных – рост заболеваемости детей, снижение двигательной активности детей. Однако переломить эту негативную тенденцию возможно, ведь все в наших руках.

И вначале нашего семинара мне хотелось бы провести небольшой тест для самооценки знаний педагогов по руководству двигательным развитием детей (приложение 1 вы должны выбрать один из предложенных вариантов ответа, который считаете верным. (3мин)

**Правильные ответы:** 1б, 2а, 3б, 4г, 5в, 6в, 7а, 8а, 9г, 10б, 11а, 12б, 13г, 14а, 15в.

**Оценка результатов:** 8-11 правильных ответов – «удовлетворительно», вам необходимо проработать материал по данной теме, 12-13 – «хорошо», вы владеете информацией по данной теме в достаточном объеме, 14-15 – «отлично» владеете информацией по данной теме в полном объеме.

## **2. Понятие «двигательная активность». Положительное влияние двигательной активности на организм ребенка.**

Педагогам предлагается ознакомиться с понятием «двигательная активность» различных авторов и сформулировать свое понятие ДА.

ДА – эта любая мышечная активность, позволяющая поддерживать хорошую физическую форму, улучшать самочувствие, обеспечивать прилив энергии, дающей дополнительную энергию организму.

ДА – суммарная величина разнообразных движений человека за отдельный отрезок времени (час, сутки). (Ж.В.Гудинова)

ДА - это деятельность, основным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое и двигательное развитие ребёнка (В. Н. Шебеко и др.)

Для того чтобы обеспечить ребёнку крепкое здоровье, разумеется, важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние опорно-двигательного аппарата и т.д. Однако, как утверждают в своих исследованиях Вера Григорьевна Алямовская, Юрий Фёдорович Змановский главные «киты», на которых

держится жизнь и здоровье человека, это положительное влияние двигательной активности на состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем организма (на слайде появляются опознавательные значки, обозначающие: «сердечко» - сердечно-сосудистую систему, «облачко» - дыхательную систему, «цветочек» - иммунную систему). Посудите сами, без пищи человек сможет прожить какое-то время, имея нарушения в опорно-двигательном аппарате, возможно, будет прикован к инвалидному креслу, но всё-таки он будет жить. А если нарушится деятельность сердца или лёгкие перестанут усваивать кислород, а самый простейший вирус, попав в организм, не встретит там преграды в виде иммунной системы, я думаю не нужно быть медиком, чтобы сделать вывод к чему это приведёт. Поэтому так важны эти самые «КИТЫ», поддерживающие здоровье ребёнка.

Основным же средством развития сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной системы являются движения, двигательная активность. Может показаться, что всё это для нас не ново. Но вот знаем ли мы, каким движениям следует отдавать предпочтение именно в дошкольном возрасте, какие условия должны быть соблюдены в первую очередь, чтобы обеспечить им оздоровительную направленность? В своей работе «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях» кандидат психологических наук Вера Григорьевна Алямовская обозначила основные утверждения, на которые должна ориентироваться система физкультурно-оздоровительной работы в детском саду. Рассмотрим их подробнее!

**Развитие сердечнососудистой системы** совершенствуют так называемые циклические движения, при которых повторяется одно и то же действие, позволяющее чередовать расслабление и напряжение мышц. Назовите их, пожалуйста? (*ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде, прыжки и т.д.*).

Какой из перечисленных видов движений наиболее благоприятно сказывается на работе сердечнососудистой системы ребёнка? - (*бег*) Древнегреческие мудрецы говорили: «Хочешь быть здоровым – бегай! Хочешь быть красивым – бегай! Хочешь быть умным – бегай!» Бег – естественное движение, привычное для детей с раннего возраста. Задача педагогов разнообразить задания по бегу, для того, чтобы у детей не снижался интерес к этому виду движений. Назовите виды бега, используемые при работе с дошкольниками (*педагоги приводят примеры различных видов бега*). (*Бег в спокойном темпе, скоростной бег, бег со сменой темпа, прыжковый бег, бег с подскоками, бег с изменениями направлений (челночный бег), бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, бег на носках, бег с широким шагом, бег с препятствиями.*) Именно циклические виды движений (бег, ходьба, прыжки) наиболее естественны для ребёнка дошкольника. Поэтому первое утверждение, на которое должна ориентироваться система физического воспитания в детском саду звучит так: при проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.

**Развитие дыхательной системы**, сущность деятельности которой заключается в усвоении организмом кислорода из воздуха, также напрямую связано с движением. Как показали исследования, способность организма усваивать кислород из воздуха повышается при регулярных физических упражнениях, но...только на свежем воздухе! Напомните мне, пожалуйста, какова ежедневная продолжительность прогулки детей дошкольного возраста? (*ответы педагогов- не менее 3 ч. в день в холодное время года и 4 в теплое время года*). Прогулка в детском саду должна быть интересной, увлекательной, насыщенной разнообразной двигательной активностью. Назовите виды двигательной активности детей на прогулке. (*Педагоги озвучивают виды двигательной активности на прогулке (подвижные игры, спортивные игры и упражнения, индивидуальная работа над ОВД, самостоятельная двигательная активность и т.д.)*). Из

всего сказанного вытекает утверждение, позволяющее обеспечить оздоровительную направленность физическому развитию в детском саду: повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.

А сейчас поговорим о третьем «ките», на котором держится здоровье, - об **ИММУННОЙ СИСТЕМЕ**. Система иммунобиологической защиты достаточно сложная, но и она связана с движением. Это движения особого рода. Они происходят благодаря деятельности терморегуляционного аппарата. При смене температуры внешней среды кровь от внутренних органов то приливает кожным покровам, то вновь поступает к внутренним органам. Это движение внутри организма, движение на клеточном уровне. Как показали исследования, с включением терморегуляционного аппарата автоматически включает систему иммунной защиты. Закаливающее воздействие на организм ребёнка оказывают природные факторы. Назовите их пожалуйста! (*Ответы педагогов*) Правильно, не зря говорят: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Также двигательная активность имеет положительное влияние и на **ЦНС**, и **гормональную систему**, т.к. в процессе движений вырабатывается гормон счастья и радости - **серотонин и эндорфин**.

### **3. Структурные компоненты ДА.**

Назовите структурные компоненты двигательной активности (*утренняя гимнастика, физкультурное занятие, физминутки, динамические паузы, прогулка, бодрящая гимнастика после сна, подвижные игры, спортивные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей и т.д.*).

Назовите, пожалуйста, причины снижения двигательной активности у ребенка?

Ход: педагогам предлагается называть причины снижения двигательной активности. Педагоги вместе делают вывод - как способствовать повышению двигательной активности (**создать мотивацию у детей, создать условия для двигательной активности**).

### **4. Практическая часть семинара-практикума**

#### **1. Модель двигательного режима детей дошкольного возраста**

Давайте вместе с вами составим модель двигательного режима детей, перед вами формы двигательной деятельности детей, вам необходимо озвучить особенности ее организации (как часто, когда и длительность). Вывод на слайде.

Вид занятий и форма двигательной деятельности	Особенности организации
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно, в проветренном помещении, длительность 10 минут
1.2. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями.	Ежедневно, в течение 7-10 минут
1.3. Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, 3-4 минуты.
1.4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, длительность 20-25 мин.
1.5. Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	Ежедневно, во время вечерней прогулки, длительность 12-15 минут
1.6. Оздоровительный бег	2 раза в неделю, группами по 5-7 человек, проводится во время утренней прогулки,

	длительность 3- 7 минут
1.7.Ходьба по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно, группами по 7-10 детей, проводятся после дневного сна в течение 5- 7 минут
1.8.Гимнастика после дневного сна (комплекс упражнений)	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей, длительность не более 10 минут
1.9.Занятие в дополнительной образовательной услуге	Один раз в неделю, по подгруппам 10-12 детей, 30 минут

### «Физкультурная пауза»

Сегодня я предлагаю вам поиграть с игровым пособием «Чудо-парашют».

Думаю, что многие из вас помнят и знают стихотворения, чтение которых сопровождается движениями. Есть очень интересная игра «Расскажи стихи с волшебным парашютом». Взрослый сопровождает чтение стихотворения подходящими по смыслу движениями, а дети повторяют слова и движения за взрослым. Давайте вместе с вами попробуем попасть в детство и немного поиграть.

#### «Три медведя»

Три медведя шли домой (ходьба с парашютом по кругу)

Папа был большой, большой (парашют поднят вверх)

Мама с ним – поменьше ростом (руки с парашютом на уровне груди)

А сынок – малютка просто (приседают, опускают парашют)

Очень маленький он был, с погремушками ходил (парашют ритмично поднимать и опускать)

Дзинь – дзинь.

#### 2.Работа с карточками - ОД – (тв.гр.по возрасту детей)

**Ведущий:** Предлагаю вам карточку, в левой колонке которой даны основные движения. Напишите примеры подвижных игр соответствующие возрасту ваших детей, способствующих развитию того или иного движения.

Основное движение	Подвижные игры
1.Ходьба, бег	
2.Прыжки, равновесие	
3.Метание, ловля, бросание	
4.Лазанье, ползание	

### 3. «Мозговой штурм».

1. **Аббревиатура.** Педагогам предлагается расшифровать аббревиатуры в соответствии с физкультурно-оздоровительной тематикой. (СССР, МАДОУ, ФСБ, СНГ, МЧС, ЦРУ, ФЗОЖ, ООП, ФГОС, ЧБД). Например: СССР – самые сильные и смелые ребята, МЧС – мы чемпионы спорта и т.д.

2. **О чем речь?** Кратковременные физические упражнения способствуют смене позы и характера деятельности путем двигательной активности (физкультминутки)

3. **Алгоритм методики проведения ПИ.** Озвучьте алгоритм методики проведения ПИ (сбор детей на игру, объяснение правил, выбор водящего, руководство ходом игры, итог игры)

4. **Проблемная ситуация** «Вы на прогулке с детьми, и вдруг пошел дождь. Как это погодное явление превратить в фактор детского развития?» (Организовать п/и «Убежим от дождя»,...)

5. Технология, отвечающая за формирование навыка правильного дыхания, восстановления дыхания после физической нагрузки (дыхательная гимнастика)

**4. «Черный ящик»** (рук.тв.гр. достают по одному предмету из «черного ящика» - мяч, кеглю, скакалку, флажок, кубик.)

- 1-придумать интересное название и показать игру-эстафету;
- 2- придумать и показать подвижную игру;
- 3- придумать и показать малоподвижную игру;
- 4- придумать и показать утреннюю гимнастику (ОРУ);
- 5- основные движения на физкультурном занятии.

#### **5. Итог.**

Уважаемые педагоги, от вас зависит насколько насыщенная разнообразными возможностями двигательная деятельность будет предложена детям для того, чтобы реализовать главную их потребность в дошкольном возрасте — потребность в движении. Играйте со своими детьми, передавайте им свой опыт и, может, с вашей легкой руки многие забытые игры и забавы вновь оживут.

#### **Список литературы**

1.Е. Ю. Александрова «Оздоровительная работа в дошкольных учреждениях» Издательство «Учитель», Волгоград, 2007.

2. Н.С. Голицына «Система методической работы в ДОУ» Москва, издательство «Скрипторий 2003», 2010.

3.В.Н. Шебеко, В.А. Шишкина, Н.Н. Ермак «Практикум по методике физического воспитания в дошкольных учреждениях» Минск, «Университетское», 1999.

4.В.А. Шишкина «Двигательное развитие дошкольника», Минск Национальный институт образования 2011 стр.119

#### *Приложение 1.*

**Тест для самооценки знаний педагогов по руководству двигательным развитием детей**

*В каждом из заданий выберите один правильный ответ.*

#### **1.Что не относится к физическим качествам:**

- а) быстрота;
- б) равновесие;
- в) ловкость;
- г) выносливость.

#### **2. Гиподинамия – это:**

- а) недостаточная двигательная активность;
- б) чрезмерная двигательная активность;
- в) низкая физическая подготовленность;
- г) несоответствие двигательных умений возрастным нормам.

#### **3.Физическая подготовленность дошкольника – это:**

- а) овладение спортивными упражнениями;
- б) уровень сформированности двигательных умений, навыков и физических качеств;
- в) умение выполнять движения без показа взрослых;
- г) потребность в занятиях физическими упражнениями.

#### **4.Двигательная деятельность дошкольника – это:**

- а) совокупность двигательных умений;
- б) бег, прыжки, метание и другие движения;
- в) выполнение движений детьми под руководством педагога;
- г) осознанные и целенаправленные движения и действия.

#### **5.Двигательный навык – это:**

- а) умение выполнять движения по словесному указанию;

- б) правильное выполнение движения;
- в) автоматизированное управление движениями;
- г) выполнение движения под контролем сознания.

**6. Совокупность различных форм организации физического воспитания – это:**

- а) двигательная активность;
- б) двигательная деятельность;
- в) двигательный режим;
- г) система физкультурно-оздоровительных мероприятий;

**7. Критерии оценки двигательной активности детей – это объем, продолжительность, содержание и...:**

- а) интенсивность;
- б) формы;
- в) способы организации;
- г) физкультурное оборудование.

**8. Наиболее информативным методом оценки физической подготовленности является:**

- а) наблюдение;
- б) контрольное упражнение;
- в) проведение тестов;
- г) хронометраж.

**9. Суточная норма продолжительности двигательной активности – это:**

- а) время организованной двигательной деятельности в течение дня;
- б) 1/3 периода общей деятельности детей в течении дня;
- в) 15 000 – 18 000 условных шагов в сутки;
- г) 50 – 60 % периода бодрствования.

**10. Показателем двигательного развития ребенка не является:**

- а) двигательная активность;
- б) здоровье;
- в) разнообразие движений;
- г) физическая подготовленность;

**11. Условия оптимизации самостоятельной двигательной активности детей – это достаточное пространство, выделенное в режиме дня время, физкультурное оборудование, ...:**

- а) опосредованное руководство;
- б) организованные физкультурные мероприятия;
- в) подвижные игры;
- г) домашние задания.

**12. Гиперподвижность ребенка характеризуется:**

- а) разнообразием движений;
- б) высокой интенсивностью двигательной активности;
- в) творческой направленностью движений;
- г) осознанностью двигательной деятельности.

**13. Малоподвижные дети:**

- а) проявляют высокий интерес к двигательной деятельности;
- б) имеют значительный двигательный опыт;
- в) предпочитают творческие движения;
- г) отличаются однообразием движений.

**14. Что не является задачей двигательного развития дошкольников:**

- а) физическая подготовка к спортивной деятельности;
- б) обогащение двигательного опыта;

- в) формирование двигательных умений и навыков;
- г) формирование двигательной активности.

**15. Что не входит в понятие «двигательный опыт дошкольника»:**

- а) умение использовать двигательные навыки в нестандартных ситуациях;
- б) соответствующий возрастным возможностям ребенка объем двигательных умений и навыков;

## МЫ ВМЕСТЕ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Асанова Нурия Мавлетшаевна, инструктор по физической культуре  
Черкашина Татьяна Анатольевна, старший воспитатель  
МКДОУ детский сад "Солнышко" Старополтавского района Волгоградской области,  
с. Старая Полтавка

### Библиографическое описание:

Асанова Н.М., Черкашина Т.А. Мы вместе за здоровый образ жизни // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

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

(постановка работы в ДОУ по пропаганде здорового образа жизни)

Одним из приоритетов современной государственной политики является сохранение и укрепление здоровья населения Российской Федерации и усиление пропаганды здорового образа жизни. Приоритетным направлением работы МКДОУ детский сад «Солнышко» Старополтавского муниципального района Волгоградской области является забота о здоровье подрастающего поколения. Миссия МКДОУ детский сад «Солнышко» состоит в формировании ценностных смысловых позиций у дошкольников по отношению к собственному здоровью. Именно в дошкольном возрасте дети учатся внимательно относиться к своему здоровью, осваивают гигиенические навыки, начинают интересоваться различными видами спорта, посещать кружки.

Анализируя состояние здоровья детей, мы обратили внимание на то, что при поступлении в дошкольное учреждение с каждым годом увеличивается количество детей с ослабленным здоровьем. Поэтому неслучайно одним из основных направлений работы дошкольного учреждения «Солнышко» стало сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Оздоровление детей – дело не одного дня и не одного человека, а целенаправленная, систематическая спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период. У нашего детского сада сложились свои традиции в работе по укреплению и оздоровлению дошкольников. Для нас очень важно привить детям любовь к физической культуре, научить их быть здоровыми, ведь путь к здоровью дошкольника - ежедневный, порой незаметный труд каждого члена коллектива.

В МКДОУ детский сад «Солнышко» была разработана комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, паспорт здоровья ДОУ. С 2000 года МДОУ «Солнышко» работает по программе В.Логиновой, Т.Бабаевой «Детство». Программа «Дет-

ство» помогает нам дать представление детям о своём физическом «Я»; формировать у них осознанное отношение к своему здоровью.

Система оздоровительной работы, выстроенная в детском саду «Солнышко», позволяющая обеспечить дошкольника, посещающего ДОО, оптимальной двигательной нагрузкой и решать вопросы по воспитанию у воспитанника потребности в здоровом образе жизни, включает в себя:

- Чёткую организацию теплового и воздушного режима в помещении.
- Сбалансированное питание (10-ти дневное меню, фрукты, соки (круглый год) ).
- Закаливающие мероприятия: воздушные ванны, утренняя гимнастика (в тёплое время года на улице), физкультурные минутки на всех занятиях, с октября по апрель – чесночное полоскание, луковые закуски по профилактике гриппа, точечный массаж, дыхательная гимнастика, гимнастика после сна. В группах ведётся «Папка здоровья», в которой есть режим закаливающих мероприятий индивидуальный для каждой возрастной группы. Имеется описание методик проведения закаливающих мероприятий.
- Полоскание рта после еды и чистка зубов после обеда- для профилактики кариеса зубов (обязательная процедура в группах средних, старших,подготовительных).
- Хождение босиком по траве, земле, асфальту; игры детей с водой (В летний период)
- Образовательная деятельность по физической культуре в физкультурном и тренажёрном залах, которые проводит инструктор по физической культуре Асанова Н.М. с воспитанниками ДОО начиная с 3-х летнего возраста. Физкультурный и тренажёрный зал оснащены современным оборудованием, которое позволяет организовывать деятельность ребенка с наибольшей пользой. В зале проходят мероприятия активного отдыха воспитанников: тематические досуги, спортивные праздники и развлечения. Педагогами МКДОУ реализуются программы дополнительного образования дошкольников оздоровительной, спортивно-оздоровительной направленности, например, программа «Школа Здоровья», «Путь к успеху», «Спорт! Здоровье! Лето!» и другие. Традиционными уже стали такие праздники, как «Приключения Снеговика», «Масленица», «День здоровой семьи», эстафеты к Дню защитника Отечества, ко дню Великой Победы инструктором по физической культуре МКДОУ детского сада «Солнышко» ежегодно организуется забег «Победный марафон», участниками которого являются не только наши воспитанники, но и ученики начальных классов «Старополтавской СШ» или учащиеся МКУ ДО ДДТ (детского дома творчества). Кроме этого наши юные спортсмены принимают участие во Всероссийском забеге «КРОСС НАЦИИ», который проводится на базе ДЮСШ (детская юношеская спортивная школа).

Важным условием полноценного физического развития дошкольника является формирование соответствующей предметно-развивающей среды. В каждой возрастной группе оборудованы спортивные уголки, где дошкольники занимаются самостоятельно и под наблюдением педагогов. В доступном месте расположены предметы для игр: игрушки, мелкий инвентарь для метания, прыжков, лазанья, ловли и бросания, упражненный для равновесия. С целью побуждения воспитателей к творческой деятельности по оснащению уголков нестандартным оборудованием ежегодно мы проводим смотр-конкурсы на лучший физкультурный уголок. Педагоги и родители изготавливают оборудование из необычных материалов: пластиковых бутылок, крышек, веревок, банок.

Изготовленный своими руками инвентарь используется на занятиях, в играх, на прогулках.

В работе по физическому воспитанию детей особое внимание уделяется тесному сотрудничеству с родителями воспитанников. Все родители хотят, чтобы их дети были здоровыми, умными, добрыми и прилагают для этого соответствующие усилия. Для того, чтобы получить необходимую информацию по вопросам здоровья наших воспитанников, проводится анкетирование среди родителей, например, «Ведете ли вы здоровый образ жизни?». Цель данного анкетирования была выяснить проблемы, возникающие у родителей в воспитании здорового ребенка, а также проанализировать, проводится ли работа по приобщению детей к здоровому образу жизни в домашних условиях.

С целью повышения физической и валеологической компетентности родителей мы проводим совместные физкультурные занятия: «День здоровой семьи», эстафеты для сильных и смелых, посвященные Дню защитников Отечества, День открытых дверей с просмотром занятий по физкультуре, ритмике, утренней гимнастике, закаливающим процедурам, режимным моментам.

В рамках Всемирного Дня здоровья в нашем детском саду проводятся мероприятия, посвященные Дню Здоровья: спортивные развлечения, беседы с воспитанниками на тему «Здоровый образ жизни», например, «С витаминами дружу и здоровье берегу», «Полезно – неполезно», «Овощи и фрукты - полезные продукты», «Наши друзья-витамины!», «Кто выбирает спорт, тот выбирает здоровье» и другие.

Под руководством инструктора по физической культуре Асановой Н.М. и педагогов нашего ДОУ организуются районные спортивные соревнования «Семейные старты», ставшие традиционными.

Педагоги размещают информационные статьи в родительских уголках, пропагандирующие здоровый образ жизни; опыт семейного воспитания по физической культуре; рекомендации по физическому развитию и воспитанию, по оздоровлению детей в семье.



Накопленный опыт позволил выстроить комплексную систему физкультурно-оздоровительной работы, которая даёт возможность обогатить содержание воспита-

тельно-образовательного процесса детского сада, сделать его современным и эффективным, повысить качество образования в целом. У воспитанников формируется устойчивый интерес к постоянным физическим упражнениям, они имеют возможность применять полученные знания на практике, проявлять творчество, активность и инициативность и, самое главное, знают, что сделать выбор в пользу здоровья, здорового образа жизни, значит сделать правильный выбор.

Как видим, пропаганда здорового образа жизни — очень важная и ответственная социально-педагогическая задача.

## ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ

Афанасьева Анна Сергеевна, воспитатель  
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 15», Челябинская область,  
г. Златоуст

### Библиографическое описание:

**Афанасьева А.С.** Оздоровительная гимнастика после сна и ее значение // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

*Здоровье ребенка превыше всего,  
Богатство земли не заменит его.  
Здоровье не купишь, никто не продаст,  
Его берегите, как сердце, как глаз.  
Ж. Жабав*

В последнее время отмечается стабильная тенденция ухудшения здоровья всего населения России и детей в частности, именно поэтому оздоровительная деятельность с детьми дошкольного возраста приобретает особую актуальность.

Наиболее эффективным средством укрепления здоровья и снижение заболеваемости дошкольников является физкультурно-оздоровительная работа в условиях ДОУ. Которая осуществляется в следующих формах: утренняя гимнастика, физкультурное занятие, закаливание и другие.

Остановимся на такой форме работы как гимнастика после дневного сна. К сожалению, во многих дошкольных учреждениях ей не придают особое значение.

Гимнастика после дневного сна это комплекс мероприятий, облегчающий переход от сна к бодрствованию, имеющая при правильном руководстве оздоровительный характер. Переход от состояния сна к бодрствованию происходит постепенно. В нервной системе сразу после пробуждения преобладают тормозные процессы, отмечено снижение умственной и физической работоспособности, понижена скорость реакций. Подобное состояние может сохраняться в течение нескольких десятков минут или даже часов. Зависит это от качества сна и от общего утомления организма. Настолько длительный переход от состояния покоя к состоянию бодрствования не только неудобен, но и вреден для здоровья детского организма, так как современным дошкольником сразу после пробуждения предъявляются психически и интеллектуальные нагрузки, когда ЦНС не готова их воспринять.

Именно поэтому очень важны мероприятия помогающие облегчить протекание процесса перехода от состояния покоя к состоянию активного бодрствования. Помогают ускорить этот процесс те воздействия, которые стимулируют процессы возбуждения в нервной системе, такие как звуковые сигналы, зрительные сигналы, импульсы от различных органов организма.

Таким образом, для облегчения перехода от состояния покоя к стоянию бодрствования можно:

- включить музыку;
- раздвинуть шторы;
- открыть форточку;
- выполнить комплекс физических упражнений на основные мышечные группы.

При помощи комплекса гимнастики после сна можно решить следующие задачи:

Увеличить тонус нервной системы усилить работу основных систем организма устранить некоторые последствия сна. Решение данных задач дает возможность Плавно и в то же время быстро повысить умственную и физическую способность детского организма и подготовить его к восприятию физических и психических нагрузок.

Описывая методику физического воспитания, Степаненкова Эмма Яковлевна выделила четыре вида гимнастики после дневного сна:

- разминка в постели и самомассаж;
- гимнастика игрового характера;
- гимнастика с использованием тренажеров и спортивного комплекса;
- ходьба по массажным дорожкам.

Правильно составленный гимнастический комплекс не вызывает отрицательных эмоций, в то же время улучшает настроение, самочувствие и активность ребенка, тонус ЦНС и повышает общую сопротивляемость организма.

Библиографический список:

1. Е.Вареник «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 3-7 лет» М, Сфера 2006 г («Гимнастика после сна; дыхательная гимнастика; релаксация с речевым сопровождением; коррекционные упражнения).
2. Е.Борисова «Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками» М, Сфера 2006 г (Гимнастика в постели после сна; двигательная активность детей на прогулке; место дыхательно-звуковой гимнастики в утренней гимнастике, занятии, на прогулке).
- 3.О.Моргунова «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ (практическое пособие) Воронеж, ТЦ «Учитель», 2005 г (Задачи ритмической гимнастики; Ритмическая гимнастика в детском саду).
4. Н.Голицына «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников (практическое пособие). М, «Скрипторий 2003» 2006 г (Содержание двигательной деятельности детей в дошкольном учреждении).

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ И ВОСПИТАНИИ**

Балаян Ольга Юрьевна, инструктор по физической культуре  
МБДОУ № 6 "Ивушка", пгт Энем

### **Библиографическое описание:**

**Балаян О.Ю.** Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании и воспитании // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.sba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы.

- 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 потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- ценностные отношения к своему здоровью.

Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников, в ДОУ используются различные виды современных здоровьесберегающих технологий:

- медико-профилактические (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, организация специализированных коррекционных групп, санитарно-гигиеническая работа, контроль качества организации питания и т.д.);
- физкультурно-оздоровительные (проведение подвижных игр, спортивные мероприятия, процедуры закаливания, организация прогулок и т.д.)
- обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры;
- ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников);
- здоровьесберегающее образование детей

#### **Физкультминутки**

Одним из наиболее простых и распространенных видов здоровьесберегающих технологий в ДОУ являются физкультурные минутки. Их еще называют динамичными паузами. Это кратковременные перерывы во время которых дети выполняют несложные физические упражнения.

Цель таких физкультминуток заключается в:

- смене вида деятельности;
- предупреждении утомляемости;
- снятии мышечного, нервного и мозгового напряжения;
- активизации кровообращения;
- повышении интереса детей к ходу занятия;
- создании положительного эмоционального фона.

Проведение динамичных пауз имеет некоторые особенности. Они предназначены для выполнения в условиях ограниченного пространства. Большинство физкультминуток сопровождаются стихотворным текстом или же выполняются под музыку. Длятся такие динамичные паузы 1-2 минуты. К выполнению физкультминуток привлекаются все дети. Для этого не требуется спортивная форма или инвентарь. Время для проведения выбирается произвольно в зависимости от степени утомляемости ребят. Физкультминутка может включать отдельные элементы других здоровьесберегающих технологий.

#### **Дыхательная гимнастика**

Она представляет собой систему дыхательных упражнений, которые входят в комплекс коррекционной работы по укреплению общего здоровья ребенка.

Использование дыхательной гимнастики помогает:

- улучшить работу внутренних органов;
- активизировать мозговое кровообращение, повысить насыщение организма кислородом;
- тренировать дыхательный аппарата;

- осуществлять профилактику заболеваний органов дыхания;
- восстановить душевное равновесие,
- развивать речевое дыхание.

На занятиях по дыхательной гимнастике нужно соблюдать следующие правила. Проводить ее рекомендуется в хорошо проветренной комнате и до приема пищи. Такие занятия должны быть ежедневными и длиться 3-6 минут. В ходе выполнения упражнений нужно особое внимание уделять характеру производимых вдохов и выдохов. Следует учить детей вдыхать через нос (вдохи должны быть короткими и легкими), а выдыхать через рот (выдох долгий). Также дыхательная гимнастика включает упражнения на задержку дыхания. Важно, чтобы у детей при выполнении упражнений на развитие речевого дыхания не напрягались мышцы тела, не двигались плечи.

#### **Пальчиковая гимнастика**

Пальчиковая гимнастика — это вид здоровьесберегающих технологий, который применяется не только для развития мелкой моторики рук но и для решения проблем с речевым развитием у детей. Помимо этого такая гимнастика способствует развитию:

- осязательных ощущений;
- координации движений пальцев и рук;
- творческих способностей дошкольников.

Пальчиковая гимнастика проводится в форме инсценировки стихотворных текстов с помощью пальцев. Рекомендуется делать пальчиковую гимнастику ежедневно. В ходе ее выполнения нужно следить, чтобы нагрузка на обе руки была одинаковой. Такие занятия можно проводить коллективно, в группах или индивидуально с каждым ребенком.

#### **Гимнастика для глаз**

Гимнастика для глаз необходима для:

- снятия напряжения;
- предупреждения утомления;
- тренировки глазных мышц;
- укрепления глазного аппарата.

Для выполнения такой гимнастики достаточно 2-4 минуты. Главное правило данной гимнастики состоит в том, что двигаться должны только глаза, а голова остается в неподвижном состоянии. Обычно образец выполнения каждого действия показывает воспитатель, а дети повторяют за ним. Часто такая гимнастика имеет стихотворное сопровождение.

#### **Психогимнастика**

Психогимнастика относится к инновационным здоровьесберегающим технологиям, которые используются в детском саду для развития эмоциональной сферы ребенка, укрепления его психического здоровья.

- проведение психофизической разрядки;
- развитие познавательных психических процессов;
- нормализация состояния у детей с невротами или нервно-психическими расстройствами;
- коррекция отклонений в поведении или характере.

Психогимнастика представляет собой курс из 20 специальных занятий, которые проводятся в игровой форме. Они организовываются два раза в неделю и длятся от 25 до 90 минут. Оканчивается занятие психомышечной тренировкой. В ходе занятия проводится «минутка шалости», когда дети могут выполнять любые действия, которые им захочется.

#### **Ритмопластика**

Ритмопластика это инновационный метод работы с детьми, который основан на выполнении ими под музыку специальных пластичных движений, имеющих оздоровительный характер.

- восполнение «двигательного дефицита»;
- развитие двигательной сферы детей;
- укрепление мышечного корсета;
- совершенствование познавательных процессов;

Ритмопластика организовывается в форме специальных музыкальных занятий. Физические упражнения должны выполняться в медленном темпе с широкой амплитудой. Эти занятия нужно проводить дважды в неделю по 30 минут каждое.

### **Игротерапия**

Эта технология подразумевает привлечение детей к участию в разнообразных играх, в ходе которых у них будет возможность:

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

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Жигалева, А.Н. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании
2. Зенина, Е.А. Здоровьесберегающие технологии для старших
3. Иванова, Л.А., Казакова, Щ.Ф., Гавриш, Г.И. Реализация здоровьесформирующей технологии в ДОУ через новые формы двигательной активности
4. Каткова, Н.К. Здоровьесберегающие технологии в детском саду
5. Карасева, Н.С., Хохлова Г.Т. Формирование основ здоровьесбережения и собственной безопасности у дошкольников
6. Ничепай, О.Н. Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду

## **ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ «ВЕСЕЛЫЕ МЯЧИ» (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

Довгошлюбная Мария Юрьевна, инструктор по физической культуре  
МБДОУ детский сад № 107 "Тополек" муниципального образования г. Обь  
Новосибирской области

### **Библиографическое описание:**

**Довгошлюбная М.Ю.** Физкультурное занятие для старших дошкольников «Веселые мячи» (из опыта работы) // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

В детском саду физическому воспитанию детей уделяется большое внимание, ведь именно в этом возрасте формируются жизненно важные базовые навыки и умения, создается фундамент двигательного опыта, осваивается азбука движения, из элементов которой в последствии формируется вся двигательная деятельность человека.

Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических потребностей детского организма, являясь условием его нормального формирования и развития. Практика показала, что традиционное физическое воспитание не обеспечивает должного физического развития и сохранения здоровья детей дошкольного возраста.

Я считаю, что необходимо активизировать процесс физического воспитания дошкольников за счет насыщения его новыми содержанием, методами, приемами и средствами.

Уход от традиционного физического воспитания к разнообразию и множественности способов решения задач оздоровления и физического развития дошкольника связывается с реализацией принципа вариативности.

Так как вариативность образования, даёт мне возможность самостоятельно конструировать образовательный процесс, используя любые модели и программы.

Представленное занятие показывает использование мною разнообразных методов и приемов физического развития детей дошкольного возраста

Данное занятие разработано для детей 5-6 лет. Тема НОД: «**Веселые мячи**»

Цель: в игровой форме закрепить умения и навыки владения мячом.

Задачи:

Формировать у детей двигательные умения и навыки движений с мячами (ведение, ловля, метание).

Продолжать развитие опорно-двигательного аппарата (профилактика плоскостопия).

Развивать ловкость, внимание, силу, быстроту, выносливость, находчивость, координацию движений.

Воспитывать отзывчивость, доброжелательность.

Интеграция образовательных областей: «Познание», «Речевое развитие», «Социальное – коммуникативное развитие».

Предварительная работа: запись голоса, изготовление атрибутов, выполнение игровых упражнений с мячами.

Материалы и оборудование: мячи (баскетбольные, малые, средние, фитболы, футбольный мяч), кегли, фишки, обручи, ИКТ, фрагменты мяча.

Ход занятия

Физ. Инструктор: Ребята, посмотрите, к нам в гости прикатился мячик. Какой он красивый, яркий, только немного грустный. Интересно, откуда он и что с ним случилось?

(звучит голос мяча)

Мяч: Я из страны веселых мячей.

Там у меня много друзей.

Они умеют прыгать и скакать,

В цель ловко попадать, летать...

А я случайно укатился и в вашем зале очутился.

Растерял по пути свою одежду, разлетелась на цветные кусочки.

Не смогу в страну вернуться, пока фрагменты эти не найдутся!

Вы меня друзья спасите, домой вернуться помогите.

Физ. Инструктор: Поможем ребята нашему мячику добраться домой. (ответы детей)

Физ. Инструктор: тогда приготовьтесь к выполнению заданий.

Подравняйтесь, подтянитесь, путь далек и труден.

Налево! В обход по залу шагом марш!

Дети выполняют задание.

Ходьба обычная (спина прямая, дышим носом)

Ходьба на носках, руки вверх

Легкий бег на носках (бежим легко, дышим носом)

Ходьба на пятках, руки в стороны

Бег змейкой

Обычная ходьба (с восстановлением дыхания)

Перестроение в две колонны

Физ. Инструктор: Молодцы ребята! Вы очень постарались! За это вы получаете один фрагмент пазла. А впереди нас ждет следующее задание.

ОРУ с малым мячом

1. И. п. – основная стойка, мяч в правой руке. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, переложить мяч в левую руку, посмотреть вверх; 3 – руки в стороны; 4 – руки вниз (5-6 раз).

2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1–2 – поворот вправо (влево), ударить мячом о пол; 3–4 – вернуться в исходное положение (6 раз).

3. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1 – присесть, ударить мячом о пол, поймать его; 2 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).

4. И. п. – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч в правой руке. 1–4 – с поворотом вправо (влево) прокатить мяч вокруг туловища (6 раз).

5. Игровое упражнение «Пингвины». Дети стоят по кругу, зажимают мяч между колен и по сигналу воспитателя прыгают по кругу.

Физ. Инструктор: Отлично ребята! Вы выполнили задание и получаете 2 фрагмент пазла! Двигаемся дальше.

ОВД (колонны встают на исходную для выполнения ОВД)

Прыжки с мячом среднего размера в руках, из обруча в обруч.

«Проведи мяч» — игровое упражнение (баскетбольный вариант) с продвижением вперед 5-6 метров.

Прыжки на фитболах с продвижением вперед 5-6 метров.

Физ. Инструктор: Молодцы, ребята, вы получаете еще один фрагмент. Ну, что же, не будем терять времени, оправляемся дальше. Нас ждет игра!

Подвижная игра «Вышибала»

Физ. Инструктор: Вот вы и получили последний фрагмент пазла. Посмотрите ребята, кажется, мы собрали все фрагменты! Давайте дружно вернем их нашему мячу (фрагменты приклеиваются на мяч).

(Под волшебную музыку Педагог кружит мяч, дети кружатся вокруг себя и мяч незаметно исчезает.)

(звучит голос)

Мяч: Спасибо вам ребята, что помогли мне вернуться домой - в страну веселых мячей! Вы очень добрые ребята. Примите от меня этот подарок. Приходите к нам в гости в нашу страну веселых мячей. До новых встреч!

Физ. Инструктор: Построение в одну шеренгу. В следующий раз мы обязательно отправимся в гости в страну веселых мячей. А сейчас давайте вспомним, какими мячами выполняли задания? Какое задание вам больше всего понравилось? (ответы детей)

Налево! В обход по залу шагом марш! Ходьба в колонне по одному (дети выходят из спортивного зала)

Библиографический список

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. М.: Мозаика-Синтез, 2015.125 с.
2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. М.: Мозаика-Синтез, 2019.124с.
3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. М.: Мозаика-Синтез, 2020.164 с.

## ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ДОСУГ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ЕСЛИ ДОЖДЬ СТУЧИТ ПО КРЫШЕ»

Ефремова Татьяна Ивановна, инструктор по физической культуре  
СП «Детский сад «Алёнушка» ГБОУ СОШ № 2 им. В.Маскина ж.-д. ст.Клявлино

### Библиографическое описание:

**Ефремова Т.И.** Физкультурно-оздоровительный досуг для детей старшего дошкольного возраста «Если дождь стучит по крыше» // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Когда пасмурная погода за окном можно поиграть «под дождём», не выходя на улицу в весёлые игры.

#### Эстафета «Зонтик»

Перед командами расставлены в ряд кегли. В руках первого участника в команде зонтик. По сигналу участник с зонтиком бежит между кеглями и бегом возвращается назад, передает зонт следующему участнику.

#### Эстафета «Кто они?»

В конкурсе участвуют по 3 человека с каждой команды, т.е. по одной паре в игре. Участникам прикрепляю на спину (как рюкзак) нарисованные таблички с изображением символов явления природы. Например: град, молния, радуга, снег, дождь, гром. Каждая пара, свободно перемещается по залу, стараясь угадать, что нарисовано на табличке за спиной у соперника, не показывая при этом свою. Выигрывает тот, кто первым в паре назовёт символ.

#### Эстафета «Не промочи ноги»

У первых участников каждой команды перед собой лежат по 2 пластмассовые дощечки. По сигналу участники должны перебраться на другую сторону с помощью дощечек не наступая на пол. Дойдя до указанного ориентира взять дощечки и бегом вернуться назад и передать дощечки следующему участнику.

#### Эстафета «Самый сухой»

*Инвентарь.* Обручи

В середине зала, раскладываются обручи в 2 ряда по количеству детей 2-х команд. Каждый участник стоит в обруче. Выйдя из обруча, под музыку участники бегают по залу в одном направлении, приговаривая в такт движения слова:

Поднял гром тарарам, прокатился по полям,

Теплым дождиком звеня, докатился до меня.

Дождь, дождь надо нам, разбежаться по домам!

Пока играющие бегают, приговаривают текст, ведущий убирает один-два обруча. С последними словами: «По домам!» - дети занимают места в обруче. Участник, которому не достался обруч, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один обруч с победителем. Победитель приносит победу своей команде, он становится самым «сухим».

#### Эстафета «Гроза»

Под музыку участники обеих команд перемещаются по залу в рассыпную. По сигналу ведущего «Жара!», каждый участник останавливается и снимает с себя одну вещь и оставляет её там, где застал сигнал. Затем продолжают ходить по залу в рассыпную под музыку, слушая следующий сигнал «Жара» и снова останавливаются и снимают еще одну вещь с себя (вещь нельзя класть там, где лежит предыдущая вещь). Когда участники снимут 3 вещи, раздается сигнал «Гроза!». Участники должны быстро

надеть на себя всю снятую свою одежду и встать в свою колонну в команде. Выигрывает команда, которая быстро оденется и построится в колонну.

#### **Эстафета «Прогноз погоды»**

**Инвентарь.** Мольберт с бумагой -2 шт. цветные фломастеры 2шт; гимнастическая скамейка.

Командам необходимо нарисовать картину пасмурной погоды. Игрокам надо по очереди пройти по скамейке до мольберта, взять подходящий по цвету фломастер и нарисовать один элемент пасмурной погоды. Участники, рисуют по очереди, используя в рисунке явления природы. Оценивается, чья картина самая «пасмурная».

**Весёлого отдыха!**

## **КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДОСУГА «ЮНЫЕ ЗАЩИТНИКИ ЭКОЛЯТА» В СТАРШЕЙ ГРУППЕ (5-6 ЛЕТ)**

Каменева Альбина Фларитовна, инструктор по физкультуре  
МБДОУ детский сад № 1 "Аленушка", Республика Башкортостан, г. Октябрьский

#### **Библиографическое описание:**

**Каменева А.Ф.** Конспект физкультурного досуга «Юные защитники Эколята» в старшей группе (5-6 лет) // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

#### **Цель совместной деятельности инструктора ФК с воспитанниками:**

Закреплять знания детей о бережном и заботливом отношении к природе;

#### **Задачи:**

Развивать физические качества: ловкость, быстроту;

#### **Коррекционные задачи:**

Развивать творческие способности детей, смекалку и сообразительность детей, их эрудицию.

Воспитывать в детях любовь и бережное отношение к природе, умение видеть и откликаться на красивое в природном окружении.

Формировать умение соблюдать правила безопасного поведения во время основных движений;

Формировать стремление в соревнованиях, умение быть честными, доброжелательными, отзывчивыми;

Способствовать формированию умения доброжелательно общаться со сверстниками;

Развивать у воспитанников интерес к обитателям морских глубин;

Формировать умения двигаться под музыку;

**Предполагаемый результат:** развивать желание вести здоровый образ жизни, создание радостное настроения.

**Направление:** физическое.

**Образовательная область:** физическая культура.

**Форма образовательной деятельности:** совместная деятельность инструктора ФК, педагогов и детей.

**Форма организации детей:** групповая.

**Формы организации совместной деятельности:** игровая мотивация, объяснение, вопросы к воспитанникам.

**Интеграция областей:** социально – коммуникативная развитие, художественно – эстетическое развитие, речевое развитие, познавательное развитие.

**Предварительная работа:**

- Формировать умение выполнять основные движения;
- Формировать умения отгадывать загадки;
- Рассматривание иллюстраций на тему «Природа вокруг нас»;

**Оборудование:** 4 ориентира, 2 ведра, 2 контейнера, искусственные цветы, мусор, 2 знака пазла.

**Ход досуга:**

**Ведущий.** — Ребята, Земля это наш общий дом для всех тех, кто на ней живет. Она всем нужна: растениям, насекомым, животным и, конечно же, людям. Огромен и прекрасен наш родной дом - наша Россия. Чтобы она всегда была такой красивой, мы должны любить, беречь и заботиться о ней.

**1-ребенок.** Каждый человек на свете

Должен думать о планете,

Землю мы должны беречь

От плохих, не нужных встреч.

**2-ребенок.** Мусор, грязь, лесной пожар,

От машин один кошмар.

В речке мутная вода,

Рыбам там одна беда.

**3-ребенок.** Не сорить, не жечь костров,

Не копать не нужных рвов.

Мусор в речку не кидать.

Речка нам родная мать.

**4-ребенок.** Ветки в парке не ломать,

Мы должны все это знать,

И природу охранять!

Появляются Тихоня и Шалун

**Вдвоем:** Здравствуйтесь, ребята!

**Тихоня:** Меня зовут Тихоня!

**Шалун:** А я, Шалун! Мы эколята -юные защитники леса. Мы пришли к вам на праздник, чтобы посмотреть являетесь ли вы защитниками природы.

Раздается шум, появляется хулиган магнитофоном и с рогаткой (*громко звучит музыка, разбрасывает фантики от конфет*).

**Ведущий.** Здравствуйтесь.

**Хулиган.** Привет.

**Шалун.** Ты, что же делаешь, разве можно мусорить, топтать цветы? Ломать деревья? Разве ты не знаешь, что надо любить и охранять родную природу?

**Хулиган** (*испуганно*). Нет, я не знаю.

**Тихоня** Оставайся с нами на нашем празднике. Мы тебя научим, как надо вести себя на природе. А, сейчас мы соберем мусор.

**Игра-эстафета. «Собери мусор».**

*Две команды строятся в колонну друг за другом (так же приглашают по одному хулигану в каждую команду). Мусор разбросан в зале. Первый участник бежит с ведром, кладет мусор в ведро и бежит обратно, бросает мусор в контейнер. Кто быстрее соберет мусор, тот и победил.*

**Ведущий:** Вы хорошо справились с заданием. Собрали весь мусор. Молодцы! А сейчас, мы поиграем с вами в игру «**Будь внимателен**»

**Игра «Будь внимателен»**

Я буду вам говорить, как некоторые люди ведут себя в лесу, а вы должны определить правильность поведения ответами. (если ответ правильный – хлопаем в ладоши, если нет – топаем)

На полянке посидели,  
 Все попили и поели,  
 А потом пошли домой –  
 Мусор унесли с собой!  
 Можно по лесу гулять  
 Ветки с дерева ломать?  
 Можно уходя домой,  
 Уносить зверят с собой?  
 Дети по лесу гуляли,  
 Не шумели, не кричали,  
 Ягодки сорвали,  
 Кустик не сломали.

**Тихоня:** Ну, теперь ты понял, почему надо беречь природу.

**Хулиган:** Да, вы меня, научили и правилам поведения в природе. Я, ребята, больше не буду так делать, обещаю.

**Шалун:** Мы надеемся, что ты исправитесь и будешь себя хорошо вести.

**Тихоня:** Посмотрите, ребята, теперь порядок везде? (да) Ребята, я надеюсь, вы будете любить и охранять родную природу. И когда вы вырастите, то кто-нибудь из вас захочет выбрать себе такую профессию — эколог.

**Ведущий:** Эколог — такая профессия

Во всем мире очень известная!

Эколог - природу охраняет

И землю от грязи он защищает!

**Эстафета «Посади цветы»**

Две команды. Участник бежит сажает цветок бежит обратно и передает эстафету другому участнику.

**Тихоня:** А вот еще игра *«Разрешается-запрещается»*. Правила очень просты. Я говорю предложение, а вы добавляете – разрешается или запрещается. Будьте внимательны!

Разжигать костер в лесу...

Ловить белку и лису...

Свежим воздухом дышать...

Всякий мусор оставлять...

Ягодки, грибочки собирать...

Ау, кричать...

Ветки и кусты ломать...

Муравейник разрушать...

От мамы, папы убегать...

Цветы топтать...

В водоем бутылки бросать...

На пеньке для животных, угощение оставлять...

**Шалун:** А сейчас, мы еще поиграем. Нужно будет собрать пазл. Кто быстрее соберет, тот и победил.

**Игра «Собери знак»**

Командам дается по 1 знаку, нужно собрать пазл.

Подвижная игра «Капелька, озеро, ручеек, тучка»

Цель игры- закрепить представления о разных состояниях воды.

**Вначале игроки свободно двигаются по залу под музыку. Когда ведущий говорит «Капельки»- дети замирают на месте. Когда она произносит «Озеро!»- образу-**

ют круги по -10 человек. Когда говорит «Ручеек»- берутся за руки и змейкой по залу. Когда произносит «Тучка»- образуют круги и поднимают руки вверх.

**Ведущий:** Вы, все молодцы! Со всеми заданиями справились. Знайте, сама природа нуждается в нашей помощи. Берегите всё, что есть на земле. Люди должны жить в дружбе с природой, никого не обижать, ценит и любить нашу природу и всегда помните правила поведения на природе. Вы настоящие эколята – юные защитники природы. На этом наш праздник заканчивается.

## ПЕСОЧНАЯ АНИМАЦИЯ В ДЕТСКОМ САДУ И ДОМА

Карева Елена Владимировна, воспитатель, педагог дополнительного образования  
МДОУ "Детский сад "Радуга", Архангельская область, г. Новодвинск

### Библиографическое описание:

Карева Е.В. Песочная анимация в детском саду и дома // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

#### *К.Д. Ушинский писал:*

«Самая лучшая игрушка для детей – кучка песка!».

Каждый ребенок художник с пеленок. Нужно только помочь ему разбудить в себе творческие способности, фантазию, индивидуальность. Рисуя на листе бумаги, дети изображают окружающий мир, добавляя что-то новое, свое.

Основной целью современной системы дополнительного образования является воспитание и развитие личности ребенка. Достижение этой цели невозможно без реализации задач, стоящих перед образовательной областью «Художественно-эстетическое развитие», составляющая часть которого- изобразительное искусство. Незаметно для себя дети учатся наблюдать, думать, фантазировать.

Одним из популярных видов изобразительной деятельности, доступной и интересной дошкольникам является *рисование песком «Sand-Art»*, который позволяет на специально созданных столах со световой подсветкой решать образовательные, развивающие и коррекционные задачи.

#### Рисование песком

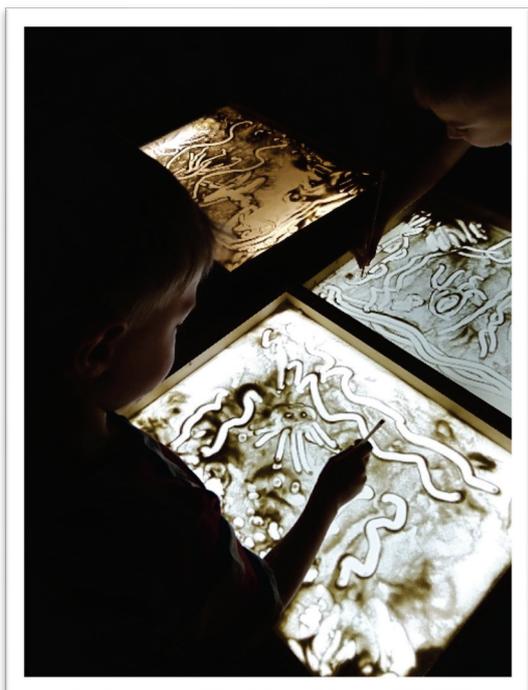
– это погружение ребенка в сказку, в мир фантазий, причудливых образов, извилистых линий. Прикасаясь к песку, дети чувствуют его тепло, текучесть, его движение. Создание картины песком – увлекательный процесс, он затрагивает все сферы чувств, пробуждает творчество, расслабляет и вдохновляет одновременно. Нарисовать с помощью песка можно что угодно: растения и животных, жителей моря и насекомых, портреты и пейзажи и т.д.

Рисование песком развивают творческое мышление, воображение, мелкую моторику рук, речь, более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных процессов, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям, к обучению вообще.

Отличительной чертой данного творчества является то, что ребенок в любой момент может стереть свой рисунок, или часть, и изобразить новый.

С чего бы начать обучение дошкольников рисованию песком? Конечно с себя.

Любой педагог дополнительного образования должен пройти курсовое обучение, чтобы владеть техникой рисования, методами и приемами. Приобрести нужное оборудование: световые планшеты, кварцевый песок, подобрать подходящее помещение. Ну и конечно разработать дополнительную образовательную программу художественной направленности, с планом занятий, мониторингом. Создать нужные приложения с конспектами, картотеками.



Обучать детей рисованию на песке можно начинать с раннего возраста. Год за годом знакомя детей с разными техниками и приемами. Начиная с отпечатков и линий и заканчивая сюжетными картинками и мультиками.

Многие специалисты в детских садах: логопеды, психологи используют песочное рисование в своей работе. Дети, рисуя на песке в таинственной обстановке, с приглушенным светом, под спокойную классическую музыку, начинают творить чудеса. Раскрепощаются, становятся более уверенными в себе, активными, разговорчивыми. Вспыльчивые и агрессивные дети, перебирая пальчиками песок, успокаиваются выводя причудливые узоры на стекле.

В домашних условиях тоже можно рисовать песком, используя для этого небольшой ящик с крышкой из прозрачного пластика. Круглый светодиодный фонарь и манную крупу. Фонарь положить по центру ящика, прикрыть крышку, с помощью манки сделать засыпку и творить, творить вместе с детьми. Возьмите для рисования любые предметы: вилки, палочки, расческу, камушки, фасолинки, пуговицы.

Совместная работа пойдет на пользу и ребенку и родителям. Предложите детям нарисовать мультяшных героев, поиграйте в такие игры как «Дорисуй», «Чей след», «Нарисуй эмоции» и другие. Результат, т.е. рисунок не является главной целью. Главный результат работы заключается в самом процессе творчества. Важно дать волю воображению и не бояться экспериментировать, разбудить в ребенке желание делать красивое своими руками и любоваться красотой, сделанной другими людьми.

Литература:

Е.А.Тупичкина: Мир песочных фантазий: Программа обучения детей рисованию песочных картин в технике "Sand-Art". ФГОС Издательство АРКТИ, 2019г.

Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия» СПб.: Институт социальной педагогики и психологии, 1998.-50с.

## **ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРИ НАРУШЕНИИ РАБОТЫ КИШЕЧНИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Клан Марина Александровна, воспитатель  
МБДОУ г. Мурманска N 105

### **Библиографическое описание:**

Клан М.А. Физические упражнения при нарушении работы кишечника для детей дошкольного возраста // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

По статистике, от проблем со стулом страдает каждый пятый малыш. Запоры провоцируют и усиливают дисбаланс микробиоты кишечника, что выражается в изменении соотношения полезной и условно патогенной микрофлоры и проявляется у ребёнка снижением иммунитета, признаками недостаточности микроэлементов и витаминов, вздутием живота и плохим запахом изо рта.

Каловый застой приводит к усилению всасывания токсинов и продуктов метаболизма микрофлоры. Об этом свидетельствуют признаки интоксикации: утомляемость, снижение аппетита, нарушение сна, кожные проявления.

### **Чем грозит застой пищи в кишечнике?**

Застой пищевого комка в кишечнике приводит к тому, что каловые массы становятся сухими и повреждают задний проход, что рано или поздно приводит к геморрою, анальным трещинам и даже к урологическим проблемам.

Также существует теория, согласно которой задержка пищевого комка в кишечнике приводит к тому, что каловые массы банально начинают гнить и выделять токсины, которые впитываются в кровь. Таким образом, слабая моторика кишечника может стать причиной хронического "самоотравления" организма.

**При хронических запорах необходимо обратиться к врачу, врач выпишет ребёнку некоторые лекарственные средства. Принимать их следует строго в том объеме, который рекомендует специалист. Не занимайтесь самолечением и не пользуйтесь слабительными средствами без рецепта врача. Так же необходимо правильное сбалансированное питание и ежедневная дозированная физическая нагрузка — прогулки пешком, утренняя гимнастика, подвижные игры, катание на лыжах, коньках, плавание.**

**Мы предлагаем вам подборку физ.упражнений, которые помогут при нарушении работы кишечника. Большинство упражнений должно быть направлено на стимулирование мышц передней брюшной стенки.**

### **Когда выполнять комплекс?**

Не рекомендуется делать упражнения для кишечника после еды. Приступайте к комплексу через 3 – 4 часа после последнего приема пищи или же утром натощак.

Помните, что кишечник – это орган, который не меньше, чем наше сердце, нуждается в движении и тренировках. Не обделяйте его вниманием, ведь от здорового пищеварения зависит здоровье всех органов без исключения.

Важно делать зарядку регулярно, постепенно увеличивая нагрузку с 3–5 до 7–10 повторений каждого упражнения при запоре у детей. Лучше совершать это утром, до завтрака, на голодный желудок. Если это невозможно, занимайтесь зарядкой не менее, чем за 30 минут до еды или через 1–2 часа после приема пищи. Выполняйте гимнастику при запорах вместе с ребенком, контролируя правильность его движений.

**Ходьба на месте, высоко поднимая колени 20—30 секунд.**

1. Исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, руки разведены в стороны, выполнять повороты туловища в сторону, 5—6 поворотов в каждую сторону.
2. Исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, выполнять наклон вперед, колени не сгибать, достать руками пола, выпрямиться, повторить 8—10 раз.
3. Исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе, выполнять поочередно наклоны туловища в стороны, повторить 5—6 раз в каждую сторону.
4. Исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе, присесть, руки вытянуть вперед, вернуться в исходное положение, повторить 5—8 раз.
5. Ходьба на четвереньках, 20—30 секунд.
6. Исходное положение — стоя на четвереньках, выполнить мах ногой назад, затем согнуть колено, подтянуть его к груди, вернуться в исходное положение, повторить другой ногой, сделать по 5—6 раз.
7. Исходное положение — лёжа на животе, погнуться, обхватить руками щиколотки ног, выполнить покачивающиеся движения на животе 4—5 раз.
8. Исходное положение — лёжа на спине, выполнять движение «велосипед» ногами по 5—6 движений каждой ногой.
9. Исходное положение — лёжа на спине, перейти в положение сидя, не сгибая колен, достать руками носки ног, вернуться в исходное положение, повторить 8—10 раз.
10. Прыжки на каждой ноге попеременно 20—30 секунд с переходом на ходьбу.

**Для маленьких детей физические упражнения должны проводиться в виде игры. Например, мы рекомендуем такое упражнение. Рассыпьте на полу 20-30 штук мелких игрушек и попросите ребенка собрать все игрушки, нагнувшись за каждой из положения стоя. Такое «упражнение» следует повторять в течение дня 2-3 раза.**

**В дополнение к упражнениям необходимо проводить массаж живота**

поглаживание живота

Первый прием поглаживание, который проводится по ходу кишечника. Для этого ваша правая рука ладонной стороной скользит по животу по часовой стрелке, описывая круг. Повторите прием 4-5 раз.

Затем по ходу кишечника идет встречное поглаживание живота. Для этого ваша правая рука скользит сверху вниз по левой половине живота малыша, а левая рука в это время скользит снизу вверх по правой половине живота малыша. Повторите прием 4-5 раз.

поглаживание косых мышц живота

Далее поглаживаем косые мышцы живота. Для этого движение ваших ладоней должно идти от боковой поверхности туловища. Работают одновременно с двух сторон обе руки, ладони сближаются над областью пупка. Повторите прием 4-5 раз.

Следующий прием растирания

Согните пальцы правой руки. Суставами согнутых пальцев растирайте околопупочную область спиралевидными движениями, одновременно описывая круг вокруг пупка по часовой стрелке. Выполните прием, проходя 3-4 круга.

стимуляция живота приемом пощипывания

Следующим приемом, в виде легкого пощипывания живота по кругу, простимулируйте сокращение мышц брюшного пресса. Повторите прием в 3-5 круговых проходов.

Заканчивать массаж живота следует, повторяя круговое поглаживание, с которого начиналась процедура.

**Только правильное и последовательное выполнение наших рекомендаций поможет избавиться детям от хронических заболеваний. И дети будут радовать вас веселым смехом, отличными успехами, прекрасным аппетитом и отменным здоровьем.**

### Гимнастические упражнения при запорах

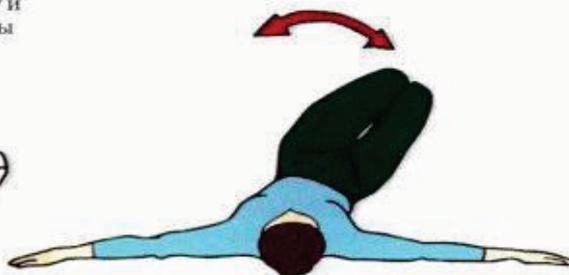
**1.** Исходное положение — лежа на спине, колени согнуты, пятки прижаты к полу. Поднимайте попеременно правое и левое колено к животу.



**2.** Исходное положение — лежа на спине, ноги приподняты и согнуты в коленях. Попеременно подтягивайте колени к правому и левому плечу. Руки расположены рядом с туловищем на полу.



**3.** Исходное положение — лежа на спине, ноги согнуты в коленях. Поочередно переносите согнутые в коленях ноги вправо и влево с касанием пола. Пальцы ног при этом упираются в пол.



**4.** Исходное положение — опуститесь на четвереньки, спина прогнута, прямые руки упираются в пол. Напрягите мышцы живота. Перенесите тяжесть тела на ноги таким образом, чтобы грудная клетка касалась коленей, затем перенесите тяжесть тела на руки так, чтобы грудная клетка касалась пола.



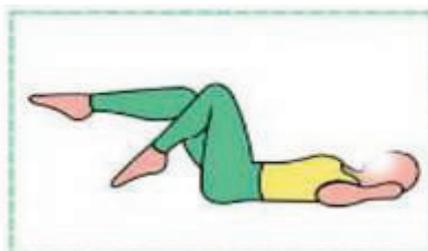
**5.** Исходное положение — встаньте позади стула, левой рукой обопритесь на спинку стула, правая рука согнута и касается затылка. Затем локтем правой руки дотянитесь до согнутого колена левой ноги, одновременно напрягая мышцы живота. После этого выпрямитесь, отведи локоть и ногу назад за спину. Повторите упражнение другой рукой.



Выполняйте упражнения спокойно и основательно, повторяя их два раза в день.

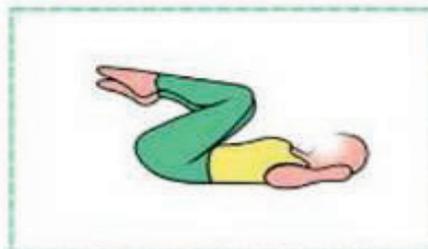
1 Исходное положение (И. П.) – лежа на спине. Чуть присогните ноги в коленях, делайте ногами движения, имитирующие езду на велосипеде.

*Повторите 30 раз.*



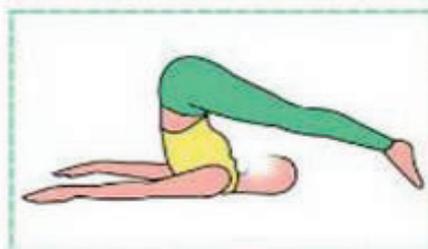
2 И. П. – то же. Согнутые в коленях ноги притяните руками к животу, вернитесь в И. П.

*Повторите 10 раз.*



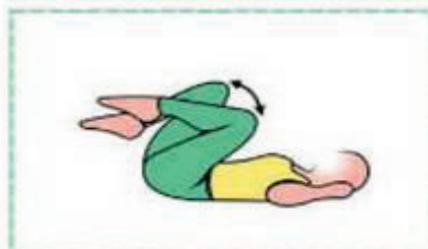
3 И. П. – то же. Поднимите одновременно обе ноги и постарайтесь закинуть их за голову –

*10–15 повторений.*



4 И. П. – лежа на спине, ноги согнуты в коленях. Сводите и разводите колени –

*15-20 раз.*



5 И. П. – стоя на коленях, опираясь вытянутыми руками в пол. Позвоночник параллельно полу. Поднимайте согнутую в колене левую ногу, затем – правую. *Повторите по 10 раз для каждой ноги.*



## КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОВЗ

Климова Богдана Юрьевна, учитель-логопед  
МБОУ "ШКОЛА - ДЕТСКИЙ САД № 12", г. Кудымкар

### Библиографическое описание:

Климова Б.Ю. Кинезиологические упражнения как здоровьесберегающая технология работы с детьми с ОВЗ // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

В последние годы много говорится об инклюзивном образовании и образовании детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Но сейчас говорить уже поздно — надо работать. Количество детей с ОВЗ постоянно увеличивается. В 2022 году в нашем детском саду компенсирующего вида 25 детей с ограниченными возможностями. Это дети разных нозологий: задержка психического развития, умственная отсталость, расстройство аутистического спектра.

Педагоги зачастую не готовы к работе с особыми детьми, им не хватает специальных знаний, технологий работы с особыми детьми. Одной из простых и доступных технологий являются кинезиологические упражнения.

Кинезиология — наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Наука достаточно молодая. Её разработали и запатентовали в США специалисты по образовательной кинезиологии Пол и Гейл Деннисон под названием «Гимнастика мозга» в 1964 г. Основная идея, на которой построена гимнастика мозга — это связь и влияние в процессе обучения друг на друга трех элементов: мозга, тела и эмоций.

Кинезиологические упражнения влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют выявить и развить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга, активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует коррекции проблем в различных областях психики.

Среди психологических характеристик детей с ограниченными возможностями здоровья — быстрая истощаемость, замедленный темп развития, низкая продуктивность и произвольная регуляция. При помощи «Гимнастики мозга» можно улучшать эффективность обучения детей с ОВЗ. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие у детей.

Все упражнения разбиты на 4 блока. Остановимся на особенностях каждого. Во время занятий дети длительно находятся в неподвижных статичных позах, что приводит к неспособности удерживать внимание, которое у детей с ОВЗ истощаемо, дети не могут активно участвовать в процессе обучения. Деннисон в «Гимнастике мозга» выделяет отдельным блоком Энергетические упражнения, которые могут быть использованы для компенсации вредного воздействия статичных поз, помогая восстановить баланс, центрировать и выровнять тело, вернуть ощущение хорошего самочувствия. Это приводит к лучшему снабжению всего организма кислородом, что особенно актуально в условиях кислородной недостаточности, усиливаемой холодом экологически неблагоприятного Забайкалья. Энергетические упражнения способствуют улучшению моторных навыков, что особенно важно для детей ОВЗ. Все это является здоровой основой когнитивных функций. Применение этих упражнений помогает детям в самоорганизации и контроле собственных движений.

Блок упражнений Углубление положения направлен на компенсацию таких последствий стресса как импульсивность и растерянность, что часто встречается у детей с ОВЗ. Упражнения помогают развитию способностей к самоконтролю, самоуспокоению, взаимодействию с окружающими. Таким образом, дети переживают и выражают эмоции, учатся справляться с собственными желаниями, освобождаются от страхов. Травмирующие воспоминания в процессе расслабления уходят. Многие дети испытывают затруднение с планированием и постановкой целей, переходу от информации к действию в результате эмоционального стресса, которому дети с ОВЗ однозначно подвергаются. Упражнения Углубления положения — простая и здоровая альтернатива напряжению и беспокойству.

Блок Растягивающих упражнений можно использовать для того, чтобы помочь расслабить, отпустить напряжение и увеличить степень подвижности мышц конечностей,

которые перенапряжены и зажаты в результате длительного нахождения в одном положении. Шесть растягивающих упражнений подготавливают внимание детей, которое необходимо для высшей мыслительной деятельности. Недостатки внимания детей с ОВЗ в значительной мере связаны с низкой работоспособностью, повышенной истощаемостью, которые особенно характерны для детей с органической недостаточностью центральной нервной системы. Внимание — это всегда часть процесса поиска порядка и структуры. Для мозга и нервной системы безопасность всегда является приоритетом. Ребенок, не чувствующий себя спокойно и в безопасности, не может сосредоточиться. В идеале, потребность ребенка в безопасности должна быть полностью удовлетворена, чтобы уверенность и чувство порядка были фоном, на котором естественным образом проявляется направленное внимание и функционирует кратковременная память. Вытягивание мышц позволяет освободить и направить внимание детей на предмет, который они изучают.

Блок Срединные упражнения направлен на координацию левосторонних и правосторонних функций мозга, которые необходимы для академической успеваемости. Специализацией левого полушария является абстрактно-логическое мышление, а специализацией правого полушария — пространственно-образное мышление. То есть, когда мы анализируем, считаем и говорим — более активно наше левое полушарие, а когда мы рисуем, фантазируем, танцуем и молчим — более активно правое полушарие. Распределение активности между полушариями постоянно чередуется. Нашей Западной культуре и цивилизации присуща чрезмерная ориентация на левополушарную деятельность (логика, наука, техника и т. д.). Максимальная же эффективность работы мозга (творчество, интуитивные прозрения) достигается в моменты одновременной активности обоих полушарий. Выполнение упражнений двумя руками полезны, так как любые операции двумя руками или глазами производятся в срединной зоне. Без развития навыков эффективной и комфортной работы в срединной зоне у ребенка будут затруднения с концентрацией глаз на отдельных словах в процессе чтения. Потому что только с помощью слаженной работы обоих глаз можно достичь необходимой глубины визуального восприятия в срединной зоне, в которой разворачиваются сначала игра ребенка, а потом и чтение с письмом. Неспособность к пересечению срединной линии часто связана с неспособностью корректно воспринимать визуальную, звуковую и символическую информацию, что приводит к ошибкам в узнавании слов и дисграфии, что часто встречается у особых детей.

Виды кинезиологических упражнений:

- Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус.
- Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.
- Глазодвигательные упражнения улучшают восприятие, позволяют расширить поле зрения. Разнообразные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.
- Телесные упражнения снимают непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы, развивают межполушарное взаимодействие. Обездвиженный ребенок не обучается!

- Релаксационные упражнения способствуют снятию напряжения, расслабляют.

Применение кинезиологических упражнений

- В ходе систематических занятий по кинезиологическим программам у ребёнка развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания.
- Систематические занятия приводят к развитию межполушарных связей, улучшается память, концентрация внимания. У детей наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, к управлению своими эмоциями.

- Задействуются участки мозга, которые раньше в учении не участвовали, решаются проблемы неуспешности.

- Перед интенсивной умственной нагрузкой кинезиологические упражнения способствуют энергетизации и сосредоточению.

По последним данным неврологов для успешного обучения важно не лечение, а именно обучение. Образовательная кинезиология и призвана оживить, оптимизировать процесс обучения, что особенно важно в работе с детьми с ОВЗ.

**Библиографическое описание:**

Пляскина, Е. П. Кинезиологические упражнения как здоровьесберегающая технология работы с детьми с ОВЗ / Е. П. Пляскина. — Текст: непосредственный // Психологические науки: теория и практика: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). — Москва: Буки-Веди, 2015. — С. 75-77. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/158/7956/>

**ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ «КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ»**

Кожевникова Валентина Валерьевна, воспитатель

МБДОУ "Детский сад "Звездочка", Республика Хакасия, Усть-Абаканский район,  
с. Калинино

**Библиографическое описание:**

**Кожевникова В.В.** Познавательное занятие «Курить – здоровью вредить» // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

**Методическая разработка профилактического мероприятия.**

**АННОТАЦИЯ**

Данная методическая разработка рассчитана на детей дошкольного возраста (старшей, подготовительной группы). Направленная на приобщение детей к здоровому образу жизни. В основу данного мероприятия заложены здоровьесберегающие принципы, а также формирование негативного отношения к курению и употреблению никотино-содержащей продукции. Именно в подростковом возрасте происходит знакомство и приобщение к сигаретам. Чаще всего дети начинают курить из-за любопытства, желания казаться взрослыми, непонимания опасности табачного дыма. Наша задача заключается в том, что бы в более раннем возрасте закрепить у детей знание о вреде табачной и никотиносодержащей продукции. Данное мероприятие поможет расширить знания дошкольников о влиянии никотина на организм, даст возможность высказать свое мнение. Поэтому главной задачей мероприятия является вовлечение детей в ситуацию нравственного выбора между проблемой курения и ведения здорового образа жизни.

**ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ**

Словесная и наглядная информация, активные формы познавательной деятельности, анализ полученной информации.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Проблемы сохранения здоровья обучающихся привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление и сохранение физического, психического и духовного здоровья, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Психологи утверждают, что источники деформации личности следует искать в раннем школьном возрасте. Именно в этот период развития неблагоприятные социальные воздействия ближайшего окружения порождают предпосылки будущих отрицательных качеств.

Появление большого количества детей, состоящих на различных видах учета, относящихся к группе риска, находящихся под опекой, говорит, что в последнее время упала роль семьи. Детям уделяют все меньше внимания. Одни зарабатывают деньги, другие употребляют алкоголь, третьи просто не хотят формировать негативное отношение к вредным привычкам.

Поэтому перед педагогами и стоит задача как можно раньше, уже в дошкольном возрасте, заставить задуматься о своем здоровье, выработать неприятие употребления алкоголя, наркотиков и курения. Только правильно организованное просвещение может принести пользу.

### **ЦЕЛЬ ЗАНЯТИЯ**

Формирование отрицательного отношения к курению и положительного к здоровому образу жизни.

### **ЗАДАЧИ:**

**Образовательная** – углубление знаний, представлений, дошкольников о вреде курения организма человека; формировать понятие «здоровый образ жизни»;

**Развивающая** – способствовать росту самосознания и самооценки дошкольников, развивать умение анализировать и применять полученные знания в жизни, коммуникативных навыков, развитие мышления, памяти, развитие творческих возможностей детей;

**Воспитательная** – воспитание бережного отношения к собственному здоровью, к окружающей среде, воспитывать неприязнь к вредным привычкам, сформировать навыки личной гигиены.

**ОБОРУДОВАНИЕ:** Картинки планет со знаками + и -, картинки с полезными и вредными привычками, изображение сигареты, портрет Колумба, карта мира с изображением Америки, картинка – здоровые легкие и легкие курильщика, картинки внутренних органов (сердце, легкие, мозг), знак «курение запрещено».

### **ХОД МЕРОПРИЯТИЯ**

**Педагог:** Здравствуйте, дети! Я очень рада вас видеть! До нашего мероприятия мы с вами проводили опрос. Мы беседовали, вы отвечали на мои вопросы, и я поняла, что все хотят иметь отличное здоровье.

Каждый человек при рождении получает замечательный подарок – здоровье. Оно, как волшебная палочка, помогает выполнять самые заветные желания. Какого же человека можно назвать здоровым?

**Ответы детей:** У здорового человека ничего не болит, и от того он ощущает себя лёгким, сильным. Красивым. Улыбаясь окружающим, он дарит им частичку своей удачи. Здоровому человеку по плечу любая работа, поэтому он счастлив сам и может сделать счастливым своих друзей и т. д.

**Педагог:** Ребята, я буду говорить вам утверждения, а вы если согласны со мной, что это полезно - хлопайте в ладоши, если нет - молчите.

- Делать утреннюю зарядку каждый день...
- Целый день смотреть телевизор...
- Дышать свежим воздухом...
- Ходить в грязной одежде...
- Кушать овощи и фрукты...
- Есть много сладостей...
- Больше играть в подвижные игры...

- Не мыть руки перед едой ...
- Чистить зубы...
- Пользоваться салфеткой...
- всегда мыть руки с мылом...

**Педагог:** Здорового человека легко узнать: у него прекрасная фигура, белозубая улыбка, блестящие глаза, лёгкая походка. Здоровье человека во многом зависит от него самого. Одни люди заботятся о своём здоровье, стараясь сохранить этот волшебный дар. Каждый день они «строят» сами себя, стремясь к тому, чтобы стать сильнее, делают зарядку, занимаются спортом, питаются здоровой пищей. Стараются стать умнее, читают много полезных книг. Стараются быть добрее. Другие безумно тратят здоровье, разрушая себя. Как же уберечь и сохранить здоровье, когда кругом столько пагубных соблазнов?! Каждый человек имеет те или иные привычки. Одни из них приносят пользу организму, другие вредные для здоровья.

На доске две планеты, на которых живут люди со своими привычками. На планете с +, живут люди с хорошими привычками, а на планете с -, люди с плохими привычками. Расскажите о привычках людей каждой из планет, а помогут вам в этом картинки.

Давайте, с вами разделим привычки на полезные и вредные – картинки +, -.

**Ответы детей:** картинки с полезными привычками раскладывают на планету со знаком +, картинки с вредными привычками на планету со знаком -.

**Педагог:** На какой планете вы не хотели бы жить? Да, ребята, на этой планете живут люди с вредными привычками.

- А как вы думаете, что нужно делать с вредными привычками?

**Ответы детей:** избавляться от них, бороться.

**Педагог:** Сегодня мы поговорим об одной вредной привычке, а о какой вы сейчас отгадаете. «Похожа на карандаш, только белого цвета. Кто с ней играет, тот здоровье потеряет» (сигарета).

А почему так говорят: «Кто с ней играет, тот здоровье потеряет».

Конечно, сигареты и дым приносят только вред и никакой пользы. От табачного дыма сигарет страдает наше здоровье. Вы знаете, что в табаке содержится очень ядовитое вещество - никотин. Однажды учёные провели опыт: в пищу голубя, воробья и белой мыши добавили по 1 капле никотина. Когда пища была съедена, все животные постепенно погибли (сначала воробей, затем голубь и мышь).

-А какой вред сигареты причиняют людям?

- Какие органы нашего организма страдают от них в первую очередь?

Конечно, от них страдают лёгкие. Когда человек курит, то весь яд, который находится в сигаретах, оседает на его лёгких. У здорового человека легкие розового цвета, а у курильщика – чёрные как уголь. *(Рассматривание картинки со здоровыми легкими и с легкими курильщика)*

- Скажите, пожалуйста, а если вы будете стоять рядом с курящим человеком, это как-то повлияет на ваше здоровье? *(рассматривание картинок на которых люди стоят рядом с курящими людьми)*

- Если вы будете находиться рядом с курильщиком, то вам придётся тоже дышать этим ядовитым табачным дымом. Потому что дым от сигарет загрязняет воздух, которым дышим.

И если мы будем постоянно находиться рядом с курящим человеком, то наши лёгкие со временем могут почернеть, так как там скапливается много ядовитых веществ.

Курение прочно вошло не только в наш быт, но и в культуру. А ведь были времена, когда курение считалось несовместимым с обликом цивилизованного человека. Откуда же пришла к нам эта пагубная привычка? Давайте рассмотрим это с исторической точки зрения.

Ребята, кто знает, откуда к нам в страну попал табак?

Не знаете. Сейчас я вам немного расскажу об этом. *(Рассказывает и демонстрирует картинки)*

1. Табак попал к нам из Америки, которую открыл мореплаватель Колумб (портрет Колумба). История приобщения европейцев к курению началась так.

2. Давным-давно в 1492 года матрос с корабля «Пинтас» знаменитой флотилии Колумба закричал: «Впереди земля!». В числе подарков, преподнесённых Колумбу местными жителями, были сушёные листья табака. Аборигены курили эти листья, свёрнутые в трубочки.

3. В Европе же табак был объявлен «забавой дьявола». Там предлагали даже отлучать от церкви курящих людей. В России в царствование царя Михаила Фёдоровича попавшийся на курении в первый раз наказывался 66 ударами палок по стопам, во второй раз – отрезанием носа и ушей.

4. А царь Пётр 1, следуя примеру европейских королей, разрешил ввоз табака в Россию. Так началось быстрое распространение табака по всей России.

Так забава, превратилась в привычку, от которой и сегодня общество не может избавиться.

**Педагог:** А как вы думаете, почему дети начинают курить?

**Ответы детей:** Любопытство, пример друзей и взрослых, желание выглядеть взрослым, баловство, за компанию.

**Педагог:** Да, ребята. Сначала все считали, что курение – это только забава, а потом уже не могли отказаться от этой привычки. А курение очень пагубно влияет на здоровье. Наукой установлено, что нет такого органа в теле человека, который не страдал бы от курения.

Страдают не только легкие, но и сердце, мозг и другие органы человека. *(Демонстрация картинок с органами)*

**Сердце:** Мне так плохо, я так устало,

И нет уж больше сил стучать.

Наверное, осталось мало...

Могли бы только вы понять –

Мне не хватает кислорода,

Меня так душит никотин,

А этот яд непобедим.

**Головной мозг:**

Иссушил меня проклятый злодей,

Нет больше светлых идей,

Он мои нейроны украл

И на пачку сигарет поменял.

Я теперь и за долгий срок

Не могу выучить данный урок.

И внимания, и памяти нет:

Все от этих проклятых сигарет.

**Лёгкие:**

Нас полоний отравляет,

Никотин нам - страшный яд,

Наши бронхи он сжигает.

Кто же в этом виноват?

По утрам ужасный кашель

Раздирает горло в кровь.

Кто же нам теперь поможет,

Чтобы стать здоровым вновь?

**Педагог:** Что бы вы пожелали курящему человеку?

**Ответы детей:** Бросить курить.

**Педагог:** Ка вы думаете, что нужно сделать, что бы курильщиков стало меньше?

**Ответы детей:** Не продавать сигареты, меньше курить, курить в специальных местах.

**Педагог:** Правильно. Поэтому во многих странах мира курить разрешается только в строго отведённом месте, а в общественном транспорте вообще запрещается курить. К сожалению, многие люди курят в общественных местах и ставят под угрозу не только своё здоровье, но и здоровье людей, не имеющих этой вредной привычки. Сейчас во всём мире принимаются меры по запрету курения в общественных местах. В местах, где курить не разрешается, мы увидим вот этот знак. *(Показ знака)*

**Педагог:** Ребята, а кто-нибудь знает пословицы о вреде курения.

**Ответы детей:** «Кто курит табак – тот сам себе враг», «Табак уму не товарищ».

**Педагог:** Итак, мы поговорили о самой вредной привычке у взрослых – о курении. И мы сделали вывод, что курение это вредно не только тех, кто курит, но и для тех, кто находится рядом. И мы дружить с такой вредной привычкой НЕ БУДЕМ! Если вы согласны со мной, то давайте похлопаем! Спасибо!

## ЗНАЧЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Коротченко Алена Викторовна, инструктор по физической культуре  
МАДОУ ДС № 9, г. Белогорск

### Библиографическое описание:

**Коротченко А.В.** Значение дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

В настоящее время, проблемы здоровья стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья детей. Объем познавательной информации для дошкольников достаточно высок, растет доля умственной нагрузки и в режиме дня. Вследствие этого нередко наблюдается переутомление детей, снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья дошкольников, но и на перспективы их дальнейшего развития, в частности и на состояние здоровья в целом. Поэтому педагоги большое внимание уделяют дыхательным упражнениям на учебных занятиях и в свободной деятельности, что способствует развитию дыхательной мускулатуры, увеличению подвижности грудной клетки и диафрагмы, улучшению кровообращения в легких. Анализ детской заболеваемости в дошкольных учреждениях показывает, что лидерами заболеваемости являются заболевания, передающиеся воздушно-капельным путем – ОРВИ, ОРЗ.

Исследования ученых-медиков показывают, что в развитии дыхательного аппарата детей дошкольного возраста наблюдается дисбаланс: при относительной мощности легких, просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) еще узок, дыхательные мышцы являются слабыми. Поэтому детей дошкольного возраста необходимо обучать правильному дыханию, что позволит укрепить мышцы дыхательных органов.

Дыхание является главным источником жизни. Человек может прожить без пищи и воды несколько дней, но без воздуха самое большее – несколько минут. При недостаточном поступлении воздуха сердце и иммунная система начинают работать ак-

тивнее, предотвращая тем самым проникновение инфекции и недостаток кислорода. Дыхание – это втягивание и выпускание воздуха легкими как процесс поглощения кислорода и выделения углекислоты живым организмом. При нормальном дыхании человек дышит через нос. Такое дыхание имеет большое значение для организма. Холодный воздух, проходя через слизистую оболочку носа, согревается. Кроме того, задерживаются частички пыли, попадающие с воздухом. Дошкольников необходимо обучать правильному носовому дыханию. Это позволит эффективно защитить легкие от пыли, переохлаждения и адаптировать их к холодному воздуху.

Существуют типы дыхания:

- нижнее, или «брюшное», «диафрагмальное» (в дыхательных движениях участвуют только диафрагма, а грудная клетка остаётся без изменений; в основном вентилируется нижняя часть лёгких и немного – средняя);
- среднее, или «рёберное» (в дыхательных движениях участвуют межрёберные мышцы, грудная клетка расширяется и несколько поднимается вверх, диафрагма также слегка поднимается);
- верхнее, или «ключистое» (дыхание осуществляется только за счёт поднятия ключиц и плечей при неподвижной грудной клетке и некотором втягивании диафрагмы; в основном вентилируются верхушки лёгких и немного – их средняя часть);
- смешанное, или «полное дыхание йогов» (объединяет все вышеуказанные типы дыхания, при этом равномерно вентилируются все части лёгких).

Дыхательная система человека устроена таким образом, чтобы организм в целом мог приспособиться к любым изменениям окружающей среды. Она служит для развития у ребенка органов дыхания, постановки различных видов дыхания, а также профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Дыхательной гимнастикой можно начинать заниматься с детьми, достигшими возраста 4–5 лет.

Дыхательная гимнастика оказывает положительное воздействие на организм ребенка:

- положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;
- способствует восстановлению, нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;
- улучшает дренажную функцию бронхов;
- восстанавливает нарушенное носовое дыхание;
- способствует рассасыванию воспалительных образований, расправлению воспалительных образований,
- восстановлению нормального, кроволимфоснабжения, устранению местных застойных явлений;
- налаживает нарушенные функции сердечнососудистой системы, укрепляет весь аппарат кровообращения;
- исправляет развивающиеся в процессе заболевания различные деформации грудной клетки и позвоночника;
- повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, оздоравливает
- нервно-психическое состояние у больных.

Дыхательная гимнастика обладает преимуществами:

1. Гимнастика сочетается со всеми циклическими упражнениями: ходьба, бег, плавание – особенно.
2. Дыхательная гимнастика – отличная профилактика болезней.
3. Гимнастика положительно влияет на организм в целом. Она ведь не чисто дыхательная – в работу включаются все мышцы.
4. Гимнастика доступна всем людям.

5. Для занятий гимнастикой не требуется особых условий.
6. Высокая эффективность. После первых занятий объем легких значительно увеличивается.
7. Дает хороший эффект для тренировки мышечной системы дыхательного аппарата и грудной клетке.
8. Гимнастика показана и взрослым, и детям.

Дыхательную гимнастику можно использовать в течение всего дня, а именно: в организации физкультурных занятий, проведении утренней гимнастики, подвижных играх на прогулке, беседах, проведении физкультминуток, различных форм активного отдыха, самомассаж, пальчиковой гимнастики, выполнении звуковых дыхательных упражнениях на занятии, в элементах точечного массажа, в гимнастике пробуждения.

Особенности использования дыхательной гимнастики в работе с детьми дошкольного возраста:

1. Дети охотнее выполняют дыхательную гимнастику, если она идет в музыкальном сопровождении.
2. Весь комплекс необходимо превратить в игру. Все основные правила выполнения упражнения даются в игровой форме. Например, для тренировки предельно активного и шумного, резкого и короткого вдоха можно дать детям игровые задания: «Гарью пахнет! Откуда? Тревога! Нюхайте!».
3. Необходима мотивация для выполнения дыхательной гимнастики. У дошкольников отсутствует мотивация сохранения и укрепления собственного здоровья, поэтому необходима вводная беседа о важности этих упражнений.
4. Важное условие эффективности такой гимнастики в том, что её нужно выполнять регулярно, без перерывов.

Таким образом, можно отметить несомненное преимущество дыхательной гимнастики перед другими оздоровительными методами: это очень простой и вместе с тем эффективный способ лечения и профилактики заболеваний, который не требует особых затрат и может использоваться людьми разного возраста.

## **ИГРЫ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ НА ВОДЕ**

Кушнарёва Юлия Владимировна, педагог дополнительного образования  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 14 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД  
НОВОВОРОНЕЖ»

### **Библиографическое описание:**

**Кушнарёва Ю.В.** Игры и развлечения на воде // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

На занятиях плаванием с детьми обязательно применяют игры и развлечения на воде.

Игры и развлечения на занятиях плаванием содействуют:

- 1) повышению интереса детей к повторению знакомых упражнений;
- 2) повышению эмоциональности и уменьшению монотонии;
- 3) воспитанию смелости, самостоятельности, инициативы;
- 4) укреплению коллектива, воспитанию чувства товарищества.

К методике проведения игр предъявляются следующие обязательные требования:

- 1) перед каждой игрой должна быть поставлена конкретная задача;

2) игра должна быть посильной, соответствовать подготовке участников и оказывать положительное эмоциональное воздействие;

3) игра должна способствовать проявлению активности, самостоятельности и инициативы участников.

Игры, которые применяются при обучении плаванию, делятся на три группы.

Первая группа - игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета. Такие игры проводятся с новичками на первых занятиях плаванием. Они просты и не требуют предварительного объяснения. Эти игры в преодолении сопротивления воды, с погружением под воду, нырянием, прыжками в воду, всплыванием, выдохом в воду и открыванием глаз в воде, со скольжением и плаванием.

К ним относятся все игры типа " Кто быстрее спрячется под воду ", " У кого больше пузырей ", " Кто дальше проскользит " и т. д. При наличии мелкого места в этих играх принимают участие дети, не умеющие плавать.

Вторую группу представляют игры сюжетно - образного характера. Они являются основным учебным материалом на занятиях плаванием для детей старшего дошкольного возраста. Их начинают включать в занятия после того, как дети освоятся с водой, научатся передвигаться и уверенно чувствовать себя в новой среде. Среди этих игр встречаются и такие, в которых необходимо разделение детей на соревнующиеся группы. Если сюжетная игра имеет сложные правила и взаимодействия между играющими, ее нужно предварительно объяснить, а иногда и провести на суше. К сюжетно-образным играм относятся хорошо известные в плавании " Караси и карпы ", " Поезд идет через " тоннель ", " Рыбы и сеть " и другие, а также большая группа игр типа " Убегай - догоняй ", с бегом и плаванием. Сюжетные игры представляют собой упрощенный вариант командных игр, поэтому результат действий игрока каждой группы должен немедленно оцениваться.

К третьей группе командные игры, в которых участники объединяются в равные по силам команды и коллективно взаимодействуют в борьбе за победу своей команды.

Эта игра воспитывает чувство коллективизма, инициативность, быстроту ориентировки и умение взаимодействовать с товарищами. Такие игры требуют от участников проявления самостоятельности, волевых усилий, умение управлять собой, что необходимо, например, при разрешении возможных игровых конфликтов. Добровольное ограничение своих действий правилами игры воспитывает сознательную дисциплину, приучает к ответственности за свои поступки.

При проведении игры нужно соблюдать следующие правила:

1) объясняя игру, необходимо четко рассказать ее содержание и правила, выбрать водящего и разделить играющих на группы, равные по силам;

2) в каждой игре должны участвовать все занимающиеся, находящиеся в воде;

3) в игру разрешается включать только те упражнения и движения, которые освоены всей группой;

4) во время игры необходимо тщательно следить за выполнением правил;

5) игру нужно оставить, если возникает необходимость сделать замечание кому-либо из играющих;

6) после окончания игры нужно обязательно объявить, назвать победителей и проигравших, особо поощрять взаимную помощь и действия в интересах группы;

7) каждую игру нужно вовремя закончить, пока она не надоела занимающимся и они не очень устали.

Успешному проведению игр в воде с детьми младшего дошкольного возраста помогает непосредственное участие педагога в игре. Это позволяет быстрее организовать занимающихся, вовлечь их в игру. Если педагог непосредственно не участвует в игре, то он должен выбрать для себя такое место, чтобы хорошо видеть, как идет игра.

Игры на воде проводятся на каждом занятии плаванием, как с новичками, так и с теми, кто хорошо умеет плавать. Последовательно от занятия к занятию по мере повышения спортивной подготовленности занимающихся игры, в которых они участвуют становятся более сложными.

Выбор игры зависит от педагогических задач обучения: условий для проведения игры - глубины и температуры воды, количества детей в группе, их возраста и подготовленности и др.

Умелый подбор игр для занятия дает возможность регулировать физическую и эмоциональную нагрузку занимающихся.

Игры и развлечения на воде проводятся в конце основной и в заключительной частях занятия.

Для проведения игр и развлечений на воде желательно запастись простейшим инвентарем, который стоит недорого и продается в каждом спортивном магазине. Это - шесты; плавательные доски; резиновые надувные круги или игрушки в виде животных, которые могут заменить доски; пластмассовые плавающие игрушки, необходимые как поддерживающие средства; надувные мячи для проведения игр и забав на воде; яркие, хорошо видимые на дне мелкие предметы - для доставания со дна при нырянии; обручи из пластика.



**Литература:**

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г., №1155 / Министерство образования и науки Российской Федерации. М., 2013
2. Александрова Е. Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе "Остров здоровья" / Е. Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2007 3.

**ЗАДАЧИ ПЕДАГОГОВ ДОО ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА**

Лазутина Татьяна Викторовна, воспитатель  
МБДОУ д/с № 19 "Антошка", г. Белгород

**Библиографическое описание:**

**Лазутина Т.В.** Задачи педагогов ДОО по сохранению и укреплению здоровья ребенка // Вестник дошкольного образования. 2022. № 5 (204). URL: <https://files.sba.ru/publ/vestnik-do/2022/204-8.pdf>.

Как укрепить и сохранить здоровье детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребёнка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это начинать?

Ответ волнует, как педагогов, так и их родителей. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития. Именно в этот в этот период идёт интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Вот почему, так важно сформировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к здоровому образу жизни у детей. В детском саду ребёнок проводит большую часть дошкольной жизни. И эту жизнь ему организуют сотрудники ДОО. И от того, как она будет организована, зависит в немалой степени состояние здоровья детей.

Главной задачей педагогов является приобщение детей к здоровому образу жизни, организация благоприятных условий для будущего формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитание у детей созидательного отношения к своему здоровью.

Здоровый образ жизни для детей дошкольного возраста — это не только двигательная активность, но и целый комплекс мер, которые должны стать приоритетными задачами педагога. До 7 лет ребенок проходит огромный путь развития, на котором закладывается как его физическое здоровье, так и личностные качества. Они взаимосвязаны друг с другом, поэтому так важно в самом начале жизни сформировать у малыша базу знаний и навыков здорового образа жизни. Основы здоровья дошкольников.

Формирование навыков здорового образа жизни у дошкольников не может проходить без практической составляющей. Пример здорового образа жизни родителей важен, но понятие ЗОЖ для дошкольников немыслимо без физического развития самого малыша. Пока ему не нужны спортивные нагрузки, однако комплекс мер по укреплению физического состояния необходим. Основные аспекты, направленные на укрепление здоровья детей дошкольного возраста, включают в себя:

- двигательный режим;
- личную гигиену;
- закаливание.

Игры — главный способ поддержания двигательной активности ребенка. Укрепляющие физические упражнения важны, однако на них отводится всего лишь несколько минут в день. Все остальное время малыш проводит в играх. Однако должен быть сохранен разумный баланс между активной деятельностью и отдыхом. Поэтому лучше чередовать активные и спокойные игры, а также времяпровождение на свежем воздухе и в помещении.

Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни начинается с коротких физических нагрузок. Это утренняя гимнастика, двигательные физкультминутки, зарядка после дневного сна. Личная гигиена для здоровья ребенка крайне важна. Малыш в самом начале жизни должен усвоить, что за телом необходимо ухаживать. Это важно не только для хорошего состояния организма, но и здоровья окружающих. У ребенка должны быть личные вещи: расческа, зубная щетка, полотенце и носовой платок. С детства нужно научить его правильно пользоваться этими предметами. Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста не проходит без закаливания, хотя эта процедура у многих родителей ассоциируется с применением рискованных мер. Однако закаливание — эффективный метод профилактики заболеваний и укрепления иммунитета. Если соблюдать основные правила закаливания, то организм малыша постепенно станет выносливее к факторам внешней среды. Важно проводить закаливающие процедуры регулярно, особенно в зимний период. Принцип постепенности является главным. Без проблем приспособить организм к изменениям внешней среды получится, если увеличивать нагрузку постепенно. Нужно учитывать также индивидуальные особенности малыша. Если он плохо переносит какую-либо процедуру, то лучше от нее отказаться.

Использование здоровые сберегающих технологий дошкольного образования — это важная ступень в развитии полноценного и физически крепкого ребенка. Такие технологии применяются во всех видах деятельности. Направлены они на сохранение здоровья и формирование основных знаний ЗОЖ у детей. В дошкольных учреждениях применяются следующие формы технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- динамические паузы;
- пальчиковая гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- дыхательная гимнастика;
- бодрящая гимнастика;
- подвижные игры.

Короткие динамические паузы в течение 2-5 минут необходимы для малышей. Они разнообразят занятия и снимут напряжение. Короткая двигательная активность позволяет включиться в занятия с новой силой.

Пальчиковая гимнастика в детских садах очень важна. Если для школьников разминка пальцев и кистей рук только снимает напряжение, то у малышей во время этих коротких занятий улучшается мелкая моторика, стимулируется речь, усиливается кровообращение. Проводить пальчиковую гимнастику можно в любой период. В последнее время большое распространение получила технология биоэнергопластики. Это совмещение движений кистей рук и артикуляционного аппарата. Такая зарядка помогает стимулировать мозговую активность, благоприятно воздействует на психику дошкольника, обеспечивает успешность ребенка в процессе образовательной деятельности.

Во время занятий, требующих большого зрительного сосредоточения, необходимо устраивать паузы и давать отдохнуть глазам. Специальная гимнастика в течение 3-5 минут позволит снять напряжение с глазных мышц. Полезно сделать круговые движения глазами, посмотреть в разные стороны, вдаль и перед собой.

Дыхательная гимнастика хорошо влияет на здоровье детей дошкольного возраста. Она активизирует кислородный обмен в тканях, нормализует дыхательную систему в целом. Особенно этот вид паузы полезен при физических нагрузках.

После обеденного сна полезно провести бодрящую гимнастику. Длится она всего 5-10 минут и состоит из определенного комплекса упражнений. Это своего рода утренняя зарядка, только не такая интенсивная. Начинать комплекс бодрящих упражнений можно прямо в кроватках. Эти упражнения направлены на коррекцию осанки и плоскостопия. Создать интерес у детей к массажным процедурам помогают разнообразные массажные коврики. Дети ходят босиком по массажным дорожкам, выполняют разнообразные игровые движения. Для изготовления массажных ковриков важно использовать как можно больше разных «на ощупь» элементов. Это и зерновой кофе, фасоль, каштаны, пуговицы разных размеров, поролоновые губки. Чем более разнообразна фактура элементов, тем большего эффекта можно достичь. Ходьба по массажным дорожкам- это прекрасное средство тренировки мышц стопы.

Важно помнить, что ребёнок воспитывается не только в условиях ДОО, но и главным образом, в семье. А семья играет главную и решающую роль в воспитании полноценного, здорового и всесторонне развитого ребёнка. Часто биологическое здоровье ребенка напрямую зависит от образа жизни его родителей. Вредные привычки папы и мамы вредят развитию малыша. Формирование культуры здоровья у детей дошкольного возраста должно начинаться с родительского примера.

Список использованной литературы

1. Алямовская В.Г. «Как воспитать здорового дошкольника». М.: Просвещение, 1993
2. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду». М.: Мозаика-Синтез, 2000
3. Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка». М.: Аркти, 1997
4. Копсунова Н.Н., Рыжкова Л.А. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста». Москва 2003
5. Синкевич Е.А., Большова Т.В. «Физкультура для малышей». СПб.: Детство-Пресс 2004