Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №82 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

Сказкотерапия как одна из технологий здоровьесбережения в ДОУ

Подготовила: воспитатель
Лавренова Ольга Владимировна

Здоровьесберегающие педагогические технологии

- **Технологии сохранения и стимулирования здоровья** (ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, игровая оздоровительная гимнастика).
- **Технологии обучения здорового образа жизни** (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, самомассаж, активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья», точечный массаж).
- **Технологии коррекционные** (сказкотерапия, артикуляционная гимнастика, психогимнастика, фонетическая ритмика, цветотерапия, арттерапия).

Актуальность

Сказкотерапия позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи.

Дети, находясь в сказке, взаимодействуют со многими сказочными героями и, как в жизни, ищут пути решения проблем, которые встают перед ними.

Задачи сказкотерапии

- Развитие внимания.
- Развитие памяти.
- Развитие аналитических способностей.
- Развитие фантазии и творческого воображения.
- Снятие эмоционального и физического напряжения.
- Развитие умения быстро переключаться с активной деятельности на пассивную.
- Совершенствование коммуникативных навыков.

Виды сказок

- Художественные: способствуют воспитанию нравственных чувств: взаимопомощи, поддержки, сочувствия, долга, ответственности и др.
- Дидактические: через сюжетность и образность помогают малышу лучше усвоить информацию.
- Психокоррекционные: создаются для мягкого влияния на поведение ребенка.
- Психотерапевтические: лечат душу, раскрывают глубокий смысл событий.
- Медитативные: создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения.

Методы сказкотерапии:

- Чтение, рассказывание сказки.
- Показ игрушек, иллюстраций, картинок.
- Дидактические игры.
- Подвижные игры.
- Рисование сказки.
- Лепка по сказке.
- Изготовление кукол, масок, атрибутов, декораций.
- Сказкотерапевтическая диагностика.
- Решение сказочных задач.
- Сочинение сказки.
- Пересказ сказок; рассказ сказки по кругу.
- Постановка сказки.

Сказки, которые невелики по объему, <u>рассказывают</u> детям наизусть, потому что при этом достигается наилучший контакт с детьми. Главное в передаче рассказчика – выразительно рассказывать, чтобы дети заслушивались.

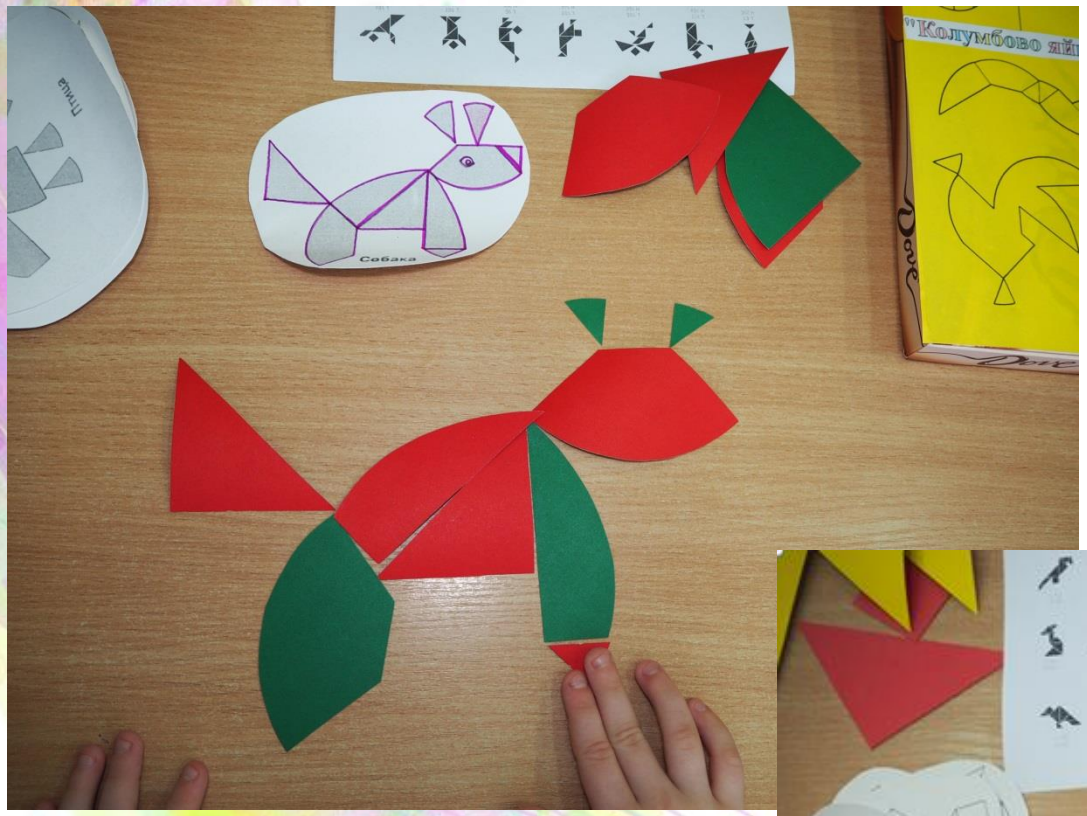
Если после первого чтения сказка уже понята детьми, можно использовать ряд дополнительных приемов, которые усилят эмоциональное воздействие – <u>показ игрушек, иллюстраций, картинок, элементов инсценирования, движения пальцами, руками.</u>

Для закрепления знаний полезны такие методы, как <u>дидактические игры</u> на материале знакомых сказок, литературные викторины.

Примерами дидактических игр могут служить игры “Отгадай мою сказку”,

“Один начинает – другой продолжает”, “Откуда я?” (описание героев) и другие.

Игры-головоломки «Колумбово яйцо»

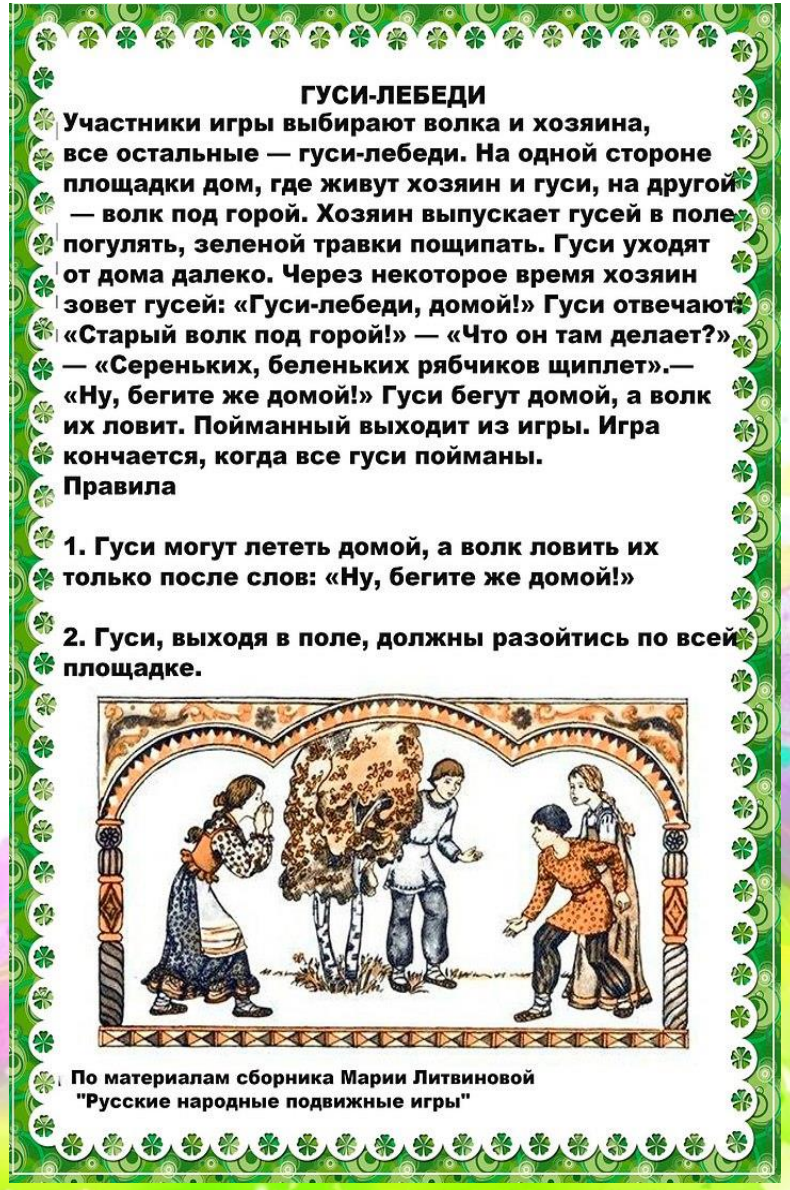


«Танграм»

БУРАТИНО И ПЬЕРО

Цель. Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

Ход игры. Дети двигаются по команде «Буратино» останавливаются в позе: ноги на ширине плач, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти прямые пальцы растопырены, все мышцы напряжены. По команде «Пьеро» — опять замирает, изображая грустного Пьеро: голова висит, шея расслаблена руки болтаются внизу. В дальнейшем можно предложить детям двигаться, сохраняя образы деревянного крепкого Буратино и расслабленного, мягкого Пьеро.



ГУСИ-ЛЕБЕДИ

Участники игры выбирают волка и хозяина, все остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки дом, где живут хозяин и гуси, на другой — волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей: «Гуси-лебеди, домой!» Гуси отвечают: «Старый волк под горой!» — «Что он там делает?» — «Сереньких, беленьких рябчиков щиплет».— «Ну, бегите же домой!» Гуси бегут домой, а волк их ловит. Пойманный выходит из игры. Игра кончается, когда все гуси пойманы.

Правила

1. Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»

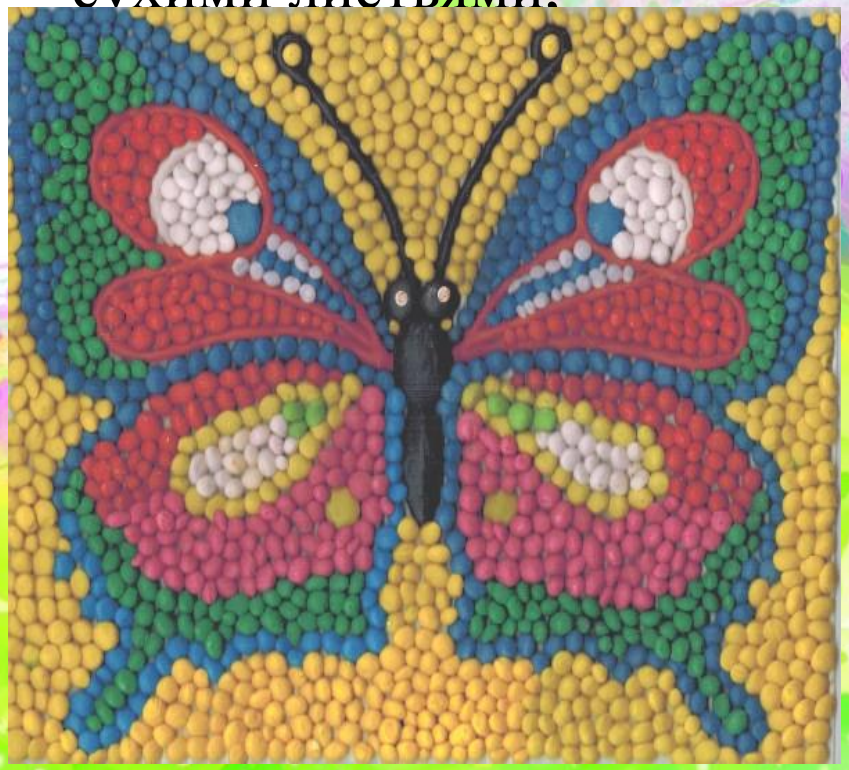
2. Гуси, выходя в поле, должны разойтись по всей площадке.

По материалам сборника Марии Литвиновой "Русские народные подвижные игры"

А вот поднять настроение ребенку помогают <u>подвижные игры</u>, такие как «У медведя во бору», «Пузырь», «Кот и мыши», «Волк во рву», «Волк и зайцы», «Два Мороза», «Гуси-лебеди», «Буратино и Пьеро».

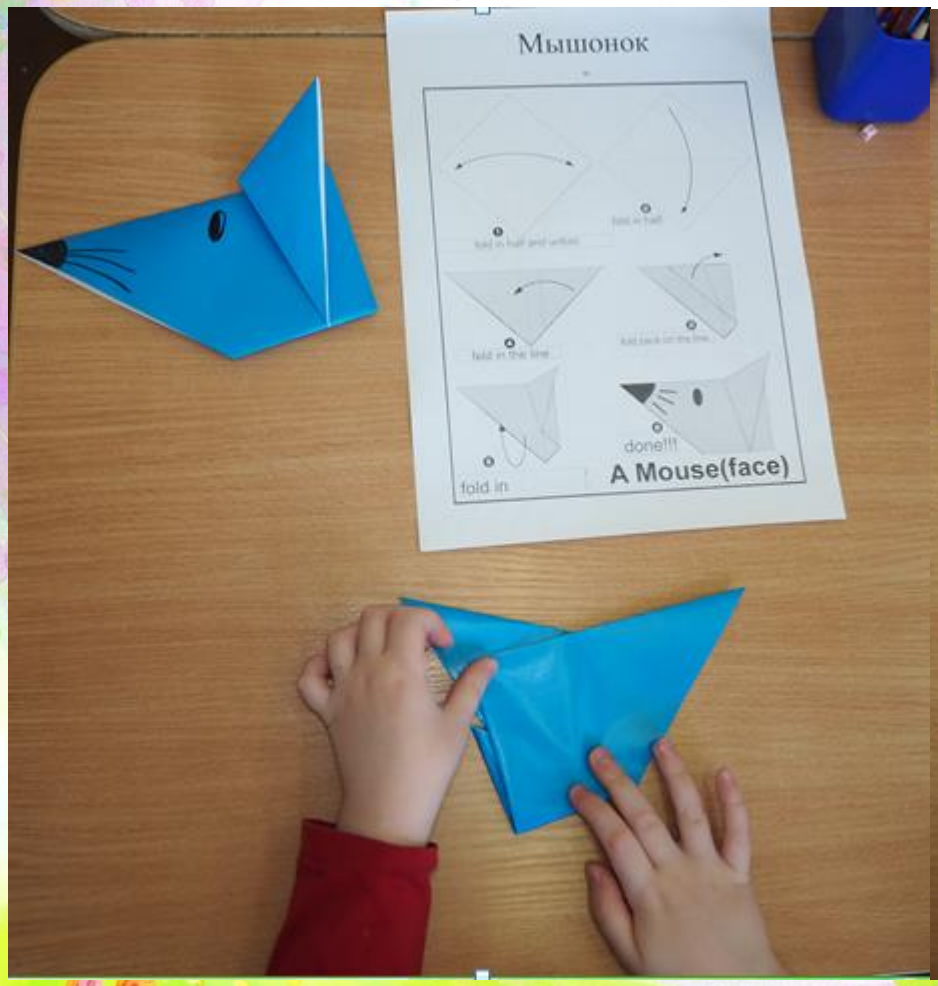
Повторное чтение и рассказывание, возможно, сочетать с занятиями <u>рисованием и лепкой</u>. Рисование, лепка выступают как способы постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных.

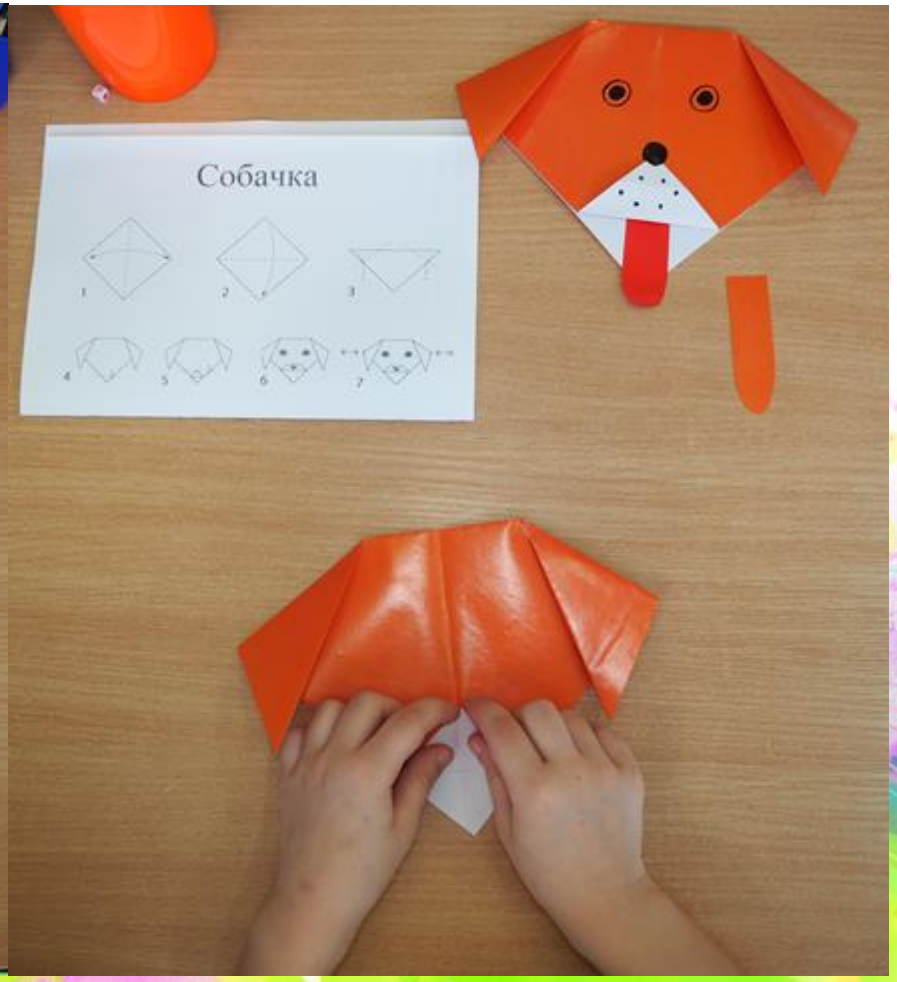
Техники используемые на данном этапе: каракули, монотипия, рисование нитками, пальцами,ладошками, тиснение, кляксография, набрызг, рисование сухими листьями.



сыпучими материалами и продуктами, рисование предметами окружающего пространства, граттаж, трехмерные изображения из газет, фольги, торцевание, лепка из пластилина и соленого теста.

Изготовление кукол из бросового материала





При создании кукол, масок, атрибутов дети пользуются разными техниками, например, оригами; создание фигурок напоминает фокус, который вызывает у малыша заинтересованность и радость.

Особое удовольствие детям доставляет создание коллективных работ – общих картин, композиций, афиш, газет, где объединяются изображения, созданные всеми детьми группы. В процессе коллективного выполнения задания создаются условия для развития умений договариваться, уступать, вносить собственный вклад в общее дело, проявлять инициативу, выдвигать предложения, отстаивать собственное пространство, идею.

Сказкотерапевтическая диагностика

Образный мир сказок позволяет ребенку идентифицировать себя с персонажем сказки. Дети в большей степени склонны идентифицировать себя с животными, нежели с людьми.

Ребенок объединяет свои мысли и переживания с мыслями и переживаниями персонажа рассказываемой сказки и рассказывает о них.

Предлагаемые ребенком ответы на вопросы взрослого позволяют сделать заключение об актуальном эмоциональном состоянии ребенка и его фантазиях по поводу дальнейшего развития ситуации.

Вначале целесообразнее решать сказочные задачи, что позволяет перейти к грамотному продумыванию своих собственных сказок.

В любой сказке неизбежно возникают противоречия между персонажами, которые необходимо разрешать. Выход из создавшихся затруднительных положений зачастую зависит от выявления и использования различных ресурсов. Главное при решении сказочной задачи – не изменить или минимально изменить сюжет сказки.

Основным критерием создания сказочной задачи является нахождение противоречия между персонажами сказки.

<u>Сочиняя собственную сказку,</u> ребенок отражает свою проблемную ситуацию и способы ее решения. Она дает возможность отреагировать на значимые эмоции, выявить внутренние конфликты и затруднения. Сочинительство благоприятно отражается на эмоциональном состоянии детей – они становятся уравновешеннее, приобретают способность видеть хорошее в любой ситуации.

Пальчиковый театр

Куклы-бибабо

Драматизация или инсценировка написанной сказки.

Данный метод позволяет побыть актером и взять на себя роль, несущую определенный эмоциональный смысл, пережить те пугающие, волнующие людей моменты и понять, что в этом ничего страшного нет, что все плохое когда-то заканчивается.

Фигурки из бумаги (оригами, бумагопластика, объемные бумажные фигурки).

Психотерапевтический эффект достигается за счет проигрывания (обыгрывания) переживаний и конфликтов с помощью заместителей - персонажей (фигурки из бумаги) и через построение сюжета.

Обобщая все вышесказанное, можно сделать вывод, что сказкотерапия один из самых эффективных видов педагогических здоровьесберегающих технологий, в процессе которого задействованы все компоненты здоровья детей.

Спасибо за внимание!