

«Твое здоровье в твоих руках».

Основные принципы оздоровительной работы с детьми по программе

В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова
**«Развивающая
педагогика оздоровления»**

Подготовила инструктор по физической культуре
Прищиц Т.Г.
2020 год



► *Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения.*

А. Моссо



В. Т. Кудрявцев считает, что необходим кардинальный пересмотр существующих методов физического воспитания детей в дошкольных учреждениях, в школах, во вне образовательных областях их жизни.



В массовых группах детского сада существует проблема реализации потребности ребенка в движении.

Программа позволяет решить проблему не за счет увеличения удельного веса движений или оздоровительных процедур в жизни ребенка, а благодаря изменению качества их проведения.



► Цель программы –
формирование двигательной сферы и создание
психолого-педагогических условий развития
здоровья детей на основе их творческой активности.

Преимущество данной программы в том:

**что она рассчитана не только для руководителя физвоспитания, а
преимущественно для воспитателя.**

**Просматривается взаимодействие специалистов
(музыкального руководителя и педагога-психолога).**



**Автором программы выделены
четыре принципа оздоровительной
работы с детьми.**

- ✓ **Приоритетный принцип**
- ✓ **Формирование осмысленной
моторики**
- ✓ **Создание и закрепление
целостного позитивного
психосоматического состояния
при различных видах деятельности**
- ✓ **Формирование у детей
способности к содействию и
сопереживанию**



- Первый принцип оздоровительно-развивающей работы с детьми – развитие творческого воображения.

Главного психологического завоевания дошкольного возраста.



Развитие воображения
становится необходимым
внутренним условием при
построении и проведении
оздоровительной работы с
дошкольниками.

Так при выполнении ходьбы «змейкой» мы используем имитацию:

*«Бежит ручей, Звенит ручей,
Ленточкой извивается,
Между деревьев, между пригорков...»*

*И вот дети уже чувствуют себя
ручейком, который должен
обежать каждое препятствие.
Движения преломляются
сквозь призму детского
воображения, и ребенок
активно выполняет
задание, правильно
ориентируясь в пространстве.*



При выполнении Основных Видов Движения, прыжках:



*Словно Маугли из книжки,
Вам, девчонки и мальчишки,
Покажу я свой прыжок.
Раз-два-три-четыре Скок!*

Перевоплощение в «Маугли», концентрация внимания на ощущении полета в прыжке, фиксация его эмоционального переживания. Имитирующие движения рук и ног в прыжке (крылья птицы, движения рук пловца в воде, «прогулка по небу» - отталкивание руками и ногами от воображаемых облаков) ...

- ▶ Второй принцип оздоровительно-развивающей работы тесно связан с первым (впрочем, как и все остальные), это – формирование осмысленной моторики.

Феномен которой был открыт А.В.Запорожцем.

Осмысленная моторика и есть

«сила воображения», перешедшая в план реального умения.



► «Марионетки».

Имитация одним ребенком куклы марионетки, которая красиво стоит с приподнятыми руками, с ровной спинкой и приподнятой головкой, второй ребенок поочередно отрезает по одной воображаемой веревочке, «марионетка» расслабляет эту часть тела, постепенно приводя все тело из состояния напряжения в состояние расслабления. В последнюю очередь расслабляются мышцы спины.



► «Скульптор и глина».

Дети делятся на пары. Один из них – скульптор, другой – глина, скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из «глины» скульптуру: ребенка, несущего тяжёлый мешок, спортсмена лыжника, ученика, сидящего за партой и т.п. В этой игре развивается умения владеть мышцами лица, снижается мышечное напряжение.





- ***Введение ребенка в зону ближайшего развития двигательных возможностей посредством диалога с органами собственного тела как с самостоятельно действующими «лицами».***

► Третий принцип оздоровительной работы —
создание и закрепление целостного позитивного
психосоматического состояния при различных видах
деятельности.



- *Например, когда дети самостоятельно придумывают движения под музыку, они полностью уверены в том, что творят нечто новое и прекрасное, что, в свою очередь, способствует развитию у них чувства любви к своему телу, внимательного и бережного отношения к нему.*



► Так же этот принцип реализуется во время пальчиковой гимнастики.

Игровое упражнение «Лепим умелую и уверенную руку»

Ребенку предлагаю побывать в роли скульптора, который воплощает в материале свои представления о таких человеческих качествах, как умелость и уверенность.



Данное упражнение одновременно способствует развитию осмысленной моторики мелких мышц руки, воображения, созданию положительного эмоционального настроения, и вместе с тем – активизации биологически активных точек кожи, расположенных на руке.

► Четвертый принцип

- формирование у детей способности
к содействию и сопереживанию.



► Находит свое воплощение в таких упражнениях, как – **взаимомассаж**.

Делая массаж друг другу, дети обмениваются “тактильными посланиями”.

Буду маме помогать

Буду сам белье стирать:

Мылом мылю я носки,

Крепко трутся кулачки,

Сполосну носки я ловко

И повешу на веревку.



► Один из примеров этой формы работы
игровая ситуация с «живыми горчичиками».

Воспитатель, указывая на недомогающего ребенка, обращается к детям: «Ребята, а где горчичники? Давайте же поможем человеку». Дети, желающие помочь заболевшему товарищу, прикладывают свои ладошки к больным местам.



**И эти живые «горчичники»
начинают «прогревать» намного
эффективнее, чем настоящие –
проявляется эффект
эмоциональной отдачи.**

Ребенок с развитым воображением никогда не погрязнет в собственных страхах при освоении новых действий и т.п.



Главная составляющая успеха - правильная мотивация, ощущение удовольствия, радости от движения.