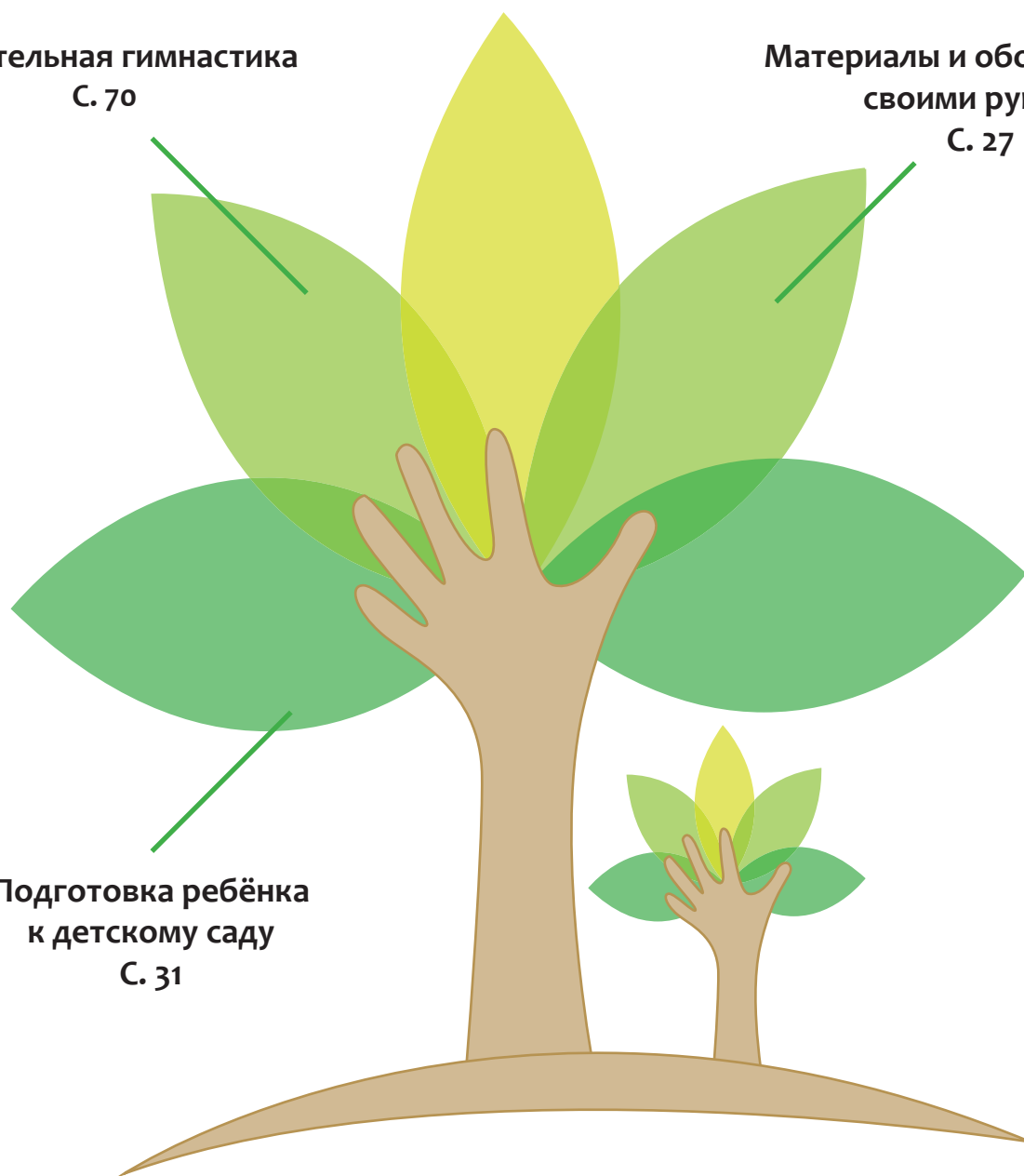


# ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Дыхательная гимнастика  
С. 70

Материалы и оборудование  
своими руками  
С. 27

Подготовка ребёнка  
к детскому саду  
С. 31



№ 3 / 2015

# ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

№3/2015

## РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

**МАРИЯ МИХАЙЛОВНА ПРОКОПЬЕВА,**

д. пед. н., профессор Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова

**ЛИЛИЯ АХТЪЯМОВНА ИБРАГИМОВА,**

д. пед. н., профессор Нижневартковского государственного гуманитарного университета

**ИВАН ВЛАДИМИРОВИЧ ПАВЛОВ,**

д. пед. н., профессор Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева

**НАДЕЖДА АЛЕКСАНДРОВНА ВИНОГРАДОВА,**

к. пед. н., профессор Московского государственного педагогического университета

**АЛЕКСЕЙ МИХАЙЛОВИЧ КУШНИР,**

к. псих. н., главный редактор журналов "Народное образование", "Школьные технологии"

## РЕДАКЦИЯ

**Шеф-редактор**

ЕЛЕНА ШИШМАКОВА

**Выпускающий редактор**

ЕЛЕНА ДОЛМАТОВА

**Ответственный секретарь**

СВЕТЛАНА ЛЯЧИНА

**Вёрстка**

АЛЁНА РОДИНА

**Технический редактор**

АРТЁМ ЦЫГАНКОВ

**Корректор**

ИРИНА МАСЛОВА

**Адрес**

109341, г. Москва,  
ул. Люблинская, д. 157, к. 2.  
Тел./факс: (495) 345-52-00  
E-mail: vospdo14@gmail.com,  
narob@yandex.ru

## СОДЕРЖАНИЕ

Н.М. Павлова.  
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ  
ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
СЮЖЕТНО-РОЛЕВЫХ ИГР-СКАЗОК  
С. 2

И.Н. Ермоленко.  
СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ПРИ ПЕРЕХОДЕ  
ДОШКОЛЬНИКОВ В НАЧАЛЬНУЮ ШКОЛУ  
В УСЛОВИЯХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС  
С. 5

Л.В. Садретдинова, М.Л. Рыбалко, Н.И. Сергеева.  
ТВОРЧЕСТВО – СТИЛЬ ЖИЗНИ  
С. 9

О.В. Карпухина.  
В ГОСТЯХ У МУХИ-ЦОКОТУХИ  
С. 21

Ж.А. Гракова.  
МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ  
СВОИМИ РУКАМИ  
С. 27

Е.И. Николаева.  
ПОДГОТОВКА РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ  
С. 31

Е.И. Николаева.  
ДЕТСКАЯ ЛОЖЬ  
С. 36

ИГРЫ ДЛЯ «ШУСТРИКОВ»  
С. 46

О.Е. Морозова.  
ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК  
С. 65

О.Е. Морозова.  
ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА  
С. 70

Наталья Михайловна Павлова,  
инструктор по физической культуре,  
МБДОУ МО «Детский сад № 60», г. Краснодар

## Развитие координации движений через использование сюжетно-ролевых игр-сказок

Основа физической культуры, здорового образа жизни, потребности в систематических занятиях физкультурой и спортом закладываются в дошкольном возрасте. От уровня сформированности этих составляющих во многом зависит здоровье ребёнка.

Традиционный подход к использованию средств и методов физического воспитания, а именно, применение типовых программ по физической культуре, не всегда оказывается достаточными для увеличения функциональных возможностей организма детей и эффективного развития координации движений.

Продолжает быть актуальной проблема разработки новых эффективных методик по физическому воспитанию дошкольников и поиска таких сочетаний средств и методов обучения, которые позволили бы повысить интерес дошкольников к физической культуре, создать у них положительный эмоциональный фон, активизировать двигательную деятельность, способствовать комплексному развитию координации движений.

В основное содержание непосредственно-образовательной деятельности в области «Физическая культура» внедрены психологические, коммуникативные, динамические игры-упражнения, подвижные игры, игровые упражнения на развитие основных видов движений, упражнения и этюды на снятие эмоционального напряжения, релаксационные упражнения, элементы самомассажа. Весь подобранный материал связан с содержанием непосредственно образовательной деятельности и является психологическим настроем на работу или логическим его окончанием.

В основу физкультурно-оздоровительной работы через использование сюжетно-ролевых игр-сказок входит ритмическая гимнастика. Основными компонентами воздействия на ребёнка здесь выступают движение, игра, сюжет, музыка. Движение направлено на развитие физических качеств, координационных способностей и функциональных возможностей организма малыша, т.е. на физическую сущность, а также

воспитание выразительности, формирование базы и культуры движений. Музыка создаёт положительный эмоциональный фон занятий, помогает детям запомнить движения, выразительно передать их характер. В качестве музыкального оформления используются фонограммы музыкальных сказок.

Игра является основной формой познавательной деятельности детей дошкольного возраста. Она активизирует мыслительные процессы и двигательные возможности ребёнка, а также создаёт положительный эмоциональный фон занятий и позволяет более мягко и гуманно решать воспитательные и образовательные задачи.

Особое значение имеют сюжетно-ролевые игры, в большей степени, способствующие эмоциональному и интеллектуальному развитию детей-дошкольников. Это подкрепляется воздействием сюжетов сказок, которые, в свою очередь, являются носителями эмоционально-нравственного воспитания.

### Средства для развития функциональных возможностей детского организма:

- основные виды движений;
- основная гимнастика (общеразвивающие и строевые упражнения);
- элементы акробатики, современной аэробики, стретчинга (гимнастика поз для развития гибкости);
- элементы художественной гимнастики (упражнения с мячом, скакалкой, обручем);
- элементы спортивного танца, русского народного танца, современного танца;
- элементы пантомимы; пальчиковая гимнастика; дыхательные упражнения;
- упражнения на снарядах.

### Требования при подборе комплексов упражнений:

- подбор упражнений должен соответствовать возрасту и подготовленности занимающихся (для малышей это более простые по координации упражнения, выполняемые с меньшей дозировкой и в умеренном темпе);
- продолжительность непосредственно образовательной деятельности в соответствии с требованиями СанПин;
- упражнения должны быть согласованы с музыкой и передавать её настроение (на сильные музыкальные части — сильные движения, например прыжки, махи; на быстрые части — беговые, прыжковые серии; под медленную музыку — упражнения в равновесии, расслаблении);
- сохранность основной структуры НОД;
- упражнения распределяются с учётом возрастания физиологической нагрузки к основной части;

- танцевальные движения соответствуют характеру музыкального произведения;
- паузы отдыха заполняются различными дыхательными упражнениями;
- для разгрузки позвоночника и постановки осанки включены упражнения в партере (из положения лёжа, сидя);
- блоки движений могут меняться по мере их изучения и освоения.

Для каждой возрастной группы подобраны музыкальные сказки, интересные для данного возраста, позволяющие проводить интегрированную непосредственно-образовательную деятельность по следующим областям «Познание», «Физическая культура», «Коммуникация», «Музыка».

*Младшая группа:* «Волк и семеро козлят», «Три поросёнка», «Мультимупульти».

*Средняя группа:* «Приключения кота Леопольда», «Кошкин дом», «Голубой щенок».

*Старшая группа:* «Бременские музыканты», «По следам бременских музыкантов», «Приключения Буратино».

*Подготовительная группа:* «Новогодние приключения Маши и Вити», «Летучий корабль», «Приключения Незнайки и его друзей».

Непосредственно-образовательная деятельность проводится в форме игры-путешествия в сказку, поточным методом и под непрерывную музыкальную фонограмму, что позволяет увеличить моторную плотность.

Кульминацией изучения каждого комплекса сказочной программы является праздник в форме музыкально-театрализованного представления. Ребята надевают костюмы любимых героев, рассказывают с помощью языка телодвижений сказочную историю, меряются силами друг с другом в образе сказочных персонажей.

В этой работе принимают участие все без исключения дети. Кто-то играет главные роли, остальные участвуют в массовых сценах. Демонстрация театрализованного спортивного праздника для родителей и других гостей стимулирует у детей стремление овладеть движениями как можно лучше. К подготовке праздника и его проведению привлекаются родители. В сценарии праздника используются базовые движения музыкальных композиций, изученных детьми ранее, а также игры-эстафеты.

Таким образом, в непосредственно образовательной деятельности по физической культуре проводится работа по формированию познавательной активности детей посредством сюжетно-ролевой ритмической гимнастики.

Июлия Николаевна Ермоленко,  
заместитель заведующего по методической работе,  
МБДОУ № 18 «Золотая рыбка», г.о. Балашиха

## Создание условий при переходе дошкольников в начальную школу в условиях введения ФГОС

В условиях введения ФГОС в ДО преемственность детского сада и школы рассматривается как одна из самых насущных и важных проблем в образовании. Согласно Закону РФ Об образовании 29 декабря 2012 года, ст.10 ч.4 п.1 «Дошкольное образование становится уровнем общего образования», ст.64 ч.1 «Образовательные программы дошкольного, начального общего и среднего общего образования являются преемственными».

Преемственность способствует созданию условий для того, чтобы ребёнок от доминирующей в дошкольном детстве игровой деятельности мог без труда перейти к доминирующей в школьном возрасте учебной деятельности. Следуя ФГОС, образовательные программы для ДО должны быть с более выраженной направленностью на реализацию преемственности ДО и НОО.

Цель преемственности — обеспечить полноценное личностное развитие, физиологическое и психологическое благополучие ребёнка в переходный период от дошкольного воспитания к школе, направленное на перспективное формирование личности с опорой на его предыдущий опыт и накопленные знания. Необходимо стремиться к организации единого развивающего мира — дошкольного и начального образования.

Именно с введением федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образова-

ния положено начало к обеспечению преемственности двух звеньев системы образования.

Специфика ребёнка дошкольного возраста такова, что его достижения определяются не столько объёмом знаний, умений и навыков, а сколько личностными (интегративными) качествами, они и составляют психологическую готовность к школе. Интегративные качества описывают три грани в структуре личности: физическая (гибкость, ловкость), личностная (эмоции, воля, самооценка) и интеллектуальная (мыслительные операции).

Главным целевым ориентиром дошкольников является развитие детской инициативы. В основе лежит системно-деятельностный подход, предпосылки учебной деятельности. Ведущими видами детской деятельности являются игра, общение и познавательно-исследовательская деятельность. В то время, как в школе, каждый ребёнок должен достичь результатов: знать, уметь, владеть навыками (компетенции). Жёстко задан объём ЗУН, которые являются результатом освоения программы. Присутствует жёсткая предметность. Ведущая деятельность — учебная, в её основе лежит способность оперировать образами, знаками, понятиями, формулами.

Задача педагогов дошкольников избежать дублирования целей, задач, форм и методов работы начальной школы.

Ребёнок-выпускник ДООУ должен обладать личностными характеристиками, среди них: инициативность, самостоятельность, уверенность в своих силах, положительное отношение к себе и другим, развитое воображение, способность к волевым усилиям, любознательность, т.е. главной целью дошкольного образования является не подготовка к школе. Не ребёнок должен быть готов к школе, а школа — к ребёнку! Дети должны быть такими на выходе из детского сада, чтобы они не чувствовали себя в первом классе невротиками, а были способны спокойно приспособиться к школьным условиям и успешно усваивать образовательную программу начальной школы. При этом школа должна быть готова к разным детям. Цель детского сада — эмоционально, коммуникативно, физически и психически развить ребёнка. Сформировать устойчивость к стрессам, к внешней и внутренней агрессии, сформировать способности, желание учиться. Ребёнок должен учиться через игры.

Преемственность между дошкольной и школьной ступенью обучения осуществляется нами Программой преемственности в работе с МОУ СОШ № 16 и МБДОУ № 18, разработанной творческой группой педагогов.

Педагоги нашего детского сада и начальной школы уделяют большое значение наличию у каждого ребёнка равных стартовых условий для обучения в начальной школе, а именно:

— формирование фундаментальных личностных качеств, показателей, указанных в целевых ориентирах (формирование предпосылок к учебной деятельности) на этапе завершения дошкольного образования;

— целевые ориентиры Программы выступают основаниями преемственности ДО и НОО.

Основные формы работы по подготовке детей к школе:

— взаимодействие педагогов-психологов и логопедов ДООУ и МБОУ СОШ (преимущество психологического и речевого сопровождения и проведения квалифицированной коррекции);

— проведение семинаров, круглых столов;

— организация открытых просмотров ДООУ И СОШ (взаимопосещения);

— организация на базе ДООУ в рамках дополнительного образования кружковой работы по подготовке к школьному обучению;

— экскурсии (посещение школьного музея, библиотеки). Нахождение ребёнка в условиях школы повышает у него ответственность, дисциплинированность, мотивационную готовность к обучению в школе;

— участие в ярмарках, совместных выставках творческих работ;

— участие в совместной образовательной деятельности;

— совместные досуги и праздники. Участие в театрализованной деятельности;

— взаимодействие с родителями по вопросам создания и оформления портфолио к поступлению ребёнка в школу;

— анкетирование родителей для изучения самочувствия семьи в преддверии школьной жизни ребёнка и в период адаптации к школе;

— проведение совместных родительских собраний с педагогами ДООУ и школы;

— информационный материал (roll up, стенды, ширмы, фотовыставки).

Существует и ряд проблем по преемственности ДООУ и школы:

— отсутствие преемственных программ;

— недостаточное использование игровой деятельности при переходе в школу;

— выбор родителями школы для обучения ребёнка и выбор программ обучения;

— завышение требования готовности ребёнка к школьному обучению;

— дублирование занятий в различных ОУ, которые посещает ребёнок и совершенно неоправданная, недопустимая перегрузка дошкольников.

Основные задачи сотрудничества ДООУ и школы:

— выработка общих целей и воспитательных задач;

— психолого-педагогическое просвещение родителей;



— создание условий для благоприятного взаимодействия всех участников образовательного процесса;

— установление единства стремлений и взглядов на воспитательный процесс между ДОУ, семьёй и школой.

Реализация общего подхода к обучению и воспитанию, взаимодействие педагогов с учётом общих воспитательных принципов создаёт наилучшие условия для перехода ребёнка от дошкольного обучения к обучению в начальной школе:

— единое территориальное расположение, общая традиция учебных заведений, общность окружения — все эти факторы обеспечивают лёгкую адаптацию детей к новым учебным условиям;

— единое психолого-педагогическое сопровождение ребёнка от старшего дошкольного к младшему школьному возрасту.

Такой подход реализации единой линии развития ребёнка на этапах дошкольного и начального школьного образования может придать педагогическому процессу целостный, последовательный и перспективный характер. И, наконец-то, две ступени образования будут действовать не изолированно друг от друга, а в тесной взаимосвязи, что позволит школе опираться на развитие ребёнка, получаемое в дошкольном учреждении.

Людмила Викторовна Садретдинова,  
заведующий, почётный работник общего образования РФ,  
Марина Леонидовна Рыбалко,  
воспитатель,  
Наталья Ивановна Сергеева,  
воспитатель, МБДОУ «Детский сад № 26» общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности по социально-лич-  
ностному развитию детей, г. Новокузнецк

## Творчество – стиль жизни

**Н**етрадиционные формы организации детской изобразительной деятельности обеспечивают интересную содержательную жизнь ребёнка в дошкольном учреждении и семье. Обогащают его яркими впечатлениями, дают эмоционально-интеллектуальный опыт, который послужит основой для возникновения замыслов и будет материалом, необходимым для работы воображения.

В истории дошкольной педагогики проблема творчества всегда была одной из актуальных.

Психологи и педагоги считают возможным творческое развитие детей во всех видах деятельности, и в первую очередь, в игре. Большой потенциал для развития детского творчества заключён в изобразительной деятельности.

Однако до сих пор проблема развития творчества остаётся наименее изученной в теории и недостаточно представлена в практике воспитания детей. Это обусловлено сложностью данного явления, скрытостью механизмов творчества.

Как правило, во всех определениях творчества отмечается, что это деятельность, в результате которой создаётся новый, оригинальный продукт, имеющий общественное значение. Это может быть новое знание, предмет, способ деятельности, произведение искусства и т.п.

Если рассматривать детскую деятельность с позиций объективной новизны и значимости, то, конечно, её нельзя назвать творчеством. Рисунки, поделки

детей — это не произведения искусства, они не имеют художественной ценности. На этом основании существовало отдельное направление в психологии и педагогике, отрицающее возможность творчества в дошкольном детстве.

Однако многие учёные придерживались других взглядов. Они утверждали, что детское творчество совершенно в своём роде. Исходя из биогенетической теории, ребёнок, наследуя богатейший опыт человечества, повторяя этапы его развития, только проявляет этот родовой опыт в разные периоды своей жизни. Поэтому детская продукция, являясь конкретным воплощением родового опыта, совершенна и равноценна деятельности взрослого. На этом основании учёные отрицали необходимость какого бы то ни было воздействия на деятельность детей, т.е. полностью отрицали роль взрослого в развитии творчества малышей. Теория свободного воспитания в художественной деятельности имела разные обоснования. Одно из них — признание совершенства художественной деятельности ребёнка.

Н.П. Сакулина доказывала, что нужен и возможен поиск таких путей взаимодействия, которые, с одной стороны, сохранят преимущества детского творчества, а с другой — помогут ребёнку овладеть средствами самовыражения. Только в этом случае возможно полноценное развитие малыша, и в частности творческое. При этом, следуя за Л.С. Выготским, Б.М. Тепловым, Е.А. Флёринной и др., она признавала своеобразие детского творчества. Ребёнок не открывает ничего нового для мира взрослых, но он делает открытия для себя. Поэтому применительно к деятельности ребёнка правомерно использовать термин «творчество», ограничивая его словом «детское».

Н.А. Ветлугина считает, что, открывая новое для себя, ребёнок одновременно открывает взрослым новое о себе и потому отношение к детскому творчеству должно быть педагогическим. При этом в оценке детского творчества акцент нужно делать не столько на результат, сколько на сам процесс деятельности. Именно поэтому Н.П. Сакулина формирование таких качеств личности, как самостоятельность, активность, инициатива, проявляющиеся в процессе деятельности, рассматривает как неперенные составные творчества.

В последние годы отчётливо обозначилась позиция безоговорочного признания самоценности детского творчества, без снисходительного слова «детское». Появление этой позиции связано с уточнением более общей проблемы — понимания психологии детства, смысла и значения этого периода в жизни общества. В настоящее время намечается своеобразный пересмотр отношений между миром взрослых и миром детей. За последним признаётся право на равноценное сосуществование и взаимодействие с миром взрослых, построение отношений на новых принципах.

В свете этой позиции не следует понимать детство только как подготовку ребёнка к взрослой жизни, а отношение к нему взрослых — только в плане обеспечения постепенного взросления детей. Ценности мира детства важны и для взрослых. Известный психолог Г.Г. Кравцов рассматривает творчество в тесной связи с развитием личности ребёнка. Человек развивается как личность с первых дней жизни. Развитие — способ существования личности.

Подводя итог всему вышесказанному, можно сделать вывод: детская изобразительная деятельность по своим объективным возможностям носит творческий характер.

За основу можно взять следующие показатели наличия творческого начала в художественной деятельности детей: отношения, интересы, способности детей, проявляющиеся в художественном творчестве; способы творческих действий; качество детской продукции.

**В первую группу** входят:

- искренность, правдивость, непосредственность переживаний;
- развитое творческое воображение, на основе которого преобразуется прошлый опыт; способность «вхождения» в изображаемые обстоятельства, в условные ситуации;
- увлечённость деятельностью;
- специальные художественные способности (образное видение, поэтический и музыкальный слух);
- видоизменение мотивов деятельности, доставляющей детям удовольствие своими результатами;
- возникновение потребностей, интересов к творчеству.

Вся группа представленных показателей проявляется на всех этапах творческого процесса: зарождение замысла, его развитие и реализации, восприятие и анализ конечного продукта. Вследствие такого мировосприятия, у ребёнка возникает желание поделиться своим чувством, рассказать близким людям, что волнует его. Если у ребёнка отсутствует своеобразное восприятие мира, трудно ждать своеобразия и оригинальности в собственно художественной деятельности. Большое влияние на развитие способностей ребёнка-дошкольника оказывают взрослые.

**Вторая группа** выявляет качество способов творческих действий. В неё входят:

- дополнения, изменения, вариации, преобразование уже знакомого материала, создание новой комбинации из усвоенных, старых элементов; применение известного в новых ситуациях;
- самостоятельные поиски наилучшего решения задания;
- нахождение новых приёмов решения, самостоятельность и инициатива в их применении, нахождение своих оригинальных приёмов решения творческих заданий;
- быстрота реакций, находчивость в действиях.

Большинство из этих показателей проявляются в процессе деятельности. Это требует со стороны воспитателя целенаправленного наблюдения за детьми, анализа их поведения, понимания внутреннего состояния, сопереживания, сочувствия, содействия им, если в этом есть необходимость.

**Третья группа** — показатели качества продукции детского художественного творчества:

- нахождение адекватных (соответствующих) изобразительно-выразительных средств для воплощения образа;
- индивидуальный «почерк» детской продукции, своеобразие манеры исполнения и характера выражения своего отношения;
- соответствие детской продукции элементарным художественным требованиям.

Последний показатель можно конкретизировать, выделив такие качества детского рисунка (поделки), как выразительность, грамотность и оригинальность образа в единстве и с учётом специфики взаимодействия этих качеств.

Все показатели творческого начала в деятельности детей могут быть использованы при анализе деятельности конкретного ребёнка, в целом группы на занятии, вне занятий, в процессе самостоятельной художественной деятельности.

Развитие творчества как качества личности дошкольника должно стать одной из основных задач в системе воспитания ребёнка.

Одно из основных условий развития творческой личности дошкольника – широкий подход к решению проблемы. Дошкольный возраст сензитивен для развития воображения, и поэтому взрослый не должен спешить давать ребёнку ответы на поставленные вопросы. Педагогу необходимо сделать естественный процесс жизни и деятельности детей творческим, ставить детей в ситуации познавательного, художественного, нравственного творчества.

Другое важнейшее условие проявления творчества в художественной деятельности – организация интересной содержательной жизни ребёнка в дошкольном учреждении и семье; обогащение его яркими впечатлениями, обеспечение эмоционально-интеллектуального опыта, который послужит основой для возникновения замыслов и будет материалом, необходимым для работы воображения.

Только в том случае, когда педагоги объединены общим видением проблемы, возможно воспитание личности и полноценное психическое развитие дошкольника. Следовательно, единая позиция педагогов в понимании перспектив развития ребёнка и взаимодействие между ними – одно из важнейших условий развития детского творчества.

Освоение художественно-творческой деятельности немислимо без общения с искусством. При правильном влиянии взрослых ребёнок понимает смысл, суть искусства, изобразительно-выразительные средства и их подчинённое значение. А на этой основе он лучше понимает и собственную деятельность.

Поскольку творчество – это всегда выражение индивидуальности, учёт индивидуальных особенностей ребёнка при целенаправленном формировании творческих способностей необходим.

Непременным условием организованной взрослыми творческой деятельности должна быть атмосфера творчества, т.е. стимулирование взрослым такого

состояния у ребёнка, когда «разбужены» его чувства, воображение, когда он увлечён тем, что делает. При этом он чувствует себя свободно и комфортно. Это возможно, если на занятии или в самостоятельной художественной деятельности царит атмосфера доверительного общения, сотрудничества, сопереживания, веры в силы ребёнка.

Важнейшее условие развития творчества — комплексное и системное использование методов и приёмов.

Мотивация задания, и не просто мотивация, а предложение действенных мотивов и подведение детей, если не к самостоятельной постановке, то к принятию задачи, поставленной взрослым, — существенное условие творческой активности ребёнка.

Другое условие — бережное отношение к процессу и результату детской деятельности.

Безусловно, что материальное обеспечение изобразительной деятельности дошкольника необходимо. Конечно, разнообразие основных и дополнительных материалов, свободный доступ к ним стимулируют творческую активность.

Условием развития детского творчества является также обучение, в процессе которого формируются знания, способы действия, способности, позволяющие ребёнку реализовать любой замысел. Для этого знания, умения, формируемые у детей, должны быть гибкими, вариативными, навыки — обобщёнными, т.е. применимыми в разных условиях. В противном случае, уже в старшем дошкольном возрасте у детей появляется так называемый «спад» творчества. Ребёнок, понимая несовершенство своих рисунков и поделок, теряет интерес к изобразительной деятельности, что сказывается на развитии творческих способностей дошкольника в целом.

Вопрос о развитии творческих способностей детей в рисовании волновал педагогов дошкольных учреждений уже давно. Но в течение долгого времени им не удавалось добиться от детей того, что они считали главным, — искренних, «своих» рисунков. Чувствовалось, что необходима какая-то другая система.

Можно дать ребёнку хорошую школу рисунка, и он будет рисовать «правильно», но намного важнее, чтобы он научился видеть то, что не видят другие.

Практика показывает: с помощью традиционных форм работы нельзя в полной мере решить проблему развития творческой личности. Для этого необходим индивидуальный подход к ребёнку, учитывающий его интересы и способности.

Необходимо ответить на ряд вопросов: как организовать детское рисование и как им руководить; как понимать и оценивать детские рисунки; как развивать художественные способности детей?

Работая с детьми средней, старшей и подготовительной к школе групп по типовой программе, замечаешь, что конечный результат состоит в приобретении дошкольниками знаний, умений и навыков рисования. Они овладевают навыками работы с разными инструментами, различными изобразительными материалами, осваивают разные приёмы и способы рисования. Но на этом положительном фоне ярко проступает главное и, к сожалению, негативное — в работах детей нет творчества: птицы — простое повторение птицы, нарисованной воспитателем; цветы, деревья,

трава, небо, солнце имеют одинаковую форму и цвет, как будто мир, окружающий ребёнка, лишён неповторимого многообразия. Постоянная демонстрация образцов и приёмов работы по методике типовой программы приводит к тому, что в старшей группе более половины детей не могут самостоятельно приступить к работе, боясь, что нарисуют «не так, не правильно»; ждут указаний от воспитателя; не видят цветового многообразия окружающего мира и т.п.

«Прохождение» учебного материала в строго обозначенные сроки оставляет много незаконченных работ — «полуфабрикатов», сделанных «для воспитателя», но реально не отражающих того, что было значимо для рисующего их ребёнка. Получается, что, любя рисование и доверяя взрослому, дети оказываются его жертвами. Приходится признавать, что таким образом мы неверно ориентируем художественную деятельность ребёнка, а значит, наносим вред его личностному развитию.

Ситуация изменилась, когда педагогические коллективы дошкольных образовательных учреждений решили использовать в обучении детей изобразительной деятельности не только занятия, но и нетрадиционные формы организации обучения, которые обеспечивали бы детям полноценный психологический комфорт и всестороннее развитие.

Использование различных форм организации обучения, усиление внимания к свободной самостоятельной деятельности и эстетическому воспитанию детей позволяют решить многие проблемы, ранее возникавшие на занятиях рисованием.

Обобщая сказанное, можно заключить: критические высказывания в адрес традиционной системы обучения послужили основанием многочисленных поисков новых форм организации обучения в соответствии с новыми требованиями развивающегося общества и достижениями психолого-педагогической науки.

Традиционная организация обучения, в которой превалирует деятельность преподавания над деятельностью учения, заменяется нетрадиционной, выходящей за рамки традиционной структуры, где главным становится сотрудничество с ребёнком и развитие его всесторонне, гармонически развитой, творческой личностью.

Можно выделить следующие признаки нетрадиционных форм организации изобразительной деятельности: направленность на развитие личности ребёнка; изменение временных рамок и места проведения; свобода общения; организация коллективного творческого дела в сочетании с индивидуальным вкладом каждого ребёнка; наличие анализа и взаимоанализа; привлечение специалистов и др.

можно дать ребёнку  
хорошую школу  
рисунка, но важнее,  
чтобы он научился  
видеть то,  
что не видят другие



Нетрадиционные формы организации обучения имеют ряд преимуществ перед занятиями, в чём заключается и их основная ценность.

Такие формы организации изобразительной деятельности дают возможность ребёнку свободно мыслить, творить, что проявляется в его работах.

В процессе нетрадиционного обучения ребёнок овладевает какими-либо знаниями, развивает в себе нужное качество как бы исподволь, т.е. не имея перед собой цель — научиться чему-либо определённому (как в трудовом обучении), направляя свои действия на достижение другой цели.

Такие формы организации ориентируются преимущественно на детей с разными способностями, не разделяя их на «сильных» и «слабых». Они позволяют спланировать обучение так, чтобы учитывать индивидуальные особенности детей в организационно-индивидуальной работе с ними; обеспечивают общение между детьми разных возрастных групп; дают возможность ребёнку свободно работать в соответствии со своими способностями, при необходимости возвращаясь к незаконченному делу. Оказывают постоянное эмоциональное воздействие на детей со стороны взрослого. Эти формы организации обучения усиливают интерес детей к изобразительной деятельности, а следовательно, повышают эффективность обучения. И, наконец, нетрадиционные формы организации изобразительной деятельности расширяют творческие способности детей.

В результате, дети начинают замечать в этом мире то, на что раньше не обращали внимания: небо бывает не только голубым, но и ультрамариновым, бирюзовым, фиолетовым; снег на солнце жёлтый, а в тени — синий; листья у деревьев разные; облако похоже на кота. Вместе с ними наблюдаем и мы, взрослые, переполняясь необыкновенным ощущением благодатства, богатства, точности природных творений.

При этом руководство деятельностью детей со стороны педагога не носит обучающего характера. Основная задача — содействовать развитию инициативы, выдумки и творчества детей в атмосфере эстетических переживаний и увлечённости, совместного творчества взрослого и ребёнка.

Таким образом, нетрадиционные формы и методы организации обучения изобразительной деятельности способствуют развитию всесторонней, гармонически развитой личности, создают детям полноценный психологический комфорт и обеспечивают их эстетическое воспитание. Это достигается направленностью нетрадиционных форм организации на развитие полноценной личности ребёнка, на создание условий для проявления его творческих способностей, для успешного овладения им необходимых знаний, умений и навыков. Такие формы организации позволяют эффективно использовать индивидуальный подход к детям, а также обогатить их жизнь эмоциональными впечатлениями и интересными событиями. Всё это, в конечном итоге, повышает эффективность обучения.

В настоящее время существует тенденция использования педагогами ДОУ кроме нетрадиционных форм организации изобразительной деятельности также и нетрадиционных технологий в процессе обучения детей изобразительной деятельности. В рамках ДОУ возможно использование нетрадиционных форм и методов организации изобразительной деятельности: коллективная изобразительная деятельность, эстетическая игра, дидактическая игра и др.



## Зимняя сказка

Коллективный рисунок на длинной бумажной полосе

### *Задачи:*

- уточнить и обобщить знания детей о зиме;
- вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на явления природы в передаче своего отношения средствами поэзии и изобразительной деятельности (цвет, форма, композиция);
- развивать у детей воображение, формировать композицию рисунка, передавать колорит зимы, учиться согласовывать свои действия с работой товарищей.

*Предварительная работа:* наблюдение природы на прогулке, рассмотрение иллюстраций картин о зиме; разучивание стихотворений, песен; слушание музыки; рисование в свободное от занятий время.

*Материал:* длинное бумажное полотнище, тонированное в голубой цвет; гуашь, тычки 2-х размеров, кисти 2-х размеров; картина о зимних развлечениях; аудиозапись музыки П.И. Чайковского.

### Ход занятия

*Звучит мелодия П.И. Чайковского из произведения «Времена года». Воспитатель восхищается музыкой, спрашивает детей, о чём она им напомнила? (Высказывания детей.)*

**Воспитатель:** Да, за окном зима! Какая она? Какими красивыми словами можно рассказать о ней?

*Дети читают стихи.*

**Воспитатель:** Художники, композиторы и поэты воспевали зиму в своих произведениях. О зиме есть много загадок, пословиц, поговорок, примет. Назовите те, которые вы знаете... (*Дети отвечают, педагог дополняет их ответы.*)

### Пословицы, поговорки, приметы о зиме

- |   |   |
|---|---|
| Кошка в печурку — стужа на двор.          | Лето — припасиха, а зима — подбериха.           |
| Кошка скребёт пол — на ветер, на метель.  | Это не зима, а лето в зимнем платье.            |
| Гусь стоит на одной ноге — к морозу.      | Не тот снег, что метет, а тот, что сверху идёт. |
| Мороз и железо рвёт и на лету птицу бьёт. | Береги нос в большой мороз.                     |
| Не светит зимой солнце против летнего.    | Мороз не велик, да стоять не велит.             |

**Воспитатель:** А сейчас будем загадывать загадки. Загадывать вы будете тогда, когда услышите около себя звон вот такого колокольчика (ёлочная игрушка). Колокольчик ледяной, он всегда, всегда со мной, динь-дон, динь-дон, раздаёт загадки он.

### Игра с колокольчиком — загадывание загадок

Летит — молчит, лежит — молчит,  
Когда умрёт, тогда заревёт. *(Снег.)*

Зимой греет, весной тлеет.  
Летом умирает, осенью оживает. *(Снег.)*

Бело покрывало на земле лежало.  
Лето пришло — оно всё сошло. *(Снег.)*

Идёт Яшка — белая рубашка. *(Снег.)*

Скатерть бела — весь свет одела. *(Снег.)*

Ни в огне не горит, ни в воде не тонет. *(Лёд.)*

Без клина, без топора мост мостит. *(Мороз.)*

Без рук, без ног, а рисовать умеет. *(Мороз.)*

**Воспитатель:** Очень красива зима в своём белоснежном убранстве. А за что ещё мы любим зиму? *(Ответы детей.)*

*Детям предлагается рассмотреть приготовленные на мольбертах репродукции зимних пейзажей или художественные фотографии. Они ещё раз напомнят о зиме, о зимних развлечениях.*

*Затем предложить детям занять места у столов, на которых приготовлена полоса обоев (тонированная бумага), рисовать можно стоя и сидя за столом.*

**Воспитатель:** Много мы с вами говорили о зиме. Какая она? За что мы её любим? Зима бывает разная — суровая, холодная, злая, вьюжная, снежная, колючая. Но бывает и красивая, белоснежная, весёлая, волшебная, чудесная. За её красоту люди придумали ей ласковые названия: Зимушка-зима, Гостья-зима, Зима-волшебница. Остановимся с вами на Зиме-волшебнице. Вспомните, как выглядят деревья и кусты зимой? Чем покрыта земля? Во что одеты дети, на чём они катаются? *(Ответы детей подтвердить и дополнить.)* Сегодня вы будете рассказывать языком рисунка волшебную зимнюю сказку, главными героями которой могут быть Снеговик, Снегурочка, Снежная королева... Представьте, что ночью, когда все уснули, вы встали с кровати, подошли к окну, приоткрыли штору и увидели чудесную поляну, а на ней — сказочной красоты зимние деревья и сказочные герои. Закройте глаза, вспомните каждый свою картинку и полюбуйте её. А теперь, пока ничего не забыли, начинайте рисовать.

*Дети приступают к работе. Тем, кто затрудняется, помочь советом-напоминанием.*

*Созданную детьми картину рассмотреть. Обратить их внимание на то, что все вместе они нарисовали красивую картину, которую можно вывесить в группе, в зале, чтобы все могли ею полюбоваться.*

*Предложить детям выбрать наиболее красиво нарисованные деревья, кусты. Спросить, почему они выбрали именно эти изображения. Развивать у детей умение обосновывать свой выбор. Затем предложить детям выбрать наиболее интересные сюжеты.*

## Эстетическая игра «Игра и живопись»

Путешествовать можно по морям, по лесам, по горам, во времена года, во времени суток...

Сегодня мы приглашаем вас отправиться в горы. Куда же мы будем путешествовать? Уж слишком большой выбор репродукций с изображением гор в различное время года, в различное время суток, с различным настроением. И мы выбираем то, что нам больше по вкусу: «Караван» и «Обрыв на склоне Арагаца» Мартироса Сарьяна, «Гору св. Виктории» Поля Сезанна, «Нан-да-Дэви» Николая Рериха.

Мы отправляемся в путешествие. От этого не откажется ни один ребёнок, даже если горы нарисованы. Мы рассматриваем первую репродукцию, первые горы, встретившиеся нам на пути, и решаем, на чём будем путешествовать и что возьмём с собой туда. Ситуация создана, дети «входят в пространство картины». Если это знойные горы Сарьяна, они предлагают путешествовать на верблюдах, говорят, что обязательно надо взять с собой воду для питья, шляпы от солнца Мы садимся на своих верблюдов, нам жарко, наши движения, наш голос плаваются на жаре, мы подчиняемся ритму жары. И вдруг мы встречаем Короля Жарких гор. Вопрос к детям:

- Что любит хозяин Жарких гор?
- Огонь...
- Огненные цветы...
- Горячий чай...
- Всё тёплое...
- В его горячей пещере живут горячие тигры...

Идёт игра в ассоциации: что может быть горячим, жарким, как жаркие горы на картине.

- А какое рукопожатие у Короля Жарких гор?

Трогаем руки детей. Чьи ладошки понравятся хозяину гор? Чьи ладошки самые горячие?

— А какое дыхание у Короля Жарких гор?

Дуем на детей сначала прохладным ветерком, а затем делаем своё дыхание тёплым, горячим. Угадайте, какое дыхание принадлежит ему?

И вот нам стало очень жарко... Надо отдохнуть от жары. Открываем другую репродукцию. Дети восклицают:

— Это скалы!

— Здесь можно упасть...

— Мы не сможем проехать здесь на верблюдах...

— Может, лошади смогут перепрыгнуть с одной скалы на другую...

Мы предлагаем детям перебраться через импровизированную пропасть. Они перепрыгивают, перешагивают, помогают друг другу, вытаскивают тех, кто оступился. Так мы постепенно учимся взаимодействовать друг с другом. Наконец все благополучно миновали скалы, и можно двигаться дальше.

Мы продолжаем путь и оказываемся в картине Сезанна. Гора св. Виктории далеко от нас. Чтобы добраться до неё, надо пройти по согретым солнцем садам, мимо утопающих в зелени домиков. Мы садимся на лошадей. Нам тепло, хорошо, и наши лошади весело скачут к синевящей вдали горе. Так мы знакомимся с пространством: оказывается, оно может быть далёким и близким. Дети замечают, что пространство картины, которое расположено ближе к нам, — тёплое, а гора вдали — холодная. Как будто на картине одновременно поселились лето и зима. Мы всё ближе и ближе к горе.

И в этот момент перед детьми открывается репродукция картины Рериха...

— Стоп! Мы здесь замёрзнем...

Дети ёжатся. Кто-то говорит, что не хочет идти в эти холодные горы. Кто-то просит тёплую одежду. Надеваем валенки, завязываем шапки, кутаемся в шубы. Кто-то предлагает надеть лошадям железные сапоги, чтобы копыта не скользили. А кто-то уже согрелся в тёплой одежде и предлагает кататься с ледяных гор. Трогаем горы ладонками.

— Б-р-р... холодно...

— А я не хочу трогать без варежки...

— Ну, что же, трогай в варежке. Ну, как...

— Они гладкие, холодные...

— Здесь живёт Король Ледяных гор...

— А что он любит?

— Он, наверно, как Дед Мороз...

– Нет, он злой, он любит холодный северный ветер...

– Он любит холодное молоко и мороженое...

– И снег...

Опять мы вспоминаем и собираем все холодные слова. Трогаем ладошки, определяя, у кого холоднее. Ищем в нашей одежде любимые цвета и оттенки хозяина Ледяных гор. Пробуем говорить холодным голосом, и наши голоса холодным эхом скользят по ледяным склонам. Наше путешествие по репродукциям закончилось, но занятие продолжается...

– Кто будет рисовать горы, по которым мы путешествовали?

Мы берём краски, и путешествие продолжается на листе бумаги. В конце занятия у каждого будут нарисованы свои горы. У кого-то – холодные, у кого-то – жаркие, у кого-то – ночные (он путешествовал ночью), кто-то нарисовал горы разноцветные, как радуга, а кто-то проложил мост в скалах. Каждый нарисует свои горы и своё путешествие.

На занятии мы смотрели, играли, переживали, чувствовали, фантазировали и, наконец, передали в рисунках наши впечатления, тем самым, осмыслив, закрепив полученные во время игры опыт, чувства и знания.

## Дидактическая игра «Мой сон»

*Цели:*

– развивать творческие способности, воображение;

– учить детей не только применять, но и преобразовывать, комбинировать прежние знания в новые сочетания и создавать на этой основе относительно новые (для ребёнка) образы и образные ситуации, передавать в рисунке своё настроение, чувства, ощущения;

– учить находить в пятнах и цветовых сочетаниях образ, настроение, движение, изображать это на бумаге.

*Материалы:* краски, бумага, кисти, клей, цветная бумага, простой карандаш.

### Ход игры

Попросите детей изобразить впечатления от своего сна в двух вариантах: графическом – простым карандашом, с помощью линий; цветовом – красками.

# МЕТОДИЧЕСКИЕ КОМПЛЮКТИ

Ольга Валерьевна Карпухина,  
воспитатель, МДОУ «Центр развития  
ребёнка — детский сад № 12 "Сказка"»,  
г. Фролово, Волгоградская область

## В гостях у Мухи-Цокотухи

 программное содержание:

— уточнить и расширить представления детей о лекарственных растениях, умение узнавать и правильно называть лекарственные растения, знать их пользу, назначение и применение. Познакомить детей с правилами сбора и сушки лекарственных растений;

— дать понятие о взаимосвязи растительного мира и человека;

— продолжить знакомить с редкими растениями, которые занесены в Красную книгу Волгоградской области. Дать представление о сорняках;

— закрепить правила поведения в природе и правила поведения при сборе лекарственных трав;

— развивать связную речь. Обогащать словарный запас детей новыми словами: «настой», «отвар», «сорняк»;

— растить экологически мыслящих людей. Воспитывать интерес и любовь к природе родного края и бережное отношение к ней.

*Материал и оборудование:* засушенные пучки лекарственных растений, пакеты с травами, корзинка, макеты деревьев и редких растений, шишки, избушка, маски насекомых.

## Ход занятия

*Воспитатель в роли Мухи-Цокотухи находится в фитобаре. Звучит тихая спокойная музыка. Муха-Цокотуха поправляет пучки засушенных трав, расставляет посуду в фитобаре. Стук в дверь.*

**Муха-Цокотуха:** Кто-то ко мне пришёл, пойду и открою дверь. (*Открывает дверь, на пороге стоят*

*дети в масках насекомых.*) Ой, да это ко мне самые главные, самые важные гости пожаловали. Здравствуйте, гости дорогие! Жучки, бабочки, комарики ко мне пожаловали. Проходите, пожалуйста, милости прошу. Садитесь удобно. Всем ли места хватило? Всем ли удобно у меня в гостях. Вы меня узнали? Совершенно верно, я та самая Муха-Цокотуха, которая однажды по полю шла и денежку нашла. Хорошее было время... С тех пор больше как-то ничего не попадает. Вот я и решила собственный бар открыть, да не простой, а фито! Знаете ли вы, что значит «Фитобар»? Даю подсказку — «фито» означает «растение».

*(Дети высказывают своё мнение, как они понимают слово «фитобар».)*

Совершенно верно, в моём фитобаре будут разные напитки из целебных трав. Нынче это модно! Всякая уважающая себя муха должна начать своё дело с рекламы.

А что же такое реклама? Как вы понимаете? *(Высказывания детей.)*

Реклама — это представление об открытии чего-либо, маленький красочный праздник.

У меня есть фитобар —  
Всем на удивление.  
Заходите в гости в бар,  
Кушайте варенье.  
И варенье, и чай  
Для здоровья хороши!

**Муха-Цокотуха:** Отлично! Я очень рада, что именно вы первые пришли ко мне, в мой фитобар. Чтобы не болеть, нужно посещать мой фитобар. Здесь все могут насладиться чашечкой чая, целебного чая, чтобы укрепить своё здоровье.

А что же нужно сделать, чтобы организовать чай?

**Дети:** Самовар поставить, заварить чай или траву, накрыть стол.

**Муха-Цокотуха:** Какую траву нужно заваривать? Всякая ли трава подойдёт? Где можно взять такую лекарственную травку?

У меня в лесу есть знакомая бабушка Дарья. Она живёт на лесной опушке. В её волшебной кладовой чего только нет. Может быть, там есть целебные травы?

Путь туда не близкий, вы готовы отправиться со мной по сказочным тропинкам на лесную опушку?

В путь! Становитесь друг за другом и пошли!

### Физминутка

Шаг назад и два вперёд,  
Вправо, влево поворот,  
Покружимся, повернёмся,  
Снова за руки возьмёмся.

Мы сейчас пойдём направо,  
А потом пойдём налево,  
В центре круга соберёмся  
И на место все вернёмся.

Мы тихонечко присядем,  
Ручками себя погладим,  
Мы поднимемся тихонько  
И попрыгаем легонько:

Пусть попляшут наши ножки  
И похлопают в ладошки.  
Повернёмся мы направо —  
Не начать ли всё сначала?

**Муха-Цокотуха:** Вот и пришли. Постучим в дверь.

*Дверь открывается, на пороге стоит бабушка.*

**Бабушка:** Здравствуйте, мои дорогие гости. И тебя, Муха-Цокотуха, я приветствую в своём лесу. С чем пожаловали, гости дорогие?

**Муха-Цокотуха:** Уважаемая Дарьюшка, я открываю фитобар. А о травах я как-то не позаботилась, а жучки и паучки подсказали мне, что травы целебные нужно искать в лесу, в твоей кладовочке есть лекарственные травы, которые людям и зверям силу и здоровье дарят?

**Бабушка:** Да, вот моя волшебная лесная кладовая. Смотрите, сколько у меня лесного, степного и прочего добра. Всё это и подойдёт для фиточая.

*В избушке лекарственные травы, шишки, коряги.*

**Муха-Цокотуха:** Сколько всякого добра! Букашки, всё это мы сейчас возьмём для моего фитобара.

**Бабушка:** Муха-Цокотуха, разве ты не знаешь, что не всё это подходит для фиточая. Хоть и растёт всё в лесу. Тебе нужны только лекарственные растения. А вот какие растения нужны, и при каких заболеваниях они используются, это мы сейчас и узнаем.

*Далее загадываем загадки и по мере отгадывания загадки дети рассказывают о лекарственных растениях.*

Только тронь — отдёрнешь ладонь.  
Обжигает травка, прямо как огонь. (*Крапива.*)

**Ребёнок:** Хоть крапива и не печь,  
Руку может вам обжечь  
Волосками жгучими,  
Острыми, колючими.  
Прячет каждый волосок  
Едкий и кусачий сок!

**Бабушка:** Листья крапивы богаты витаминами, поэтому весной, пока нет свежих овощей, листья крапивы собирают и готовят из них зелёные щи. В медицине листья крапивы используют как кровоостанавливающее средство. Настой из листьев употребляют для укрепления и лучшего роста волос. Растёт крапива вблизи домов, вдоль дорог, в огородах, в тенистых, влажных местах.

Стоят в поле сестрички:  
Жёлтый глазок, белые реснички. (*Ромашка.*)



**Ребёнок:** Как, ромашка, ты мила!  
Твоя кофточка белая,  
Воротник золотой,  
На нас смотришь с добротой!

**Бабушка:** Ромашку употребляют внутрь, как успокаивающее и противовоспалительное средство. При ангине полощут её настоем горло. Наружно — при нарывах лечат раны, промывают глаза. Цветы ромашки употребляют для мытья головы от перхоти. Чай из ромашки помогает при болезнях желудка. Растёт ромашка на лесных опушках, полянках, в лугах и на полях.

Нет свежее аромата  
И приятней, чем у ... (*мяты*).

**Ребёнок:** Знаю, любят детки  
Мятные конфетки.  
Они рот слегка кислят,  
Освежают, холодят.

**Бабушка:** Из листьев мяты готовят витаминный чай, а также отвары и настойки. Они укрепляют здоровье, повышают сопротивляемость болезням. Повышают аппетит. Оказывают болеутоляющее и успокаивающее действие. Входят в состав многих лекарств, помогающих при болезнях сердца.

Маслом мяты лечат насморк, а при ангине с ним делают ингаляции. Бывает мятная зубная паста, она укрепляет зубы, освежает дыхание. Растёт мята на лугах.

Золотист, красив на вид —  
Для коровок ядовит.  
От простуды излечу  
Вкусным чаем угощу.  
Всем болезням дам отпор  
Я полезный... (*зверобой*).

**Ребёнок:** Выйду на дорогу полевою  
В воздухе разлит душистый зной.  
Замечтаюсь, наклонюсь, сорву я  
Зверобой венчик золотой.

**Бабушка:** Почему эта трава так называется? Оказывается, если корова или коза съест зверобой, они могут заболеть. Зверобой полезная трава для людей. В медицине препараты из травы зверобоя употребляют как противовоспалительное средство, их назначают при болезнях желудка, используют для полоскания рта. Смазывают дёсна при их воспалениях. Наружно применяют при ожогах, для обработки ран, как кровоостанавливающее, дезинфицирующее и противовоспалительное средство. Применяют при заболевании кишечника, желудка, печени и сердца, при кашле и нарывах. Свежую траву зверобоя растирают и прикладывают при ушибах, к ранам.

В старину из цветов зверобоя получали краску и окрашивали ею ткани. Растёт зверобой на сухих солнечных полянках и опушках, вдоль полевых тропинок.

Душица употребляется в форме настоев и отваров. Внутрь, как отхаркивающее средство, при бессоннице, простудных заболеваниях, болезней горла. Тёплым отваром моют голову при головной боли. Наружно при нарывах, сыпи, полоскание рта. Растёт душица по сухим лесам и лугам.

Чабрец. Его применяют как отхаркивающее средство при кашле, при бронхитах.

**Муха-Цокотуха:** Лекарственные растения нужны и полезны. А знаете ли вы как их нужно правильно собирать?

### Правила сбора целебных трав

Нужно знать сами растения, уметь отличать их от других растений.

Сбор производить только в хорошую погоду, сухую.

Нельзя собирать в одну тару несколько видов растений одновременно.

Нельзя собирать больные и повреждённые вредителями растения.

Нельзя засорять сборы песком, землёй, другими не лекарственными растениями.

Запрещается собирать растения вблизи дорог.

Сушат лекарственные травы под навесом.

Высушенные растения хранят в сухих помещениях в мешках или ящиках.

Запрещается сбор редких лекарственных растений, занесённых в Красную книгу.

*Муха-Цокотуха обращает внимание на макеты цветов, которые расположены чуть дальше от домика.*

**Муха-Цокотуха:** Бабушка, а почему эти растения не собраны?

**Бабушка:** Это редкие растения: ландыш, мать-и-мачеха, пион тонколистый. Они занесены в Красную книгу. Эти растения тоже лекарственные, очень полезные от многих болезней. Собирать их можно только в ограниченном количестве, а рвать их без надобности запрещено. Вот они и растут у меня на полянке.

**Муха-Цокотуха:** Какие полезные и нужные травки растут у тебя, бабушка, в лесу.

Но я знаю, что помимо полезных растений есть ещё и растения вредители, это сорняки. Перечислим их: осот полевой, пырей ползучий, пастушья сумка, лебеда. Эти растения приносят вред культурным растениям. Они истощают и иссушают почву, глушат растения, поглощают большое количество влаги и питательных веществ из почвы. С сорняками следует бороться. Но лебеда, хоть и сорняк, спасала в неурожайные годы крестьян от голода. Её добавляли в хлеб, варили с ней щи, ели в свежем виде. По питательным свойствам лебеда не уступает мясу. Вот видите, как в природе всё взаимосвязано.

Загостились мы у тебя, бабушка, а мне ещё свой фитобар нужно открывать. Мы и тебя приглашаем к нам в гости.

**Бабушка:** Спасибо за приглашение. Я дарю тебе, Муха-Цокотуха, свои целебные травы. Каждая моя травинка, цветочек, листочек вобрала в себя силы целебные Земли Матушки, Солнышка Красного. Берегите их, заваривайте чай и пейте на здоровье. Я обязательно к вам загляну.

#### Физминутка

Мы шагаем друг за другом.  
Лесом и зелёным лугом.  
В небе бабочки порхают,  
Крылья пёстрые мелькают.

*Возвращаются в фитобар.*

**Ребёнок:** Лучше доктора любого  
Лечит скуку и тоску  
Чашка вкусного, крутого  
Самоварного чайку.  
Хорошо чайку попить,  
Обо всём поговорить.

**Муха-Цокотуха:** Конечно, конечно. Пора заваривать чай, закипел наш самовар, проходите в фитобар.

*Дети исполняют песню «Целебные травы».*

#### ИТОГ

**Муха-Цокотуха:** Что такое лекарственные растения?

Как правильно нужно собирать лекарственные растения?

При каких болезнях поможет чай из мяты?

Как правильно следует хранить лекарственные растения?

Молодцы. Я думаю, что теперь вы можете подсказать маме какое лекарственное растения можно использовать при том, или ином заболевании.

*В конце занятия проводится чаепитие.*

Жанна Алексеевна Гракова,  
воспитатель по ФИЗО,  
МДОУ ЦРР д/с № 78 «Алые паруса»

## Материалы и оборудование своими руками

Спортивный зал нашего дошкольного учреждения оснащён как стандартным, так и нестандартным физкультурным оборудованием. Коррекционная направленность некоторых упражнений выявила необходимость применения дополнительного нестандартного оборудования, которое не выпускают предприятия, но которое можно сделать своими руками.

Это и легко порхающие бабочки, и разноцветные тряпичные мячи, напольные цветы, и различные дорожки, верёвочки, палочки разных размеров, и многое другое. Такое оборудование вызывает у детей особый интерес к занятию, повышает их двигательную активность, развивает творческий потенциал.

Предметно-развивающая среда физкультурного зала помогает ребёнку найти область своих интересов, раскрыть потенциальные возможности.

### Бабочки

*Материал:* бабочки сделаны из гофрированной бумаги, картона. Крепятся на шнурок с колечком.

#### *Вариант 1*

*Цель:* учить правильному дыханию. Взять бабочку за колечко и поднять на уровень своего лица или закрепить всех бабочек на одном длинном шнурке в горизонтальном положении. Через нос сделать вдох, через рот — продолжительный выдох на бабочку. (Повторить 3–4 раза.)

### Вариант 2

*Цель:* учить быстро реагировать на сигнал; упражнять в лёгкости и плавности движения; развивать ориентировку в пространстве.

Дети держат бабочек за колечко и под музыку двигаются по залу. По сигналу «Бабочки, к цветам!» дети сажают бабочек на напольные цветы. Можно несколько усложнить задание, дав установку на определённый цвет бабочек или цветов.

## Тряпичные мячи

*Материал:* три мяча разного размера из ткани разного цвета (совершенно безопасны и могут применяться в небольших помещениях).

*Упражнения:* метание мячиков в цель, бросание друг другу, сбивание цели, прокатывание в ворота, подбрасывание вверх с заданиями, игра «Ловишка с мячом».

*Цель:* развивать точность движений, глазомер, ориентировку в пространстве, меткость.

## Напольные цветы

*Материал:* отдельные части цветка — лепестки и серединка — сшиты из клеенки двух цветов (красного и жёлтого; зелёного и жёлтого).

*Упражнение «Собери цветок по цвету»*

*Цель:* учить собирать цветы по цвету, комбинировать цветовую гамму с серединкой цветка.

*Упражнение «Метание лепестка вдаль»* (лепесток используется в качестве летающей тарелки)

*Цель:* упражнять в метании способом от себя.

*Упражнение «Перейди через болото»* (лепесток используется как кочка; передвигаясь с одной кочки на другую, преодолеть препятствие)

*Цель:* развивать координацию движений, согласованность действий, ориентировку в пространстве.

## Дорожка со следами — 1

*Материал:* дорожка представляет собой клеенчатую поверхность (длина 5 м, ширина — 0,5 м) с нашитыми в определённом порядке кружками зелёного цвета и рисованными ладонями жёлтого цвета, под которые вложен мелкий горох.

*Упражнение «Ползание».* Дети ползают на четвереньках, ставя колени на зелёные кружочки, а ладошки - на жёлтые кружочки.

*Цель:* упражнять в ползании на четвереньках, координируя движения.

## Дорожка со следами — 2

*Материал:* дорожка тканевая со следами (длина 4 м, ширина 0,4м).

*Упражнение:* ходьба по дорожке с разным положением рук.

*Цель:* способствовать лечению и профилактике косолапости; упражнять в ходьбе с правильным разворотом стопы.

## Дорожки, широкие и узкие

*Материал:* на плоских гимнастических палках петлёй закреплены ленты. Их можно передвигать, регулируя ширину дорожек.

*Упражнение:* ходьба по широкой, узкой дорожке с разным положением рук. Ходьба по ленте приставным шагом, бег по дорожкам, ползание по ограниченной поверхности на четвереньках, прыжки по дорожкам на одной, двух ногах и через «ручейки».

*Цель:* развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве; упражнять в ходьбе, беге, ползании разными способами по дорожкам разной ширины, прыжках через препятствие «руччйк» разной ширины.

## Дорожка с наполнителями

*Материал:* дорожка представляет собой шесть-семь напольных кругов, сшитых из дерматина и плотной ткани, обработанных косой бейкой. Круги заполнены разными наполнителями (шишками, пробками, палочками, крышками, песком и прочим подручным материалом).

*Упражнение:* ходьба по дорожкам босиком, с разным положением рук.

*Цель:* способствовать профилактике плоскостопия; укреплять своды стоп; развивать чувство равновесия.

## Разноцветные камешки

*Материал:* в ящики уложены речные камни — натуральные и окрашенные в разные цвета.

*Упражнение:* ходьба на месте по камешкам босиком. Можно усложнить задание: выложить из отдельных камней длинную дорожку.

*Цель:* способствовать профилактике плоскостопия; укреплять своды стоп.

## Колпачки

*Материал:* колпачки сделаны из картона, оклеенного разноцветной бумагой.

*Упражнения:* ходьба по прямой и по извилистой дорожке с колпаком на голове, ходьба и бег между колпаками, игровое упражнение «Пронеси мяч в колпаке».

*Цель:* развивать чувство равновесия, умение удерживать колпак на голове при ходьбе и удерживать предмет в колпаке, формировать правильную осанку.

### Верёвочки

*Материал:* шнуры (длина 50–60 см), концы зафиксированы изолентой.

*Цель:* развивать чувство равновесия, координацию движений, прыгучесть.

*Упражнения:* общеразвивающие с верёвкой, ходьба с перешагиванием определённого расстояния, прыжки через «ручейки», ходьба по дорожкам, выложенным из верёвочек.

### Курочка с цыплятами

*Материал:* «цыплята» сшиты из жёлтого меха, с помощью резинки для волос они держатся на руке ребёнка. «Курочка» сшита из белого меха, в форме шапочки, её можно надеть на голову. «Зёрнышки» — деревянные шарики.

«Комарики» на леске длиной 20–30 см закреплены на полосках гофрированной бумаги. Эти пособия используются в сюжетных играх по темам «На птичьем дворе», «Курочка и цыплята» и др.

*Игровые упражнения:* «Потанцуем с курочкой», «На птичьем дворе», общеразвивающие упражнения с цыплятами на руке, «Поймай комарика!» (прыжки вверх с хлопком в ладоши), «Наседка и цыплята», «Большая птица» и др.

*Цель:* привлечь внимание к игре, используя нетрадиционное оборудование; учить выполнять подражательные движения, развивать дыхание.

Елена Ивановна Николаева,  
 доктор биологических наук, профессор РГПУ  
 им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург

## Подготовка ребёнка к детскому саду

Родители, наслышанные о трудностях подготовки ребёнка к школе, прочтя заголовок статьи, наверняка с ужасом подумают о том, что времена изменились настолько, что ребёнка нужно ещё специально обучать и для того, чтобы попасть в детский сад. Но спешу их успокоить: здесь речь пойдёт не об обучении, а о подготовке. Подготовка к чему? К здоровому образу жизни в детском саду.

Есть очевидные вещи, которые многие родители (по крайней мере, по отношению к себе) воспринимают как случайные. К ним относится всплеск заболеваемости ребёнка, когда он начинает посещать детский сад. Пока он находится дома и не болеет, родители скептически воспринимают рассказы других о том, как мучаются мамы детей, два-три дня посещающих детский сад и три недели затем сидящих с ребёнком дома на больничном. Но когда с собственным ребёнком начинает происходить подобная смена событий, мамы и папы с сожалением заключают, что это происходит со всеми. При этом крайним оказывается детский сад, заведомо являющийся рассадником инфекции, которую трудно одолеть любому ребёнку.

Эта позиция удобна тем, что не требует от родителей специальных усилий по предотвращению ситуации. Однако на эту проблему можно посмотреть иначе и попытаться найти причины, меняющие реакции ребёнка на инфекцию.

Иммунная система ребёнка существенно отличается от взрослой. Это легко понять, вспомнив, что на любую инфекцию организм ребёнка отвечает преимущественно поднятием температуры, в отличие от взрослого, который уже может убивать микробов с помощью антител. Но есть и ещё одно отличие: собственные эмоции ребёнка легко подавляют эту ещё несовершенную и слабую иммунную систему. Это означает, что любой эмоциональный срыв может ослабить защитные механизмы. Но не только иммунная система ребёнка отличается от таковой у взрослого. Ребёнок обладает удивительной способностью обучаться. Обучаться даже тому, что не ожидает взрослый.



## День X

Рассмотрим ситуацию посещения детского сада с точки зрения мамы. Она два или три года была дома неотлучно с ребёнком. Ей очень хочется вновь очутиться среди большого количества людей, начать общаться со сверстниками, забыть на время проблемы кухни и проявить себя с профессиональной стороны. Она мечтает о том, что ребёнок пойдёт в детский сад, а у неё появится время на собственный рост. Она готовится к этому: подбирает хороший детский сад, красивое платье, и мысли её всё дальше улетают от привычной деятельности по уходу за ребёнком.

Ребёнок ощущает эти изменения в маме, но, в отличие от неё, он не обязательно им радуется. Все слова, которые она говорит ему о своей работе и детском саде, не имеют для него никакого смысла, поскольку опыт его слишком ограничен. Это лишь может возбуждать его.

И вот наступает день X. Мама приводит ребёнка в детский сад, где много весёлых детей. Но вдруг её собственный ребёнок, который до сих пор так любил играть с другими детьми, когда они выходили на прогулку, хватается за её юбку, плачет и не желает общаться ни с кем. Воспитатель отрывает его от маминой юбки, помогая ей не опоздать на работу и оставить плачущее дитя. Целый день она делает свои дела, а вечером, забирая ребёнка домой, она вдруг понимает, что возвращение домой не сулит ей радостного общения с ним: вся домашняя работа, которую она легко делала в течение дня, теперь наваливается на неё в несколько (2–3) вечерних часа. Бегая между стиральной машиной, холодильником и плитой, она лишь успевает сделать ужин, вымыть ребёнка и уложить его спать. А ещё нужно побыть с мужем, привести себя в порядок к завтрашнему дню и подготовить одежду для всех на завтра... Через два-три дня такой жизни ребёнок просыпается утром с температурой, мама остаётся дома и полностью отдаёт себя ребёнку, поскольку за эти несколько дней устали все.

Как же этот день X ощущает ребёнок, то есть не говорит это себе словами, не осознает, а лишь чувствует кожей? В мгновение непонятные ранее мамины слова вдруг реализуются страшным кошмаром: его привычный мир разрушается, он попадает в новое место, к новым людям, новым детям. Известна удивительная консервативность (то есть отсутствие гибкости) детей: они, обладая невероятной способностью адаптироваться, с большим трудом привыкают к новым продуктам, новым обстоятельствам. Эту их способность знает любой родитель, которому каждый день приходится перечитывать в сотый раз одну и ту же сказку, петь одну и ту же песню. При этом очевидно, что, чем чаще ребёнок слушает, тем больше он любит эту вещь (известное психологическое правило: нам нравится и кажется красивым и привлекательным то, к чему мы привыкаем). Из-за этого детского свойства врачи часто рекомендуют вводить новшества в жизни семьи постепенно.

если родители  
не готовы  
к жизни,  
то ребёнок  
не готов  
к детскому  
саду

## Когда ребёнок заболевает

Но консервативность — не единственная проблема, которая препятствует быстрой адаптации ребёнка в детском саду. Весьма часто родители ещё и забывают сказать своим детям, что заберут их из детского сада вечером. Для родителей это обстоятельство столь очевидно, что они не считают необходимым это оговаривать. Но для детей это совсем не так, поскольку их очи этого ещё не видели, а разум слишком слаб, чтобы догадаться. Вот и оказывается ребёнок в новых обстоятельствах, полагая, что остался там навсегда. А поскольку дорогу до дому он не знает, то и рисует ему его воображение такие страшилки, которые «покруче» Фреды Крюгера для родителей. Впитывая новые впечатления, фантазируя на новые темы в меру собственных возможностей и замещая фантазиями пробелы в информации, полученной от родителей, дети могут сильно переживать.

Стресс снижает активность иммунной системы. В любой группе детей обязательно есть и набор вирусов, к каждому из которых их носитель устойчив, а другой ребёнок — нет. Для того чтобы в ослабленном организме эта инфекция начала развиваться в полной мере, достаточно несколько дней. Столь короткий срок обусловлен ещё и тем, что, возвращаясь домой, ребёнок не находит там привычных условий: мама взвинчена, возбуждена, думает не о нём и занята не им.

Но все чудесным образом преобразуется и все возвращается на круги своя, когда ребёнок заболевает. Тяжело только первые два-три дня, когда острая боль, потом же целых две недели, пока врач не выпишет в детский сад, можно наслаждаться столь привычным общением с близким человеком. И тогда у ребёнка срабатывает природный инстинкт, благодаря которому человечество приспособилось на земле и завоевало её всю, вытеснив менее удачливые виды. На неосознанном уровне ребёнок понимает, что нужно лишь денек-другой поплакать, чтобы обеспечить надёжное возвращение домой. Он обучается изменять состояние своей иммунной системы, меняя свои эмоции. Самые обучаемые дети делают это долго и регулярно. А неопытные мамы и сверхбдительные врачи могут сделать из них даже «профессиональных больных». Так называют детей из группы часто болеющих, среди которых наибольшую часть составляют аллергики разных видов, поскольку аллергия — это повышение активности иммунной системы, после того, как в силу каких-то обстоятельств она была длительно или интенсивно подавлена эмоциями.

Но не стоит винить детей, которые лишь пользуются доставшимися им по наследству от родителей природными способностями, врачей, которые несут свой профессиональный долг — видеть во всём болезнь, и детский сад, который лишь в силу обстоятельств является той сценой, на которой участники пьесы разыгрывают свои роли. Стоит обратить внимание на то, что могут сделать родители, чтобы выйти из этого порочного круга.

## Выход из круга

Первое, что следует сделать — **заранее начать готовиться к детскому саду**. Лучше, если ребёнок будет привыкать к нему в течение определённого времени, например, месяца. При этом первый раз мама приходит в детский сад и остаётся вместе с ребёнком, пока он знакомится с детьми и группой. Она может сидеть в раздевалке или в самой группе, так, чтобы ребёнок мог её видеть и при необходимости подойти к ней и постоять рядом. При этом мама ничем не показывает, что может уйти. Увидев, что ребёнок устал, она вместе с ним уходит домой.

Подобное пребывание в детском саду позволит ребёнку познакомиться с новыми обстоятельствами и привыкнуть к ним, а маме узнать, подходит ли данный детский сад для её ребёнка, или лучше поискать что-то другое. Через несколько дней (разное время для разных семей, это определяется состоянием ребёнка) мама говорит ребёнку, что уходит на 5 минут. Очень важно, чтобы она действительно вернулась через указанное время. Если в группе есть часы, то можно показать ребёнку, при каком состоянии стрелок мама вернётся. Можно оставить наручные часы мамы. Здесь важно не время, а обязательность — возвращение в положенный срок.

В таких случаях можно заранее, ещё идя в детский сад, описать всю последовательность действий: сначала мама уйдёт на 5 минут, затем придёт, и они вместе будут делать то-то и то-то. В этом случае важно, чтобы у ребёнка сложилась картина обстоятельств дальнейшей его жизни, и он точно знал, что окажется дома с мамой в конце-концов. Можно предложить ребёнку какую-нибудь маленькую меховую игрушку, сказав, что в отсутствие родителей она будет их заместителем. Если он вспомнит о маме и захочет побыть с ней, он может достать игрушку из кармана и поговорить с ней, мама обязательно это узнает, но не обязательно сразу вернётся — она вернётся, как только сможет.

Перед тем, как ребёнок начнёт ходить в детский сад регулярно, стоит рассказать ему о том, **что в течение дня будет делать каждый член семьи**. Мама пойдёт на работу, чтобы заработать деньги для семьи, а также чтобы сделать какое-то полезное дело для всех (это у каждого родителя своё дело). Если ребёнка с детства приучают только к тому, что работа — это способ зарабатывания денег, то не возможно создать положительный образ работы. Кроме того, по этому параметру ребёнок ещё долго будет отличаться от родителей, поскольку денег получать он не может. Понимание же того, что на работу уходят, чтобы делать какое-то полезное дело, важно ребёнку и при формировании адекватного представления о роли семьи в обществе, себя в семье, и при осмыслении важности посещения детского сада, как собственного вклада в благополучие семьи и общества. Соответственно описывается, что будет делать на работе папа. Обязательно говорится о том, что и у ребёнка важная задача в детском саду — учиться и расти, чтобы стать таким, как его родители. **Осознание значимости пребывания в детском саду для семьи** (он там выполняет определённую миссию, а не просто пребывает на хранении, как какая-то ненужная вещь) также будет способствовать эмоциональному комфорту ребёнка в нём.

Путь по дороге в детский сад и из него также можно использовать для формирования у ребёнка положительной картины мира и его места в нём. Она, в свою очередь, будет способствовать стабилизации его эмоционального состояния. Родитель может в доступной форме рассказать, что удалось ему сделать за день, спросить у ребёнка о том, что ему больше всего запомнилось. Можно говорить о разных приятных вещах и для взрослого и для его малыша, тем самым положительно подкрепляя потребность и необходимость пребывания в детском саду.

Родителям необходимо продумать и своё поведение после возвращения ребёнка из детского сада. Лучше проявить по отношению к нему те чувства, которых так не хватало ему в детском саду. Стоит так распределить время родителей, чтобы после детского сада кто-то из них смог побыть с малышом и показать ему, как он необходим своим близким, как они скучали о нём, когда все были вдали от семьи.

Изменить своё поведение необходимо и во время болезни. Даже при всех перечисленных обстоятельствах ребёнок может заболеть, поскольку, к сожалению, количество рождающихся ослабленных детей постоянно растёт. Однако чтобы не сформировалась патологическая реакция потребности в заболевании, необходимо определённым образом вести себя с ребёнком во время болезни. Это означает, что **внимания к нему должно быть ровно столько, чтобы снять болезненные симптомы**, но и не вызвать ощущения выгоды от болезни. Следовательно, условия должны быть таковыми, чтобы болеть было скучно. Более того, когда ребёнок начал выздоравливать, у него сразу же появлялись обязанности, которые есть и вне болезни. К таковым обязанностям можно отнести то, что он должен какое-то время занимать себя сам, поскольку у родителей есть определённые обязанности.

При организации посещения детского сада родителям следует помнить о консерватизме ребёнка и необходимости раскрывать ему всю последовательность событий, поскольку ограниченность его собственного опыта ещё такова, что он не может сам её представить. Не имея информации, очевидной для его родителей, он может сам напугать себя. И ещё — родители не должны обманывать ребёнка. Обманутый ребёнок перестанет верить, а значит будет сам в силу своих возможностей рисовать своё будущее. Весьма возможно, что оно будет походить на жизнь детей из детских сказок-страшилок. **Запугивая себя, ребёнок будет менять состояние своей иммунной системы, а значит вновь запускать механизм, ведущий к болезням.**

Тем не менее, если всё же что-то не складывается при начале посещения детского сада ребёнком, не стоит пенять на то, что это есть у всех, а ещё раз перебрать все те пункты, на которые могут повлиять родители. К ним относятся следующие моменты.

1. Возможно, системы воспитания в вашей семье и в детском саду принципиально отличаются. Стоит подумать хорошо, какую из них стоит корректировать, а какую — менять. Можно открыто поговорить о своих сомнениях с воспитателями. Если вы согласны с тем, что нужно меняться вам, то начинайте это делать активно. Если вы посчитаете, что нужно менять детский сад, то это тоже лучше сделать быстрее.

2. Есть вероятность, что не складываются отношения между вашим ребёнком и воспитателем. Это возможно, если воспитатель жёстко проводит собственную политику в группе. В этом случае необходимо решить, насколько вам нужна подобная ситуация.

3. Могут в группе быть дети, которые мешают вашему ребёнку, а у него нет навыка отстаивать собственную позицию. Не спешите в этом случае говорить с родителями, воспитателями или убирать ребёнка из группы. Попробуйте научить вашего ребёнка вести себя так, чтобы выйти из-под влияния этого ребёнка. Это будет более эффективный способ, поскольку подобные дети встречаются практически в любом коллективе, и не только в детском. Однако если ваши усилия будут недостаточны, попытайтесь открыто без агрессии, но стремясь прийти к сотрудничеству, переговорить с воспитателями и родителями другого ребёнка.

4. Ещё одной причиной неудач при посещении детского сада может быть то, что при всех ваших усилиях, вы не смогли вселить в своего ребёнка уверенность, что он безоговорочно любим вами. Тогда стоит понаблюдать за собой и, возможно, обратиться к психологу. Показано, что практически все проблемы, которые есть у ребёнка, являются не его проблемами, а проблемами его родителей. В этом случае, **если родители не готовы к жизни, то ребёнок не готов к детскому саду.**

Елена Ивановна Николаева,  
доктор биологических наук, профессор РГПУ им. А.И. Герцена,  
г. Санкт-Петербург

## Детская ложь

**Д**о определённого времени дети не лгут вообще. Однако не потому, что у них есть врождённое свойство не лгать. Это связано с тем, что ребёнок слишком мало знает, чтобы врать. Ложь требует больших умственных усилий, чем правда.

Сразу же после рождения мозг активно включается в переработку информации. Примерно на шестой день его жизни можно увидеть зрительную фиксацию: ребёнок начинает разглядывать окружающее, направляя взгляд в одну точку. Любой родитель в какой-то момент заметит следующую ступень в развитии: появление комплекса оживления. Возбуждение ребёнка при появлении взрослого и радостная улыбка означают, что ребёнок научился предвидеть, и взрослый связан у него с приятными ожиданиями. Однако примерно до семи месяцев ребёнок легко идёт на руки к разным людям, поскольку ещё не научился предугадывать результат общения с близкими и незнакомыми. Но в 7 месяцев он уже точно знает самых близких ему людей и ни за что не променяет их на кого-то другого. Всё это время малыш полагает, что весь мир смотрит вокруг его глазами, то есть каждый человек видит только то, что видит ребёнок.

Итак, ребёнок полагает, что все смотрят на мир его глазами и знают ровно столько, сколько знает он. А потому он не может лгать: всё, что он сделал, с его точки зрения, доступно всем вокруг, даже если в комнате, где он это сделал, был только он один. Однако между двумя и тремя годами происходит стремительное развитие мозга ребёнка, его познание переходит на иную ступень, и в какой-то момент его осеняет, что мама не может знать то, что произошло в её отсут-

ствии. Вот тогда и создаются все условия для соблазна. И результат — будет ребёнок лгать или не будет этого делать — полностью определяется тем, какие последствия его ожидают после говорения правды, и какие — после сообщения лжи.

## Становление возможности лгать

На становление возможности лгать накладывается ещё одна проблема — освоение языка. Ведь чтобы качественно соврать, нужно легко подбирать слова и иметь хорошую память. У детей своеобразная память: они легко запоминают и легко забывают.

Каждый ребёнок должен решить, что имеет в виду мама, когда говорит: «Это правильно или не правильно», «это — хорошо, а это — плохо»? Возьмите любую книгу на языке, в котором вы знаете десяток слов и попробуйте прочесть. Вряд ли вы поймёте её истинное содержание, но зато сможете вволю пофантазировать. Примерно так и поступает ребёнок, осваивая язык. Он может вкладывать в слова иной смысл.

В моём детстве была популярна песня «Под крылом самолёта о чём-то поёт зелёное море тайги». Мне было года четыре, я не знала, что такое «тайга», и меня вполне удовлетворяло то, что я сама услышала в песне: «Под крылом самолёт о чём-то поёт «зелёное море фтайги». То есть «зелёное море фтайги» — это песня самолёта. Точно также как практически все знакомые мне дети, слушавшие оперу «Евгений Онегин» в известном дуэте вместо: «Слыхали ль вы? — слышали: «Слыхали львы». То, что в доме Лариных обсуждается проблема того, что слышали львы, у ребёнка не вызывает вопросов. Освоение языка происходит на фоне отсутствия критического мышления: оно будет активно формироваться после шести лет. И вся информация до этого времени воспринимается без критики. И это важно, иначе бы дети предпочли не принятие внешнего языка, а создание собственного.

## Формирование внутреннего контролёра

Дети видят мир иными глазами, они обращают внимание на другие аспекты окружающих явлений, чем взрослые. Они не знают, что миром правят деньги, и как галчата впечатляются яркими безделушками. Поэтому они могут не запомнить значимых для взрослого явлений, но будут восторгаться тем, что никому, кроме них, не интересно. Подобно кошке, которая была у английской королевы в сказке Самуила Яковлевича Маршака, ответившей на вопрос о том, что она видала при дворе, что «видала мышку на ковре».

С развитием внутренней речи формируется внутренний контролёр, подсказывающий ребёнку предсказать, что стоит сказать родителям, а что — нет.

В первый раз, когда ребёнок солжёт, его ложь проста и примитивна, поскольку он делает это в первый раз. Любой первый блин оказывается комом. Но если родители не уследят, то ложь с каждым разом будет все совершеннее, и будет отражать именно развитие интеллекта. Известно, что умственно отсталые дети не лгут — у них на это не хватает знаний. И чем умнее человек, тем изощрённее ложь.



Одним из самых типичных видов лжи становится лицемерие, которое особенно неприятно у дошкольника, от которых обычно его не ожидают. Мальчик чувствует, что мама любит новорождённую сестричку больше чем его, поскольку уделяет ей практически всё своё время. И он начинает играть и разговаривать с нею не для того, чтобы помочь матери, не потому, что ему интересно, а исключительно затем, чтобы обратить внимание взрослых на себя и услышать от них восторженные реплики. Такую ложь родители воспитывают сами: и малым вниманием, которое уделяют ребёнку, и тем, что подкрепляют лицемерие, а не искренность в ребёнке. В этом случае адекватной реакцией взрослых должно быть отсутствие внимания по отношению к действию мальчика, но усиление этого внимания в тот момент, когда ребёнок искренен в своих действиях.

## Первая ложь

Итак, услышав первую ложь, родитель внутренне может обрадоваться: у моего ребёнка интеллект соответствует возрастной норме. Но следующей мыслью его должно быть: как следует поступить, чтобы не создались условия, благоприятные для повышения квалификации ребёнка в создании лживых сообщений.

Поскольку ребёнок маленький, его не стоит пугать и наказывать. Сначала следует просто рассказать о том, что есть правда и ложь. Правда — это события, а ложь — это когда мы скрываем, изменяем или искажаем правду. Мы объясняем, что когда человек говорит не то, что произошло, а скрывает или изменяет хоть что-то в реальности, то он лжёт.

Очень важно спросить у ребёнка, почему он солгал? Скорее всего, под ложью скрывается либо страх, либо желание. Поскольку задачей родителя является обучение ребёнка поведению в разных ситуациях, а не судейская расправа, то стоит проговорить, как стоило вести себя в данной ситуации. Можно даже проиграть вместе с ребёнком эти ситуации, причём роль ребёнка может взять взрослый, а роль родителя — ребёнок.

В какой-то момент общения с ребёнком после первого случая лжи (до этого момента говорить на эту тему не стоит вообще, поскольку у ребёнка пока нет опыта, позволяющего адекватно воспринимать слова взрослого) можно поразмышлять с ним на тему, что есть жизнь в семье? Семья существует для того, чтобы ребёнка обучить многому, а потом отпустить в большой мир, умелым и способным справиться с трудностями.

В большом мире есть наказание за ложь. Оно состоит в том, что люди перестают доверять такому человеку. Это очень неприятно. Все люди совершают ошибки. Важно не бояться совершить ошибки, а уметь на них учиться, чтобы больше не повторять. Если мама или папа не будут знать правды, они не смогут помочь и научить преодолевать сложности.

Но это означает, что когда ребёнок согласно этим указаниям обратится к родителю с проблемой, ему не будут говорить, чтобы он сам с ней разбирался, на него не обрушатся с криками и уничтожающими высказываниями.

## Познание через совершение ошибок

Дети познают, совершая ошибки. Если за ошибками следует наказание, у ребёнка будет лишь две возможности: не делать ошибок или лгать. Не делать ошибки означает отказаться от познания мира и полностью положиться в его освоении на взрослых. Такие дети будут исполнительными, они будут тихо сидеть в углу, дожидаясь указаний взрослых, но от них нельзя ждать творческих действий.

Вторая возможность связана с изощрённостью умения лгать. Чем страшнее наказание, тем сложнее и умнее будет ложь. Сперва это будет грубая и неумела ложь, которая будет эффективно совершенствоваться по мере роста интеллектуальных возможностей ребёнка.

Широко распространена ложь в связи со сломанными игрушками. Родители думают, что, получив красивую дорогую игрушку, ребёнок будет относиться к ней так же бережно, как они сами относятся к дорогим вещам. Но для ребёнка ценность игрушки состоит вовсе не в деньгах, а в возможности трансформироваться вслед за фантазией в игре. Поэтому ребёнок быстро разбирает на части подарок, а затем включает в игру, густо измазав лакированные части пластилином или другим подручным материалом.

Весьма часто сами взрослые обучают ребёнка лгать. Если между родителями нет согласия, то ребёнок, наговаривая одному родителю на другого, может получать бонусы от каждого, причём обманывая каждого. Бонусом же будет то, что каждый родитель захочет «купить» положительное отношение ребёнка, приобретая ему те вещи, которые запрещает или не может предоставить другой родитель.

### В магазине

Ещё одна типичная ошибка состоит в том, что когда ребёнок просит купить ему нечто, что взрослый считает ненужным, он отвечает, что у него нет денег. Ребёнок достаточно быстро усваивает, что это неправда, и что есть виды лжи, которые дозволены в их семье. Но это означает, что ему можно начать поиск границ правды и лжи и самому использовать дозволенную неправду. Ребёнка всё равно придётся обучать ограничениям, а поэтому, чем раньше он поймёт, что есть предел желаний, тем будет проще.

Конечно, сейчас времена изменились, и многие мелочи родители могут позволить себе купить ребёнку. Однако стоит помнить, что ребёнок не знает цену деньгам. И его привлекает всё новое и яркое. Поэтому при первой попытке ребёнка просить о покупке стоит оговорить, что вы в магазине покупаете вещи не случайно, а по определённом плану. Стоит оговорить, что вы не будете покупать то, что просит ребёнок, потому что у вас есть деньги, но они предназначены для другого. Чем раньше ребёнок будет участвовать в формировании домашнего бюджета, тем проще ему будет понять, куда идут деньги. Более того, он научится планировать свои действия и регулировать желания.

И если вы ограничите ребёнка в желании покупать всё, что видит его глаз в три года, то у вас не будет проблем с ним в шесть лет, когда желания становятся всё изощрённее. В какой-то момент, когда ваш ребёнок будет готов к разговору, стоит по-



говорить с ним о рекламе, задача которой не состоит в предложении полезных ребёнку вещей. И чем старше становится ребёнок, тем более подробно обсуждать с ним тему о том, как общество потребления готовит потребителей.

Кто-то может подумать, что подобные действия неуместны, если родители могут позволить купить ребёнку всё. Но нам вновь придётся поднять вопрос о целях воспитания. Если мы воспитываем личность, то одним из важнейших свойств личности является ответственность и уважение. Уважение касается, прежде всего, родителей и их планирования жизненных обстоятельств семьи. Ответственность определяется в детстве тем, как ребёнок отвечает за свои поступки.

Безусловно, можно удовлетворять все желания ребёнка. Но тогда родитель для него предстанет в образе джина из кувшина, от которого можно только требовать, ничего не давая взамен. Мы уже говорили, что сила чувств определяется усилиям, вложенными в объект чувства. Если ребёнок не вкладывает душевные силы в формирование отношений между ним и родителями, он не может их ценить. Ограничение желаний и благодарность за необходимые и полезные покупки будут определёнными кирпичиками (но, безусловно, не самим зданием) в деле формирования таких отношений. Наиболее значимым аспектом формирования таких доверительных отношений будет совместная игра, совместное чтение, общение. Именно это, а не горы игрушек, с которыми неинтересно играть в одиночестве, составит цемент доверительности, опираясь на которую можно уничтожить условия для возникновения лжи внутри семьи.

## Наказание

Дошкольник лжёт так, что это очевидно, потому что не умеет прогнозировать. Все следы его действий легко обнаруживаются, а рассказ его о событиях либо противоречив, либо в голосе появляются особые интонации, легко узнаваемые взрослым. Стоит учесть, что девочки лгут искуснее, чем мальчики, поскольку социальные навыки они приобретают быстрее.

Наказания при первых опытах лжи не должны быть слишком тяжёлыми. Например, если ребёнок взял вещь из детского сада или в гостях, не обязательно заставлять ребёнка самому возвращать украденную вещь. Но объяснить, что данный поступок называется воровством и осуждается обществом, необходимо. Более того, конечно, стоит быть внимательными к появлению у ребёнка необычных вещей. Малышам ещё сложно контролировать собственные желания. Но при наличии тёплых отношений со взрослыми и их достаточно объяснении, они могут понимать суть явлений.

Иногда, особенно при первых случаях воровства, ему бывает слишком стыдно. Нужно обсудить с ребёнком проблему, научить его спрашивать о разрешении брать чужие вещи и ждать. Ожидание — наиболее типичное чувство в будущем. Можно использовать любую возможность для того, чтобы научить ребёнка. Не обязательно требовать, чтобы ребёнок возвращал игрушку. Можно это сделать взрослым и объяснить, что ребёнок полностью раскаялся. Однако при наличии повторений такого типа поведения необходимо ребёнка заставить самому объяснить произошедшее.

## Белая ложь

Однако стоит помнить, что ложь является необходимым механизмом социализации. Нельзя говорить другому ребёнку — ты некрасивый, моя игрушка — лучше. Не стоит говорить бабушке — ты старая. Взаимодействие подразумевает, что мы говорим не всё, что думаем. Такая ложь называется белой, и уже пятилетний ребёнок понимает её отличие от любой другой. Чем больше у ребёнка опыт общения в разных ситуациях, тем проще он осваивает идею белой лжи. Ему поможет непосредственное объяснение родителей, которые могут сказать, что некоторые слова ранят, обижают и огорчают, и произнесение того, что ждёт слушающий, иногда не приносит вреда никому. В то же время многие дети поступают так, как ведёт себя Малыш из сказки Линдгрена о Малыше и Карлсоне. Когда родители делают ему на день рождения подарок иной, чем он ожидал, он безутешно плачет, а не показывает родителям, что рад их заботе о нём. Но это связано с родителями. С ними у него более доверительные отношения, а потому он и искренен. Белая ложь не применяется к самым близким, поскольку здесь не нужны слова, а нужны проявления любви. Но ребёнок легко может поблагодарить за подарок, который ему не нравится, любого другого гостя. Особенно в том случае, если родители его этому научат.

В моём опыте работы в первом классе одним из самых сложных навыков было освоение поведения, связанного с тем, что ребёнку дарят подарок, который ему не нравится. Большинство первоклассников на вопрос, что нужно сказать, если тебе принесли подарок, который тебе не нравится, без обиняков заявляли:

— Уходи. Мне не нравится твой подарок. Приходилось целый урок направлять детей на другое поведение.

Мы начинали с того, что отвечали на вопрос:

— Вы никогда не ошибаетесь?

— Нет, мы ошибаемся.

— А другие дети могут ошибаться?

— Могут.

— Когда они выбирали вам подарок, они думали о вас?

— Да, конечно.

— Они хотели доставить нам удовольствие, но у них не получилось?

— Да.

— Может, тогда лучше забывать на время о подарке, и поблагодарить ребёнка, что он пришёл к нам праздновать вместе с нами и пригласить его играть?

После столь длинных рассуждений желающие выходили парами и репетировали ответ. Только после этого можно было надеяться, что дети вспомнят это в нужный момент. Мы не обучались лжи. Мы обучались видеть разные аспекты в одном

и том же событии. Но этот пример показывает тот факт, что ребёнка нужно учить самым разным аспектам поведения. Например, перед прибытием гостей родители могут предложить ребёнку несколько вариантов ответов или предложить их сформулировать ему, а затем обсудить их достоинства и недостатки.

Сказать бабушке в день её семидесятилетия, что она выглядит замечательно — не значит соврать. Мы ведь не сравниваем бабушку с супермоделями или с ней же самой в 20 лет. Мы просто хотим сказать, что для своего возраста в праздничной одежде и с прекрасным настроением она для нас — самая обаятельная и любимая бабушка.

Белая ложь определяется методами воспитания в семье и стандартами вежливости, принятыми в обществе. Поэтому белая ложь приветствуется по отношению к пожилым и больным людям. Считается, что она помогает им преодолевать трудности, связанные с возрастом или болезнью. Однако в отношении сверстников не стоит слишком усердствовать с белой ложью. Лучше научить ребёнка не делать замечания другим, а в большей мере отслеживать собственное поведение.

Но с белой ложью не стоит перебарщивать, чтобы не научить ребёнка лицемерию.

Безусловно, полезным в профилактике лжи является совместное чтение книг о разных ситуациях, связанных с ложью и их обсуждение (а не менторский монолог взрослого). Каждый из нас в детстве слышал сказку про то, как мальчик звал взрослых, крича, что на него напал волк. Взрослые привыкли ко лжи ребёнка и не помогли ему, когда это было необходимо. Все знают эту сказку, но она не оказывает необходимого действия, чтобы ребёнок перестал лгать вообще. Ребёнок перестаёт ложно звать на помощь, но не перестаёт лгать. Поэтому важно обсуждение разных аспектов лжи.

## Ябедничество или правдивость?

Развитие ребёнка ведёт к новым возможностям и новым соблазнам. При этом волевое регулирование эмоций происходит медленнее, чем развитие интеллекта. Накладывая жёсткие ограничения на ложь и не предлагая ничего взамен, взрослый одновременно учит ребёнка обходить поставленные преграды. Чтобы не создавать условия для лжи, требования взрослого должны быть тактичными и логичными, учитывающими собственные потребности и задачи ребёнка.

Стоит иметь в виду и другую сторону требования соблюдения правды. Обучение детей говорить правду весьма скоро приводит к тому, что ребёнок сообщает взрослому о всех происходящих вокруг него фактах несправедливости, т.е. начинает ябедничать. Как найти эту грань между ябедничеством и правдивостью?

Ябеда — это не просто сообщение правды, но и подспудное желание похвалы взрослого за поступок и наказание виновного. Она несёт нечто большее, чем просто информацию, которую передаёт ребёнок взрослому. За ней всегда скрывается некоторое желание.

Начинающий говорить ребёнок двух-трёх лет не может ябедничать, поскольку лишь осваивает речь и наблюдает. Он с радостью переводит в слова то, что видит его глаза. И тут же спешит сообщить взрослому своё открытие. Реакция взрослого на такое поведение может отучить его от этого процесса, смутить и даже обидеть.

Представим себе ситуацию, когда малыш сообщает маме нечто, что, желая сохранить в тайне, делает папа (и наоборот). Точно такая же ситуация может возникнуть, когда в семье двое детей, и младший сообщает родителям о том, что старший не хотел бы, чтобы они знали. В этом случае получивший от ребёнка информацию родитель не должен тут же метать громы и молнии, поскольку это приведёт к ухудшению взаимоотношений с другим взрослым, ребёнком и утрате доверия в семье. Более того, информация получена не из прямого источника. Родителю, получившему эту информацию, можно продолжить беседу с младшим ребёнком. Папа делает это? А что делает кошка? А что делаешь ты сам? Это значимый сигнал для всех — мы любим друг друга и будем договариваться. И полученные таким способом знания не применены для разрушения отношений. Тогда у старшего ребёнка не будет оснований ненавидеть младшего. Но потом, когда получивший информацию родитель останется наедине с другим или со старшим ребёнком, он может поговорить с ними о том, как важно, чтобы все выполняли договорённости. Можно спросить, почему старший ребёнок поступил так, а не в соответствии с правилами. Любой преодолённый таким образом конфликт усилит доверие и укрепит семью. Отсутствие наказующего воздействия после этой информации дезавуирует саму информацию, позволит поддержать доверие в семье и найти повод поговорить с каждым участником о его проблемах.

Примерно до пяти лет можно вообще не опасаться ябедничества. Нужно помнить, что ребёнок, осваивая мир, не всегда будет уверен в своих силах. Именно поэтому он будет прибегать к вам за помощью: «Мама, а он не даёт мне машину» или «А она дерётся». Малыш нуждается в вашей помощи и поддержке. Она, однако, не будет состоять в том, что вы будете решать за малыша все проблемы и становиться судьёй во всех вопросах. Но вы можете научить его, как с ними справляться. Вы можете сказать малышу, чтобы он предложил другому ребёнку свою машинку, пока тот даст поиграть своей. Или можно сказать, что если девочка дерётся, то нужно отойти

и играть с теми, кто ведёт себя дружелюбно. Не стоит сразу же в этом возрасте предлагать ребёнку «дать сдачи». Он не всегда рассчитывает, где и сколько её нужно дать. Не стоит говорить и: «Не ябедничай». Вы лишаете ребёнка своей помощи, а значит и доверия. В следующий раз, когда вы захотите что-то узнать, у него не будет желания с вами советоваться.

Не стоит клеймить малыша именем Ябеда. У него ещё нет возможности различать последствия того, как могут воспользоваться полученной от него информацией взрослые. Более того, не стоит говорить и то, чтобы он больше следил за собой, чем за другими. Ребёнок этого возраста не может говорить о себе, поскольку учится поведению на поступках других и реакциях на них дорогих ему взрослых. Пока он погружен в эгоцентризм, он не знает, что он уникален. Дети говорят про других, потому что не видят себя, они ещё не знают, что они думают, мыслят, сопоставляют. Наблюдая за другими, принимая их мысли, ребёнок научается понимать собственные мысли.

Важно помнить, что ребёнок строит себя, наблюдая за результатами своих действий в зеркале реакций взрослых. Не стоит отмахиваться от того, что говорит малыш. Но и реагировать нужно так, чтобы ребёнок учился жить в мире сам и пробовал новые

способы общения с окружением, а не манипулировал другими с целью получения выгоды.

Если мы будем запрещать ребёнку сообщать о всех несправедливостях, которые он замечает, называя это ябедничеством, или будем предлагать всем «давать сдачи», ребёнок замкнётся, останется один на один и будет решать возникающие проблемы доступным для него путём. Вполне возможно, что он не будет справляться с трудностями и тогда у него появится один из многочисленных невротических симптомов, которые так трудно затем убрать. К таким невротическим реакциям относятся грызение ногтей, ночные страхи и даже энурез. Но самое главное — он не будет обращаться к вам ни за советом, ни за помощью. И когда вы захотите узнать, курит ли старший сын и что происходило, когда вас не было, вы не сможете этого узнать.

Настоящее ябедничество связано с получением выгоды. Ребёнок сказал, что сделали другие дети, их наказали, а его нет. Или старший брат рассказал, что младший брат разбил вазу — его наказали. Это делается из ревности.

Поведение взрослого, как и во всех других случаях, должно быть связано не со скорой расправой, поиском виновных, а выяснением всех обстоятельств. И после выяснения всех подробностей стоит обучить ребёнка действовать так, чтобы ошибка не повторялась.

## Доверие между взрослым и ребёнком

Ложь дошкольника легко обнаруживается взрослым. Обычно, солгав, ребёнок испытывает чувство вины, боится быть раскрытым или, напротив, хочет показать, как он ловко соврал. Чем чаще повторяется ложь, тем меньшее чувство вины испытывает ребёнок. Более того, чем чаще человек повторяет ложь, тем больше он в неё верит. Если мы разделяем ценности человека и уважаем его, то не можем врать. Также поступает и ребёнок. Чем больше он доверяет нам, тем меньше вероятности, что он солжет. Но если взрослый не реагирует на просьбы ребёнка и его первую ложь, она будет совершенствоваться.

Малыши не умеют различать изменение высказывания взрослого в связи с изменением обстоятельств ото лжи. Обещал — должен выполнить, так учили его родители, которые вдруг сами изменяют своему правилу. Это всё то же проявление эгоцентризма, поскольку ребёнок не может видеть картину в целом и объединить несколько объяснительных причин. Это означает, что родитель должен не просто объяснять обстоятельства дела на своём, удобном для взрослого уровне, языке.

Необходимо сесть рядом с ребёнком и подробно, последовательно объяснить, что изменения обстоятельств ведут к изменению результата. Иногда в том, как взрослые объясняют детям причины своего поведения, есть ощущение, что эгоцентризм есть именно у взрослых, и это они не могут понять, что ребёнок видит мир иначе.

В силу всё того же эгоцентризма ребёнок не может формулировать моральные суждения, основываясь на намерениях людей, совершающих те или иные по-

ступки. Например, папа задержался на работе, хотя договаривался с ребёнком пойти кататься в парк не потому, что хотел обмануть ребёнка, а потому что от его действий зависели судьбы других людей. Малыши любят правду, но только в отношении других людей. Мы уже говорили, что они пока не могут анализировать себя и свои поступки. Но им доступно объяснение, когда взрослый спокойно разбирает ситуацию, в которой показывает, что у человека может быть намерение обмануть, а может быть изменение обстоятельств, при которых человек, не желая того, должен менять своё поведение.

Итак, уже у дошкольников может быть много причин, побуждающих их солгать. И условием, препятствующим закреплению такого поведения, будет создание доверия между родителем и ребёнком. При этом родитель ведёт себя по отношению к ребёнку тактично, уважительно и максимально правдиво.

# КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ С НАРУШЕНИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ

## Педагогический коллектив

МБДОУ «Металлурговский детский сад № 1»,  
п. Metallургов, Кемеровская область

## Игры для «шустриков»

По наблюдениям специалистов в области психического здоровья, количество гиперактивных детей с каждым годом возрастает. Пристальное внимание к таким детям обусловлено, прежде всего, их неспособностью выдерживать регламентированный режим детского сада. Особенности поведения таких детей сказываются на успеваемости, взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками. Гиперактивный ребёнок сложен для взаимопонимания и взаимодействия с окружающими, для воспитания и обучения как внутри своей семьи, так и за её пределами. Зачастую, ввиду постоянных замечаний, упрёков, у гиперактивного ребёнка формируется низкая самооценка, снижается познавательная мотивация, развивается устойчивая, тяжёлая дезадаптация.

Окружающие и даже близкие люди испытывают к гиперактивному ребёнку отчуждение, но нельзя постараться понять его и вместе с ребёнком нравственно расти в процессе решения его многочисленных проблем? Наверняка такой подход не упростит жизнь взрослому. Но разве существует вообще жизнь без трудностей и необходимости приложения усилий?

В таком случае разве не логично начинать работу с гиперактивными детьми с того, что они любят больше всего, и что обычно более всего подвергается запретам?

Приоритетное направление нашей работы – найти формы и методы, сопровождающие процесс снижения гиперактивности у детей дошкольного возраста. Поэтому мы составили проект «Игры для «шустриков».

## Портрет гиперактивного ребёнка

Что же такое гиперактивность? И есть ли способы её снижения? Чтобы ответить на эти вопросы, нами было проведено исследование этой проблемы. Однако анализ психолого-педагогической литературы позволяет нам отметить неоднозначный подход к понятию «гиперактивности». В разное время педагоги-психо-



логи по-разному трактовали его значение. В связи с этим, считаем целесообразным, уточнить содержание этого понятия.

Авторы педагогической энциклопедии трактуют гиперактивность следующим образом: «Гиперактивность — комплексное нарушение поведения, проявляющееся в неуёмной избыточной двигательной активности, дефектах концентрации внимания, неспособности к организованной, целенаправленной деятельности».

Наверное, в каждой группе детского сада, в каждом классе встречаются дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Они создают дополнительные трудности в работе воспитателям и учителям, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают. Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: «Гиперактивному ребёнку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребёнку трудно концентрировать своё внимание, он легко отвлекается, часто задаёт множество вопросов, но редко дожидается ответов».

## Выявление детей с признаками гиперактивности

Для этого нами были подобраны диагностические методики, которые позволили определить наличие у исследуемых детей признаков гиперактивности.

В начале работы по данной теме, с воспитателями этой группы мы провели беседу, в которой им было дано описание «Портрета гиперактивного ребёнка» (Лютова Е.К., Моница Б.Г.).

После обсуждения данной темы педагоги предложили для обследования двоих ребят из группы — Данила и Артёма. Для объективности оценки, воспитателям были предложены следующие анкеты.

### Критерии выявления гиперактивного ребёнка (П. Бейкер, М. Алворд)

#### Высокая двигательная активность

Утверждение	Да	Нет
1. Беспокоен в движениях (барабанит пальцами, забирается куда-либо)		
2. Ёрзает на месте		
3. Находится в постоянном движении		
4. Очень говорлив		
5. Спит на много меньше, даже в младенчестве		



## Дефицит активного внимания

Утверждение	Да	Нет
1. Непоследователен в поведении		
2. Имеет трудности в организации		
3. Имеет много не законченных проектов		
4. Не слышит, когда к нему обращаются		
5. С большим энтузиазмом берётся за задание, но не заканчивает его		
6. Теряет вещи		
7. Избегает задач, которые требуют умственных усилий и скучных заданий		
8. Часто бывает забывчив		

## Импульсивность

Утверждение	Да	Нет
1. Не может регулировать свои действия		
2. Не умеет подчиняться правилам		
3. Отвечает до того, как его просят		
4. Не может дождаться своей очереди в игре, на занятиях		
5. Часто вмешивается в разговор, прерывает говорящего		
6. Плохо сосредотачивает внимание		
7. Не может отложить вознаграждение		
8. Вариативность поведения (на одних занятиях спокоен, на других нет)		

Если в возрасте до 7 лет проявляется, хотя бы шесть из перечисленных критериев, педагог может предположить, что ребёнок, за которым он наблюдает, является гиперактивным.

Признаки импульсивности (Е.К. Лютова, Б.Г. Моница)

1. Всегда быстро находит ответ, когда его о чём-то спрашивают (возможно, неверный).
2. У него часто меняется настроение.
3. Многие вещи его раздражают, выводят из себя.
4. Ему нравится работа, которую можно делать быстро.
5. Обидчив, но не злопамятен.
6. Часто чувствуется, что ему всё надоело.
7. Быстро не колеблясь, принимает решения.
8. Может резко отказаться от еды, которую не любит.
9. Нередко отвлекается на занятиях.
10. Когда кто-то из ребят на него кричит, он кричит в ответ.
11. Обычно уверен, что справится с любым заданием.
12. Может нагрубить родителям, воспитателю.
13. Временами кажется, что он переполнен энергией.
14. Это человек действия, рассуждать не умеет и не любит.
15. Требуя к себе внимания, не хочет ждать.
16. В играх не подчиняется общим правилам.
17. Горячится во время разговора, часто повышает голос.
18. Легко забывает поручения старших, увлекается игрой.
19. Любит организовывать и предводительствовать.
20. Похвала и порицание действуют на него сильнее, чем на других.

Для получения объективных данных необходимо, чтобы 2–3 взрослых человека, хорошо знающих ребёнка, оценили уровень его импульсивности с помощью данной анкеты. Затем надо суммировать все баллы во всех исследованиях и найти средний балл. Результат 15–20 баллов свидетельствуют о высокой импульсивности, 7–14 баллов о средней импульсивности, 1–6 баллов — о низкой.

## Анкета для выявления гиперактивности (по Д. Коннерсу)

Наблюдаемые признаки	Степень проявления признака			
	Отсутствует (0)	Низкая (1)	Довольно высокая (2)	Очень высокая (3)
1. Двигательное беспокойство (постоянно находится в движении)				
2. Раздражительность, импульсивность				
3. Вмешательство в занятия других детей				
4. Частая и быстрая переключаемость внимания				
5. Постоянное ёрзание на месте				
6. Невнимательность, отвлекаемость				
7. Нетерпеливость и быстрое разочарование				
8. Плаксивость				
9. Быстрая и резкая смена настроения				
10. Склонность к проявлениям ярости, непредсказуемое, взрывное поведение				
<b>Общая сумма</b>				

Данная анкета может использоваться в диагностике по выявлению гиперактивности у ребёнка. В качестве первичной диагностической ориентировки используется перечень симптомов, разработанный Джимми Коннерсом. Эту анкету могут заполнить как родители, так и педагоги при условии, что этому предшествует минимум четырёхнедельный период наблюдений. Если в сумме набирается 15 очков, то это даёт основание предполагать наличие у ребёнка гиперкинетического синдрома.

Один из признаков гиперактивных детей — рассеянное и неустойчивое внимание. Поэтому нами была проведена работа с детьми. Им были предложены на внимание два теста.

## Тест «Запомни и расставь точки» (Р.С. Немов)

Цель: определение объёма внимания.

Восемь маленьких квадратов с точками складываются в стопку таким образом, чтобы вверху оказался квадрат с двумя точками, а внизу — квадрат с девять-

тью точками (все остальные идут сверху вниз по порядку с последовательно увеличивающимся на них числом точек). Инструкция: «Сейчас мы поиграем с тобой в игру на внимание. Я буду тебе одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом ты сам будешь рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где ты видел эти точки на карточках».

Далее ребёнку, последовательно, на 1–2 секунды, показывается каждая из восьми карточек с точками сверху вниз в стопке по очереди и после каждой очередной карточки предлагается воспроизвести увиденные точки в пустой карточке за 15 секунд. Это время даётся ребёнку для того, чтобы он смог вспомнить, где находились увиденные точки, и отметить их в пустой карточке.

#### Оценка результатов

Объёмом внимания ребёнка считается число точек, которые ребёнок смог правильно воспроизвести на любой из карточек (выбирается та из карточек, на которой было воспроизведено самое большое количество точек). Результат эксперимента оценивается в баллах следующим образом:

10 баллов — ребёнок правильно за отведённое время воспроизвёл на карточке 6 и более точек.

8–9 баллов — ребёнок безошибочно воспроизвёл на карточке от 4 до 5 точек.

6–7 баллов — ребёнок правильно восстановил пол памяти от 3 до 4 точек.

4–5 баллов — ребёнок правильно воспроизвёл от 2 до 3 точек.

0–3 балла — ребёнок смог правильно воспроизвести на одной карточке не более одной точки.

#### Вывод об уровне развития

10 баллов — очень высокий.

8–9 баллов — высокий.

6–7 баллов — средний.

4–5 баллов — низкий.

0–3 балла — очень низкий.

#### Тест «Проставь значки» (Р.С. Немов)

Тестовое задание в этой методике предназначено для оценки переключения и распределения внимания ребёнка. Перед началом выполнения задания ребёнку показывают рисунок и объясняют, как с ним работать. Эта работа заключается в том, чтобы в каждом из квадратиков, треугольников, кругов и ромбов проставить тот знак, который задан на образце, т.е., соответственно, галочку, черту, полюс или точку.

Ребёнок непрерывно работает, выполняя это задание в течение двух минут, а общий показатель переключения и распределения его внимания определяется по формуле:

$$S = 0,5N - 2,8n/120$$

S — показатель переключения и распределения внимания;

N — количество геометрических фигур, просмотренных и помеченных соответствующими знаками в течении двух минут;

N — количество ошибок, допущенных во время выполнения задания. Ошибками считаются неправильно проставленные знаки или пропущенные, т.е. не помеченные соответствующими знаками.

Оценка результатов

10 баллов — показатель S больше чем 1,00;

8–9 баллов — показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00;

6–7 баллов показатель S располагается в пределах от 0,50 до 0,75;

4–5 баллов — показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50;

0–3 балла — показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.

Выводы об уровне развития

10 баллов — очень высокий;

8–9 баллов — высокий;

6–7 баллов — средний;

4–5 баллов — низкий;

0–3 балла — очень низкий.

### Тест-наблюдение по методике Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

*Цель исследования:* изучение произвольного поведения.

*Подготовка исследования:* подобрать конструктор, привлекательные, интересные игрушки.

*Проведение исследования:* эксперимент проводится индивидуально с каждым ребёнком (5–7 лет). Он состоит из двух серий.

**Первая серия. «Не подглядывай».** Экспериментатор сообщает ребёнку, что принёс интересную игру, но нужно подождать, пока он приготовит всё необходимое. Главное не подглядывать, что делает взрослый, «а то будет не интересно играть». Взрослый предлагает ребёнку посидеть 3 минуты с закрытыми глазами, а сам в это время создаёт видимость активной подготовки к игре (перекладывает детали конструктора, роняет их, стучит). Через 3 минуты ребёнок получает обещанную игру. Если дошкольник нарушает и подглядывает, педагог делает вид, что не заметил нарушения правил, и даёт ему игру. Если дети все 3 минуты не открывают глаза, можно продолжить до 4 минут, но не более.

**Вторая серия. «Дождись своей очереди».** В опыте участвуют два ребёнка. Экспериментатор предлагает одному из них поиграть в новую игру, а другому

(испытуемому) посидеть 3 минуты с закрытыми глазами и, не подглядывая, подождать своей очереди.

В обеих сериях фиксируется время, в течение которого ребёнок может ждать с закрытыми глазами; количество подглядываний за 3 минуты эксперимента; поведение в процессе ожидания, число и репертуар самостоятельных действий ребёнка. Результаты оформляют в таблицу 1.

Таблица 1

Показатели	Возраст детей	
	6-7 лет	
	I серия	II серия
Время ожидания (мин)		
Число подглядываний		
Количество самостоятельных действий		

*Примечание.* Самостоятельные действия — действия, совершаемые во время ожидания, средства организации своего поведения:

- запрещённые — ограничение возможности видеть действия взрослого, создание внешнего запрета (дети закрывают лицо руками, поворачиваются лицом к взрослому, закрывают лицо платком и т.д.);

- замещающие — ребёнок переключает себя на другое занятие (внешние — завязывает шнурки, рисует что-то пальцем на столе, выстукивает рукой или ногой какую-то мелодию и т.д.; внутренние — беззвучно шевелит губами, чуть слышно напевает, улыбается, как будто вспоминает что-то).

*Обработка данных.* Если есть разные возрастные группы необходимо сравнить показатели выполнения заданий. Устанавливают отличия по признаку произвольности поведения детей разных возрастных групп.

Если же работа проводилась только с одной возрастной группой использовать данную методику, как наблюдение.

Результаты тестовых заданий выявили, что у Артёма и Данила действительно есть признаки гиперактивности, а также импульсивности. Но проявляются они по-разному. У Артёма гиперактивность с импульсивностью — средней степени проявления. У Данила гиперактивность и импульсивность имеют высокую степень проявления.

После проведения тестов и обработки полученных результатов, мы можем судить об очень низком уровне развития внимания и недостаточном его объёме у обоих детей, а так же о низкой переключаемости внимания и его распределении.

Тест-наблюдение на произвольность поведения, дал нам возможность убедить-

ся в том, что ребятам действительно очень трудно контролировать своё поведение, а также терпеливо ждать с закрытыми глазами и не подглядывать. И производимые непроизвольные действия во время ожидания, и невозможность долго терпеть, позволяет нам относить все эти проявления к гиперактивности детей.

Таким образом, I этап работы дал нам возможность выявить детей с признаками гиперактивности и импульсивности.

## Игры и упражнения

В начале нашей работы мы отобрали игры, в которых мы можем использовать нетрадиционное оборудование, что в дальнейшем позволит нам снизить проявления гиперактивности у детей. Кроме игр мы подобрали и несколько упражнений. В итоге нами был составлен комплекс игр и упражнений для детей с проявлениями гиперактивности.

Правила игры с гиперактивными детьми заключаются в поэтапности работы, начиная с тренировки одной функции, затем можно подключать сразу две функции, позже можно использовать игры и упражнения с тренировкой сразу трёх функций одновременно.

### Игры и упражнения для тренировки одной функции

На данном этапе наши педагогические усилия были направлены на то, чтобы научить детей концентрировать своё внимание на выполнение конкретной задачи, а также развивать зрительное и слуховое внимание. А это обусловило в свою очередь подбор соответствующих средств, в нашем случае — нетрадиционного оборудования и подбор игр и упражнений с использованием его, и оно будет изготавливаться совместно с детьми.

Для игр «Последний из Могикан», «Зоркий глаз» детьми были изготовлены: барабан, шумовые инструменты, маски-оперения индейца.

**Барабан** — изготовлен из пластмассового ведёрка, обклеенного липкой лентой. Дети вырезали узоры и украшали барабан.

**Шумовые инструменты** — пластиковые бутылки. Дети заполняли их крупой, горохом, вырезали и наклеивали на них узоры.

**Маски-оперения** — каждый ребёнок изготавливал маску себе сам. При раскрашивании использовал нетрадиционный метод рисования «Рисование на мокром фоне».

«Последний из Могикан»

*Цель:* учить концентрировать внимание.

Эту игру хорошо проводить после рассказа об индейцах, а еще лучше после того, как ребенок посмотрел фильм, или прочитал книгу об индейцах. Об-

судите основные характеристики индейцев: близость с природой, умение слышать и видеть все, что происходит вокруг. Особенно внимательными должны быть индейцы, отправившиеся на охоту или «откопавшие топор войны». От того, заметят ли они вовремя различные шумы, может, зависит их благополучие. Теперь, когда игровая мотивация создана, предложите ребенку побыть таким индейцем. Пусть он закроет глаза и постарается услышать все звуки в комнате и за её пределами. Спросите его о происхождении этих звуков. Примечание. Чтобы было интереснее, можно специально организовать некоторые шумы и звуки. Постучать по разным предметам в комнате, хлопнуть дверью, прошуршать, чемнибудь.

«Зоркий глаз»

*Цель:* учиться концентрировать внимание на определенном предмете, и находить его в комнате.

Для того чтобы победить в этой игре, ребенку нужно быть очень внимательным и уметь не отвлекаться на посторонние предметы.

Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Дайте ему возможность запомнить, что такое, особенно если это новая вещь. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте выбранный предмет на доступном взгляду месте, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предмет в ящике стола, за шкаф и тому подобные места. Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.

Примечание: если ребенок сумел найти игрушку, то он достоин похвалы.

Можно даже сказать им о том, что, родись он в племени индейцев, их, возможно, назвали бы гордым именем типа «Зоркий глаз».

В игре «Собери правильно» были использованы **паззлы**, нарисованные и вырезанные детьми. Для их создания, дети рисовали картину, применяя такие нетрадиционные методы рисования, как рисование ладошкой и пальцем.

«Собери правильно»

*Цель:* развить зрительное внимание и его объём.

Ребенку предлагают собрать; разрезные картинки, узор из геометрических фигур по заданному образцу, паззлы, мозаику и др.

В нашем случае — это паззлы, сделанные самими ребятами.

Так же в этом периоде детям были предложены несколько упражнений с использованием воздушных шаров и мухобойки, а затем были включены игры на координацию движения «На улицах города». Эти игры понравились детям. В играх используются воздушные шары, которые так любят дети, и необычный предмет «мухобойка», которая используется в быту для других целей.



## Упражнения с воздушными шарами и мухобойкой

### Упражнения для улучшения концентрации внимания

#### 1. Ударять по воздушному шару определенным образом:

- стараться попасть по возможности в середину шарика;
- попасть по воздушному шару с возможно большим шумом;
- ударить так, что бы он лопнул;
- ударить по шару так, что бы он поднялся как можно выше;
- ударить по шару так, что бы он ударился о пол;
- подпрыгнуть и ударить по шару, когда он будет находиться в наивысшей точке полета;
- попасть по воздушному шару мухобойкой с закрытыми глазами.

#### 2. Балансировать воздушным шариком:

- удерживать воздушный шарик в равновесии с помощью одной или нескольких мухобоек, слегка ударяя по нему;
- удерживать воздушный шарик в равновесии в воздухе, не ударяя по нему;
- удерживать воздушный шарик, зажав его между двумя мухобойками;
- взять в каждую руку по мухобойке и стараться попеременно вести шарик то в одну сторону, то в другую;
- подбрасывать воздушный шарик вверх с помощью мухобойки и снова мягко поймать его мухобойкой.

#### 3. Двигаться вместе с воздушным шариком:

- лёжа на весу удерживать воздушный шарик с помощью мухобойки;
- попеременно ударять по воздушному шару то мухобойкой, то какой-нибудь частью тела;
- по команде собираются вместе, жонглируя воздушными шарами, бежать в угол зала, образовывать круг, квадрат и т.д.;
- сидя зажимают шарик между ногами, как барабан, берут две мухобойки в руки, как барабанные палочки, и выбивают на воздушном шарике заданный ритм.

#### 4. Мысленно путешествовать вместе с воздушным шариком:

— детям предлагается лечь на пол и закрыть глаза; им рассказывается история о воздушном шарике, который летит вокруг света, бегая от мухобойки, которая его преследует;

— предложить детям продолжить историю.

### Тренировка зрительного внимания

1. Детям предлагается понаблюдать за воздушными шарами:

— какого цвета воздушные шарики у других детей?

— у кого самый маленький и у кого самый большой шарик?

— у скольких детей голубой? красный? желтый? Как зовут этих детей?

— следить за траекторией полета воздушного шарика. Как только шарик коснётся пола, дети садятся на пол;

— следить за полетом шарика в темноте с помощью карманного фонарика.

2. Все шарики кладутся под покрывало. Покрывало быстро приподнимается и снова опускается:

— сколько воздушных шаров под покрывалом?

— какого цвета эти шарики?

— сколько вообще цветов представлено?

— сколько воздушных шаров одного цвета?

— какого цвета самый маленький, самый большой воздушный шарик?

### Упражнения на преодоление импульсивности

1. Не касаясь воздушного шарика, нужно сказать, как и куда следует ударить по нему мухобойкой, чтобы он пришел в движение.

2. Устроить с помощью мухобоек воздушный вихрь над шариком. Можно ли произвести такой ветер, чтобы воздушный шарик на полу пришел в движение?

3. Ударами мухобойки рядом с воздушным шариком создать движение воздуха. Как создать такой ветер, чтобы шарик улетел?

4. Попытаться сделать так, чтобы воздушный шарик, лежащий на полу, начал подпрыгивать. Можно ли сделать так, чтобы он подпрыгнул высоко?

5. Перегонять воздушные шарики с одного места на другое. Кто сможет перегнать 3 шарика с одного места на другое?

## Упражнения на координацию движения

## «По улицам города»

1. Двигаться по улицам города выстроенного на полу зала с помощью канатов, кубов горок и т.д.

— как можно быстрее ходить по улицам города, ведя перед собой воздушные шарик;

— ходить, не позволяя шарикам перелетать за левую и правую сторону улицы.

## 2. Управлять движением:

— играть воздушным шариком в теннис или бадминтон в темпе замедленной киносъёмки;

— в игре «старт-стоп» вести перед собой воздушные шарик с помощью мухобойки, варьируя скорость от нуля до самой большой; то ускоряя движение то, замедляя его, то совсем останавливаясь.

Использовать игры эстафеты с шарами (ведение воздушного шарика, попадание в цель, бег с препятствиями).

Кроме этого им очень понравилось участвовать в подготовке игрового поля, для чего необходимо построить улицы города из больших мягких модулей.

## Игры и упражнения для тренировки двух функций

На данном этапе наши основные усилия были направлены на снятие мышечного напряжения и мышечный контроль, а так же на снижение импульсивности. Для этого нами было подобрано нетрадиционное оборудование, а так же игры и упражнения с использованием его. На этом этапе были включены игры с **песком и глиной**.

Игры с песком позволяют гармонизировать внутренний хаос, господствующий в душе ребёнка. В песочницу переносятся внутренние конфликты: агрессия, тревога, реальные конфликты и взаимоотношения. Хочется отметить, что игры с песком были приняты детьми с большим интересом, хотя выполнение данного задания было не таким простым. Первоначально в игре «Археология», ребятам мешала их высокая активность. Не хватало терпения. После первой неудачи с игрой в песок, им было предложено просто порисовать на песке, такое задание оказалось для них более простым и не менее интересным. Рисование на песке помогло ребятам успокоиться.

## «Археология»

*Цель:* развитие мышечного контроля.

Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает её. Ребенок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При

этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями с взрослым.

В дальнейшем при повторении наших игр, ребятам уже удавалось, взять себя в руки, и выполнять сосредоточенно правила этой игры. Не менее эффективными были и занятия с глиной, которые хорошо помогали расслабиться ребятам. «Глиняная фантазия» ребят была очень интересной, хотя первые фигурки внешне напоминали поведение ребят, они были как бы летящие, неопрятные, как будто не хватало времени на доведение своей фантазии до конца.

#### «Глиняная фантазия»

*Цель:* снять эмоциональное напряжение, мышечного напряжения, переключение внимания.

Если ребенок перевозбудился, устал, чтобы помочь ему успокоиться и переключить его внимание на другой вид деятельности: предложить ему ком глины, и дать ему возможность поработать с ней, то есть предоставить свободу выбора, чтобы он хотел вылепить в данный момент. После можно предлагать выполнение определенных заданий (фигур).

При постоянном повторении игр на втором этапе мы можем отметить, что некоторые признаки импульсивности у детей стали менее заметны. Также мы научили ребят снимать мышечное напряжение при помощи «Волшебного клубка» (яркий клубок шерстяных ниток).

#### «Волшебный клубок»

*Цель:* обучение ребенку приемам саморегуляции.

Если ребенок находится в возбужденном состоянии и не может успокоиться, ему можно предложить смотать клубок из яркой пряжи. Размер клубка с каждым следующим разом становится больше.

Взрослый сообщает ребенку, что это волшебный клубок. Как только дети начинают его сматывать, то сразу успокаиваются. Когда подобная игра для него становится привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, когда почувствует, что огорчен, устал или «зазевался».

В работе с песком в игре «Археология», мы добились неплохих результатов, ребята научились сдерживать свои эмоции и более спокойно выполнять задания, получать результаты.

### Игры и упражнения для тренировки трёх функций

Были включены коллективные игры на тренировку сразу трёх функций (внимание + мышечный контроль + импульсивность). Это игры «Танцующие руки», «Давайте поздороваемся» и «Коршун».

#### «Танцующие руки»

*Цель:* снятие мышечного напряжения и импульсивности.

Рисование цветными мелками обеими руками на бумаге. Глаза закрыты, руки двигаются в такт музыке. Рассмотреть рисунки и определить (придумать), что нарисовано.

«Давайте поздороваемся»

*Цель:* снять мышечное напряжение, развивать умение переключать внимание.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично передвигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, кто-либо из детей захочет поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает внимания на него). Здороваться надо определенным образом: один хлопок – здороваемся за руку; два – здороваемся плечами; три хлопка – здороваемся спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре помогает избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

«Коршун»

*Цель:* развить внимание, быстроту реакции, умение следовать инструкциям взрослого, обучать навыкам взаимодействия с детьми.

Воспитатель надевает шапочку курочки и говорит, что все дети – «цыплята» — живут вместе с мамой курочкой в курятнике. Курятник можно обозначить мягкими блоками или стульчиками. Затем курочка с цыплятами гуляют по комнате. Как только звучит команда «Коршун» (предварительно с ребятами обговорили, кто такой коршун и почему цыплятам следует опасаться его), все дети бегут обратно в курятник. Затем из числа играющих воспитатель выбирает новую «курочку», можно выбрать «Коршуна» (он будет внезапно выскакивать и догонять «цыплят»). Игра повторяется.

В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из укрытия и погулять, тихонько помахая «крыльями». Можно вместе потанцевать под музыку, поприсядать. Дети вместе с воспитателем ищут заранее спрятанную игрушку – пушистого цыпленка (который потерялся). Затем все вместе рассматривают игрушку, гладят его, жалеют, относят на место. По ходу игры можно делать усложнения. Например, перед входом в «Курятник» поставить реечку, которая лежит на высоте 60-70 сантиметров, чтобы дети не вбежали, а подползали под реечку.

При проведении этих игр ребята получили большой заряд бодрости и хорошего настроения. В ходе проведения подвижных коллективных игр, ребята выплескивали свою энергию, после чего некоторое время они в течение дня были более спокойны.

Для игры «Коршун» дети сами изготавливали себе маски «цыплят», используя нетрадиционное оборудование для рисования — тычки.

Целью третьего этапа было подтверждение эффективности использова-

ния нетрадиционного оборудования в играх, как условие снижения гиперактивности у детей старшего дошкольного возраста. На данном этапе были применены те же методики, что и на первом этапе.

Таким образом, можем подвести итог третьего этапа работы с детьми. Мы добились определённых результатов, хоть и не высоких. Но по нашему мнению использование нетрадиционного оборудования в играх и упражнениях всё-таки благотворно повлияло на результат нашей работы, и позволило нам добиться пусть незначительных, но всё-таки результатов. Нетрадиционное оборудование должно было привлечь и заинтересовать ребят. Что было нами достигнуто с успехом, дети с большим желанием приступали к занятиям. Применение нетрадиционного оборудования делало наши встречи разнообразными и яркими. И все это приводит нас к мысли, что данные занятия необходимо продолжать и далее. А более эффективны они будут, если они будут проводиться совместно с родителями. Так как качественные результаты могут быть получены только при совместной работе с родителями, воспитателями и детьми. Поэтому нами были разработаны рекомендации для родителей, а так же для воспитателей.

## Шпаргалка для педагогов

1. Работать с гиперактивным ребёнком целесообразней в первую половину дня, а не вечером.
2. Уменьшать нагрузку ребёнка следует по времени, но не облегчать её.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.
4. Быть артистичным, экспрессивным педагогом.
5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
6. Посадить ребёнка во время занятий рядом с взрослым.
7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
8. Договариваться с ребёнком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие, чёткие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
11. Поощрять ребёнка сразу же, не откладывая на будущее.
12. Предоставлять ребёнку возможность выбора.
13. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия — нет преимущества!

## Рекомендации педагогам

1. Введите знаковую систему оценивая. Хорошее поведение и успехи в любой деятельности вознаграждайте. Не жалейте устно похвалить ребёнка, если он успешно справился даже с небольшим заданием.
2. В течение дня устраивайте активные, подвижные игры в чередовании физическими упражнениями и релаксацией.
3. Работа с гиперактивными детьми должна строиться индивидуально. Оптимальное место для гиперактивного ребёнка — в центре группы. Он всегда должен находиться перед глазами педагога. Ему должна быть предоставлена возможность быстро обращаться к воспитателю за помощью в случае затруднений.
4. Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло — убрать, сложить, подмести, собрать и т.д.
5. Вводите проблемное обучение, повышайте мотивацию. Больше давайте творческих, развивающих знаний и, наоборот, избегайте монотонной деятельности. Рекомендуемая частая смена заданий с небольшим числом вопросов.
6. Сложные указания предлагаются в виде последовательных частей, и педагог периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.
7. Давайте задание в соответствии с рабочим темпом и способностями ребёнка. Избегайте предъявления завышенных или заниженных требований к ребёнку с СДВГ (синдром дефицита внимания с гиперактивностью).
8. Создавайте ситуации успеха, в которых ребёнок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Научите его лучше их использовать, чтобы компенсировать нарушенные функции за счёт здоровых. Пусть он станет классным экспертом по некоторым областям знаний.
9. Сложные учебные задания изучать с ребёнком индивидуально до фронтальных занятий

## Шпаргалка для родителей

**Правило 1.** Не ожидайте всего сразу. **Начинать надо с тренировки только одной функции** (например, только внимания, при этом вы должны быть терпимы к ёрзанью на стуле или перебиранию всех предметов на столе в процессе работы). Помните, если вы одёргиваете ребёнка, то усилия переключаются на контроль своих действий, а сконцентрироваться на задании ему уже будет трудно. Только через продолжительное время ваших совместных усилий можно начинать требовать не только внимания, но и общепринятого поведения во время игр.



**Правило 2. Предупреждайте переутомление и перевозбуждение ребёнка:** вовремя переключайте его на другие виды игр и занятий, но не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить ребёнку полноценный сон и спокойную обстановку.

**Правило 3.** Так как гиперактивному ребёнку сложно контролировать себя, то **он нуждается во внешнем контроле.** Очень важно, чтобы взрослые при выставлении внешних рамок из «можно» и «нельзя» были последовательны. Также необходимо учитывать, что ребёнок не способен долго ждать, поэтому все наказания и поощрения должны появляться вовремя. Пусть это будет доброе слово, маленький сувенир или условный жетон (сумму, которых вы обменяете на что-то приятное). Но их передача ребёнку должна являться достаточно быстрым проявлением вашего одобрения его действий.

Гиперактивные дети доставляют немало хлопот не только их родителям, но и педагогам, которые с ними работают. Но самое главное страдают от этого сами дети, и им просто необходима помощь взрослых, для того, чтобы научиться жить в мире и сотрудничестве с окружающими их людьми. В своём проекте мы представили свой опыт в оказании помощи таким детям. И свой выбор остановили на игре, причём мы в играх применяли нетрадиционное оборудование (барабан, шумовые инструменты, паззлы, глину, песок, воздушные шары, мухобойки, клубок с нитками, тычки, гуашь для рисования руками), так как оно привлекало внимание детей. В ходе работы к изготовлению нетрадиционного оборудования были привлечены сами ребята. Изготовление оборудования их очень заинтересовало.

Таким образом, анализ результатов наглядно свидетельствует об эффективности разработанного нами проекта. Наши дети стали более внимательны, научились концентрировать своё внимание, снимать мышечное напряжение, научились выполнять правила игры, уступать лидерство другим и давать возможность другим ребятам высказывать своё мнение. Наша гипотеза подтвердилась.

## Литература

1. *Алексеева А.М.* Оказание комплексной помощи семье с гиперактивным ребёнком. Дошкольная педагогика. 2007. № ы8. С. 43–45.
2. *Сиротнюк А.* Детская гиперактивность: причины, рекомендации. Дошкольное воспитание. 2007. № 8. С. 44–50.
3. *Брызгунов И.П.* Непоседливый ребёнок. М. 2001.
4. Гиперактивные дети: Коррекция психологического развития. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / П. Альтхерр, Л. Берг, А. Вёльфль и др.; под редакцией М. Пассольта; пер. с нем. В.Т. Алтухова; науч. ред. рус. текста Н.М. Назарова. М.: Издательский центр Академия, 2004.
5. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н.Н. Заваденко. М.: Издательский центр Академия, 2005.
6. *Гурова Е.А.* Ребёнок с синдромом гиперактивности // Ребёнок в детском саду. 2005. № 6. С. 9–12.

7. *Губанова Л.* Какой ключик подобрать к шустрику? // Дошкольное воспитание. 2008. № 6. С. 99–102.
8. *Лютлова Е.К.* Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Комплексная программа. Речь. Санкт-Петербург, 2005.
9. *Лютлова Е.К.* Шпаргалка для взрослых. Речь. Санкт-Петербург, 2005.
10. *Лютлова Е.К.* Учимся понимать своего ребёнка. Программа тренинга для родителей. // Школьный психолог — изд. дом. Первое сентября. 2006. № 23.
11. *Игнатъева Л.В.* Индивидуальная коррекционно-развивающая программа для гиперактивных детей // Управление дошкольным Образовательным Учреждением. 2004. № 3. С. 90–95.
12. *Пасечник Л.* Гиперактивность: как быть? // Дошкольное воспитание. 2007. № 1. С. 88–95.
13. *Пасечник Л.* Гиперактивность: как играть с гиперактивными детьми? Чем занять их в детском саду и дома? // Дошкольное воспитание. 2007. № 2. С. 44–50.
14. *Миролюбов А.В.* Синдром дефицита внимания с гиперактивностью у ребёнка — опасность для его будущего // Медицинский работник ДОУ. 2008. № 1.
15. *Поваляева М.А.* Нетрадиционные методы коррекционной педагогики. Ростов-на-Дону: Феникс. 2006.
16. *Киселева М.Б.* Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. Речь. Санкт-Петербург. 2006.
17. *Семаго Н.* Особенности развития // Школьный психолог — изд. дом. Первое сентября. 2006. № 23.
18. *Решетникова О.* Не делайте детей удобными // Дошкольное образование. 2006. № 22. С. 35–39.
19. Педагогический энциклопедический словарь / Б.М. Бим-Бад // Науч. изд. Большая Российская Энциклопедия. М. 2002.
20. Психология от А — Я. Словарь справочник. / Майк Кордуэле. М. ФАИР-ПРЕСС. 2002. С. 120.
21. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. 2-е изд. перераб. и доп. М. Педагогика — Пресс. 1998. С. 72–73.
22. *Широкова Г.А.* Система работы психолога с детьми дошкольного возраста. Изд. 5-е. Ростов-на-Дону. 2007.

Ольга Евгеньевна Морозова,  
воспитатель I квалификационной категории,  
МБДОУ «Детский сад № 32 "Почемучка"»,  
г. Обнинск

## Здоровый ребёнок

**П**онятие «физическое воспитание» — о чём говорит уже сам термин — входит в общее понятие «воспитание» в широком смысле. Это означает, что так же, как и воспитание, представляет собой процесс решения определённых воспитательно-образовательных задач, характеризуется всеми общими признаками педагогического процесса.

Отличительные особенности физического воспитания определяются, прежде всего, тем, что это процесс, направленный на формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, укрепление здоровья.

Семья во многом определяет отношение детей к физическим упражнениям, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствуют близкое эмоциональное общение детей и взрослых в разных ситуациях, естественно возникающая их совместная деятельность (обсуждения успехов спортивной жизни страны, иллюстрации в книгах на спортивные темы и др.). Дети особенно восприимчивы к убеждениям, положительному поведению отца, матери, укладу жизни семьи.

Личный пример родителей, совместные физкультурные занятия, здоровый образ жизни — главные составляющие успеха физического воспитания в семье.

Здоровый образ жизни — это способ жизнедеятельности сохранения и укрепления здоровья людей. Воспитывать ребёнка здоровым — это значит, с самого раннего детства научить его вести здоровый образ жизни. Его основные компоненты: рациональный режим; систематические физкультурные занятия, правильное питание; благоприятная психологическая обстановка в семье.

## Закаливание

Как средство повышения защитных сил организма закаливание возникло в глубокой древности. В Спарте, например, закаливание мальчиков начина-

лось в грудном возрасте, а с 7 лет они воспитывались в суровых, «спартанских», условиях: ходили круглый год босиком и в облегчённой одежде, купались в холодной воде и т.п. Условия жизни девочек были почти такими же. В России закаливание издавна было массовым. Примером этого могут быть деревенские бани с парными и «снежными» ваннами.

Закаливание — это комплексная система оздоровительных воздействий, направленных на достижение устойчивости, невосприимчивости организма к вредным для здоровья метеорологическим и другим факторам.

## Босохождение

Босохождение (хождение босиком) — ещё один вид закаливания, который своими корнями уходит в далёкое прошлое. Так, в Древней Греции босохождение было своего рода культом.

В качестве эффективного средства профилактики и лечения многих заболеваний босохождение впервые было предложено в научной медицине немецким учёным — гигиенистом конца XIX века Себастьяном Кнейпом. Он приводил примеры излечения различных заболеваний водными процедурами в сочетании с ходьбой босиком по росе, мокрым камням, выпавшему снегу.

Для чего же нужно босохождение? Дело в том, что на коже стоп находится большое количество рецепторов, реагирующих на тепло и холод. Постоянное ношение обуви создаёт особый микроклимат для ног, при нарушении которого организм реагирует заболеванием. Вот почему лишь стоит переохладиться или промочить ноги — и простуда тут как тут. Закаливание делает стопы ног менее чувствительными к колебаниям температуры, и следствие этого — снижение заболеваемости.

Кроме этого, современные учёные приходят к выводу, что постоянная изоляция человека (резиновая подошва, синтетические ткани) приводит к тому, что в теле накапливается значительный электрический заряд, что приводит к хронической усталости, неврозам, бессоннице. Это ещё плюс в пользу босохождения.

Также не следует забывать, что хождение босиком может предупредить, а иногда и вылечить плоскостопие, которым в настоящее время страдают очень многие дети.

Как и любой вид закаливания, босохождение должно быть постепенным и систематическим. Особенно осторожным нужно быть с детьми раннего возраста. Начинать нужно с хождения в тёплой комнате по ковру. Рекомендуются приобрести в магазине специальные резиновые коврики с рифлёной поверхностью, которые служат замечательным тонизирующим средством. Дополнительно можно делать массаж стоп с помощью круглой палки, катая её под подошвами ног каждый день по несколько минут. Но не забывайте о ходьбе босиком по траве или земле.

Исследования электроэнцефалографа показали, что характер почвы по-разному действует на нервные центры. Горячий песок, асфальт, острые камни,

шишки и хвоя действуют как сильные раздражители, тёплый песок, трава, дорожная пыль, ковёр на полу успокаивают.

При босохождении увеличивается интенсивность деятельности практически всех мышц организма, стимулируется кровообращение, улучшается умственная деятельность. Поэтому используйте хождение босиком для укрепления здоровья.

## Проблема детского ожирения

Далеко не все пухлые младенцы впоследствии превращаются в полных детей, и не все упитанные дети вырастают в страдающих от ожирения взрослых. Тем не менее, с возрастом полнота усиливается как у мужчин, так и у женщин, и существует не малая вероятность того, что ожирение, появившееся ещё в раннем детстве, будет сопровождать человека всю жизнь.

Полнота и ожирение вызывают у ребёнка множество проблем. Помимо того, что детское ожирение угрожает усилиться с возрастом, оно является основной причиной детской гипертонии, связано с диабетом 2-й степени, увеличивает риск развития коронарной болезни сердца, способствует увеличению давления на суставы, несущие весовую нагрузку, понижает самооценку и влияет на взаимоотношения с ровесниками. По мнению некоторых экспертов, наиболее серьёзными последствиями ожирения являются именно социальные и психологические проблемы.

### Причины детского ожирения

Как и ожирение у взрослых, ожирение у детей вызвано целой совокупностью причин, однако самая главная из них — несоответствие энергии вырабатываемой (калории, полученные из еды) и растрачиваемой (калории, сожжённые в процессе основного обмена веществ и физической активности) организмом. Детское ожирение чаще всего развивается в результате сложного взаимодействия диетических и физиологических факторов.

#### Семья

Ожирению наиболее подвержены дети, родители которых также страдают излишним весом. Это явление можно объяснить наследственностью или моделированием родительского пищевого поведения, что опосредованно влияет на энергетический баланс ребёнка. Половина родителей школьников начальных классов никогда не занималась спортом и избегает физических нагрузок.

#### Лечение детского ожирения

Целью программ лечения ожирения детей и подростков редко является потеря веса. Они скорее ориентированы на замедление или остановку прибавления в весе, что должно позволить ребёнку со временем достичь нормального веса.

Раннее и правильное вмешательство особенно важно. Существуют убедительные доказательства, что пищевое и физическое поведение подростков и детей легче поддаётся коррекции, чем поведение взрослых. Вот три формы вмешательства.

### Физическая активность

Соблюдение формальной программы тренировок или увеличение физической активности позволяет сжечь лишние калории, увеличить расход энергии и поддерживать приобретённую форму. Большинство исследований детского ожирения показали, что тренировки не приносят ощутимого результата, если не сочетаются с другой формой вмешательства, например, диетологическим воспитанием или изменением поведенческих стереотипов. Тем не менее, фитнес приносит дополнительную пользу для здоровья. Даже если телесный жир и вес тела ребёнка не изменяются после 50 минут аэробных упражнений трижды в неделю, подобные тренировки улучшают липидные профили крови и кровяное давление.

### Питание и диета

Детям не рекомендуют голодать или чрезмерно ограничивать потребление калорий. Такая стратегия лечения не только может вызвать стресс, но и негативно повлиять на рост ребёнка и его восприятие «нормального» питания. Сбалансированные диеты с умеренным ограничением потребления калорий, особенно уменьшенным уровнем жира, успешно применяются для лечения детского ожирения. Также не следует пренебрегать диетологическим воспитанием. Диета в сочетании с фитнесом — эффективная стратегия лечения детского ожирения.

### Модификации поведения

Многие стратегии поведения, которые используются для лечения ожирения у взрослых, успешно применяются для лечения детей и подростков: самоконтроль и ведение диетологического дневника, замедление скорости поглощения еды, ограничение времени и места потребления пищи, введение наград и поощрительных призов за достигнутые результаты. Особенно эффективны стратегии поведения с участием родителей ребёнка.

Ожирение легче предотвратить, чем лечить. Предотвращение ожирения во многом зависит от воспитания родителей. Мама должна кормить малыша грудью, уметь определить, когда ребёнок насытился, а также не спешить с введением в рацион малыша твёрдой пищи. Когда ребёнок подрастёт, родители должны обеспечивать правильное питание, выбирать низкокалорийные продукты, развивать навыки физической активности, а также регулировать просмотр программ. Если профилактические меры окажутся неэффективными или не смогут полностью побороть влияние наследственности, приоритетом воспитания должно стать развитие у ребёнка самоуважения и уверенности в себе.

## Десять советов родителям

1. Приучайте ребёнка соблюдать режим дня, разумно чередовать нагрузки с отдыхом.
2. Помните: нельзя сокращать время сна, требуемое для восстановления физического и психического здоровья.

3. Гуляйте с ребёнком в любую погоду! Игры на свежем воздухе активизируют обменные процессы, стимулируют работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, укрепляют защитные силы организма.

4. Одевайте ребёнка в соответствии со временем года в практичную, удобную, лёгкую, не затрудняющую движений одежду.

5. Позаботьтесь о полноценном, разнообразном и регулярном питании ребёнка, необходимом для его роста и правильного развития.

6. Поддерживайте познавательные интересы ребёнка, не оставляйте без внимания ни один его вопрос, вместе с ним ищите ответы на его «почему?».

7. Беседуйте с ребёнком, учитесь его слушать, развивать речь — залог хорошей учёбы в будущем.

8. Дозируйте время и информацию, получаемую ребёнком при просмотре телепередач.

9. Контролируйте продолжительность занятий и условия, в которых они протекают. Не забывайте, что чем меньше ребёнок, тем труднее ему длительно заниматься однообразной деятельностью.

10. Чаще хвалите своего малыша, ободряйте словом, улыбкой, лаской и нежностью. Не жалейте времени на общение с ним — не отделяйтесь игрушкой или сладостями!



Ольга Евгеньевна Морозова,  
воспитатель I квалификационной категории,  
МБДОУ «Детский сад № 32 Почемучка», г. Обнинск

## Дыхательная гимнастика

### «ЛОШАДКА»

Вспомните, как звучит цоканье копыт лошади, катающей на своей спине весёлых ребятешек. Цоккаем язычком то громче, то тише, скорость движения лошади показываем так же: то снижая, то увеличивая темп повтора звуков (20–30 секунд).

### «ВОРОНА»

Села ворона на забор, и решила завлечь всех своей прекрасной песней. То вверх поднимает голову, то в сторону повернёт. И каркает так, что всюду слышно. Дети произносят протяжно «Ка-а-рр» (5–6 раз). Так громко каркала ворона, что охрипла и стала каркать беззвучно, с закрытым ртом (5–6 раз).

### «ЗМЕИНЫЙ ЯЗЫЧОК»

Представляем, что длинный змеиный язык пытается высунуться как можно дальше, стараясь достать до подбородка (6 раз).

### «КУРЫ»

Укрепление мышечного корсета, позвоночника, формирование дыхательного акта, правильной осанки, развитие внимания, выдержки. Ребёнок стоит, наклонившись, свободно свесив руки «крылья» и опустив голову. Глубокий выдох произносит «так-так-так», одновременно похлопывая себя по коленям, выдох, выпрямляется. Поднимает руки и плечи, вдох через нос. Повторяет 3–5 раз.

### «РОЖОК»

Укрепление круговых мышц рта, тренировка навыков правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах. Предложить детям созвать коров, как можно громче подуть в рожок (он в носу):

- необходимо вдохнуть воздух через нос и резко выдохнуть в рожок;
- побеждает тот, кто продудит громче и дольше через нос.

### «БУЛЬКАНИЕ»

Восстановление носового дыхания, формирование ритмичного выдоха и его углубление. стакан, наполненный на треть водой, и соломинка стоят на столе перед ребёнком. Глубоко вдохнуть через нос и сделать глубокий выдох в трубочку, чтобы получилось за один выдох долгое бульканье. Выполнять лучше по команде «вдох», а затем булькать.

### «МИШКИН ДОМ»

У Мишки дом огромный (выпрямление, руки вверх, потянуться, посмотреть на руки — выдох).

У Мышки очень маленький (присесть, обхватить руками колени, опустить голову — выдох с произношением звука «ш-ш-ш»).

Мышка ходит в гости к Мишке, он же к ней не попадёт (надо ходить по залу).

### «ХОМЯЧКИ»

Тренировка носового дыхания, смыкание губ, координация движений.

Хомячки носят запасы за щёчками. Предложить перенести из болота, от стула к стулу, шагая по листочкам бумаги, все фанты, перенося по одному с одного стула на другой. Ребёнок берёт в руки овощ, надувает щёки, смыкая губы, и идёт по «кочкам», перенося с одного стула на другой, оставляет овощ на стуле и хлопает себя по щекам, возвращается за другим обратно.

### «ВЕТЕР»

Тренировка навыка правильного носового дыхания. Укрепление мышц лица. Собрались ветры с разных концов света и устроили соревнования: какой ветер дует сильнее всех (дуют на подвешенные шарики, вертушки). Воздух вдыхается через нос и резко через рот выдыхается. Побеждает тот, у кого шарик отлетит выше или крутится дольше вертушка.

### «ПОГРУЗКА АРБУЗОВ»

Улучшение функций дыхания, укрепления мышц рук, умение согласовывать свои действия. Игра проводится сидя. Ведущий даёт мяч ребёнку, тот передаёт его другому и так по кругу 2–3 раза (это погрузка). Затем производят круговые движения руками, произнося «чу-чу-чу», поезд поехал, через 2–3 минуты поезд останавливается «ш-ш-ш», губы складываются в трубочку. После этого начинается отгрузка арбузов — те же движения.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ К НАШЕМУ ЖУРНАЛУ!

#### ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМАТУ СТАТЕЙ

Материалы представляются в формате Microsoft Word. Объем материала — от 7 до 20 страниц, шрифт — Times New Roman, кегль — 14. Не допускается использование аббревиатур, даже общепринятых. Таблицы создаются средствами Microsoft Word, нумеруются, снабжаются заголовками и вставляются в текст сразу после ссылки на них. Графики и диаграммы создаются средствами Microsoft Excel, снабжаются заголовками, соответствующими подрисуночными подписями и вставляются в текст сразу после ссылки на них. Не допускается вставка в текст фотографий. Фотографии представляются в формате JPEG (jpg), разрешение не менее 400 пикселей, и пересылаются отдельными файлами.

СТАТЬЯ ДОЛЖНА СОДЕРЖАТЬ фамилию, имя, отчество (полностью) автора или авторов с указанием ученой степени и звания, места работы (дошкольное образовательное учреждение, вуз, кафедра, без аббревиатур), должности, контактных телефонов (служебного и домашнего, с кодом города), электронного и почтового адреса (с индексом), на который в случае публикации материала будет выслан авторский экземпляр.

Издатель: ООО "НИИ школьных технологий"

109341, г. Москва, ул. Люблинская, д. 157, корп. 2  
Тел. (495) 345-52-00

Подписано в печать 20.08.2015. Заказ № 5827.  
Формат 60x90/8. Бумага офсетная. Печать офсетная.  
Печ.л. 9,0. Усл. печ.л. 9,0.

Отпечатано в типографии НИИ школьных технологий