

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска
детский сад №52 «Самолетик»

Консультация для воспитателей:
«Сказкотерапия
как метод оздоровительной работы с детьми»

Воспитатель:
Угрюмова О.В.

Сказкотерапия как метод оздоровительной работы с детьми

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную долгую жизнь.

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С. И. Ожегова: *«Правильная, нормальная деятельность организма»*. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста в РФ показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 16 до 17,3%. В среднем по России на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата — нарушение осанки, плоскостопие, неравновесный мышечный тонус и т. д. По данным прогнозов, 85% этих детей — потенциальные больные сердечно-сосудистыми заболеваниями. Около 50% детей нуждаются в психокоррекции и характеризуются серьезным психологическим неблагополучием.

Причин роста патологии множество. Прежде всего, снижение двигательной активности, которая является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических потребностей детского организма и безусловно является одним из важнейших показателей его нормального формирования и развития. Движения в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей всегда выступают как средство оздоровления, этим можно объяснить высокую эффективность самих методик и форм проведения занятий, когда их основой является общее воздействие на организм в сочетании со специальными физическими упражнениями. Доказано что физические упражнения существенно влияют на повышение эмоционального тонуса детей дошкольного возраста. Во время занятий по физической культуре у ребенка улучшается настроение,

появляется чувство радости, удовольствия. Физические упражнения при правильном психолого-педагогическом подходе являются мощным фактором, а также средством оздоровления и всестороннего гармоничного развития ребенка. Эффективность выполнения дошкольниками физических упражнений значительно улучшается, если их выполнение происходит на позитивном эмоциональном фоне, которое в частности может обеспечить использование фольклорных произведений. Научно доказано, что фольклор является одним из самых влиятельных средств разнообразия процесса физического воспитания путем нахождения новых форм развития творчески двигательной инициативы детей. Однако включение фольклора в процесс физического воспитания детей дошкольного возраста требует выполнения следующих требований. Детям должны быть хорошо знакомы предложенные для выполнения физические упражнения, прибаутки, загадки, сказки, считалки, скороговорки и т. п., также они должны отвечать возрастным особенностям. Для рациональной организации двигательной активности детей необходима частая смена упражнений при многократной повторяемости движений. Незаурядное значение приобретает яркое и образное выполнение детьми движений. Педагог должен учитывать с одной стороны развивающий характер учебного материала, а с другой его национальный колорит. Известно, что основной формой организованного физического воспитания детей в дошкольных учебных заведениях есть физкультурные занятия. Мотивы выполнения активных действий детьми на занятиях разнообразны. У детей старшего дошкольного возраста преобладает мотив эмоциональной привлекательности. Благодаря упражнению, под названием например «Колобок», дети представляют образ того или иного персонажа и стараются как можно лучше выразительнее передать его. Образ помогает также качественно выполнять основные движения. Красивая лиса - ходьба с гордой осанкой. Физические упражнения в сочетании с фольклором в структуре занятия располагаются в определенном порядке, который обусловлен физиологическими и психологическими особенностями детского организма. Важно построить физическое занятие таким образом, чтобы подготовить детей к восприятию и более сложных упражнений, выполнение которых способствует решению задач двигательного развития дошкольников. Рассмотрим более подробно виды фольклорных занятий по физической культуре.

Творческо- двигательные занятия основанные на одном из видов устного народного творчества –сказках, потешках, загадках. При проведении физических

упражнений целесообразно использовать 4-5 потешек - загадок двигательного характера, а также сюжет одной или двух сказок дополняя их загадками.

Сюжетные физкультурные занятия с добавлением элементов фольклора. Эти занятия проводятся в форме двигательного рассказа или сказки.

Театрализованные физкультурные занятия с использованием имитационных, мимических, пантомимических упражнений, инсценировок и игр драматизаций. Дети выполняют различные роли, подражая или копируя действия человека, изображая животных, птиц и т. д.

Музыкально ритмические занятия, основанные на народных песнях и танцах, играх и хороводах.

Игровые физкультурные занятия, построенные на народных подвижных играх.

Традиционные занятия с использованием элементов фольклора, которые оживляют процесс обучения, разнообразят его.

Интегрированные физкультурные занятия с элементами фольклора.

Кроме указанных форм работы фольклорные произведения целесообразно включать как в физкультурно-оздоровительную работу, так и в активный отдых детей. Бесспорно, каждый из указанных видов занятий включает в себя элементы сказкотерапии. Сказкотерапия является достаточно давним психолого-педагогическим методом. Знания о мире, философию жизни испокон веков передавались из уст в уста, а также записывались, каждое поколение перечитывали и усваивали их. Сегодня под термином сказкотерапия понимается способ передачи знаний о духовном воспитании и социальной реализации человека. Именно поэтому сказкотерапию называют системой воспитания созвучным духовной природе человека.

Сказкотерапия - означает *«лечение сказкой»*. Сам термин *«сказкотерапия»* появился сравнительно недавно, но на самом деле воспитание детей через сказку используется очень давно. Испокон веков народная мудрость сохранялась в сказках, их передавали из поколения в поколение. Сказки — это кладезь мудрости, советов, доброты и выходов из различных ситуаций. Этот метод развивает творческие способности ребенка, расширяет его сознание, совершенствует взаимодействие с окружающим миром. Дети очень любят сказки и, как говорил известный итальянский психолог А. Манегетти, сказка для детей – это «естественное пространство их безграничного потенциала, потому что в них компенсируется недостаток действия в реальной жизни, потому что в них запрограммирована их взрослая жизнь». Виды сказок:

Дидактические (в форме учебного задания, т. е. ребенку повествуют о новых понятиях (*дом, природа, семья, правила поведения в обществе*)).

Медитативные (для снятия психоэмоционального напряжения, дети рисуют, сочиняют, играют, слушают звуки природы, лежат на ковре и мечтают – воображают – “колдуют”).

Психотерапевтические (для лечения души, с образом главного героя “Я”, доброго волшебника, дети рисуют иллюстрации, изготавливают кукол и ставят спектакли.

Психокоррекционные (для мягкого влияния на поведение ребенка, читаем проблемную сказку не обсуждая, даем возможность побыть ребенку наедине с самим собой и подумать. Художественные (авторские истории, мудрые древние сказки, т. е. знакомство ребенка с эстетическими принципами, традициями человечества)

Диагностические (в случае, если ребенок выбрал себе любимую сказку и героя, то в данном контексте герой является прообразом самого ребенка, каким бы он хотел быть) В сказке всегда Добро побеждает Зло! Сказка близка ребенку по мироощущению, ведь у него эмоционально-чувственное восприятие мира. А сказка и не учит напрямую. В ней есть только волшебные образы, к которым ребенок определяет свои симпатии.

В сказкотерапевтическом процессе сегодня используется пять видов сказок, которые конструируются в соответствии с актуальной ситуацией и подаются различными способами: анализ, рассказывание, сочинение, переписывание, кукло-терапия, имидж-терапия, рисование, психодинамические медитации, постановка сказок в песочнице. народные (*с идеями добра и зла, мира, терпения, стремления к лучшему*) сказки о животных; бытовые сказки; страшные сказки; волшебные сказки. Возможности сказки необъятны. С помощью сказки ребенок может ставить себя в предлагаемую ситуацию, отождествляя себя с главными героями и тем самым проживая их действия. Правильно подобрав сказку, можно решить многие проблемы ребенка: побороть страх и капризы, развить волю и смелость. Сказка учит ребенка, но не ругает, не затрагивает его личные чувства, все происходит на примере героев. Терапия сказкой помогает ребенку справиться со многими внутренними переживаниями. Маленькому человечку всегда проще передать нормы поведения и умение ориентироваться в разных жизненных ситуациях в игровой форме. Сказкотерапия помогает замкнутому ребенку раскрыться, а слишком агрессивного и непоседливого учит задумываться. В процессе сказочной игры дети развивают речь и фантазию, творческие

способности и логическое мышление. Разыгрывая сказочное представление или обсуждая сказку, они приобретают навыки общения. Как может проходить терапия сказкой в группе детского сада? Воспитатель подбирает сказочные истории на разные темы. Например, о страхе и смелости, о добрых и злых поступках, о жадности и т. д. Сказки можно просто рассказывать и обсуждать с детьми, придумывать свои. Хорошо применять при этом пальчиковые и другие игрушки. Этот метод позволит узнать о ребенке много нового. Выражая свои внутренние переживания через сказочного героя, ребенок (*иногда даже сам того не подозревая*) может подсказать вам решение конкретной проблемы. Сказочный тренинг можно построить в виде спектакля, где воспитатель превратится в режиссера, а дети – в актеров. Сказочное лицедейство очень им сродни, и это поможет обыграть любые ситуации легко, играючи. В такое занятие при необходимости можно включать различные физические упражнения, логопедические и другие дополнительные развивающие и терапевтические занятия. Для занятий по методу сказкотерапии хорошо использовать сказочные декорации и костюмы, музыкальный фон. Детям очень нравятся ритуалы, с которых занятие начинается и заканчивается. Кроме того, в процессе рассказывания сказки эффективно использование пауз, смены интонации, громкости произношения текста. Специалисты по возрастной психологии считают, что лечение сказками можно использовать в любом количестве и для детей любого возраста. Играть в сказку – это не только развлечение. На основе волшебных сюжетов, бытовых и литературных сказок сказкотерапевты составляют серьезные методики. Итак, через сказки ребенок получает знания о мире, о взаимоотношениях людей, о проблемах и препятствиях, возникающих у человека в жизни. Через сказки ребенок учится преодолевать барьеры, находить выход из трудных ситуаций, верить в силу добра, любви и справедливости. Сказкотерапия – процесс улучшения внутренней природы и мира вокруг. Это еще и терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может материализоваться мечта.