«Сказка как способ коррекции поведения детей

с задержкой психического развития

старшего дошкольного возраста».

В настоящее время проблемы оздоровления и подготовки детей к школе стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией к ухудшению здоровья дошкольников. Здоровье выступает основой жизнедеятельности человека, представляет собой сложный многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психический, социальный и педагогический компоненты. По мнению И. И. Брехмана, формирование у человека индивидуального способа здорового образа жизни с раннего детства является приоритетной задачей педагогической науки. Дошкольный возраст — самый поддающийся воздействиям период. В этом возрасте ребенок быстро обучается и усваивает. Именно дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребёнка. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. И именно поэтому для нас педагогов приоритетным является поиск оптимальных условий сохранения и укрепления здоровья детей, их физического развития, обобщение и распространение опыта, создания здоровьесберегающей среды в дошкольных образовательных учреждениях.

**Здоровьесберегающая среда** — это гибкая, развивающая, не угнетающая ребёнка система, основу которой составляет эмоционально-комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности детей. **Здоровьесберегающее пространство** на современном этапе рассматривается как комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную, морально-нравственную и бытовую среду в семье и дошкольном учреждении.  
В основе концепции развития детского сада лежит создание эффективного здоровьесберегающего пространства. Говоря о создании здоровьесберегающей развивающей среды, мы подразумеваем следующие направления:

‒ комфортность пребывания ребёнка в учреждении;

‒ создание безопасной предметно-развивающей среды;

‒ реализацию потребностей ребенка в движении;

‒ предоставление детям возможности развиваться в индивидуальном темпе.

**Цель здоровьесберегающих образовательных технологий** - обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. **Здоровьесберегающие педагогические технологии** применяются в различных видах деятельности и представлены как:

технологии сохранения и стимулирования здоровья;

технологии обучения ЗОЖ;

коррекционные технологии.

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

*Динамические паузы* проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

*Подвижные и спортивные игры* проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате- малой, со средней степенью подвижности.

*Релаксация.* Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело.

*Пальчиковая гимнастика*проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение , быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

*Гимнастика для глаз* проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

*Дыхательная гимнастика* проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Технологии обучения здоровому образу жизни:**

*Утренняя гимнастика* проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение.

*Физкультурные занятия* проводятся 2 раза в неделю (традиционные, сюжетно- игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

*Серия игровых занятий «Азбука здоровья».* Система валеологического воспитания дошкольников и формирования представлений детей о здоровом образе жизни. Внедрение разработанных занятий с применением нетрадиционных методов и приёмов позволит повысить интерес ребёнка к получению валеологических знаний, увлечь игровым сюжетом и необычным содержанием.

*Самомассаж.* Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком.Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Самомассаж проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.

*Активный отдых* (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более раскованно, чем на физкультурном занятии, и это позволяет им двигаться без особого напряжения.

**Коррекционные технологии:**

*Артикуляционная гимнастика* - упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.

*Технология музыкального воздействия.* Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), Широко используют музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изодеятельности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку используют перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться.

*Сказкотерапия* используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читают, но и обсуждают с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно - образовательного процесса, формирует у педагогов ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка- стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Психическое здоровье является необходимым условием полноценного развития ребенка в процессе его жизнедеятельности. Традиционно уделяя внимание физическому здоровью детей (зарядке, закаливанию, профилактике заболеваемости) надо осознавать значение психического здоровья и эмоционального благополучия детей. А ведь проводя в детском саду большую часть времени и находясь в тесном контакте со сверстниками и взрослыми, дети испытывают серьезные психические нагрузки. Многим детям свойственно нарушение равновесия и подвижности между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, тревожность, неуверенность в себе.

      Психическое здоровье  это - состояние душевного благополучия, отсутствие болезненных психических явлений,  адекватное условиям окружающей действительности поведение и деятельность.

Когда окружающие с пониманием относятся к ребенку, признают и не нарушают его права, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. Эмоциональное благополучие способствует гармоничному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Невнимание или недостаточное внимание к эмоциональной жизни детей, напротив, приводит к негативным последствиям.

     Главный путь, позволяющий сделать пребывание ребенка в детском саду интересным и желанным - это создание спокойной, теплой, радушной атмосферы в группе, налаживание положительных взаимоотношений между детьми и взрослыми, интересной игровой среды и вовлечение ребенка в доступные и привлекательные для него разнообразные виды деятельности.   Это внимательное отношение  к эмоциональным потребностям ребенка, когда взрослые беседуют и играют, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение за ребенком, предоставляют  ему больше самостоятельности и независи­мости.

Сказка - Никто точно не знает, когда появилась первая сказка. Она с давних времён живёт среди людей. Из истории известно, что у наших предков было принято не наказывать повинившихся, а наставлять на путь истинный посредством сказки, рассказа, поучительной истории. Чтение сказки считается самым древним методом познания и воспитания.

Сказкотерапия или «лечение сказкой» – это новое молодое течение в прикладной психологии, которое широко используют врачи, психологи и педагоги. Преимущество сказкотерапии в том, что этот метод родители и воспитатели могут использовать самостоятельно. Ведь дети обожают слу-шать сказки.

Особенно актуально применять сказкотерапию для дошкольников. Ведь она подходит всем детям и может помочь преодолеть различные проблемы в жизни ребенка.

Сказка – самый понятный и взрослым, и детям способ познания, изучения, раскрытия реальности. Использование сказки на занятиях педагогом как метода сохранения психологического здоровья дошкольника отвечает основным целевым ориентирам, которые предполагаются **федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования**: культурного развития, общения, самостоятельности, умения управлять собой.

Эмоции – центральная психическая функция дошкольного детства. Согласно **современным стандартам** укрепление эмоционального благополучия ребенка, наряду с физическим, является одной из приоритетных задач, дошкольного образования.

От эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность взаимодействия с окружающими его людьми и социального развития. Эмоциональное благополучие дошкольника является ресурсным проявлением личности, которое раскрывает ее самодостаточность, способность адекватно воспринимать себя и окружающих**.**Психологическое здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения, – одна из неотъемлемых составляющих здоровья человека вообще.

**Актуально** использовать сказки в совместной с детьми деятельности, так как сказка является эффективным методом этического, нравственного воспитания, учения и формирования поведенческих стереотипов.

Работая со сказкой, создаются условия тесного взаимодействия детей и взрослого, позволяя поддерживать инициативу детей, а также приобщать детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства, что полностью соответствует основным принципам дошкольного **образования по ФГОС.**

Поэтому, используя сказки, мы сохраняем и укрепляем психологическое здоровье детей.

Отсюда следует:

* устранение или уменьшение страхов, тревожности, застенчивости. агрессивности;
* поддержка эмоционального благополучия  детей;
* обучение эффективным способам поведения в той или иной ситуации;
* повышение самооценки;
* развитие фантазии и творчества у детей в процессе слушания, обсуждения и рисования сказки
* установление контакта между педагогом и ребенком в ходе обсуждения поступка героя и сказочных событий, а также рефлексия.

С помощью сказки из поколения в поколение вместе с колоссальной информационной составляющей, передается житейская мудрость. Ребенок, слушая сказку, подсознательно или сознательно учится правилам жизни принятым в обществе, уважению к близким.

В процессе работы были отобраны наиболее подходящие сказки: небольшие по объему, с упрощенной структурой.  Некоторые из них претерпели незначительные изменения. К некоторым сказкам были подобраны иллюстрации и задания. Так получился сборник «Сказка в помощь», в который вошли авторские сказки психологов из различных источников.

**Содержание сборника «Сказка в помощь»**

*Сказки для детей, проявляющих агрессию*

* Сказка про Колю и его друзей (с 5 лет) *Автор: Людмила Цвирко*
* Сказка про зайца-забияку (с 5 лет) *Автор: Ирина Гурина*
* Сказка о пропавшей улыбке (с 5 лет) *Автор: Дина Трушина*
* Сказка про кошку Мурку (с 5 лет) *Автор: Ирина Маниченко*
* Крокодильчик (с 4 лет)

*Я решительный*

* Как Андрюша гостей встречал (с 3 лет)
* Сказка о том, как лягушонок принял решение (с 4 лет)

*Я храбрый (повышение самооценки, уверенности в себе)*

* Случай в лесу (с 5 лет)
* Как птенчик летать учился (с 4 лет)
* Сказка про смелого Алешу (с 4 лет) *Автор: Ирина Гурина*
* Бум- бум -бум (с 4 лет) *Автор: Михаил Андрианов*
* История Осины (с 4 лет) *Автор: Ирина Стишенок*

*Сказки про сон (проблемы со сном)*

* Догадливый Комарик (с 3 лет)
* Котенок Мур-Мур (с 4 лет)
* Будильник (с 4 лет)

*Сказки для непосед (для гиперактивных детей)*

* Сказка про Тигренка (с 3 лет)
* Совсем один (с 4 лет)
* Когда шустрику бегать и прыгать (с 4 лет)

*Я учусь общаться*

* Голубая Искорка (с 4 лет)
* Застенчивый слоненок *Автор: Шишова Т.Л.*(с 4 лет)

*Сказки для замкнутых детей*

* Как слоненок перестал стесняться (с 5 лет) *Автор: Ольга Хухлаева*
* Как Андрюша гостей встречал (с 4 лет) Автор: Татьяна Холкина
* Колючка (с 5 лет) *Автор: В.М.Сертакова*
* Случай в лесу (с 3-6 лет)
* Сказка про стеснителього мальчика (с 4 лет) Автор: *Ирис Ревю*

*Сказки-мирилки*

* Винни-пух *Автор: Алан Милн*
* Как Муравьишка домой добирался *Автор:В.В. Бианки*

Список литературы

* Афонькина Ю.А. Рабочая программа педагога-психолога ДОО/Ю.А.Афонькина. – Изд.2-е, перераб.-Волгоград:Учитель, 2015
* Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось-89, 2007
* Диагностика психических состояние детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост.Велиева С.В. СПб: Речь, 2005
* Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками.- СПб.: Речь, 2008. – 240 с.
* Исторический словарь терминов. Историческая энциклопедии онлайн. Электронный ресурс: http://slovarslov.ru/slovar/his.html
* Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
* Панфилова Марина. Лесная школа. Коррекционные сказки для младших школьников. Электронный ресурс: http://psy.1september.ru/article.php?ID=200202006
* Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. - 118 с
* Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004. —175 с.
* Шишова Т.Л. Застенчивый невидимка. Как преодолеть детскую застенчивость.М.: «Изд.дом «Искатель», 1997