

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ СКАЗКОТЕРАПИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Н. Е. Демидова

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», Тверь

Рассмотрены особенности применения методов сказкотерапии в физическом воспитании дошкольников. Предложен проект физкультурного занятия с применением сказкотерапевтических техник.

Ключевые слова: физическое воспитание, здоровый образ жизни, сказкотерапевтические техники, физкультурное занятие, структура занятия.

Физическое воспитание детей — основа формирования гармонично развитой личности. Как известно, базу для полноценного интеллектуального и познавательного развития личности создают не только накопленные знания в разных сферах, но и достаточный уровень физического развития. Физические упражнения при правильном психолого-педагогическом подходе являются мощным стимулирующим фактором. Во время двигательных занятий у детей проявляются позитивные чувства, улучшается настроение и общее состояние. В таких условиях создается оптимальная атмосфера для развития познавательной, эмоциональной, волевой сферы дошкольников.

При общей ориентации общества на актуализацию физического развития детей, современные специалисты говорят о снижении двигательной активности дошкольников, что отрицательно влияет на состояние их здоровья. Уточним, что этот фактор потенциально может стать причиной и замедленного интеллектуального развития становящейся личности. Решение данной проблемы может быть достигнуто только при целенаправленном, грамотно организованном двигательном режиме, а также оптимизации методов физического воспитания.

В контексте рассматриваемого вопроса представляют интерес работы психологов и педагогов, занимающихся проблемами формирования у детей представлений и понятий о здоровом образе жизни (Г. К. Зайцев, Ю. Ф. Змановский, В. Т. Кудрявцев и др.). Ряд авторов справедливо (А. Ф. Аменд, С. Ф. Васильев, М. Л. Лазарев, О. В. Морозова, Т. В. Поштарева, О. Ю. Толстова, З. И. Тюмасева и др.) считают, что проблема укрепления здоровья ребенка — проблема не только медицинская, но и педагогическая.

Выдвинутое современными учеными представление о ребенке как целостном духовно-телесном организме отражено в ныне действующих программах образования и воспитания детей дошкольного возраста. Так, в программах, разработанных В. Т. Кудрявцевым, оздоровительный эффект достигается воспитанием у ребенка способности осмысленно регулировать природно-социальные связи через особые формы двигательной-игровой деятельности [5]. Ю. Ф. Змановский определяет оздоровление не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форму развития, расширения психофизиологиче-

ских возможностей детей, и разрабатывает соответствующую технологию «Здоровый дошкольник» [3].

Основной формой физического воспитания детей являются, как известно, физкультурные занятия. Психологической базой для формирования созидательного отношения к своему здоровью выступает наличие у ребенка потребности в здоровом образе жизни. Поскольку такой осознанной потребности у ребенка дошкольного возраста еще нет, возникает необходимость создания такой модели работы, при которой происходило бы слияние оздоровительной и образовательной деятельности, что в конечном итоге призвано способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни. Это в качестве проблемы отмечают и авторы современных программ.

В качестве нетрадиционных методов решения задач в сфере физического воспитания выступают сегодня методы сказкотерапии. Наиболее интересны в этом плане работы психологов и психотерапевтов, которые обращались к сказкам как средству развития детей дошкольного возраста, а также сами разрабатывали материал и новые варианты взаимодействия с помощью методов сказкотерапии (И. В. Вачков, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Е. Г. Милюгина и др.). Использование сказкотерапевтических техник, как показывают проведенные исследования, позволяет объединить различные приемы обучения и воспитания в целостную сказочную форму [1; 2; 6; 7; 8].

Целесообразность применения сказкотерапевтических техник в решении проблемы физического развития детей обоснована тем, что для детей дошкольного возраста игра и сказка являются самым психологически органичным и освоенным способом деятельности. Прежде всего отметим, что для сказки как художественно-игрового жанра очень важен двигательный материал. Поэтому, при использовании сказкотерапевтических техник в физическом развитии детей все упражнения имеют полную подчиненность сюжету сказки, действия героев показываются движениями. Кроме того, сказка активизирует слуховое восприятие, вызывает в воображении ребенка ряд ассоциаций и образов, позволяет с их помощью запомнить и воспроизвести весь рассказ. Воображение в данном случае используется как основа осмысленного отношения ребенка к своему телу, его состоянию и возможностям, что позволяет развивать личность ребенка комплексно.

Использование техник сказкотерапии в процессе физического развития детей должно учитывать следующие требования к проведению физкультурных занятий: занятия должны соответствовать возрасту и уровню физической и психической подготовленности воспитанников; занятия должны обеспечивать оптимальную двигательную деятельность детей; каждое предыдущее занятие должно быть связано с последующим и входить в единую систему; в процессе поведения занятий следует использовать физкультурно-оздоровительное оборудование и музыкальное сопровождение [9].

На практике в работе с дошкольниками принята форма занятия, состоящая из трех частей.

Вводная часть должна обеспечить организацию детей, активизацию внимания, подготовку организма к выполнению более сложных упражнений. Для нее подбираются строевые упражнения, ходьба обычная, корригирующая и с заданиями, бег. Могут также включаться упражнения на формирование стопы и осанки, упражнения в равновесии, танцевальные упражнения, подскоки. Завершается вводная часть перестройкой на выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.

В *основной части* реализуются главные образовательные задачи. Она состоит из общеразвивающих упражнений (способствует подготовке отдельных мышечных групп и выполнению более сложных основных видов упражнений), основных видов движений (метание, лазание, прыжки) и подвижной игры (высокой интенсивности).

В *заключительной части* следует обеспечить переход от интенсивных движений к спокойным, что приводит работу органов и систем в первоначальное состояние [4; 9].

Для создания единой модели физкультурного занятия с элементами сказкотерапии, считаем важным определить структуру сказкотерапевтического занятия. Согласно разработке Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой, структура выглядит так.

1. *Ритуал «входа» в сказку.* Цель — создать настрой на совместную работу. Выполняется какое-либо «сплачивающее» действие.

2. *Повторение.* Вопросы к детям: что делали в прошлый раз, что помнят; использовали ли новый опыт в течение тех дней, пока не было занятий, как им помогло в жизни то, чему они научились в прошлый раз.

3. *Расширение.* Педагог рассказывает детям новую сказку.

4. *Закрепление.* Педагог проводит игры, позволяющие детям приобрести новый опыт. Совершаются символические путешествия и превращения.

5. *Интеграция.* Цель — связать новый опыт с реальной жизнью. Обсуждение вместе с детьми, в каких ситуациях жизни они могут использовать тот опыт, который приобрели на занятии.

6. *Резюмирование.* Обобщается приобретенный опыт. Подводятся итоги занятия. Педагог проговаривает последовательность происходившего на занятии, отмечает отдельных детей за их заслуги, подчеркивает значимость приобретенного опыта, проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт

7. *Ритуал «выхода» из сказки.* Цель — закрепить новый опыт. Повторение ритуала «входа» в сказку с дополнением [8, с.7].

Опираясь на классическую форму физкультурного занятия и учитывая рассмотренную выше структуру сказкотерапевтического занятия, мы предлагаем дополнить схему следующими пунктами:

- определение количества персонажей сказки, их характеров [6, с. 44];
- выделение движений персонажей и соотнесение их с физическими

упражнениями;

- составление схем и таблиц (мнемотаблиц) [6, с. 45];
- проигрывание сказки вместе с педагогом;
- выполнение детьми упражнений по сказке, читаемой педагогом,
- медитация.

Учитывая дополнения, физкультурное занятие на практике может иметь следующую структуру:

Этап физкультурного занятия	Сказкотерапевтический прием
Вводная часть	Ритуал «входа» в сказку
	Повторение
	Расширение. Знакомство с новым текстом, персонажами, их характеристиками.
	Продумывание движений, составление мнемотаблиц
Основная часть	Закрепление. Проигрывание сказки вместе с педагогом
	Выполнение детьми упражнений самостоятельно, по сказке читаемой педагогом.
	Интеграция
Заключительная часть	Резюмирование
	Использование медитативной части сказки
	Ритуал «выхода» из сказки

Работу над созданием сказки можно проводить вместе с детьми (анализировать характеры героев, придумывать движения, формировать схемы), в итоге составлять в единое целое и получить готовую совместную сказку, интегрируемую в физкультурно-оздоровительную деятельность. Полезно, чтобы после гимнастики, в свободной деятельности в группе, дети смогли повторить и воспроизвести сказку.

В целом следует указать на необходимость проведения дальнейших исследований в вопросе интеграции методов сказкотерапии в процесс физического воспитания детей дошкольного возраста.

Список литературы

1. Вачков И. В. Развитие самосознания через психологическую сказку М.: Ось-89, 2007. 144 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии. СПб. Речь, 2006. 170 с.
3. Змановский Ю. Ф. К здоровью без лекарств. М.: Советский спорт, 1990. 64 с.
4. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Просвещение 1978. 272 с.

5. *Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б.* Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): программно-методическое пособие. М.: ЛИПКА-ПРЕСС, 2000. 296 с.
6. *Милюгина Е. Г.* Русская народная сказка в круге детского чтения: учебное пособие. Тверь: Твер. гос. ун-т, 2001. 104 с.
7. *Милюгина Е. Г., Осипова О. С.* Игровая сказкотерапия в контексте социокультурного проекта «Раскрытая книга детства» // Традиции и новации в профессиональной подготовке и деятельности педагога: материалы всероссийской научно-практической конференции преподавателей и студентов. Тверь: Твер. гос. ун-т, 2013. Вып. 12. Ч. II. С. 111–115.
8. Тренинг по сказкотерапии: сборник / под ред. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой. СПб., Речь, 2006. 169с.
9. Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований: методическое пособие / под общ. ред. Н.В. Микляевой. М.: Перспектива, 2011. 152 с.
10. *Шилкова И. К., Большев А. С.* Здоровьеформирующее физическое развитие. М.: Владос, 2001. 336 с.

Об авторе

ДЕМИДОВА Наталья Евгеньевна, магистрант I курса Института педагогического образования ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет» (научный руководитель — д-р филол. наук, проф. Е. Г. Милюгина), Тверь; e-mail: stacja80@mail.ru