

ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

Якунина Оксана Константиновна

педагог-психолог

Мишурова Ольга Николаевна

инструктор по физической культуре

Пластун Лариса Анатольевна

воспитатель

МБДОУ Д/С №29 ОВ «Рябинушка»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ДОУ В ВОПРОСАХ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** данная статья посвящена проблеме укрепления и сохранения здоровья дошкольников посредством использования психогимнастики в рамках интегративного взаимодействия специалистов ДОУ.*

***Ключевые слова:** здоровье, взаимодействие специалистов, психогимнастика.*

Укрепление здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Здоровье – это сложное понятие, которое включает как характеристики физического, так и психического развития человека, а также адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

Формирование здоровья – не только задача медицинских работников, но и психолого-педагогическая работа. Ведь известно, что психическое и физическое в человеке очень взаимосвязаны. Развитие движений ребёнка опосредованно оказывает влияние на развитие его психических процессов. Психические процессы не просто «сопровождают» физическое развитие детей, а непосредственно

отражаются на соматическом состоянии. В настоящее время всё больше детей дошкольного возраста агрессивных, замкнутых, гиперактивных, с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, с невротами, нарушениями характера. Очень важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и инструктор по физической культуре, воспитатели.

Психогимнастика наиболее доступна в применении для воспитателей и специалистов ДОУ. Она примыкает к психолого-педагогическим методикам, общей задачей которых является сохранение здоровья и предупреждение эмоциональных расстройств у детей. Основными достоинствами данного метода являются: игровой характер упражнений, сохранение эмоционального благополучия детей, опора на воображение, возможность использовать групповые формы работы.

Эффективным условием психического и физического развития дошкольника в нашем дошкольном учреждении является интеграционное взаимодействие воспитателя, инструктора по физкультуре и педагога-психолога. Исходя из приоритетных задач и направлений работы специалистов в ДОУ, все разделы психогимнастики мы условно разделили на три основных блока.

Таблица 1

Специалисты ДОУ	Раздел психогимнастики	Задачи
Инструктор по физической культуре	Игры на преодоление двигательного автоматизма.	Развитие эмоционально-волевой сферы.
	Подвижные игры.	Развитие ловкости, быстроты реакции.
	Игры, способствующие успокоению и организации.	Развитие навыков концентрации, пластики, координации движений.
	Этюды на тренировку отдельных групп мышц: – этюды на расслабление мышц; – психомышечная тренировка без фиксации внимания на дыхании; – психомышечная тренировка с фиксацией внимания на дыхании.	Повышение сопротивляемости, закаленности, устойчивости организма к заболеваниям дыхательной системы, развитие дыхательной мускулатуры, улучшение деятельности сердечно-сосудистой системы и кровообращения.
	Игры на развитие внимания	

Педагог-психолог	Игры на развитие памяти	Развитие памяти, внимания, мышления, наблюдательности. Развитие волевых качеств личности ребенка. Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умения адекватно выразить свое. Коррекция эмоциональной сферы ребенка. Развитие коммуникативных способностей детей.
	Игры, способствующие успокоению и организации	
	Этюды на выражение основных эмоций: – этюды на выражение внимания, интереса и сосредоточения; – этюды на выражение удивления; – этюды на выражение удовольствия и радости; – этюды на выражение страдания и печали; – этюды на выражение отвращения и презрения; – этюды на выражение гнева; – этюды на выражение страха; – этюды на выражение вины и стыда.	
	Игры на выражение различных эмоций	
Воспитатель	Этюды и игры на воспроизведение отдельных черт характера: – этюды на отображение положительных черт характера; – этюды на отображение отрицательных черт характера; – игры на сопоставление различных черт характера.	Эмоциональное осознание детьми отрицательных черт своего характера. Формирование моделей желательного поведения у детей в различных ситуациях. Формирование и развитие нравственных и волевых качеств личности ребенка. Развитие внутреннего мира ребенка.
	Игры, способствующие успокоению и организации.	
	Этюды на выразительность жеста.	
	Игры на развитие внимания.	
	Игры на развитие памяти.	

Каждый специалист включает игры и этюды из своего блока в образовательную деятельность, в режимные моменты, в игровые часы, что позволяет создать эффективную систему работы с детьми. Систематическое применение психогимнастики позволяет комплексно и целенаправленно решать воспитательные задачи в сфере двигательного, умственного, нравственного и психологического развития ребенка.

В результате использования психогимнастики у детей наблюдается:

- устойчивый интерес к физической и познавательной деятельности;
- снижение общей заболеваемости детей ОРВИ;
- успешное формирование навыков основных движений, пластики, координации;
- дисциплинированность, устойчивость внимания, умение действовать сообща, овладение навыками саморегуляции поведением;
- проявление эмоциональной устойчивости в разных ситуациях.