Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №47 «Ладушки»

Сказкотерапия-

одно из направлений здоровьесберегающих технологий

Выполнил воспитатель

старшей группы

Недорубова

Наталья Николаевна

г. Заволжье, 2023 год

«Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости

детей зависит их духовная жизнь,

мировоззрение, умственное развитие,

прочность знаний, вера в свои силы...».

В.А.Сухомлинский

В современной жизни среди множества проблем (относительно здоровья), особое место занимает состояние здоровья детей. Оно, конечно, оставляет желать лучшего! Гаджеты занимают все время и все мысли современных детей. Они готовы сутками находиться наедине с телефоном или планшетом, вместо того, чтобы с пользой провести свое свободное время. Особое опасение вызывает отношение родителей к этой ситуации. У многих складывается неправильное видение на данную проблему. В результате, детей все сложнее и сложнее привлечь к правильному образу жизни в реальности, так как они больше привыкают к виртуальной жизни. И все это откладывает большой отпечаток на здоровье детей.

Кроме этого, существует масса других факторов, оказывающих негативное влияние на здоровье ребенка:

- генетическая предрасположенность;

- неправильный образ жизни( режим, питание, малоподвижный образ жизни);

- мировоззрение родителей и чрезмерная опека;

- экологическая обстановка;

- неблагоприятное психо-эмоциональное состояние ребенка.

Мы, педагоги, со своей стороны должны приложить максимум усилий для того, чтобы помочь родителям вырастить здоровое чадо. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка- это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «здоровый ребенок- успешный ребенок», я считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому, в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии являются одним из важнейших среди известных технологий с точки зрения тяжести воздействия на самочувствие дошкольников.

Используемые в комплексе ЗСТ в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребенок с удовольствием включается в любую образовательную и игровую деятельность, он находится в хорошем расположении духа, открыт, общителен- это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:

- ***технологии сохранения и стимулирования здоровья****(динамические паузы, подвижные и спортивные игры, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, игровая оздоровительная гимнастика после дневного сна, релаксация)*

***- технологии обучения ЗОЖ****(утренняя гимнастика, физкультурные занятия, активный отдых)*

***- коррекционные технологии****( артикуляционная гимнастика, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, арт-терапия и т.д)*

Все эти педагогические технологии по здоровьесбережению я стараюсь использовать в режимных моментах. Но особенно мне бы хотелось заострить внимание на коррекционных технологиях, в частности ***сказкотерапия.***  Она позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребёнка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи: воспитательные, образовательные и развивающие. Сказкотерапия нацелена на развитие самосознания ребёнка и обеспечивает контакт как с самим собой, так и с другими, способствуя построению взаимопонимания между людьми и усвоению необходимых моделей поведения и реагирования, новых знаний о себе и мире. Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Именно в дошкольном детстве этот метод очень актуален.

«Сказкотерапии» заключаются в знакомстве ребёнка со своими сильными сторонами, в «расширении» его поля сознания и поведения, в поиске нестандартных, оптимальных выводов из различных ситуаций, обмене жизненном опытом. Этот метод развивает умение слушать себя и других, учить принимать и создавать новое. В процессе каждого занятия по сказкотерапии можно дополнительно решать определенные задачи. Например, отработка произвольного внимания или сплочение группы, развитие чувства взаимопомощи и поддержки, или развитие памяти, расширение эмоционально - поведенческих реакций, где на примерах сказочных героев дети учатся разбираться в людских характерах.

**Функции сказок**

1.   Тексты сказок вызывают эмоциональный резонанс, как у детей, так и у взрослых. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания.

2. Концепция Сказкотерапии основана на идеи ценности метафоры как носителя информации:

– о жизненно важных явлениях;

– о жизненных ценностях;

– о постановке целей;

– о внутреннем мире автора.

3. В сказке в символической форме содержится информация о том:

– как устроен этот мир, кто его создал;

– что происходит с человеком в разные периоды его жизни;

– какие трудности препятствия можно встретить в жизни и как с ним справляться;

– как приобретать и ценить дружбу и любовь;

– как прощать.

Рассмотрим типологию сказок, которую предлагает Татьяна Дмитриевна Зинкевич -Евстигнеева:

**1.**     **Художественные сказки.** К ним относятся сказки, созданные многовековой мудростью народа и авторские истории. Именно такие истории и принято называть сказками, мифами, притчами.

**2.**    **Народные сказки**. Сюжеты народных сказок многообразны. Среди них можно выделить следующие виды:

– Сказки о животных, взаимоотношения людей и животных;

– Бытовые сказки. В них часто рассказывается о превратностях семейной жизни, показаны способы разрешения конфликтных ситуаций. В этих сказках рассказывается о маленьких семейных хитростях.

– Сказки о преобразовании. Например, сказка Г.Х. Андерсена «Гадкий утёнок».

– Страшные сказки. Сказки о нечистой силе. Также сказки – страшилки. Многократно моделируя и переживая тревожную ситуацию в сказке, дети освобождаются от напряжения и приобретают новые способы реагирования. Рассказывание страшилок детям семи лет, необходимо учитывать, что конец должен быть обязательно неожиданным и смешным.

– Волшебные сказки. Наиболее увлекательные сказки для тех, кому 6-7 лет.

**3.**   **Авторские художественные сказки**. Чтобы помочь детям осознавать свои внутренние переживания, желательно выбрать для работы с ними авторскую сказку. В работе с особенными детьми подойдет авторская сказка Мамин - Сибиряк Д. «Серая шейка».

**4.**   **Дидактические сказки**. Создаются для подачи учебного материала. Так, например, на организованной - образовательной деятельности детей можно обучать записывать математические примеры в виде дидактических сказок.

**5.**   **Психокоррекционные сказки** создаются для мягкого влияния на поведение ребёнка. Психокоррекционную сказку можно просто почитать ребёнку, не обсуждая. Таким образом, мы дадим ему возможность побыть наедине с самим собой и подумать. Если ребёнок захочет, то можно обсудить с ним сказку, проиграть её с помощью кукол, рисунков, песочницы.

**6.** **Психотерапевтические сказки**, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Такие сказки, не всегда однозначны и не всегда имеют счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны.

**Основные методы, используемые в сказкотерапии**

– Рассказывание сказки.

– Рисование сказки.

– Сказкотерапевтическая диагностика.

– Сочинение сказки.

– Изготовление кукол.

– Постановка сказки.

     Для того чтобы сказка или история обрела силу или оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил её создания:

1.  Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.

2.   Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребёнок может сделать новый выбор при решении своей проблемы.

3.  Сказочный сюжет должен разворачиваться в определенной последовательности: Жили-были. Начало сказки, встреча с её героями.  Для детей 3-4 лет рекомендуют делать главными героями сказок игрушки, маленьких человечков и животных. Примерно с 5-6 лет ребёнок предпочитает волшебные сказки.

В своей работе с детьми я использую элементы сказкотерапии, учитывая их возрастные особенности. В атмосфере сказки дети раскрепощаются, становятся более открытыми к восприятию действительности, проявляют большую заинтересованность в выполнении различных заданий. Через использование сказки, её сюжетных линий мы можем решать многие коррекционные задачи, такие как: снижение чрезмерной двигательной активности, нормализация эмоционального и речевого состояния ребенка, избавление от собственных страхов. Педагогам в своей работе с дошкольниками  необходимо использовать сказкотерапию, потому что даже те дети, которые вначале не включаются в игру, не принимают сказку, все равно испытывают на себе её благоприятное влияние на подсознательном уровне. Ребёнок почерпнет из сказки намного больше, если будет путешествовать по сказочным дорогам, переживать удивительные приключения и превращения, встречаться со сказочными существами. Попадая в сказку, дети легко воспринимают «сказочные законы» – нормы и правила поведения

     Таким образом, можно сделать вывод, что каждый из нас может научиться сочинять сказку для детей дошкольного возраста, которая поможет раннему развитию ребёнка, снимет стресс у малыша, а также поможет наладить контакт: мостик понимания и дружбы между обыденным миром взрослых и волшебным миром детей.