***Сироткина Елена Робертовна***

***воспитатель***

***МАОУ д/с №69 «Веточка» г.Тольятти***

**Значение формирования здорового образа жизни**

**у дошкольников .**

Камни всегда интересовали людей, привлекали своей необычностью и красотой, своей функциональностью и свойствами. Камни – это дикая природа, прикоснуться к которой, слиться с которой и приятно, и полезно. В городах нас окружают каменные джунгли, но эти камни - молчат. Природный камень может очень о многом поведать детям, поддержать их познавательный интерес, оздоровить, организовать досуг. К теме камней мы обратились после того, как заметили, как летом во время разговора на пляже взрослые и дети перебирали камни, интуитивно раскладывали их в фигуры, рассматривали, прикладывали к различным частям тела, манипулировали для удовольствия. Именно этот полумистический интерес к камням практически всех людей и побудил нас начать проект, в котором камни использовались как нестандартное средство обучения.

Для удобства и понимания терминологии эту работу с камнями мы стали называть стоун-терапия (Стоун-терапия – один из методов литотерапии, основанный на сочетании рефлексотерапии с температурным и энергетическим воздействием камней на чувствительные зоны и биологически активные точки на теле человека), однако нас интересовал не только и не столько оздоровительный эффект.

Целью нашей новации было возможно разнообразить средства обучения и оздоровления детей. Дело в том, что в дошкольном детстве особое значение имеет возможность и сохраняющаяся мотивация детей несколько раз повторить действия, перенести их в новую ситуацию. Камни, изученные, примененные на занятиях и в управляемой деятельности – такие же, как камни на прогулке, в природе. Действия можно перенести, начать игру, запустить процесс познания. Т.о., основными задачами нашей работы по теме являлись:

--- Сформировать у детей интерес к миру камней и минералов, первичные знания и методы исследования камней

--- Сформировать у детей навыки оздоровления при помощи камней

--- Сформировать у детей умения начинать игру, продуктивную и художественную деятельность при помощи камней, использовать их как заместители, как символы, как средства для творчества

Наша работа условно строилась по трем взаимосвязанным направлениям:

***1- «Волшебный мир камней»*** - мини - проектная линия, посвященная изучению камней и минералов нашей местности – их свойств, внешнего вида, способов применения в хозяйстве.

***2-«Вода и камень…»*** - развёрнутая программа использования ресурсов стоун-терапии в бассейне. В нашем детском саду оздоравливаются ослабленные дети с легкими патологиями опорно-двигательного аппарата – сколиотическая осанка, плоскостопия, деформации колен и стоп. Инструктор по плаванию постоянно ищет ресурсы и средства укрепления мышц, коррекции осанки. Ресурсы стоун-терапии стали активно использоваться в среде и организации занятий в бассейне. Дети заходят в пространство аквакомплекса, проходят сквозь сухой душ, и далее попадают на коррекционно - закаливающие дорожки. Дорожки у нас длинные, разнообразные, разной фактуры и жесткости, температуры и формы. Достойное место в этом ряду заняли ванночки с камешками разной температуры, с водой и сухие. Дети идут по дорожкам, проходят зоны, где они могут идти, ощупывая каменные панно. После легкой воздушной гимнастики, дети приступают к основному занятию в бассейне. Работа по программе построена таким образом, что дети в середине занятия посещают сауну, а далее опять возвращаются в бассейн, плескаться. Именно в сауне мы и продолжаем работу с камнями. Дети рассаживаются на полках, надевают шапочки, адаптируются к условиям. После этого инструктор предлагает камни – вносит корзину с холодными, передает с каменки горячие. Инструктор предлагает подержать сначала горячие, в потом холодные камни в руках, сжимая ладони. Потом предлагает погладить камнями руки, ноги, плечики. Спрашивает, нет ли у кого насморка, предлагает желающим погреть нос, грудь. Далее – детям предлагается погладить друг другу спинку камнями, как ласково помассажировать (этот вид воздействия вводится очень аккуратно, в подготовительной группе, при хорошем поведении детей). Далее мы предлагаем свободную игру- работу с камнями – прикладывайте, куда хотите. Конечно, всегда стоит вопрос дисциплины при работе с камнями. Однако, по нашим наблюдениям, введение таких массажных игр с камнями разной температуры наоборот занимает и структурирует время детей, проводимое в сауне, не дает им возможности расшалиться. А следовательно, это еще и обеспечивает хороший уровень безопасности пребывания ребенка в сауне.

Среда бассейна была дополнена специальным оборудованием, содержащим камни. Мы рекомендуем включить в практику следующие элементы:

1. Сменные настенные панно из камней разной формы, размера, фактуры и цвета.
2. Ванночки с камнями разного диаметра, вида и температуры. Сухие и погруженные в воду.
3. Более крупные камни, которые дети будут прикладывать к различным участкам тела, перебирать в руках.

Все оздоровительные мероприятия проводимые в бассейне и в группе формируют у детей желание приобщаться к здоровому образу жизни.

***3- «Интересные камни»*** - программа организации собственной занятости и досуга детей при помощи камней. Воспитатель поставила задачу – ввести камни в разных формах в работу по всем образовательным областям, ведь их условность – очень велика, а значит вариативность использования одного материала – огромна. Программа этого направления включила в себя:

--- создание дидактических игр с использованием камней. Причем, используются как игры, созданные специально для камней, так и традиционные дидактические, с перенесённым на камни изображением.

--- введение в практику работы камней разного размера для выкладывании на земле, на столе изображений, плоскостных построек по условиям, рисование на камнях.

--- использование камней для развития мелкой моторики рук и координации движений.

--- игры по кругу – коммуникативные игры, в которых мы сочиняем истории. Дети передают друг другу камень, составление сказок.

--- использование камней для сосчитывания, для обозначения величин и понятий.

На наш взгляд, работа с камнями (стоун-терапия в нашей внутренней терминологии) очень интересна, продуктивна, эмоциогенна. Работа с камнями может быть включена в интегрированную детскую деятельность, по разным образовательным областям. Практическая значимость нашего большого проекта в том, что собран и систематизирован богатый методический и дидактический материал, игры и среда использования адаптированы к возрастным и психо-физиологическим особенностям детей. Использование камней в развивающей, образовательной и оздоровительной работе не вводит в распорядок дня каких-то новых форм образовательной деятельности, помогает педагогам в организации детской самостоятельной деятельности, организации оздоровительного процесса.

Список литературы:

1. Аксенова М. «Камни мира».- Издательство Аванта +, 2007г.
2. Скривнер Джейн, Стоун-терапия-новое имя здоровья. М.: Рипол Классик,2009.
3. Цветкова Т.В. Игры на все случаи жизни. М.,2009.