

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Алёнка»

город Кирсанов Тамбовская область

«СКАЗКОТЕРАПИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИТБОЛ-МЯЧЕЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ (С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ)»

Подготовил воспитатель
I квалификационной категории
М.А.Казакова

2022 год

Актуальной задачей развития современного общества является развитие детей и улучшение их здоровья. Резкое уменьшение здоровых детей в последние годы, заставляет исследователей и практических работников искать средства и способы оздоровления и профилактики различных патологий среди дошкольников. Одним из таких способов является использование сказкотерапии при обучении футбол – гимнастике.

Сказкотерапия направляет детское воображение в такое русло, где таятся скрытые ресурсы личности ребенка, и вводит его в окружающий мир через сказочные истории, оказывает ненавязчивое воспитательное воздействие, пополняет запас знаний и сведений. Сказки помогают ребенку адаптироваться к жизни, воспроизводя жизненные ситуации в сказке, сталкивая героев с проблемами и трудностями, решая конфликты, смягчают внутреннее психическое напряжение, помогают приобрести веру в себя и чувство защищенности. Сказкотерапия – интегрированная деятельность, в которой действия воображаемой ситуации связаны с реальным общением, направленным на активность, самостоятельность, творчество, регулирование ребёнком собственных эмоциональных состояний. Это перенос сказочных смыслов в реальность.

Задачи сказкотерапии

Создать условия для развития творческого воображения, оригинальности мышления.

Стимулировать творческое самовыражение.

Формировать позитивное отношение ребенка к своему «Я».

Виды сказок

```
graph TD; A[Виды сказок] --- B[Развивающие и обучающие сказки]; A --- C[Медитативные сказки]; A --- D[Диагностические сказки]; A --- E[Народные художественные сказки]; A --- F[Психологические сказки];
```

Развивающие и обучающие сказки

Медитативные сказки

Диагностические сказки

Народные художественные сказки

Психологические сказки

Сказкотерапия

Терапевтическое
средство

Психологическое
средство

Воспитательное
средство



Двигательное творчество

```
graph TD; A([Двигательное творчество]) --> B[Раскрывает моторные характеристики собственного тела]; A --> C[Формирует быстроту и легкость двигательных образов]; A --> D[Учит относиться к движению, как к предмету игрового экспериментирования];
```

Раскрывает моторные
характеристики
собственного тела

Формирует быстроту и
легкость двигательных
образов

Учит относиться к движению,
как к предмету игрового
экспериментирования

***Свойства
фитбола***

```
graph TD; A[Свойства фитбола] --> B[размер]; A --> C[запах]; A --> D[цвет]; A --> E[вибрация];
```

размер

запах

цвет

вибрация

Цвета по-разному воздействуют на психическое состояние и физиологические функции человека

Теплый цвет повышает активность, усиливает возбуждение центральной нервной системы



Холодный цвет успокаивает.



Эти цвета способствуют проявлению выносливости.



Кроме **цветового влияния** на организм, мячи обладают еще и **вибрационным воздействием**. Механическая вибрация оказывает специфическое воздействие практически на все органы и системы человека. Непрерывная вибрация действует на нервную систему успокаивающе. Колебания мяча воздействуют на позвоночник, межпозвонковые диски, суставы и окружающие их ткани. Импульсы получает и головной мозг, в результате ускоряется выработка новых условно-рефлекторных связей, особенно необходимых при психическом и интеллектуальном развитии детей. Улучшается способность к самоконтролю и самоанализу.

Занятия с мячом



Создают хороший мышечный корсет

Укрепляют мышцы спины и брюшного пресса

Формируют навык правильной осанки

**Оздоровительный
эффект футбола**

```
graph TD; A([Оздоровительный эффект футбола]) --> B([Способствует развитию выносливости, силы, координации движений]); A --> C([Заряжает энергией]); A --> D([Благотворно влияет на работу печени, почек]); A --> E([Стимулирует функции головного мозга]); A --> F([Лечит заболевания органов дыхания]);
```

Способствует
развитию
выносливости, силы,
координации
движений

Заряжает энергией

Лечит заболевания
органов дыхания

Благотворно
влияет на работу
печени, почек

Стимулирует
функции
ГОЛОВНОГО МОЗГА

«Золотые правила» фитбол-гимнастики

Подбирать мяч
по росту

Убрать острые
предметы

Надеть
удобную
одежду,
нескользящую
обувь

Упражнения от
простых к
сложным

Упражнения без
боли и
дискомфорта

Создание
положительного
эмоционального
фона

Возможны
комплексные
занятия

«Золотые правила» фитбол-гимнастики

Не задерживать
дыхание, лежа
на мяче

Голова и
позвоночник -
одна прямая
линия

Мяч не должен
двигаться

Дозирование
нагрузки

Следить за
техникой
выполнения
упражнений

Действия
медленные и
плавные

Основные принципы организации занятий.

- **Наглядность.** Показ физических упражнений, образный рассказ.
- **Доступность.** Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.
- **Систематичность.** Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.
- **Закрепление навыков.** Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- **Индивидуально-дифференциальный подход.** Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.
- **Сознательность.** Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

По структуре двигательный тренинг напоминает классические занятия по физическому воспитанию со строгой трехчастной формой, где есть:

1. Вводная часть, в задачи которой входит развитие всех видов внимания, восприятия и памяти, ориентировки в пространстве на материале основных движений

2. Основная часть – освоение общеразвивающих упражнений и упражнений на тренажерах

3. Заключительная часть – подвижная игра и релаксация.

Сказка «Стоит в поле теремок»



Сказка «Невоспитанный мышонок»



Ребята получают приятные эмоции от общения с фитболами, победы над своим неумением, понимания того, что они делают что-то очень важное для своего здоровья.



Выводы

Сказка оказывает корригирующее воздействие на эмоциональную сферу детей, в сочетании с фитбол-гимнастикой приводит к следующим результатам:

- развиваются физические качества ребенка,
- повышается работоспособность,
- понижается утомляемость,
- снижается агрессия,
- повышается положительный эмоциональный фон.