

РЕКРЕАЦИОННЫЕ СРЕДЫ ДОО КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ПРОСТРАНСТВО

Ерина О.Н.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Новохоперского муниципального района Воронежской области
«Новохоперский центр развития ребенка «Пристань детства», г. Новохоперск

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста является наиболее актуальной. Одна из главных задач ДОО – создание здоровьесберегающего пространства, гарантирующего формирование и укрепление физического и психического здоровья воспитанников. В нашем инновационном дошкольном учреждении созданы для этого все необходимые условия. Говоря о здоровье детей, в первую очередь речь идет о физической составляющей, а ведь психическое здоровье является составной частью здоровья в целом. Дубровина И.В. отмечает: «Психическое здоровье детей рассматривается специалистами ВОЗ как состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности» (Дубровина И.В., 2009). Между психическим и физическим здоровьем существует очевидная связь. Если дошкольник испытывает нервное напряжение и эмоциональный дискомфорт, то это не может не отразиться на общем состоянии здоровья. Мои наблюдения показали, что педагоги детского сада больше заботятся о развитии физических качеств у детей. Поэтому вся моя работа направлена на сохранение и укрепление психического здоровья ребенка-дошкольника посредством рекреационной среды.

Каждый новый день для ребенка – это увлекательное путешествие по сказочной стране детского сада. Наши воспитанники с удовольствием проводят время в Нано Холле. На черно-белом коврике дети рассказывают черной королеве о своих страхах и опасениях, избавляясь от негативных эмоций, а

белой королеве (коню, ферзю) – о своих мечтах, желаниях. Здесь же на магнитной доске, играя с веселым человечком, они могут закрепить свои знания о видах спорта, физических упражнениях, при этом тренируют мелкую моторику, что в свою очередь влияет на развитие речи. Проходя по черно-белому коврику между черно-белых пирамид, ребята тренируют волю, учатся контролировать свои эмоции. А если, кто-то захочет уединиться, пожалуйста в волшебную капсулу раздумий.



Беседа детей с белой и черной королевой



Совместные игры в Нано Холле

Дошкольное детство – золотая пора в жизни человека. Именно на данном возрастном этапе развития личности важно вносить положительно-эмоциональные образы в окружающую среду с целью профилактики таких негативных проявлений как страх, тревожность, застенчивость, гиперактивность, агрессия. Мой опыт работы показал, что этот негатив можно устранить через игру, фантазию, сказку в Театральной гостиной, используя театрализованную деятельность. Примеряя на себя определенные роли, ребенок вживается в образ, проживает новые ощущения и чувства, что помогает ему избавиться от неприятных эмоциональных переживаний. Дети агрессивные получают роли слабых и незащищенных, а застенчивые и неуверенные в себе – роли сильных и смелых. Чтобы не навредить здоровью и жизни в целом, с детьми старшего дошкольного возраста проигрываем сюжеты, которые помогают взять себя в руки, сосредоточиться и найти выход в экстремальной ситуации. Например, дошкольники, рассуждая о поведении во время пожара, отметили, что самое важное – это не растеряться и не впасть в состояние паники, а быстро выйти из горящего помещения. Для проигрывания подобных

ситуаций мы используем уголок безопасности, находящийся на территории Театральной гостиной.



Коррекция поведения в театральной гостиной



Проигрывание сюжета «Пожар»

Сидя у камина на мягких пуфах и глядя на огонь, который приводит в состояние покоя, дети в обстановке тепла и понимания, передавая по кругу мягкую игрушку, рассказывают о причинах гнева, злости и о том, как можно избавиться от подобного состояния. А ещё здесь мы прослушиваем музыкальные композиции и определяем, какого цвета музыка и как она влияет на настроение. Часто наши беседы и театрализованная деятельность переходит в зарисовку своего настроения мелками на специальной стене или рисование пальчиками на мольберте.



Беседы у камина



Зарисовки на тему «Моё настроение»

В нашем центре развития есть уголок уединения, где дети могут полюбоваться живописными картинами, фото, вместе с мамой или с папой посидеть на мягких пуфах и послушать сказки или поиграть разноцветными игрушками-оригами. В этой среде в работе с дошкольниками я применяю фототерапию, которая помогает настроить их на нотки прекрасного, ощутить комфорт и состояние безопасности.



Уголок уединения

Как известно, все дети разные. Кто-то, переступая порог нашего учреждения, ведет себя так, будто бы он уже давно ходит в детский сад. Но есть дети раннего возраста, которые в период адаптации проявляют нервозность, подолгу плачут за мамой. Поэтому наша задача – помочь малышу почувствовать себя защищенным и приблизить атмосферу детского сада к домашней обстановке. Адаптационные занятия я провожу в Уютном дворике, расположенном рядом с группами раннего возраста. Это небольшое пространство, где можно попрыгать и полежать на релаксационных подушках, потрогать большую куклу и просто посидеть за столиком и подуть на чашку с чаем, потанцевать под композиции Железновой. Далее мы осваиваем новую территорию – это Игропарк. Здесь малыши имеют возможность поиграть мягкими модулями: разрушить и вновь возвести постройку, покататься на машинах вокруг города, который каждый раз перестраивают дети среднего и старшего возраста. Сколько смеха и радости в детских глазах! Чтобы ребенок успокоился, после шумных игр, мы предлагаем поиграть с настенной сенсорной гусеницей, чтобы наполнить мир малыша новыми открытиями и ощущениями. Здесь и развитие ловкости пальчиков, и масса положительных эмоций. Таким образом мы создаем психологически безопасную среду для детей раннего возраста.



Адаптационные занятия в «Уютном двореике» Совместная деятельность в Игропарке

Как известно все дети любят воду и песок. В Эко Холле я применяю водную терапию в работе с тревожными детьми, с детьми с особыми потребностями, а также в период адаптации к новым условиям. Вода снимает напряжение, привлекает внимание детей к игрушкам и стимулирует физическую активность. В тактильном зоопарке дети получают массу положительных эмоций от общения с птичками, черепахами, морской свинкой и аквариумными рыбками.



Игры с водой



Тактильный зоопарк

В ходе всего вышесказанного можно сделать выводы:

- психологически безопасная среда дошкольного учреждения должна обеспечивать всех участников образовательного процесса необходимыми знаниями о человеке как саморазвивающейся целостной системе;
- основа здоровой среды пребывания детей в дошкольном учреждении – это не только создание благоприятных гигиенических, педагогических, эстетических условий, но и комфортной психологически безопасной обстановки;
- наукой доказана взаимозависимость физического здоровья и психического состояния ребенка;
- рекреационные среды дошкольного учреждения целесообразно использовать как здоровьесберегающее пространство, периодически меняя оборудование.

Каждый уголок нашего центра развития ребенка психологически безопасен и таит в себе ощущение тепла, волшебства, покоя и уюта. Именно

таким и должно быть здоровьесберегающее пространство дошкольного учреждения.

Литература

1. Дубровина И.В. «Психическое здоровье детей и подростков». – М.: Академия, 2000. – 256 с.

2. Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования 2009 № 3. URL.: http://psyjournals.ru/files/27577/vestnik_psyobr_2009_3_Dubrovina.pdf (дата обращения: 20.12.2019).