Радость общения.

В последние годы развитию эмоциональной сферы ребёнка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития.

Однако, как справедливо указывали А.С. Выготский и А.В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем, их единство, могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Работая с детьми не один год, общаясь с ними изо дня в день, я пришла к выводу: формирование "умных" эмоций и исправление недостатков эмоциональной сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных, можно сказать - приоритетных, задач воспитания. Известно, что в процессе развития происходят изменения и в эмоциональной сфере ребёнка: меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими, а способность осознавать и контролировать свои эмоции взрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера качественно не меняется. Её необходимо развивать.

Замыкаясь на телевизоре и компьютере, дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками, а ведь именно общение обогащает чувственную сферу.

Кому, как не педагогам, понятно: на протяжении всего детства, буквально от колыбели, нужно стремиться к тому, чтобы поддерживать в ребёнке радостное настроение, воспитывать умение находить радость и позволять ребёнку со всей детской непосредственностью отдаваться ей.

Все дети разные по характеру, интересам, темпераменту, развитию эмоциональной сферы. Поступая в детский сад, приходя в новую, непривычную обстановку, в которой нет родных и близких, а только незнакомые взрослые и сверстники, где иной характер общения - всё это часто настораживает, волнует, угнетает, нередко вызывая слёзы. Поэтому я стараюсь прежде всего снять напряжение, создать в группе такую обстановку, чтобы каждый чувствовал: именно его ждут и с радостью встречают. Почувствовав себя нужным, ребёнок легче переживает перемену в своей жизни. С первых дней я пытаюсь установить эмоционально положительные отношения и с каждым ребёнком в отдельности, и со всеми детьми в целом.

Наверное, каждый педагог ищет свою «изюминку», свой «ключик» к тому, как сделать общение с детьми радостным, открытым, доверительным. Для меня таким «ключиком» стала программа «К здоровой семье через детский сад», по которой я работаю уже 11 лет.

Поддерживая в ребёнке радостное настроение, мы укрепляем его психическое и физическое здоровье и наоборот – закаливая, развивая его физически, приобщая к ЗОЖ, мы делаем ребёнка более жизнерадостным, общительным, успешным.

Наш с ребятами день насыщен оздоровительными мероприятиями. А именно: своё утро мы начинаем с адаптационного гимнастического (АГ) комплекса. Программа предполагает его проведение после дневного сна. Но, исходя из своего опыта, я смею утверждать, что лучшее время для его проведения – перед завтраком, так как адаптация – это приспособление организма к изменяющимся условиям обитания. Адаптационная гимнастика восстанавливает иммунную, эндокринную, нервную системы, способствует нормализации обмена веществ и физического тонуса.

Комплекс АГ состоит из 21 упражнения. Выполняются они под музыку в обработке Лондонского симфонического оркестра, что создаёт радостное уравновешенное настроение у детей на весь день, приучает их к восприятию мировых шедевров классической музыки ( Бах, Шуберт, Лист, Брамс, Гайдн и др.)

Далее ребята принимают гомеопатические средства:

1. «ОКО» ( для экологической защиты, адаптации к неблагоприятным внешним фактором),
2. «Реприз» ( для нормализации функций желудочно-кишечного тракта),
3. «Кальгид» (для профилактики простудных заболеваний).

Все препараты абсолютно безвредны и не вызывают побочных реакций.

Во время проведения занятий и в течение дня проводятся глазная, ушная, дыхательная гимнастики и гимнастика для головы.

Но самые интересные для ребят процедуры – после обеда, хотя до еды мы делаем психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения.

Однако, оздоровление всего организма невозможно без соблюдения правил гигиены полости рта. Поэтому после обеда ребята моей группы обязательно чистят зубы и делают массаж дёсен медовой гомеопатической композицией «Апиор» (только с 5-ти лет). Это уменьшает микробное обсеменение полости рта и более чем в десять раз улучшает кровообращение в дёснах.

Особый восторг у ребят вызывает хождение по тазам с холодной водой ( +12 С), так называемое низкотемпературное закаливание. Общеизвестно, что кратковременное тренирующее воздействие с такой температурой стимулирует согревание организма, то есть, выработку внутреннего тепла, а не охлаждения.

После дневного сна мы продолжаем закаливающие процедуры. Для улучшения перехода от сна к бодрствованию и для «пробуждения» внутренних органов детского организма мы выполняем гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы (состоит из трёх упражнений – «потягивание», «велосипед», «калачик») и остеопатическую гимнастику.

Все упражнения дети выполняют босиком, в маечках и трусиках. Таким образом, осуществляется ещё и воздушное закаливание.

В старшей группе мы начинаем выполнять мини-комплекс у коррекционной стены, он направлен на коррекцию осанки. Для профилактики плоскостопия ребята с большим удовольствием ходят по ребристой доске, массажным коврикам и канату.

После дневного сна и всех оздоровительных гимнастик я провожу сбрызгивание над головой и стоп спиртовым раствором с гомеопатическим средством «Авеналам». Оно служит для профилактики психоэмоционального перенапряжения у детей, снимает усталость, раздражительность, слабость, восстанавливает функциональное равновесие нервной системы. В его состав входят морские водоросли, корень одуванчика, посевной овёс. Это средство абсолютно безвредно. Используя его, я всегда ориентируюсь на состояние детей. Если у ребят в первую половину дня была хорошая физическая и психологическая нагрузка,то я провожу сбрызгивание перед сном. Это помогает детям успокоиться и улучшить их дневной сон.

Для нормализации функции ЦНС применяю музотерапию, обязательно соблюдаю все режимные моменты и санитарно-гигиенические условия (температурный режим в группе, освещённость, влажность, изоляция больных детей), индивидуальную терапию и щадящий режим после перенесённого заболевания.

В соответствии с календарём прививок проводится вакцинотерапия и только с письменного согласия родителей.

Вечером перед полдником дети получают по 5 горошин гомеопатического препарата «Витамин – HV».

В нашем детском саду уделено большое внимание духовному и нравственному просвещению детей. Это и музыкотерапия, и изучение истории города, посещение Эрмитажа, автобусные экскурсии.

Проводится оздоровление через праздники. Широко празднуется Масленица, осенью проводятся ярмарки, показываются спектакли. Культурная программа праздников способствует нормализации психологического микроклимата.

Здоровье – одна из самых больших жизненных ценностей, поэтому очень важно проводить занятия по валеологии. Дети, с их живым любопытством, интересом ко всему окружающему, с внутренней чистотой и искренностью, с открытым сердцем принимают знания о себе как человеке единственном, неповторимом, значимом в общей семье человечества и природы.

Я взяла на себя смелость и дополнила программу оздоровительными играми. Ребята с большим удовольствием играют, взаимодействуют друг с другом, испытывая неподдельную радость. Они с огромным желанием приходят в группу, с хорошим настроением, весёлые и жизнерадостные и с нетерпением ждут любимых оздоровительных занятий.