муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад присмотра и оздоровления № 16» города Орла

**МАСТЕР-КЛАСС**

**«АКВАТЕРАПИЯ - КАК СПОСОБ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

**ДЕТЕЙ В ДОУ» ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ДОУ.**

Воспитатели: *Булгакова Татьяна Викторовна*

*Симакова Ирина Вадимовна.*

**Цель:** Познакомить с нетрадиционным направлением здоровьесберегающих технологий – акватерапия.

**Ход мастер-класса:**

Уважаемые коллеги! Цель нашего мероприятия – познакомить Вас с элементами нетрадиционного направления здоровьясберегающих технологий – акватерапия.

Как известно вода-это одно из важнейших условий зарождений, развития и существования жизни на Земле. Испокон веков вода, как естественная природная структура, использовалась целителями при самых различных заболеваниях – от душевных расстройств до тяжёлых физических недугов.

Акватерапия является здоровьесберегающей технологией, так как способствует физическому развитию ребёнка (мелкую моторику, зрительно – двигательную координацию). Так же обладает терапевтическим эффектом. Сама фактура воды оказывает приятное успокаивающее воздействие, даёт эмоциональную разрядку, помогает сбросить отрицательные эмоции и получить положительный заряд энергии. Помогает ребёнку избавиться от страхов, застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем.

В своей работе мы использую эксперименты, опыты, игры с водой. Игра с водой – это естественная и доступная для каждого ребёнка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с водою.

Организация работы с детьми в аквацентре проста:

- всё что находится у Вас под рукой можно использовать в работе: цветные камешки, набор букв и цифры, наборы мелких игрушек, губки и т.д;

- подбор пособий осуществляется самими детьми, но взрослые помогают играть, знакомят с назначением игрового материала, вариантами игр;

- задания подбираются в соответствии с возрастом, эмоциональным состоянием детей.

В играх водная среда выступает значимым компонентом развивающих условий:

- физических (закаливание);

- эмоциональных (снятие психоэмоционального напряжения);

- познавательных.

Игры с водой не только чрезвычайно увлекательны, но и очень полезны: дети получают возможность устанавливать физические закономерности, овладевать представлениями об изменении вещества, познавать его свойства и возможности.

Познавательная мотивация в ходе игр с водой достаточно высока по причине использования нетрадиционных методов обучения, игрового материала и возможности непосредственно действовать с ним.

Игры можно брать следующие:

« Где же наши ручки?» - опустить руки в теплую воду и вынуть;

« Вылови букву» - ситечком выловить из воды;

«Составь слово» - составление слов из предложенных букв в воде ;

«Достань со дна камешки» - достают из воды цветные камешки;

«Собери фигуру» - игры с цветными камешками;

«Узнай по описанию» - игры с геометрическими фигурами;

«Четвёртый лишний» - игра формирует умение детей классифицировать предметы.

В ход игр включаем психогимнастику, которая помогает преодолеть барьер в общении, лучше понять себя и других, снимает психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Для осушения рук детям предлагаем поиграть волшебными салфетками, включая элементы самомассажа: поглаживание, растирание, вибрация – поколачивание указательным пальцем или кулачком по другой ладони, вытягивание каждого пальца.

Для профилактики негативных эмоций мы в своей работе используем элементы ещё одного нетрадиционного направления здоровьесбережения – Су-Джок терапию.

**Приемами Су-Джок терапии** являются массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Вся работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов-массажеров, один из которых представляет собой шарик – две соединенные полусферы, внутри которого, как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание. Формы работы с Су-Джок – самые разнообразные. Прежде всего, это различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Движения могут быть различными - круговые движения шарика между ладонями, перекатывание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжимание шарика между ладонями, сжимание и передача из руки в руку, подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д.

Мы хотим предоставить Вашему вниманию несколько упражнений:

1. Упражнение «Осень».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «Дождик».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «В саду».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «Урожай».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «Колобок».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «Каравай».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

1. Упражнение «Мои руки».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Так же мы используем различные техники рисования: рисование по мокрому (ткань, бумага), рисование на воде. Одной из техник рисования на воде является Эбру.

**Эбру (акварисование)** - это технология рисования по поверхности воды специальными нетонущими красками. После того как работа над рисунком завершена, его можно отпечатать на любую поверхность, например на бумагу.

Акварисование не требует предварительной подготовки, основывается на естественных процессах развития воображения. Техника эбру не позволяет рисовать по образцу. Это дает толчок для творчества, проявления самостоятельности, инициативы, выражению индивидуальности. Развивает цветовосприятие, внимание, память, моторику рук, терпение и выдержку. Уникальность материалов доставляет радость, сопричастность к «волшебству» красок. Организация работы не трудоемка при наличии художественных материалов, образцов рисунков, методической базы и соответствующей подготовки самого педагога.

Мы приглашаем желающих испытать всю прелесть этого искусства.

Материалы для нашей работы понадобятся простые и доступные. Нам нужна емкость, куда мы нальём воду для рисования, для того, чтобы краски не растекались по всей поверхности, необходимо использовать клей ПВА. Емкость должна быть большего размера, чем наши листы бумаги, на которые мы впоследствии нанесем рисунок. Можно использовать как плотную бумагу, ткань так и прозрачные предметы.

- Гуашь;

- Кисти, палочки, шпажки.

При помощи кисточки выберите необходимые цвета красок и распрыскайте их на воду. Это будет наш фон. Далее, деревянной палочки на поверхность воды капаем краску и растягивая, создаем желаемую картину на воде. После получения необходимого рисунка, на поверхность воды кладем лист подготовленной бумаги, равномерно прижать к поверхности воды на 1-3 сек. Затем, взять за кончики листа и аккуратно снять, можно использовать пинцет. От того, как будет снят лист бумаги, зависит вид получившегося рисунка. В зависимости от выбранных цветов, мы получаем оригинальный и неповторимый рисунок. Повторив процесс с начала, можно изготовить довольно много таких необычных работ. Оставить для просушивания минут на 30-60.

У нас всё получилось! Желаем успеха в экспериментах!

Ранее детство – фундамент общего развития ребенка, стартовый период всех человеческих начал. Именно в ранние годы закладываются основы здоровья и интеллекта. Использование акватерапии является быстродействующим, успокаивающим методом стабилизации эмоционального состояния детей дошкольного возраста.

Надеемся, что представленный опыт работы найдет отклик у заинтересованных и творческих коллег.

  

 

  