**Відділ освіти Жашківської райдержадміністрації**

**Районний методичний кабінет**

**Дошкільний навчальний заклад «Дзвіночок» №5 м. Жашків**

**МО вихователів ДНЗ району**

 Тема : **Нетрадиційні підходи до завдань фізичного виховання**

**дітей дошкільного віку. М.Єфіменко**



**м. Жашків**

**2011**

**План роботи:**

1. **9.30 – 10.00 - перегляд виставки «Використання інноваційних педагогічних технологій в освітньому процесі з дітьми дошкільного віку».**
2. **10.00 – 10.15 – Інноваційні педагогічні технології в сучасній дошкільній освіті, методист РМК Педченко С.І.**
3. **10.15 – 11.00 - Нетрадиційні підходи до завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. М.Єфіменко . Перегляд навчально – виховного процесу.**
4. **11.00 – 11.10- Нетрадиційні підходи до завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. М.Єфіменко. Доповідь. Білінська Алла Іванівна, вихователь – методист ДНЗ №5.**
5. **11.10-11.40 - Засідання круглого столу «Виконання інноваційних технологій : досвід, проблеми, перспективи ».**
6. **11.40 – 12.00 - Огляд розвивального середовища в ДНЗ.**

****

**Перелік інноваційних технологій та методик у галузі дошкільної освіти**

**Спадщина Софії Русової (“Український дитячий садок”).**

**Автор – Русова С.**

**Суть технології. Вченою обґрунтовано умови гармонійного виховання у ДНЗ: виховання повинно бути індивідуальним, пристосованим до природи дитини, національним, відповідати соціально-культурним вимогам часу, вільним, незалежним від тих чи інших урядових вимог, вибудовуватись на ґрунті громадської організації. Принципами побудови українського ДНЗ повинні бути: гуманізм, демократизм, науковість, національний дух. Їх реалізація забезпечуватиме етнізацію особистості, входження дитини у духовний світ і традиційне життя українського народу, плекання національної та загальнолюдської культури.**

 **Педагогіка М. Монтессорі (“Будинок вільної дитини”)**

**Автор – Монтессорі М.**

**Суть технології. Створення предметно-просторового середовища, у якому дитина зможе найповніше реалізувати свої природні здібності та задатки. Діяльність дитини повинна бути вільною та самостійною. Педагог використовує у роботі самонавчальні засоби – матеріали, з якими вихованець працює, наслідуючи педагога, діючи за зразком, а потім самостійно приступає до їхнього виконання. Індивідуалізація розвитку дошкільників реалізується через взаємодію з матеріалами, з урахуванням права вибору дітей, природних потреб та вікових особливостей.**

**Вальдорфська педагогіка (“Вальдорфський дитячий садок”).**

**Автор – Штайнер Р.**

**Суть технології. Стрижнем педагогіки є принципи індивідуального підходу, свободи у вихованні, питання режиму дня й ритму року. Вальдорфська школа функціонує на засадах самоуправління, що характеризується відсутністю вертикальної структури влади, підпорядкування. Основним завданням ДНЗ є догляд за органами чуття дитини. Цьому сприяє обладнання й організація роботи дошкільного навчального закладу, який функціонує як велика сім'я. Ігри й заняття постійно чергуються, створюючи сприятливі для дитини ритми самостійних та організованих занять. Дитина вчиться відкривати існування власного внутрішнього світу, центром якого є сім'я – батьки й дитина.**

**Система освіти “Довкілля”.**

**Автор – Ільченко В.**

**Суть технології. Система освіти “Довкілля” формує цілісну свідомість людини, яка здатна брати відповідальність за своє майбутнє та майбутнє рідної землі, народу, виховує ціннісне ставлення дитини до себе, до світу, що ґрунтується на почутті любові до навколишньої дійсності, “совісті” – намаганні почути звуки кожної живої істоти, зрозуміти її, щоб жити у злагоді із собою, природою. Програма “Довкілля” як дидактична система викладання предметів природничого циклу альтернативна до традиційного підходу.**

 **Діагностична методика Т.О. Піроженко “Мовленнєве зростання дошкільника”.**

**Автор – Піроженко Т.О.**

**Суть технології. Пропоновані параметри мовленнєвого становлення дошкільника представлені з позицій комунікативного підходу до розвитку засобів мовлення. Принциповою позицією цього підходу є твердження про те, що міжособистісна взаємодія – основа взаєморозуміння. Неможливо зрозуміти іншу людину поза особистісних контактів з нею. Мета і результат мовної взаємодії – розуміння – відбувається лише за умови, коли реалізуються міжособистісні відносини між людьми. Комунікативний підхід до діагностики розвитку мовлення розглядає дитину як активного й ініціативного учасника соціальної взаємодії, в якій дошкільник має не лише засвоїти суспільний досвід (мову), але й щоразу самостійно застосовувати засвоєне, робити свій власний вибір адекватних до ситуації засобів спілкування, нарешті, створювати свої власні засоби для реалізації мети взаємодії. Через те, в комплексному підході такою важливою є саме діагностика (і своєчасне формування!) потреб, мотивів спілкування, інтересів, бажань, ціннісних орієнтацій, пов'язаних із людиною. Координати “людина” та “її ставлення до інших” є найважливішими для мовленнєвого становлення дошкільника. Отриманий під час діагностики матеріал дає змогу охарактеризувати форми взаємин між дитиною і дорослим, допомагає визначати комунікативну спрямованість і готовність дитини до комунікації.**

**Технологія фізичного виховання дітей М.Єфименка (“Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей”).**

**Автор – Єфименко М.**

**Суть технології. Проведення фізкультурних занять у формі ігрових дійств. Форма фізичної активності дітей – горизонтальний пластичний балет (“пластик-шоу”), що поєднує музичність, хореографічність, естетичність дійства. Його скорочені програми використовують як фізкультурні хвилинки, паузи, а також як розваги і свята. Ігрова взаємодія з дітьми реалізується в рамках ігрової теми як великої тематичної гри (макрогри), що триває протягом одного чи кількох занять. Спільна мета та сюжетна лінія містить кілька міні-ігор, ігор-вправ.**

**Технологія розвитку творчої особистості Г.Альтшуллера. Теорія розв язання винахідницьких завдань.**

**Автор – Альтшуллер Г.**

**Суть технології. Основне завдання – навчати дитину розв'язувати проблеми різного рівня складності з використанням винахідницьких завдань. Основна ідея технології полягає у тому, щоб переводити завдання з нижчого рівня складності на вищий. Для її успішної реалізації потрібно навчити дитину виявляти проблеми, з’ясовувати, чому легкі завдання розв'язуються просто, а важкі – складно. У роботі з дітьми дошкільного віку використовують колективні ігри, ігри-заняття, під час яких діти вчаться спостерігати навколишню дійсність, виявляти суперечливі властивості предметів, явищ, шукати відповіді на поставлені питання. Педагог орієнтується на вільний та самостійний вибір дитини – предмета, матеріалу, виду діяльності.**

**Методика використання схем-моделей для навчання дітей описовим розповідям.**

**Автор – Ткаченко Т.**

**Суть технології. За цією методикою для роботи використовується аркуш картону 45х30 см, поділений на шість квадратів (за кількістю характерних ознак предмета або об’єктів чи пір року, про які потрібно розповісти). Дітей навчають знаходити головні, суттєві ознаки предмета, відрізняти їх від другорядних. Навчаючи старших дошкільників складанню описових розповідей, використовують схеми-моделі. Діти вибудовують розповідь з дотриманням послідовності та параметрів, закладених у схемах: колір, форма, величина, матеріал, частини, дії. Використання схем при складанні описових розповідей допомагає дітям засвоїти порівняння предметів не в загальній формі – чим подібні, або чим відрізняються предмети, а диференціювати. порівнюючи предмети за формою, величиною, кольором тощо.**

**Методика використання схем-моделей у лексично-граматичній роботі.**

**Автор – Крутій К.**

**Суть технології. Розвиток у дітей словесно-логічного мислення, формування у них уміння користуватися основними логічними прийомами і операціями є одним із важливих завдань у процесі навчання старших дошкільників. Пропонується наступна схема ознайомлення дітей із предметами: 1) первинне ознайомлення з предметом і його назвою; 2) дослідження властивостей предметів: колір, відтінки, форма, розмір, звуки, шуми; співвідношення в просторі; вага; властивості поверхні; ритм; рух предмета; назва деталей предмета; 3) групування. Узагальнення і найпростіша класифікація предметів, формування родових і видових понять, наступна класифікація – диференціація родових понять; 40 розвиток елементів логічного мислення шляхом складання моделей, схем, коректурних таблиць разом із дітьми.**

**Особистісний розвиток дитини засобами взаємодії різних видів мистецтв.**

**Суть технології. Ця технологія залучає дитину до творчого пошуку, розвиває її здібності, творчий потенціал.**

 **Поліхудожній розвиток дітей дошкільного віку в педагогічному процесі дошкільного навчального закладу.**

**Суть технології. Відбувається самоствердження дитини в найбільш значущій для неї сфері поліхудожньої діяльності (музичної, хореографічної, театралізованої, образотворчої).**

**Нова модель дошкільного закладу.**

**Автори – Заранська Н.Й., завідувач ДНЗ № 42, м. Львів; Савка М.М., директор Львівської міської дитячої громадської організації “Дитина”.**

**Суть технології. Створення нової моделі ДНЗ, спрямованої на всебічний розвиток дитини, формування основ її духовності засобами художньо-естетичного виховання. Диференціація освітнього процесу відповідно до індивідуальних здібностей, нахилів, інтересів та потреб кожного вихованця, виявлення талантів, створення якнайстаріших умов для їхнього розвитку, самовираження, самоствердження й самореалізації кожного індивіда.**

 **Методика розвитку творчих здібностей на заняттях з малювання.**

**Автор – Шульга Л.**

**Суть технології. Діти зображають навколишнє тільки після емоційних зустрічей з ним у процесі спостереження, розгляду картин, слухання музики, читання, розповідання. Головне завдання організації зображувальної діяльності – виховання естетичних почуттів, а допоміжне – навчання технічним прийомам. Чим більше органів чуття беруть участь у сприйманні навколишнього, тим повнішими будуть уявлення, глибшим – пізнання.**

**Регіональна Програма розвитку Національної мережі шкіл сприяння здоров'ю.**

**Автор – колектив київського ОІПОПК.**

**Суть програми. Формування і розвиток у всіх суб'єктів навчально-виховного процесу культури здоров'я як цілісної категорії та створення у навчальних закладах умов, що її формують. Успішній реалізації мети Програми сприятиме виконання системи таких завдань: - координація діяльності органів державної влади та місцевого самоврядування, органів управління освітою всіх рівнів, медичних установ, обласного інституту післядіпломної освіти педагогічних кадрів, навчальних закладів, засобів масової організації, центрів практичної психології та соціальної роботи, громадських організацій та сім'ї щодо зміцнення здоров'я підростаючого покоління; - розробка та реалізація районних (міських) і локальних програм трансформації навчальних закладів у Школи сприяння здоров'ю; - проведення профілактичної, оздоровчої та еколого-валеологічної освітньої діяльності; - організація науково-методичного й інформаційного супроводу діяльності шкіл сприяння здоров'ю; - організація системної діяльності щодо підготовки та підвищення кваліфікації учасників реалізації Програми; - підготовка та проведення медичного, педагогічного, соціально-психологічного моніторингу, що сприятиме своєчасній оцінці ефективності реалізації здоров'язміцнювальних програм, а за необхідності – їх коригування, прийняття додаткових організаційних рішень.**

**Спадщина В.Сухомлинського.**

**Автор – В.Сухомлинський.**

**Суть технології. Основоположною у науково-теоретичних працях і практичному досвіді В.Сухомлинського є його філософсько-педагогічна система ідей та поглядів на дитину як на найвищу цінність. Педагогіка В.Сухомлинського - це педагогіка серця, дитиноцентризму й толерантності, яка базується на ідеї наближення навчально-виховного процесу до природи конкретної дитини. Педагог створив таку психолого-педагогічну систему, в якій усе зосереджено навколо дитини-людини, це педагогіка, побудована на утвердженні тієї філософської істини, що освіта, виховання й розвиток людини мають передбачати, передусім, утвердження гармонії розуму й серця. Уроки мислення сприяють розумовому, мовленнєвому, духовному розвитку дошкільнят і вихованню в них ціннісного ставлення до природи. Діти вчаться розуміти й любити її, починають дивитися на неї іншими очима, стають активними її захисниками. Розроблені педагогом основні норми моральної вихованості для дітей ґрунтуються на творчому використанні багатого потенціалу загальнолюдських моральних цінностей і є складовою частиною його цілісної педагогічної системи.**

**Методика навчання дітей читанню М.Зайцева.**

**Автор – М.Зайцев.**

**Суть технології. Російський психолог Микола Олександрович Зайцев розробив унікальну методику навчання читанню і лічби на основі оригінальних кубиків. Кубики різних розмірів заповнюються відповідним матеріалом, у залежності від складу (дзвінкі - залізячками; глухі - деревинками; "золоті", голосні - мідними монетками). До того ж за визначеними буквами закріплені певні кольори, які допомагають на асоціативному рівні запам'ятати основні правила фонетичного розбору.**

 **Навчання спирається на сприйняття (зір, слух, тактильні відчуття, інтуїцію), мислення активну практичну діяльність дитини, розвиває її пізнавальні здібності. "Кубики Зайцева" дозволяють навчити дитину плавному складовому читанню, минаючи етап складового уривчастого читання, значно скорочують час оволодіння читанням цілими словами, закладають основи грамотного письма. Навчальний пакет містить у собі: кубики, таблиці, аудіокасету і керівництво для батьків.**

**Посібники Зайцева призначені для організації розвиваючого простору для дітей дошкільного і шкільного віку, що дозволяє бажаючим педагогам творчо підходити до готових програм, змісту освіти, способам подачі інформації (методам і прийомам); вносити в роботу елементи дослідницької діяльності; кардинально скорочувати час оволодіння навичками рахунку, читання, грамотного письма.**

**Система Зайцева дає прекрасну можливість для професійного росту вчителів, колективної творчості педагогів і дітей, формування цілісної неспотвореної системи поглядів. І діти, і дорослі при цьому зберігають фізичне і щиросердечне здоров'я (а часто і відновлюють його), тобто ставиться заслін багатьом проблемам і майбутнім хворобам, які ми звикли вважати природними в процесі навчання, таким, як проблеми зору, хребта, купи стресів і комплексів («дидактоневрозу») і, як результат, соматичні захворювання.**

 **Методика навчання дітей раннього віку Глена Домана.**

**Автор – Глен Доман.**

**Суть технології. Глен Доман — американський лікар-нейрохірург, який займався розробкою системи реабілітації дітей з важкими порушеннями в роботі мозку. У цій програмі особлива увага приділена карткам з комбінаціями яскравих точок, зображеннями різних предметів, зі словами. Коли безнадійно хворі і відсталі діти почали не тільки наздоганяти, а й випереджати однолітків в інтелектуальному розвитку, з'явилася ідея використовувати цей метод у навчанні нормальних дітей. Глен Доман удосконалив свою програму, і вже понад півстоліття вона є однією з найпопулярніших в ранній педагогіці. Основний постулат методики: «Мозок росте тільки коли він працює». Тому з самого раннього віку дитячий мозок треба завантажити. Навчання за Доманом нагадує введення інформації в комп'ютер. З трьохмісячного віку дитині з певною частотою за кілька секунд демонструються картки з комбінацією картинка + слово або просто слово. З часом ці картки поділяються на тематичні серії. Такі заняття треба чергувати зі спеціальними фізичними вправами, адже розвиток мозку неможливий без належної рухової активності. Керуючись цими принципами, за твердженням автора, будь-яку дитину можна виховати генієм.**

**Розвиваючі ігри Нікітіних: кубики, гра типа „Танграм”.**

**Автори - Борис Павлович і Олена Олексіївна Нікітіни, класики вітчизняної педагогіки та автори ряду розвиваючих ігор для дітей.**

**Суть технології. Методики раннього розвитку дітей, в першу чергу, базуються на відповідних дитячих іграх. За методикою Нікітіних вони повинні включати в себе спільну діяльність дитини і батьків. Вони мають великий потенціал, тому що їх можна підлаштувати під себе, під свій рівень розвитку, під свої інтереси. Кожна «Нікітінська» дитяча гра надає можливість подумати над тим, що до неї додати, як її поліпшити; така варіативність завдань заздалегідь продумана, адже вона спрямовує дитину до творчої роботи. В основному ці ігри мають форму головоломок, направлених на розпізнавання і добудови образів, інакше кажучи, на розвиток логічного і творчого мислення. Кожна гра по методиці Нікітіних є набором завдань, вирішення яких дитина шукає за допомогою кубиків (кубики Нікітіна), квадратів з картону, деталей з конструктора і т.д. Завдання, які ставляться перед дитиною, мають різну форму: у вигляді інструкції, креслення, моделі. Таким чином дитина знайомитися з різними способами передачі інформації. Завдання задаються за принципом від простого до складного і мають дуже широкий діапазон.**

**Педагогіка Амонашвілі.**

**Автор – Ш.Амонашвілі.**

**Суть технології. Система виховання та навчання за Ш.Амонашвілі – це "педагогіка цілісного життя дітей та дорослих", яка будується на началах гуманності й віри в дитину, вихованні творчістю і співпрацею педагогів із дітьми, де в якості педагогів розуміються також батьки. Гуманна педагогіка є педагогікою дисципліни, любов до дитини не може шкодити їй. За Амонашвілі, дітям необхідно пропонувати такі справи, за які вони можуть братися не колись, а зараз же, і перші кроки мають приводити їх до перших успіхів, а не невдач. На думку педагога-новатора, головне у навчанні – це заохочувати дітей до власного пошуку, власного шляху пізнання світу, необхідно вчити їх самостійності, готувати до дорослого життя. В цьому і полягає роль і обов’язок вчителя та вихователя. Моральною основою дитячої кооперації в системі Ш.Амонашвілі є здатність радіти успіхам інших, готовність прийти на допомогу, причому не тільки в межах свого колективу: старші діти допомагають молодшим, беруть над ними шефство. Цікавими методичними новаціями у цій концепції є: - скасування оцінок за навчання у балах;**

 **- недопустимість порівняння дітей між собою („він у нас найрозумніший, беріть із нього приклад”); - навчання одразу на кількох доступних дітям рівнях, наприклад, читання можливе від знайомства з буквами для одних до біглого читання для інших; - співучасть дітей у побудові занять, у складанні завдань, утворенні власного підручника, в плануванні відповідей.**

Презентація інноваційних технологій за методикою

М.М. Єфименка в середній групі

 Кривенко Л.В.

 В своїй роботі використовую інноваційні технології М. М. Єфименка. Працюю над темою : «Театр фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку» за методикою М. М. Єфименка.

 Дитинство – унікальний період в житті людини, у процесі якого формується здоров’я, розвивається особистість. Тому я, як вихователь, усвідомлюю , що сформовані у дитинстві пріоритети здоров’я, почуття відповідальності за нього та навчання дітей бути здоровими з перших років життя – це основний життєвий пріоритет у розвитку особистості, завдяки якому життя стане плідним , здоровим та довготривалим .

 Цілком очевидним є те, що сьогодні більшість дітей дошкільного та молодшого шкільного віку мають проблеми, пов’язані зі здоров’ям, і найчастіше – з руховим розвитком.

 Суть інноваційної технології за методикою М. М. Єфименка , ґрунтується на законах Природи і дозволяє ефективно долати вади, які є в розвитку як у практично здорових дітей, так і в дітей-інвалідів. Найкращим підтвердженням цього є успішна 20-річна практика застосування цієї системи.

 Новизна за методикою М. М Єфименка полягає в більш природній зміні вихідних положень тіла : від лежачих ( горизонтальних) до стоячих (вертикальних), від опори на чотири кінцівки до опори на дві ( стояння , ходьба) й рухів без опори (біг, стрибки). На його думку принцип фізичного виховання дошкільників повинен іти по висхідній спіралі ( з віком мусить зростати не тільки якість рухів, а й їх діапазон).

 У реалізації педагогічної технології «Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей» велике значення в процесі фізичного виховання має створення образів, що їх розігрують діти. Це дає змогу позитивно впливати на їхнє мовленнєве спілкування

 Керуючись методикою М.М. Єфименка, я на протязі занять використовую ігровий метод фізичного виховання, включаючи театральне дійство. Елементи клоунади дають дітям дають змогу розслабитися, посміятися, пофантазувати і зарядитися позитивною енергією і отримати задоволення від заняття-гри. Тобто із своїми вихованцями я розігрую будь-яку тему, казку, ситуацію, дотримуючись при цьому формул природного рухового розвитку дітей.

 У своїх заняттях , починаючи з молодшої групи, продовжуючи в середній, я використовую «фізкультурну казку», яка дозволяє не лише тренувати тіло , а ще необхідні духовні якості. Також проводжу гімнастику пробудження після денного сну, яка докорінно відрізняється від традиційної зарядки. Щоденно в нашому розпорядку дня є фізкультхвилинки, фізкультпаузи, ранкова гімнастика. Цікаві фізкультхвилинки – це окремі , не пов’язані один з одним сюжети і корисні фізичні вправи-ігри, які проводжу з дітьми на свіжому повітрі. При цьому дотримуючись вимоги першої заповіді М.М. Єфименка «Йди за логікою природи».

 Моя робота базується на програмі горизонтально-пластичного балету (пластик -шоу). Усі рухи у «пластик-шоу» мають бути плавними, м’якими, пластичними. Найважливішими в ньому є хореографічність та естетичність.

 Використовую музикотерапію в руховій діяльності дошкільників, адже рухова активність у фізичному вихованні – міцний фундамент для інших видів навчально-виховної роботи з дітьми.

 Прикладом моєї успішної роботи з дітьми середньої групи є гімнастика пробудження, яка має назву «Подорож дощової краплини». Подаю її основну суть.

**«Подорож дощової краплини»**

Жила собі в піднебессі самотня дощова краплинка на ім.’я Крапа. Домівкою її була велика синя хмара, яка любила подорожувати небом довкола зумлі. А разом із нею подорожувала і Крапа.

  **Впр. 1 «М’яка хмарка»**

З в.п. лежачи на спині згрупувавшись – повільно перекочуватися з боку на бік.

 Краплинка була дуже допитливою, вона часто вичувала свій носик з-під перини-хмари та з цікавістю поглядала вниз на ніби іграшкові поля й річки, мости й дороги, села та міста, які пропливали під нею.

 **Впр. 2. «Любознайка»**

 З в.п. лежачи на животі поперек лажка, упираючись руками об підлогу, -підвести одну руку і прикласти козирком до лоба («краплинка вдивляється»)

 Особливо подобалися Краплі гостроверхі різнобарвні дахи будинків із високими трубами-димарями. Одного разу велика синя хмара так низько пролітала над старим містом, що при цьому навіть зачіпала антени й натягнуті між будинками мотузки для білизни. Дощова краплинка , охоплена цікавістю, так перегнулася через край, що не втрималася і звалилася вниз.

 **Впр. 3. «Вільний політ»**

З в.п. лежачи на спині – трохи підняти верхню частину тулуба і ноги, розводити руки й ноги в сторони, імітуючи вільний лет у повітрі.

 Не встигла крапа отямитися, як її відразу підхопив на свої прозорі крила жвавий відчайдушний вітер. Іпоніс, і помчав краплинку над дахами будинків.

 **Впр. 4 «Жвавий вітер»**

З в.п. лежачи на животі – ненадовго підіймати одночасно руки й ноги на доступну висоту (вигин хребта має не викликати дискомфорту).

 В одному з вузьких провулків вітер загубився серед старих будинків, бешкетуючи в димарях і ляскаючи жестю на дахах. На одному такому даху, на мокрому та слизькому карнизі, опинилася захекана Крапа. Вона більше не хотіла падати вниз і тому, міцно вхопившись за водостічний жолоб, розгойдувалася разом із ним на вітрі.

 **Впр. 5 «На водостічному жолобі»**

Зв.п. стоячи навкарачках (низьке положення)- розгойдуватися вперед-назад, поступово збільшуючи амплітуду рухів.

 З-за цегляного димаря на Крапу дивилося, уп’явшись своїми жовтими очиськами, щось пухнасте й чорне – і раптом воно страшно занявкало.

 **Впр.6 «Чорне й пухнасте»**

З в.п. стоячи накарачках (середнє положення) – по черзі підіймати ноги («хвіст») і загрозливо крутити туди-сюди.

 Від несподіванки краплинка позадкувала і притислася до чогось затишного, нарешті відчувши якусь опору.

 **Впр.7 «Задній хід»**

З в.п.сидячи,упираючись руками за спиною,-трохи підняти сідниці й позадкувати (до бильця ліжка),після чого повернутись у вихідне положення.

 Тільки тепер Крапа помітила, яким високим був дах, на який вона впала.

Впр.8 «Високий дах»

 З в.п. стоячи накарачках ,куприк максимально піднятий-переступати з ноги на ногу зповоротами довкола вертикальної осі.

 Раптом щось заскрипіло, забряжчало – і прямо перед розгубленою Крапою в усій своїй красі постав залізний півник-флюгер. Краплинці навіть здалося, що півник підморгнув їй одним оком.

 **Впр.9 «Залізний півник»**

З в.п. сидячи з упором ззаду , ноги підняті під кутом 30-40º - повертатися ліворуч-праворуч ( імітуючи руки флюгера)

Краплі теж закортіло по-дружньому помахати півникові, але вона відразу втратила рівновагу, заточилась і покотилася по ринві вниз.

** Впр. 10 «Пробі, рятуйте»**

Просуватися навпочіпки від одного бильця ліжка до другого, час від часу хапаючись за голову, ніби захищаючи її.

Здавалося, що довгому темному лабіринтові не буде кінця. Крапу кидало з боку в бік, і вона раз у раз билась об бляшані стінки труби.

 **Впр. 11 « Темний лабіринт»**

З в.п. стоячи навколішках – виконувати різні нахили та кругові рухи, руками при цьому імітувати відштовхування від стінок невидимого жолоба.

Нарешті краплинка на великій швидкості вилетіла з труби і з розгону ляпнулась у велику дощову калюжу.

 **Впр. 12 « Дощові бризки»**

З в.п. стоячи – присідати-вставати, тримаючи руки на поясі. При цьому можна приказувати : «Крап-крап, крап-крап, крап-крап !»

Опинившись у теплій калюжі, серед таких самих, як вона, краплинок, Крапа заспокоїлася полегшено зітхнулай заспокоїлася. Вона потрапила у велику дружну родину дощових краплин, які стікаються в численні струмки та разом біжать у яри.

 **Впр. 13 «Струмочок»**

Іти в колону по одному , узявшись за руки, по спальні, між ліжками, м’яко ступаючи на передню частину ступні.

**Концептуальні засади технології М. Єфименка**

 **Технологія фізичного виховання спрямована на розвиток і оздоровлення дітей. Її автор, український педагог-новатор Микола Єфименко вивчав цю проблему протягом двадцяти років і має своє, відмінне від загальноприйнятого, розуміння суті фізичного виховання здорових дітей і дітей з відхиленнями в розвитку.**

 **Технологія фізичного виховання дітей М. Єфименка «Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей» розрахована на дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Автор назвав її ще «тотальним ігровим методом», втіливши у цих словах своє педагогічне кредо «грати щодня, грати постійно, грати завжди». Ґрунтується ця технологія на таких десяти професійних положеннях:**

**1. Йти за логікою природи (педагогіка повинна бути природною).**

**2. Фізичне виховання дітей повинно здійснюватися по спіралі, нове поєднуючи з відомим.**

**3. Педагогічний спідометр, або так звані загальнорозвивальні вправи (підбирати підготовчу частину заняття — уроку — згідно з «еволюційною гімнастикою»).**

**4. Поділ заняття на три частини за фізіологічною суттю.**

**5. Театр фізичного виховання дітей (граючи — оздоровлювати, граючи — виховувати, граючи — розвивати, граючи — навчати).**

**6. Позитивна, світла енергія радості і задоволення (фізичне виховання повинно заряджати дітей позитивними емоціями).**

**7. Руховий портрет дитини «малює» методика ігрового тестування.**

**8. Створи тренажери сам!**

**9. Здоров'я здорових вимагає профілактики та корекції.**

**10. Через рухи та гру — до виховання Людини майбутнього.**

 **У системі фізичного виховання дітей Єфименко виокремлює такі основні рухові режими: плавальний, лежачий, повзальний, сидячий, стоячий, ходьбовий, лазальний, біговий, стрибковий. Їх назви свідчать про те, яким основним рухам надають перевагу на конкретному занятті.**

 **«Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей» сповідує принцип «двох засад у педагогіці», що передбачає різні підходи до організації роботи з дівчатками та хлопчиками. Цьому питанню присвячене дослідження М. Єфименка «Еротична культура в педагогіці дошкільного дитинства (на прикладі фізичного виховання)», в якій він доводить, що у процесі фізичного виховання дітей потрібно використовувати різні заняття для хлопчиків і дівчаток. Для цього педагог має усвідомити якої саме мети він прагне досягти. Чіткому усвідомленню відмінностей щодо мети фізичного виховання хлопчиків і дівчаток може сприяти, за переконаннями М. Єфименка, скомпонована ним таблиця (табл. 4), що у загальних рисах змальовує фізичні та психічні якості чоловічості й жіночості, які слід розвивати під час занять у дітей відповідних статей.**

**Рухові та особистісні ознаки чоловічості й жіночості**

|  |  |
| --- | --- |
| **Особистісні ознаки чоловічості** | **Особистісні ознаки жіночості** |
| **фізична сила** | **гнучкість (пластичність)** |
| **витривалість**  | **точність рухів** |
| **спритність** | **Координованість** |
| **швидкість**  | **легкість** |
| **атлетичність** | **стрункість** |
| **висока енергійність** | **відчуття ритму** |
| **наступальність** | **витонченість** |
| **сміливість**  | **Артистичність** |
| **ризиковість** | **лагідність** |
| **рішучість** | **Ніжність** |
| **наполегливість** | **Естетичність** |
| **цілеспрямованість** | **Граційність** |
| **сила волі** | **Компромісність** |
| **лідерство** | **терплячість** |

 **Безперечно, певною мірою всі ці якості належить виховувати як у хлопчиків, так і в дівчаток. У контексті міркувань М. Єфименка йдеться про окремі заняття, на яких має домінувати виховання статевих ознак. Очевидно, є певний сенс у його твердженнях, що ігри для дівчаток і хлопчиків мають бути різними. Так, типовими для хлопчиків можуть бути ігри «Запорозькі козаки», «Астронавти», «Юні матроси», «Рятівники», «Десантники», «Ніндзя», «Прикордонники» «Скелелази», для дівчаток — «Бджілки», «Метелики», «Сонечко», «Із життя квітів», «Зірочки», «Рибки», «Ляльковий магазин», «Народжені морем» та ін.**

**Значний вплив на формування статевої ідентифікації у процесі фізичного виховання має відповідне забезпечення занять — атрибути, музика, кольори, емоційне забарвлення спілкування педагога з вихованцями, його тембр голосу, тон команд.**

**У педагогічній технології «Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей» як форму фізичної активності дітей застосовують обґрунтований її автором горизонтальний пластичний балет («пластик-шоу»). Найважливішими в ньому є музичність, хореографічність, естетичність. У відчутті музики і музичному самовираженні М. Єфименко передбачає такі етапи:**

**— рухово-танцювальна наслідувальна діяльність (робити те, що робить педагог, наслідуючи його рухи);**

**— частково-наслідувальна рухова танцювальна діяльність (діти частково наслідують вихователя, а також імпровізують);**

**— вільний стиль (цілковите музичне і пластичне самовираження дітей відповідно до музичної композиції).**

**Слово «горизонтальний» у назві пластичного балету означає дотримання сформульованого автором технології першого принципу — «йти за логікою природи». Відповідно до нього розроблено всі пози в програмах «пластик-шоу»:**

**— вправи у позах лежачи на спині;**

**— вправи у позах лежачи на животі;**

**— вправи у позі на боці;**

**— вправи у перевертаннях із спини на живіт і навпаки;**

**— вправи у позі сидячи та ін.**

 **Обов'язковою умовою програми горизонтального пластичного балету є вихідна стартова поза лежачи на спині, руки вздовж тулуба, тіло розслаблене і спокійне. Завершувати програму повинна поза стоячи на колінах, спина випрямлена і ніби витягнута доверху, руки простягнуті «до Сонця» (до Бога), пальці рук випрямлені і розведені, погляд спрямований доверху і вперед. Філософський смисл цієї пози означає радість життю, Сонцю, новому дню, природі, присутньому в кожній людині божественному началу, яке визначає гармонію Всесвіту. На кінчиках пальців рук, особливо великого пальця, розміщені входи енергетичних каналів, які єднають організм людини з Космосом. У такому положенні, стверджує педагогічна технологія, організм підзаряджається необхідною для повноцінної життєдіяльності енергією.**

 **Усі рухи у «пластик-шоу» мають бути плавними, м'якими, пластичними. Вправи виконують під відповідну музику, з використанням елементів хореографії, яка є естетичною складовою рухової активності дітей.**

 **Горизонтальний пластичний балет як новий синтетичний напрям у фізичному вихованні дітей об'єднує все позитивне, чим багаті художня гімнастика, аеробіка, балет, брейкданс, шейпінг, акробатика, музичні заняття. Він успішно замінює комплекс гімнастики пробудження. Скорочені його програми можна використовувати як фізкультурні хвилинки, фізкультурні паузи, фізкультурні розваги і свята.**