

Вихователь-МЕТОДИСТ ДОШКІЛЬНОГО закладу

ЩОМІСЯЧНИЙ
СПЕЦІАЛІЗОВАНИЙ
ЖУРНАЛ



Як реалізувати
коучинговий підхід
у роботі
з педагогічним
колективом

Генеруємо зображення
засобами штучного
інтелекту: п'ять серіалів

Як поліпшити рухову
діяльність дітей у літній
період

Перші дні малюка
в дитячому садку:
до чого мають
підготуватися батьки

 **Експертус**
ІНСТРУКЦІЇ ДОШКОЛІ

oplatforma.com.ua



працюємо з нормативними документами

Шість відповідей МОН на запитання про оплату праці педагогічних працівників ЗДО

працюємо з вихователями

4 Катерина Спітківська
Як реалізувати коучинговий підхід у роботі з педагогічним колективом
У статті — практичні рекомендації, як за допомогою коучингового підходу підвищити ефективність командної роботи в педагогічному колективі, сприяти зростанню особистостей серед педагогів, розв'язувати складні й конфліктні ситуації, а також встановлювати домовленості.

14 П'ять груп запитань для пошуку рішень у складних ситуаціях
Шпаргалка

15 Три групи запитань для врегулювання конфліктних ситуацій і встановлення домовленостей
Шпаргалка

комплектуємо методичний кабінет

16 Орієнтовна циклограма діяльності вихователя-методиста на серпень



Приклад довідки за результатами контролю організації фізкультурно-оздоровчої роботи в дитячому садку

організовуємо освітню діяльність

Лариса Гарщенко
18 **Як поліпшити рухову діяльність дітей у літній період**

Головне в статті:

- рекомендації, як організовувати різні форми рухової діяльності дошкільників
- приклади вправ та рухливих ігор для дітей різного віку

23 **Рухливі ігри для спекотної погоди**

Ірина Кіндрат
26 **Літературна вітальня в дитячому садку: мініпроект і цікаве дозвілля**
Пропонуємо збагатити спілкування дітей і батьків — долучити їх до участі в мініпроекті «Літературна вітальня». Як його організувати та які активності пропонувати дітям — підкажемо в статті.

професійно вдосконалюємося

Світлана Гуліарка
30 **Опановуємо методику «Розвивальне читання»: семінар-практикум для вихователів**

Запросіть педагогів на семінар-практикум з елементами тренінгу, під час якого вони не лише більше дізнаються про можливості розвитку дошкільників і навчання грамоти, а й зроблять виконати цікаві вправи та пограють в ігри.

Тетяна Бутурлям
34 **Генеруємо зображення засобами штучного інтелекту: п'ять сервісів**
Уявіть, що у вас є зовнішній асистент, який працює 24/7, генерує ідеї, автоматизує роботу та узагальнює ефективні рішення. Здається фантастикою? Ні, це вже реальність. Скористайтесь підказками зі статті — і ви легко опануєте п'ять сервісів на основі штучного інтелекту, які допоможуть створити цікаві графічні зображення.



допомагаємо методисту-початківцю

Ірина Романюк

38 Діалектичні закони розвитку в основі діяльності методичного кабінету

У статті консультант аналізує основні діалектичні закони розвитку, а також наводить приклади, як їх реалізовувати в діяльності методичного кабінету закладу дошкільної освіти.

спілкуємося з батьками

Тетяна Гурковська

43 Перші дні малюка в дитячому садку: до чого мають підготуватися батьки

Дитині будь-якого віку складно починати відвідувати дитячий садок. І в цей період у неї можуть виникати різні негативні реакції. У статті практичний психолог підкаже, про що варто попередити батьків хлопчика, щоб уберегти їх від зайвих переживань.

47 Коли не варто віддавати дитину до дитячого садка: шість типових ситуацій

50 Чи готова дитина до дитячого садка: чек-ліст для батьків



допомагаємо інструктору з фізкультури

Ольга Білецька

51 Наш казковий дитсадок

Сценарій фізкультурної розваги для дітей найменшого дитячого віку

свята й цікаві події

54 Цікаве свято в серпні



Такою іконкою позначено статті, які можна прочитати лише на сайті emetodyst.expertus.com.ua. Для того щоб звернутися до змісту статті, клавішею на її назву.

Головне в статті

- Рекомендації, як організовувати різні форми рухової діяльності дошкільників
- Приклади вправ та рухливих ігор для дітей різного віку



Лариса Гаращенко,
доцент кафедри дошкільної освіти
Факультету педагогічної освіти
Київського столичного університету імені
Бориса Грінченка, канд. пед. наук

Як поліпшити рухову діяльність дітей у літній період

Вислів «рух — це життя» знають усі, але не кожен розуміє його глибинний зміст, особливо коли йдеться про дошкільників. Важливо, щоб дорослі, які організовують життєдіяльність дітей усвідомили: для дитини дошкільного віку фізична активність — це життява необхідність, а не зайвий клопіт. Тож улітку всі засоби фізичного виховання слід спрямувати на забезпечення оптимальної рухової активності дошкільників протягом дня.

Розпочинайте день із ранкової гімнастики

Для того щоб допомогти дитячому організму прокинутися, збадьоритися, кожен день у дитячому садку розпочинайте з ранкової гімнастики. Її потрібно проводити в усіх вікових групах за такою структурою:

- ходьба, біг, стрибки;
- комплекс загальнорозвивальних вправ;
- біг, крокування та вправи для відновлення дихання або рухлива гра.

Обов'язково включайте стрибки до комплексу ранкової гімнастики для дітей старшого дошкільного віку. Вони активізують серцево-судинну й дихальну системи краще за будь-який інший елемент комплексу та розвивають витривалість. У старшій групі вони є ключовим навантаженням, особливо якщо зал обмежує можливість бігати. Використовуйте різні види стрибків: з просуванням уперед на двох ногах, на одній нозі, на двох ногах лівим і правим боком, стрибки з поворотами, підскоки з ноги на ногу з просуванням уперед тощо.

Проводьте заняття з фізкультури на свіжому повітрі

Улітку впродовж дня діти більшу частину часу мають перебувати на свіжому повітрі. Тому важлива складова частина фізичного розвитку дитини в цей період — фізкультурні заняття на свіжому повітрі. Вони за структурою можуть відрізнятися від традиційних занять у фізкультурній залі.

Приклад структури заняття з фізкультури влітку для дітей старшої групи

Підготовча частина:

- дві рухливі гри чи ігрові вправи, наприклад «Чия ланка швидше збереться», «Заборонений рух», «Бережи предмет» тощо;
- вправи на перешикування;
- загальнорозвивальні вправи в русі.

Основна частина:

- вправи з м'ячем;
- стрибки, наприклад підстрибування з діставанням предметів;
- рухлива гра великої рухливості з мотузкою, наприклад «Рибалки і рибки».

Заключна частина:

- гра малої рухливості з м'ячем, наприклад передавання м'ячів по колу;
- підсумок.

Для того щоб зміцнювати організм дітей під час занять на свіжому повітрі, використовуйте вправи для розвитку витривалості, як-от: біг, стрибки, рухливі та спортивні ігри, естафети. Ці вправи допомагають розширити функціональні можливості серцево-судинної та дихальної систем, удосконалити діяльність центральної нервової системи тощо. Проте якщо на вулиці спекотно, інтенсивні навантаження замінійте спокійними видами рухової діяльності*.



Фізкультурні заняття влітку, на відміну від інших пір року, проводьте на початку денної прогулянки, поки не спекотно.

Добирайте навантаження відповідно до фізичної підготовки, сил та можливостей дітей. Також враховуйте стан здоров'я кожної дитини в цей час. Навантаження регулюйте тривалістю занять, кількістю повторів вправ, їхнім темпом, амплітудою. За потреби зменшуйте фізичне навантаження — чергуйте вправи та відпочинок, проводьте під час заняття дихальні вправи тощо.

Організуйте школу м'яча

М'яч — чи не найголовніший предмет для розвитку рухової діяльності дитини. Для того щоб підтримувати інтерес дітей до вправ із м'ячем, організуйте «школу м'яча».

* Див. приклади рухливих ігор для спекотної погоди на с. 23 цього номеру журналу.



Щодня використовуйте м'яч як основний атрибут фізичної активності. Під час занять з фізкультури відпрацьовуйте техніку виконання вправ із м'ячем: кидки, ловіння, ведення, передавання. А під час рухливих ігор і самостійної рухової діяльності діти мають тренувати навички, закріплювати вивчене. Приклади вправ із м'ячем для дітей різного віку подано в Додатку.

М'яч — зручна й динамічна іграшка. Для самостійних ігор дітей доберіть кілька м'ячів різного діаметра, виготов-

лених із різних матеріалів — гуми, тканини, вовни, пластику, а також м'ячики різного призначення — для тенісу, пінг-понгу тощо. М'ячі можуть бути надувні або набивні. Обираючи м'яч для дитячих ігор, переконайтеся, що він не занадто важкий для них.

Проводьте гімнастику після денного сну

Гімнастика після денного сну усуває млявість, активізує кровообіг і готує дітей до другої половини дня. Вибирайте вид залежно від погоди, настрою групи й педагогічних завдань.

Пісенічна гімнастика

Зміст пісенічної гімнастики складають вправи, що діти виконували вранці. Проводьте її, враховуючи температуру: має бути нижче на 2 °С, ніж зазвичай. Ходьба має бути коригувального характеру. Якщо площа не дає змогу виконувати ходьбу, пропонуйте її виконати на місці після комплексу загальнорозвивальних вправ. Навантаження та тривалість — такі самі, як у ранковій гімнастиці.

Гімнастика з елементами корекції

Вправи варто виконувати з вихідного положення лежачи, аби розвантажити хребет. Під час гімнастики з елементами корекції використовуйте нетипове обладнання, профілактичні доріжки та предмети, які можна охоплювати пальчиками ніг, наприклад м'ячики, палички тощо.

Спочатку запропонуйте звичайну ходьбу, відтак різні види ходьби коригувального характеру: на носках, перекатом з п'ятки на носки, ходьба по ребристій дошці, палиці, мотузці, канату, профілактичних доріжках з камінців, горіхів, каштанів тощо. Далі проведіть по дві-три спеціальні вправи для стоп і постави. Після них — комплекс загальнорозвивальних вправ, які діти виконували вранці. Для дітей молодшого дошкільного віку дві-три, для середнього — три-чотири, а для старшого — чотири-п'ять. Завершуйте гімнастику повільним бігом, ходьбою з глибоким вдихом і видихом.

Гімнастика пробудження

Мета гімнастики пробудження — привчити дітей правильно просинатися та забезпечити дбайливий, плавний перехід від сну до наступної діяльності. Проводьте індивідуально з кожною дитиною та в міру пробудження. Гімнастика пробудження може бути не лише підготовчою частиною гігієнічної гімнастики та гімнастики після сну з елементами корекції, а й самостійним видом гімнастики.

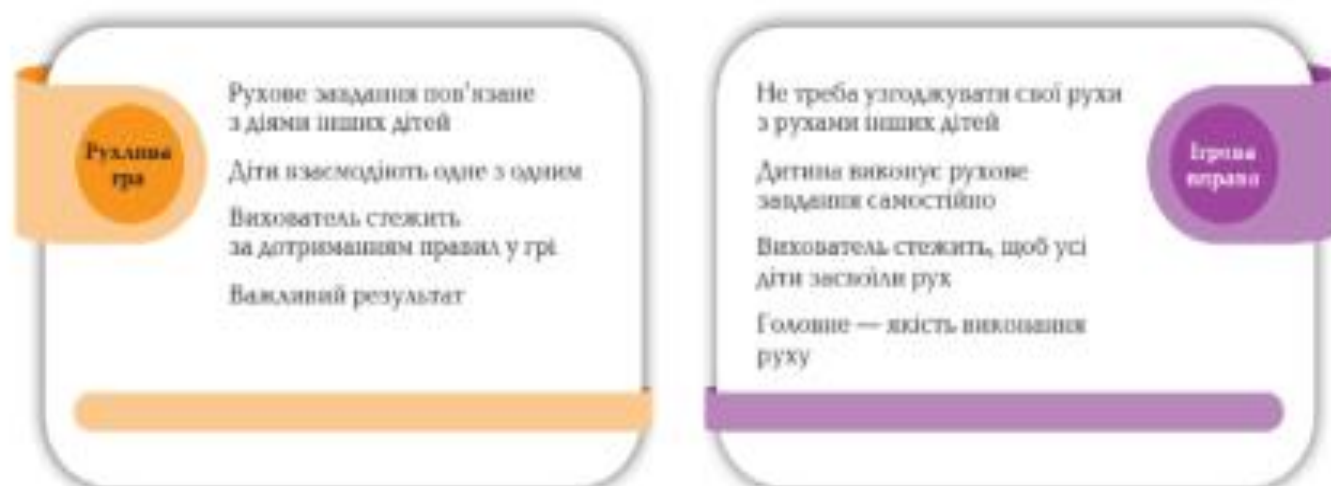
Наприклад, коли спекотно або діти втомлені після снітку, достатньо гімнастики пробудження.

Грайте з дітьми в рухливі ігри

Жодна прогулянка в дитячому садку не проходить без рухливих ігор. Протягом літнього періоду в першу й другу половину дня організовуйте:

- рухливі ігри великої й середньої активності;
- естафети;
- атракціони;
- змагальні ігри — у будь-якій формі, відповідно до віку й інтересів дітей.

Плануйте по вісім рухливих ігор в кожній віковій групі: одна-дві вранці, одна-дві увечері й відповідну кількість розбийте на прогулянки. Важливо розуміти різницю між рухливою грою та ігровою вправою (схема).



Тож ігрові вправи — це методично організовані рухові дії. Саме вони є важливим засобом виховання у дітей звички чути, слухати й виконувати вказівки вихователя. А рухливі ігри допомагають дитині розвиватися фізично, соціально й емоційно.

Не забувайте про самостійну рухову діяльність дітей. Попри назву, вона не може бути повністю самостійною — без участі вихователя вона не відбудеться. Її потрібно організувати: не просто створити умови та винести інвентар, а вмотивувати дітей, запропонувати їм види активності, продемонструвати, як користуватися обладнанням, і підтримувати інтерес до руху протягом усієї прогулянки.

Погодьтеся, літо — найсприятливіша пора, щоб поліпшувати рухову діяльність дітей. Тому організуйте освітнє середовище так, щоб під час рухливих ігор, занять, розваг і самостійної активності кожна дитина не лише виконувала фізичні вправи, а могла проявити себе в тому, що їй добре вдається. Такий підхід дає їй шанс відчути успіх, утвердитися у власних силах і системно вдосконалювати навичку.