

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «ЛУЧИК»
С.КРАСНАЯ ПОЛЯНА**

**План работы методического объединения
воспитателей МБДОУ
«Детский сад «Лучик»**

**с. Красная Поляна
2019 г.**

Тема: «Совершенствование качества дошкольного образования через повышение профессионального мастерства педагогов в рамках ФГОС ».

Цель: повышение квалификации и профессионального мастерства каждого педагога и коллектива в целом;

изучение новых моделей образовательной деятельности с детьми в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Задачи:

1. Повышать профессиональную квалификацию и мастерство воспитателей.
2. Создавать условия для успешного прохождения аттестации воспитателями
3. Создавать условия для самообразования педагогов.
4. Организовать наставничество с вновь прибывшими педагогами.

Организационные формы работы:

1. Заседания методического объединения.
2. Методическая помощь и индивидуальные консультации для педагогических работников, аттестующихся на соответствие занимаемой должности и по вопросам проведения НОД
3. Взаимопосещения НОД, досугов, праздников.
4. Выступления педагогов на МО.
5. Повышение квалификации педагогических работников:
 - обучения на курсах;
 - проведения открытых занятий;
 - участие педагогов в семинарах.

**Методическое объединение педагогов
Руководитель МО: Уманская О.В**

Состав:

№	Ф.И.О.	Должность
1.	Исупова В.А.	Воспитатель
2.	Хорошилова В.С.	Воспитатель
3.	Халилова З.Ф	Музыкальный руководитель
4.	Сеитджелилева Э. Э.	Воспитатель
5.	Маультиева З. Н.	Логопед
6.	Сайфутдинова Э.Э	Воспитатель
7.	Эннанова Э.А.	Воспитатель

Темы самообразования воспитателей

Исупова В.А.	«Формирование патриотических чувств у дошкольников в рамках реализации ФГОС».
Эннанова Э. А.	«Экологическое воспитание детей дошкольного возраста».
Сеитджелилева Э. Э.	«Правила дорожного движения — основа безопасности дошкольника».
Халилова З.Ф.	«Развитие музыкальных способностей дошкольников в МБДОУ в различных видах деятельности».
Маультиева З. Н.	«Развитие связной речи у детей дошкольного возраста».
Сайфутдинова Э.Э	«Использование игровых приемов при формировании элементарных математических представлений у дошкольников».

**Курсы повышения квалификации и переподготовка
работников образования
(дистанционное обучение)**

№	Ф.И.О. педагога	Месяц, год
1	Исупова В.А.	Апрель 2019 г.
2	Сеитджелилева Э. Э.	Май 2019 г.
3	Халилова З. Ф.	Май 2019

КОЛЛЕКТИВНЫЕ ПРОСМОТРЫ

Содержание работы	Сроки	Ответственные
Коллективные просмотры итоговых занятий.	Апрель/Май	Воспитатели (Эннанова Э.Э., Исупова В.А., Сеитджелилева Э.Э., Сайфутдинова Э.Э.).

**План работы на 2019 г.
(апрель, май)**

Дата проведения	Мероприятия	Ответственные
Апрель	Заседание № 1 Организационно-установочное МО Повестка: 1. Изучение нормативных документов. 2. Обсуждение и утверждение плана работы МО на апрель и май 2019 года. 3. Утверждение графика открытых мероприятий воспитателей ДООУ. 4. Консультации для педагогических работников, аттестующихся на соответствие занимаемой должности. Круглый стол «Взаимодействие педагогов в работе с детьми с особыми образовательными потребностями». Консультация «Художественная литература как средство обогащения эмоциональной культуры детей дошкольного возраста».	Руководитель МО
Май	Заседание № 2 «Распространению эффективного педагогического опыта через участие в различных формах методической работы» Семинар – практикум «Развитие коммуникативно–речевых умений педагогов» «Современные интерактивные педагогические технологии в работе с детьми дошкольного возраста». Мастер-класс на тему: «Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук ребёнка».	Руководитель МО

	Консультации:	
	«Как воспитать маленького патриота?»	
	«Музыкальная среда как средство развития креативности ребенка».	
	«Значение квест-игр в детском саду».	
	«Сон и пробуждение ребенка в МБДОУ».	

Заседания методического объединения воспитателей Организационно-установочное МО

Протокол № 1

Дата проведения: 04.04.2019 г

Присутствовало: 8

Отсутствовало: 0

Председатель: Уманская О.В.

Секретарь: Эннанова Э.А

Повестка дня

1. Выбор секретаря МО **педагогов** (Уманская О.В.)
2. Изучение нормативных документов.
Обсуждение и утверждение плана работы МО на апрель и май 2019 года (Уманская О.В.).
3. Консультации для педагогических работников, аттестующихся на соответствие занимаемой должности (Уманская О.В.).
4. Утверждение графика открытых мероприятий воспитателей МБДОУ (Халилова З.Ф.)

Ход заседания

СЛУШАЛИ:

1. Уманская О.В. сообщила, что, для ведения **протоколов заседаний методического объединения педагогов МБДОУ**, необходимо выбрать секретаря.

Выступила Исупова В.А. с предложением выбрать секретарем **МО педагогов** на 2019 год воспитателя - Эннанову Э.А. путем голосования.

Результаты голосования: «за -8», «против -0», «воздержались - 0».

Решение принято единогласно.

2. По второму и третьему вопросу выступила также Уманская О.В. (руководитель МО)

Ольга Владимировна познакомила педагогов методического объединения с нормативными документами, регламентирующие деятельность дошкольного образовательного учреждения (**приложение 1**), и озвучила план работы МО.

План работы МО

Тема: «Совершенствование качества дошкольного образования через повышение профессионального мастерства педагогов в рамках ФГОС ».

Цель: повышение квалификации и профессионального мастерства каждого педагога и коллектива в целом;

изучение новых моделей образовательной деятельности с детьми в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Задачи:

1. Повышать профессиональную квалификацию и мастерство воспитателей.
2. Создавать условия для успешного прохождения аттестации воспитателями
3. Создавать условия для самообразования педагогов.
4. Организовать наставничество с вновь прибывшими педагогами.

Ольга Владимировна предложила провести на **МО воспитателей** (в апреле и в мае) следующие мероприятия:

Круглый стол

«Взаимодействие педагогов в работе с детьми с особыми образовательными потребностями».

Семинар – практикум

«Развитие коммуникативно–речевых умений педагогов».

«Современные интерактивные педагогические технологии в работе с детьми дошкольного возраста».

Мастер-класс на тему:

«Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук ребёнка».

Консультации:

«Художественная литература как средство обогащения эмоциональной культуры детей дошкольного возраста».

«Как воспитать маленького патриота?»

«Музыкальная среда как средство развития креативности ребенка».

«Значение квест-игр в детском саду».

«Сон и пробуждение ребенка в МБДОУ».

Далее Ольга Владимировна предоставила информацию о проведении аттестации педагогических работников, в целях подтверждения соответствия занимаемой должности.
(Приложение 2).

По четвертому вопросу слушали Халилову З.Ф. (воспитатель первой категории). Зуре Фемиевна познакомила с графиком открытых мероприятий аттестующихся воспитателей МБДОУ.

(Приложение 3).

Приложение 1

Уманская О.В.

Нормативные документы, регламентирующие деятельность дошкольного образовательного учреждения

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 7, 11,12,13, 15, 17, 18, 25, 28, 37, 41, 46, 55, 64, 79,91,93,102);
- Федеральный закон от 04.05.2011 № 99-ФЗ «О лицензировании отдельных видов деятельности» (ст. 6, 19);
- Федеральный закон от 26.12.2008 № 294-ФЗ «О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля» (ст. 5, 9, 12-19, п.2 ст.25 гл.3);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 28.10.2013 № 966 «Об утверждении Положения о лицензировании образовательной деятельности» (п. 6, 7, 9, 21);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 10.07.2013 № 582 «Об утверждении правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении Санитарно- эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (р. 1-3);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014

«Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта

дошкольного образования»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.04.2014 № 293 «Об утверждении порядка приёма на обучение по образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.01.2014 № 8 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 29.05.2014 № 785 «О требованиях к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления на нём информации».

Приложение 2

Уманская О.В.

Аттестация педагогических работников в целях подтверждения соответствия занимаемой должности.

Аттестация педагогических работников в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям проводится один раз в пять лет на основе оценки их профессиональной деятельности аттестационными комиссиями, самостоятельно формируемыми организациями (далее – АК организации).

Аттестационная комиссия организации создается распорядительным актом работодателем в составе председателя комиссии, заместителя председателя, секретаря и членов комиссии. В состав аттестационной комиссии организации в обязательном порядке включается председатель выборного органа соответствующей первичной профсоюзной организации (при наличии такого органа).

Аттестация педагогических работников проводится в соответствии с распорядительным актом работодателя.

Работодатель знакомит педагогических работников с распорядительным актом, содержащим список работников организации, подлежащих аттестации, под роспись не менее чем за 30 календарных дней до дня проведения их аттестации по графику.

Для проведения аттестации на каждого педагогического работника работодатель вносит в АК организации представление.

В представлении содержатся следующие сведения о педагогическом работнике:

- а) фамилия, имя, отчество;
- б) наименование должности на дату проведения аттестации;
- в) дата заключения по этой должности трудового договора;
- г) уровень образования и (или) квалификации по специальности или направлению подготовки;
- д) информация о получении дополнительного профессионального образования по профилю педагогической деятельности;
- е) результаты предыдущих аттестаций (в случае их проведения);
- ж) мотивированная всесторонняя и объективная оценка профессиональных, деловых качеств, результатов профессиональной деятельности педагогического работника по выполнению трудовых обязанностей, возложенных на него трудовым договором.

Работодатель знакомит педагогического работника с представлением под роспись не позднее, чем за 30 календарных дней до дня проведения аттестаций. После ознакомления с представлением педагогический работник по желанию может представить в аттестационную комиссию организации дополнительные сведения, характеризующие его профессиональную деятельность за период с даты предыдущей аттестации (при первичной аттестации – с даты поступления на работу).

При отказе педагогического работника от ознакомления с представлением составляется акт, который подписывается работодателем и лицами (не менее двух), в присутствии которых составлен акт.

Аттестация проводится на заседании аттестационной комиссии организации с участием

педагогического работника.

Заседание аттестационной комиссии организации считается правомочным, если на нем присутствуют не менее двух третей от общего числа членов аттестационной комиссии организации.

В случае отсутствия педагогического работника в день проведения аттестации на заседании аттестационной комиссии организации по уважительным причинам, его аттестация переносится на другую дату, и в график аттестации вносятся соответствующие

изменения, о чем работодатель знакомит работника под роспись не менее чем за 30 календарных дней до новой даты проведения его аттестации.

При неявке педагогического работника на заседание аттестационной комиссии организации без уважительной причины аттестационная комиссия организации проводит аттестацию в его отсутствие.

Аттестационная комиссия организации рассматривает представление, дополнительные сведения, представленные самим педагогическим работником, характеризующие его профессиональную деятельность (в случае их представления).

По результатам аттестации педагогического работника АК организации принимает одно из следующих решений:

соответствует занимаемой должности (указывается должность педагогического работника);

не соответствует занимаемой должности (указывается должность педагогического работника).

Решение принимается аттестационной комиссией организации в отсутствие аттестуемого педагогического работника открытым голосованием большинством голосов членов АК организации, присутствующих на заседании.

При прохождении аттестации педагогический работник, являющийся членом аттестационной комиссии организации, не участвует в голосовании по своей кандидатуре.

В случаях, когда не менее половины членов АК организации, присутствующих на заседании, проголосовали за решение о соответствии работника занимаемой должности, педагогический работник признается соответствующим занимаемой должности.

Результаты аттестации педагогического работника, непосредственно присутствующего на заседании АК организации, сообщаются ему после подведения итогов голосования.

Результаты аттестации педагогических работников заносятся в протокол, подписываемый председателем, заместителем председателя, секретарем и членами АК организации, присутствовавшими на заседании, который хранится с представлениями, дополнительными сведениями, представленными самими педагогическими работниками, характеризующими их профессиональную деятельность (в случае их наличия), у работодателя.

На педагогического работника, прошедшего аттестацию, не позднее двух рабочих дней со дня ее проведения секретарем АК организации составляется выписка из протокола, содержащая сведения о фамилии, имени, отчестве аттестуемого, наименовании его должности, дате заседания АК организации, результатах голосования, о принятом АК организации решении. Работодатель знакомит педагогического работника с выпиской из протокола под роспись в течение трех рабочих дней после ее составления. Выписка из протокола хранится в личном деле педагогического работника.

Результаты аттестации в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям на основе оценки и профессиональной деятельности педагогический работник вправе обжаловать в соответствии с законодательством РФ. Аттестацию в целях подтверждения соответствия занимаемой должности не проходят следующие педагогические работники:

- а) педагогические работники, имеющие квалификационные категории;
- б) проработавшие в занимаемой должности менее двух лет в организации, в которой проводится аттестация;
- в) беременные женщины;

г) женщины, находящиеся в отпуске по беременности и родам;
д) лица, находящиеся в отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста 3-лет;
е) отсутствовавшие на рабочем месте более 4-ех месяцев подряд в связи с заболеванием. Аттестация педагогических работников, предусмотренных под пунктами «г» и «д» настоящего пункта, возможна не ранее чем через два года после их выхода из указанных отпусков.

Аттестация педагогических работников, предусмотренных под пунктом «е» настоящего

пункта, возможна не ранее чем через год после их выхода на работу.

Аттестационные комиссии организаций дают рекомендации работодателю о возможности назначения на соответствующие должности педагогических работников лиц, не имеющих специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования квалификации» раздела «Квалификационные характеристики должностей работников образования». Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, но обладающих достаточным практическим опытом и компетентностью, выполняющих качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности.

Приложение 3.

Халилова З.Ф.

КОЛЛЕКТИВНЫЕ ПРОСМОТРЫ		
ФИО	Дата проведения	Тема занятий
Сеитджелилева Э. Э.	14.05.2019	«Буратино в гостях у детей» Интегрированное занятие (математика, окружающий мир)
Эннанова Э. А.	15.05.2019	«Маленькие грамотеи»
Исупова В.А.	16.05.2019	«Путешествие в страну математики».

Заседания методического объединения воспитателей

Протокол № 2

Дата проведения: 28.05.2019 г

Присутствовало: 6

Отсутствовало: 2

Председатель: Уманская О.В.

Секретарь: Эннанова Э.А

Повестка дня

1. Об итогах аттестации педагогических работников в 2018-2019 учебном году на подтверждение соответствия занимаемой должности (Уманская О.В.)
2. Мастер-класс на тему: «Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук ребёнка» (Исупова В.А.).
3. Сон и пробуждение ребенка в МБДОУ (Хорошилова В.С.).
4. Семинар-практикум: «Развитие коммуникативно-речевых умений педагогов» (Уманская О.В.)

Ход заседания

СЛУШАЛИ:

1. По первому вопросу слушали Уманскую О.В. (руководитель МО).

Ольга Владимировна поздравила всех воспитателей, аттестовавшихся 2019 году на подтверждение соответствия занимаемой должности. Зачитала ПРИКАЗ №26/3 «Об итогах аттестации педагогических работников в 2018-2019 учебном году на подтверждение соответствия занимаемой должности» (копия приказа прилагается) и пожелала творческих успехов и профессиональных достижений.

2. По второму вопросу выступила Исупова В.А.

Валентина Аркадьевна рассказала про необходимость развития мелкой моторики рук у детей посредством систематического использования массажа и самомассажа кистей и пальцев рук детей. Обратила внимание на то, что массаж кистей рук формирует и стимулирует речевые области коры головного мозга. Предложила членам МО совместно выполнить некоторые комплексы массажа рук. «Комплексы массажа рук» - приложение 1.

3. По третьему вопросу выступила Хорошилова В.С.

«Сон и пробуждение ребенка в МБДОУ» - приложение 2.

4. По четвертому вопросу слушали Уманскую О.В.

Ольга Владимировна отметила, что уровень развития коммуникативно-речевых умений педагога имеет важнейшее значение в педагогическом процессе детской дошкольной организации. От этих умений зависит и результат – воспитание творческой, гармонично развитой личности ребенка-дошкольника. Обеспечение оптимального эффективного общения педагога с детьми, родителями, коллегами требует от него развитых коммуникативно-речевых умений.

Педагогам необходимо владеть основами риторических знаний, обладать коммуникативной компетентностью, педагогическим сознанием, речевой готовностью.

«Упражнения на развитие коммуникативно–речевых умений педагогов»- приложение 2.

Приложение 1.

Исупова В.А.

«Комплексы массажа рук»

Комплекс №1

1. Растирание кистей рук ребенка около 1 мин (Результат: температура кожи повышается, руки согреваются, в головном мозге активизируются речевые зоны.)
2. Энергичное разминание суставов: резкое и быстрое сжимание пальцев ребенка в кулак и медленное разжимание. Выполнять 10 раз.
3. Медленное сжимание напряженных пальцев и быстрое распускание их веером. Выполнять 10 раз.
4. Массирование каждого пальца ребенка поочередно от кончика к основанию, со всех сторон. Выполнять не менее 3 раз.
5. Разминание и массирование ладони от внутреннего края к основанию, от внешнего края к средней точке ладони и по средней линии от пальцев к запястью.
6. Разминание запястья пальцами и круговыми движениями ладони.
7. Поглаживание - окончание массажа.

Комплекс №2

Руки ребенка лежат на столе ладонями вниз. Пальцы раскрыты веером. На каждую сточку взрослый поднимает и опускает поочередно каждый палец ребенка, начиная с мизинца.

Поднял ушки бурундук. (мизинец)

Он в лесу услышал звук: (безымянный)

-Это что за громкий стук: (средний)

Тук да тук, тук да тук? (указательный)

- А пойдем, сказал барсук,- (большой)

Сам увидишь этот трюк: (большой)

Это дятел сел на сук (указательный)

И без крыльев, и без рук (средний)

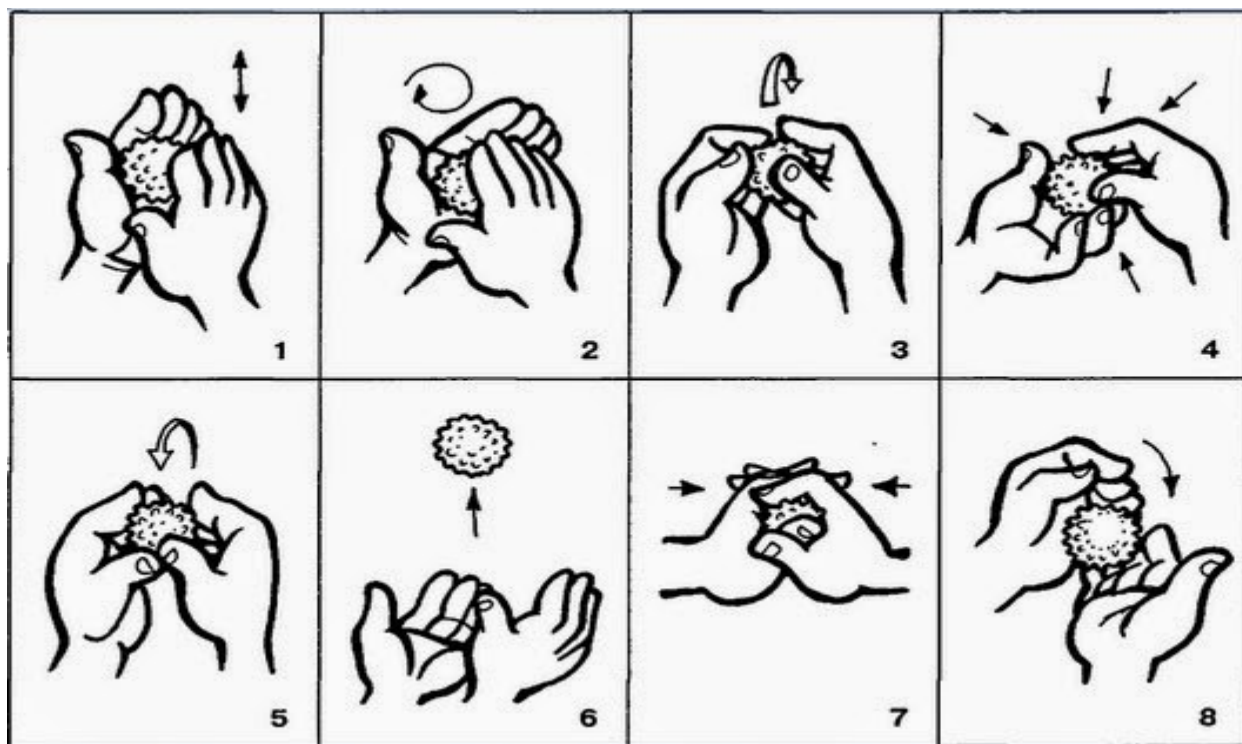
Ищет он, где спрятан жук, (безымянный)

Вот и слышен перестук! (мизинец)

Массаж пальцев и ладоней колючим массажным мячиком

1. Мяч зажать между ладонями ребенка, пальцы прижаты друг к другу. Катайте мяч взад – вперед.
2. Исходное положение тоже, выполняйте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Мяч возьмите подушечками пальцев и вращайте его вперед (как будто закручивая крышку).

4. Мяч держите только подушечками пальцев и с силой надавите на него 4 – 6 раз.
5. Мяч возьмите подушечками пальцев и вращайте его назад (как будто откручивая крышку).
6. Мяч подкиньте двумя руками на 20 – 30 см и поймайте его.
7. Мяч зажать между ладонями, пальцы сцеплены в «замок», локти в стороны. Ладонями надавливайте на мяч (4-6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной руки в другую, постепенно увеличивая темп.



Приложение 2

Хорошилова В.С.

«Сон и пробуждение ребенка в МБДОУ»

Современный ритм жизни накладывает свой отпечаток на самочувствие взрослых, испытывающих постоянное недосыпание, раздражительность, плохое настроение. Дети, в свою очередь, вынуждены приспосабливаться к миру взрослых, соответствовать современным требованиям, которые, как правило, не учитывают возможностей ребенка.

По мере того как нарушаются законы физиологии, родители отмечают у детей перевозбуждение, частый плач, потерю аппетита, затруднения в самостоятельной организации своей деятельности. Некоторые малыши становятся заторможенными, апатичными. Все это связано с тем, что включаются защитные механизмы организма. Большинство детей дошкольного возраста основную часть своей жизни проводят в детском саду, который является важной ступенькой, ведущей ребенка в сложный, меняющийся и противоречивый социальный мир. Именно здесь расширяются сфера деятельности дошкольника и круг его общения, появляются новые люди (воспитатели и педагоги), оказывающие влияние на развитие и формирование его личности. В группе дошкольник осваивает новые социальные отношения, ролевые позиции, учится понимать и управлять своими эмоциями. Общий уклад жизни в детском саду и эмоциональная обстановка также оказывают влияние на состояние ребенка.

Воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения насыщен разнообразными занятиями, дающими как физическую, так и психоэмоциональную нагрузку. У детей остается мало времени на спокойную, свободную игру и отдых. Особенно трудно приходится тем, кто посещает специализированное коррекционное дошкольное учреждение.

Сон в режиме дня.

Основными факторами гармоничного развития ребенка являются еда, сон и прогулка в режиме дня. Детский сад – это учреждение, где под режимом дня подразумевается четкое расписание и смена разных видов деятельности.

Особое внимание коллектив детского сада уделяет наблюдению и отслеживанию состояния детей; созданию условий для их эмоционального и физического комфорта в режимные моменты. Одним из них является дневной сон, способствующий ослаблению детского организма. Во время сна восстанавливается физиологическое равновесие в организме.

Многие дошкольники, находясь в кровати, долго не могут расслабиться и успокоиться. Дети плохо засыпают или не засыпают вовсе, некоторые не могут даже лежать тихо и спокойно.

Укладывание дошкольников в постель во время дневного сна было достаточно сложным

процессом как для педагогов, так и для воспитанников детского сада. Особенно это проявлялось в старших и подготовительных группах.

Методика засыпания.

Переход в состояние покоя требует времени, отсутствия посторонних звуков (шума, громких голосов, иногда даже шепота на фоне тишины) и благоприятной эмоциональной атмосферы, спокойствия и уюта. В качестве вспомогательных средств используются: музыкальное сопровождение, соответствующая речь педагога (темп, громкость, тембр, тональность), приятные тактильные и визуальные ощущения. Все вышеперечисленные средства отражают и удовлетворяют потребности ребенка в безопасности и комфорте.

Основные задачи сна и пробуждения:

- облегчение перехода от бодрствования детей ко сну и от сна к бодрствованию;
- создание положительного эмоционального фона у воспитанников и педагогов.

Воспитатели используют разные средства: спокойную музыку, тексты психологических установок, комплекс дыхательных и физических упражнений. Данные средства могут варьироваться в зависимости от возраста и особенностей детей.

Реализация методики сна и пробуждения предусматривает четыре этапа.

На первом этапе – подготовка ко сну – под спокойную музыку дети раздеваются в игровой комнате, проходят в спальню и ложатся в кровати. В это время происходит расслабление всех групп мышц, что вызывает снижение эмоционального напряжения и приводит к успокоению, восстановлению дыхания. Первые звуки мелодии способны снять излишнюю активность и возбужденность детей, оказывают общее успокаивающее воздействие. Эту музыку рекомендуется слушать ежедневно.

Музыкальный центр можно поставить в помещении спальни, чтобы она наполнялась мелодией. Музыка не должна звучать слишком громко. Однако вначале, когда дети еще возбуждены, ее нужно включить громче, затем постепенно делать тише.

На втором этапе воспитанников просят лечь на спину и выполнить дыхательные упражнения (3-4 цикла) в спокойном темпе. Регулирует выполнение педагог словами «вдох – выдох». Упражнения повторяются 3-5 раз, но без музыкального сопровождения. При их выполнении эффективно использовать образное представление, т.е. подключать воображение, так хорошо развитое у детей.

Правильное дыхание – медленное, глубокое, диафрагмальное, при котором легкие заполняются от самых нижних отделов до верхних. При правильном выполнении:

- оно успокаивает и способствует концентрации внимания;
- способствует со временем увеличению объема легких, усилению газообмена и улучшению кровообращения;
- активизирует диафрагму, в результате чего происходит интенсивный массаж внутренних органов, улучшение самочувствия и общее оздоровление.

На третьем этапе – одновременно с музыкальным сопровождением педагог читает стихотворение, способствующее расслаблению. Такое тактильное воздействие оказывает дополнительный расслабляющий и успокаивающий эффект.

Уложив и поправив всем одеяла, воспитатель садиться в кресло, принимает удобную позу, расслабляется. Его состояние непременно передается детям: они спокойно спят. Педагог участвует в процессе релаксации как активное действующее лицо, получая от этого удовольствие и положительные эмоции. Гармоничный отдых снижает уровень общей тревожности дошкольников.

В первые дни использования методики педагоги определяют общее время, затрачиваемое на выполнение трех этапов. Оно составляет 10-12 минут (время звучания музыки).

Четвертый этап – пробуждение детей после дневного сна – начинается со звуков нежной, но бодрой пробуждающей мелодии. Сначала звучит только музыка (примерно одну минуту), а затем педагог обращается к детям.

После того как все воспитанники проснулись, им предлагается, лежа в кровати, опустить одеяло в ноги и выполнить следующие *стимулирующие и активизирующие упражнения*:

- сделать 3-5 циклов глубокого дыхания;
- протянуться всем телом, вытягивая руки за голову и пятки ног от себя;
- потереть подошву о подошву и ладонь о ладонь, а затем теплыми руками провести по лицу;
- подтянуть колени к груди и обхватить их руками, а затем прокатиться несколько раз на спине вперед – назад.

Выполнив упражнение, дети спокойно встают с кровати и идут по массажной дорожке, расположенной в спальне. Все это способствует формированию у детей хорошего и бодрого настроения.

Внедряя данную методику целесообразно с раннего дошкольного возраста. Тогда у детей будет вырабатываться позитивная установка на засыпание, что снимает ряд психологических проблем, связанных со сном, и поможет воспитанникам полноценно отдыхать в детском саду.

Приложение 3

Уманская О.В.

«Упражнения на развитие коммуникативно–речевых умений педагогов»

Упражнения на формирование умения адекватно использовать невербальные средства

- ***Упражнение «Улыбаться!»***

Цель: формировать мотивационную готовность к созданию доброжелательной атмосферы общения.

Инструкция: «Вы должны приучить себя к тому, чтобы обычным выражением вашего лица стала теплая, доброжелательная улыбка. Если ее нет, должна быть готовность к ней.

Внутренняя улыбка должна быть всегда. С этой целью утром чуть подольше задержите взгляд на своем отражении в зеркале. Покривляйтесь, покажите себе язык: это вас рассмешит, и вы улыбнетесь. Стоп! Именно такое, а не «казенное» лицо должно быть у вас в течение дня. Обещайте себе это прежде, чем выйти на улицу».

- ***Упражнение «Комплименты и благодарность»***

Цель: формировать умение делать комплименты и произносить благодарности.

Инструкция: В течение недели стремитесь показать собеседнику что-то хорошее о нем и о его воздействиях. Все, что вам в человеке понравилось, выразите глазами, улыбкой и, конечно же, словами. Разрешите себе восхищаться: «Вы сегодня прекрасно выглядите!», «От души спасибо, это просто восхитительно!». Главное, чтобы это было искренне, а это зависит только от вас!

Упражнение на развитие умения осознанно и адекватно реагировать на непредвиденные ситуации и грамотно использовать речевые роли в ситуации общения

Упражнение «Здравствуйте»

Произнести слово «Здравствуйте» с разными интонациями. Попросите товарища «оценить» подтекст, который вы вкладываете в приветствие.

Упражнение «Да»

Произнесите слово «Да» с оттенком грусти, жалости, скуки, радости, горя, тоски, злости, укоризны, безмерного удивления, ожидания дальнейших действий, достоинства, иронии, безразличия, неудовольствия.

Упражнение на развитие умения анализировать речевые особенности своего голоса и осознание значения техники речи в профессиональной речи

Произнесите текст стихотворения А.Барто «КОРАБЛИК»

Матросская шапка, веревка в руке,
Тяну я кораблик по быстрой реке,
И скачут лягушки за мной по пятам
И просят меня: — Прокати, капитан!

- шепотом;
- с максимальной громкостью;
- волнообразно;
- как будто вы страшно замерзли;
- как будто у вас во рту горячая картошка;
- как 5-летняя девочка.

Упражнение на развитие умения анализировать и создавать профессионально значимые типы высказываний, расширение словарного запаса и обогащение речи педагогов

Задача – найти в предложенном списке 5 «неудачных», по вашему мнению, фраз. Затем найдите «нежелательные» для начала беседы с родителем фразы и подберите каждой ее смысловую пару – «желательную» фразу.

Варианты фраз:

1. «Извините, если я помешала...»
2. «Я бы хотела...»
3. «Вероятно, вы об этом не слышали...»
4. «Вам будет интересно узнать...»
5. «Я бы хотела еще раз услышать...»
6. «Мне представляется интересным то, что...»
7. «Я пришла к такому выводу, что...»
8. «Вы хотите...»
9. «Думается, ваша проблема заключается в том, что...»
10. «Давайте с вами быстренько обсудим...»
11. «Как вы знаете...»
12. «Хоть вам это и не известно...»
13. «Пожалуйста, если у вас есть время меня выслушать...»
14. «Вы, конечно, об этом еще не знаете...»
15. «А у меня на этот счет другое мнение...»
16. «Конечно, вам уже известно...»
17. «Вы, наверное, уже об этом слышали...»

Неудачные фразы:

1. «Извините, если я помешала...»
2. «Я бы хотела еще раз услышать...»
3. «Давайте с вами быстренько обсудим...»
4. «Пожалуйста, если у вас есть время меня выслушать...»
5. «А у меня на этот счет другое мнение...»

Нежелательные фразы и замена их на желательные:

1. «Я бы хотела...» – «Вы хотите...»
2. «Вероятно, вы об этом не слышали...» – «Вы, наверное, уже об этом слышали...»
3. «Мне представляется интересным то, что...» – «Вам будет интересно узнать...»
4. «Я пришла к такому выводу, что...» – «Думается, ваша проблема заключается в том, что...»
5. «Хоть вам это и не известно...» – «Конечно, вам уже известно...»
6. «Вы, конечно, об этом еще не знаете...» – «Как вы знаете...»

Памятки для педагогов!
10 правил эффективного слушания!

1. Перестаньте говорить. Невозможно слушать, разговаривая.
2. Помогите говорящему раскрепоститься! Создайте у человека ощущение свободы. Это часто называют созданием разрешающей атмосферы.
3. Покажите говорящему, что вы готовы слушать! Необходимо действовать заинтересованно. Слушая, старайтесь понять, а не искать поводов для возражений.
4. Устраните раздражающие моменты! Не постукивайте по столу, не перекладывайте бумаги.
5. Сопереживайте говорящему! Постарайтесь «войти» в положение говорящего.
6. Будьте терпеливыми! Не экономьте время, не прерывайте говорящего, не порывайтесь уйти.
7. Сдерживайте свои эмоции! Помните: рассерженный человек придает словам неверный смысл.
8. Не допускайте споров и критики! Это заставляет говорящего занять оборонительную позицию, он может замолчать или рассердиться.
Не спорьте. Именно победив в споре, вы проиграете.
9. Задавайте вопросы! Это подбадривает говорящего и показывает ему, что вы слушаете.
10. Перестаньте говорить! Это наставление идет и первым, и последним, ибо все остальные зависят от него.

Семь правил убеждения в споре!

1. Придерживайтесь дружелюбного тона.
2. Никогда не говорите человеку, что он неправ.
3. Пусть большую часть времени говорит ваш собеседник.
4. Внимательно отнеситесь к мнению и пожеланиям собеседника.
5. Если вы неправы, признайте это быстро и решительно.
6. Будьте терпеливы.
7. Лучший способ одержать победу в споре — это уклониться от него.