

Відділ освіти  
Селидівської міської ради  
Дошкільний навчальний заклад №1 “Чайка”

Використання  
казкотерапії в  
поєднанні з фітбол-  
гімнастикою як здоров’  
язбережувальна  
технологія

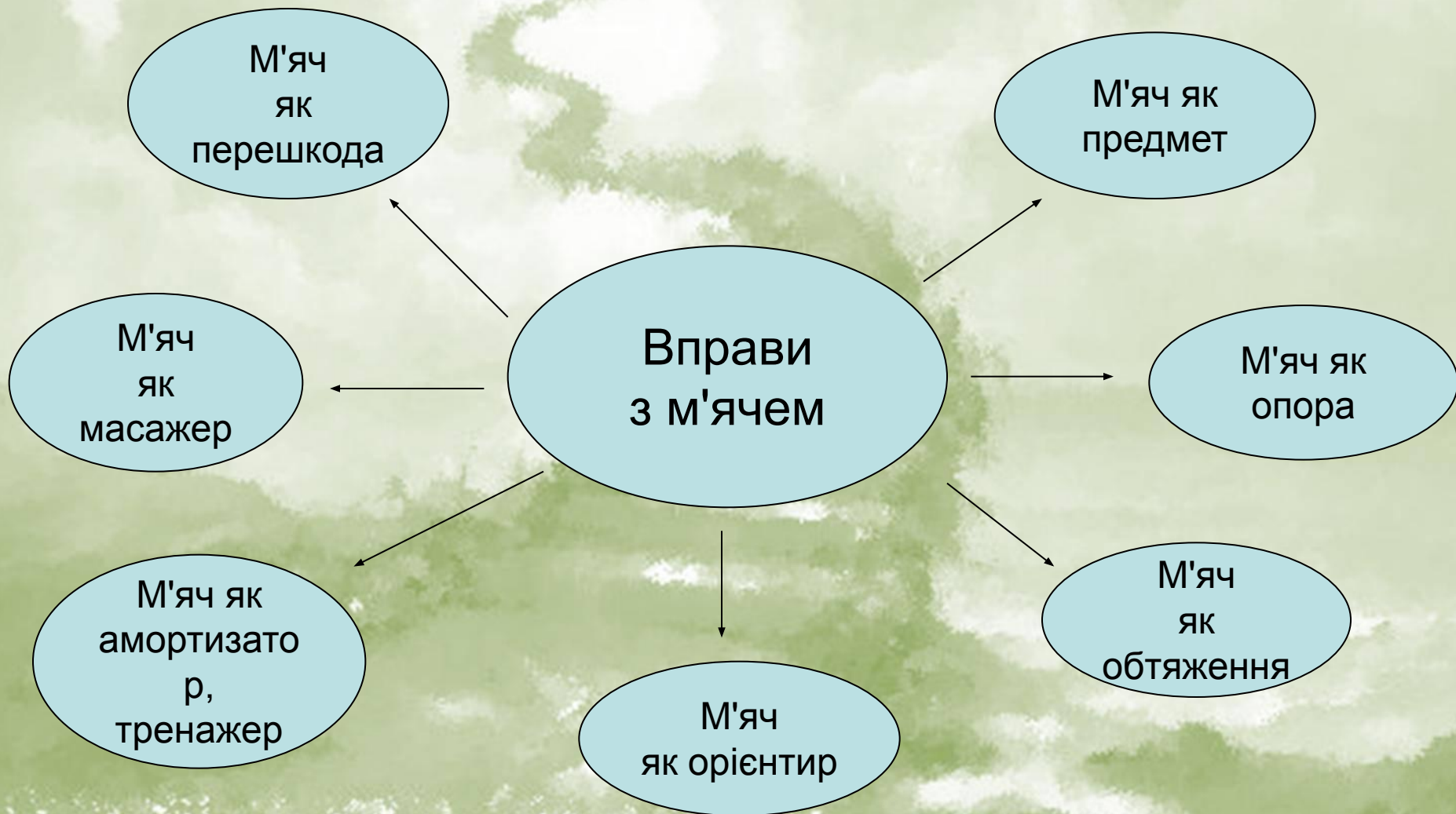
# **Фітбол-гімнастика**

Одна з нетрадиційних форм роботи з дітьми і галузь ефективного, продуктивного використання психотерапевтичних казок, що є засобом психотерапії і психокорекції. Фітбол (Fitbool) в перекладі з англійської мови означає “м'яч для опори”, застосовується з оздоровлювальною метою.

# **Спрямованість фітбол-гімнастики**

- Для зміцнення м'язів рук і плечового пояса;
- Для зміцнення м'язів черевного преса;
- Для зміцнення м'язів спини і тазу;
- Для зміцнення м'язів ніг і склепіння тазу;
- Для формування постави;
- Для збільшення гнучкості і рухливості в суглобах;
- Для розвитку спритності і координації рухів;
- Для розвитку танцювальності і музикальності;
- Для розвитку функції рівноваги і вестибулярного апарату;
- Для розслаблення і релаксації як засобів профілактики різних захворювань.

# Класифікація вправ по використанню фітболу



# **Завдання фітбол-гімнастики в дошкільному віці**

Оздоровчі

Освітні

Виховні



# *Казка - це*

- «Вигадана розповідь, небувала і навіть нездійсненна повість, легенда». В.Даль.
- «Оповідний, звичайне народно-поетичне, творів і вигаданих осіб і події, переважно з участю чарівних фантастичних сил». С. Ожегов.

# **Казкотерапія - це**

- це лікування казками, тобто спільне з клієнтом відкриття тих знань, які живуть в душі і є в даний момент психотерапевтичними;
- це процес активізації ресурсів, потенціалу особистості;
- це процес екологічної освіти та виховання дитини;
- це процес поліпшення внутрішньої природи і природи навколо нас;



# **Мета та завдання казкотерапії**

Предметом казкотерапії є процес виховання внутрішнього світу дитини.

Мета казкотерапії - активізація в людині творчого що творить початку, розкриття глибин власного внутрішнього світу, розвиток його самосвідомості, знайомство з основними психологічними поняттями.

Головним завданням казкотерапії є гармонізація внутрішнього світу людини.

# **Завдання казкотерапії**

1. Зниження рівня тривожності і агресивності у дітей.
2. Розвиток вміння долати труднощі і страхи.
3. Виявлення та підтримка творчих здібностей.
4. Формування навичок конструктивного вираження емоцій.
5. Розвиток здібностей до емоційної регулювання та природного комунікації.

# **Типологія казок**

Концепція комплексної казкотерапії базується на п'яти видах казок (за Зінкевич-Евстигнеевой Т.Д.):

1. Художні казки:
  - народні;
  - казки про тварин, взаємини людей і тварин;
  - побутові казки;
  - страшні казки;
  - чарівні казки;
  - авторські.
2. Дидактичні казки.
3. Психокорекційні казки.
4. Медитативні казки.
5. Психотерапевтичні казки.





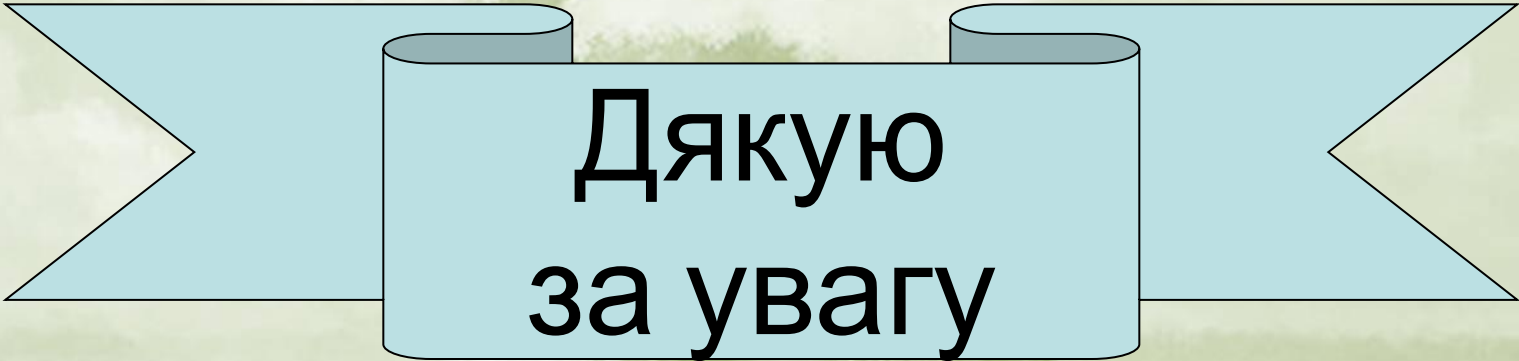
# **Фітбол-казки**

Це самостійні заняття з дітьми дошкільного віку, коли вихователь розповідає сюжет казки, супроводжуючими її вивченими раніше рухами. Увага дітей прикута до змісту казки і виконання вправ не стає нудним та одноманітним повторенням.









**Дякую  
за увагу**