*Бойцова И.Ю.*

*инструктор по ФИЗО*

*Седегова Е.В.*

*Старший воспитатель*

*МАДОУ «Детский сад № 393»г.Перми*

*sedegova70@mail.ru*

Опыт работы реализации в группе кратковременного пребывания «Вместе с мамой» программы «Мягкая школа для мам и малышей»

В статье раскрывается опыт по использованию методики Э. Глушковой «Семейная Мягкая Школа» в группе кратковременного пребывания «Вместе с мамой». Представлено описание использования данной методики для мам и детей от года до трех лет. Актуальна данная статья для педагогов групп раннего возраста, инструкторов по ФИЗО, родителей посещающих группы кратковременного пребывания «Вместе с мамой». Особенность методики заключается в особых физических, телесных упражнениях и играх, где ребенок не только развивает физические навыки, становясь более крепким, но и личностные качества: самостоятельность, психологическую гибкость, конструктивное взаимодействие с другими. Родители, постоянно посещающие занятия " Мягкой школы для мам и детей ", отмечают, что улучшили взаимосвязь с ребенком, стали глубже понимать его потребности, а ребенок стал более социально - адаптированным.

Ключевые слова: мягкая школа, родители дети, игровые упражнения, телесный контакт, психическое здоровье, методика, совместные занятия.

В 2021 году, в рамках реализации проекта департамента образования г.Перми, в нашем саду появилась группа «Вместе с мамой». Для мам и малышей мы реализуем программу «Мягкая школа для мам и малышей».

Основатель Семейной Мягкой Школы - Элла Глушкова, по образованию дефектолог, уже более 20 лет успешно реализует методику в работе с семьями разного состава, возраста и состояния здоровья. Семейная Мягкая Школа - это методика общего развития в виде системы игр для семей с детьми любого возраста (от 0,6 мес или 2,5 лет) и разных особенностей психического здоровья (агрессивность, неконтактность, разработанная на основе мягких искусств древних воинов и рассчитанная на раскрытие в человеке врождённой способности быть гибким, смелым, чутким и уметь адекватно выходить из любой сложной ситуации.

Мы адаптировали методику «Семейная Мягкая Школа» Э.Глушковой для группы кратковременного пребывания «Вместе с мамой». «Мягкая школа для мам и малышей» – это специально организованные совместные занятия физическими упражнениями с детьми раннего возраста и их родителями.

Все упражнения по данной методике построены так, что они похожи на веселую возню. Упражнения учат детей раннего возраста быть гибким и мягким, они становятся более раскрепощенными и уверенными в себе, очень быстро учатся хорошо управлять своим телом, следить за собственной безопасностью (например, во время игр на детской площадке, группироваться при падениях, избегая травм). Постепенно уходят страхи (не только детские, но и родительские).На занятиях создаются некомфортные ситуации с тем, чтобы малыш учился легко их преодолевать.

Малыш растет, его перестают кормить грудью, реже берут на руки. На наших занятиях в Мягкой школе мы помогаем сократить дистанцию между ребенком и родителями, учим мам доставлять детям столь необходимые для них тактильные ощущения в самой доступной для любого ребенка форме – в игре. На занятиях мы используем много потешек, массажиков обнимашек. В программу Мягкой школы добавили упражнения с фитбол-мячами, с массажными мячами, и мягкими игрушками. Разнообразие игровых упражнение позволило сделать занятия более эффективными и разнообразными для мам и малышей.

В первом полугодии обучения основная задача состоит в формировании умения внимательно слушать инструкции и грамотно их выполнять, учиться взаимодействовать маме со своим ребенком, прислушиваться к своему телу, учиться выполнять упражнения при условии удобства для самого себя. На этом этапе происходит постепенное освобождение от телесных зажимов, т.е. наступает динамическое расслабление. Занятия построены таким образом, чтобы создать благоприятный психологический климат, настроить маму и малыша на позитивное развитие, постепенное удовлетворение в тактильном и эмоциональном взаимодействии. Во втором полугодии происходит дальнейшее развитие и закрепление двигательных навыков, работа по преодолению трудностей, развитие взаимоотношений с другими людьми.

Занятия в «Мягкой школе» построены с использованием телесно – ориентированного подхода. Участники не заучивают никаких движений, а погружаются в поток взаимодействия «мама и малыш», в результате которого на физическом уровне возникает сложная ситуация, которую он может пройти, лишь преодолев какой – либо зажим в теле. Все упражнения в Мягкой школе построены на ситуативном подходе: создаётся ситуация, посильная для ребенка и чтобы преодолеть её, приходится всё время импровизировать.

Основные принципы мягкой школы:

**Правило трех «Т». Тисканье, творчество, трудности.**

**1. Тисканье** (телесный контакт): телесная похвала, касания к ребёнку с определёнными мыслями и посланиями. Чтобы решать трудные задачи и быть уверенным в себе, ребенку необходим тактильный контакт с родителями.**.**

**2. Творчество**: индивидуальный подход, ситуативное реагирование, чуткость ко всем и каждому, постоянное придумывание новых задач и их решение.

**3. Трудности** (то, что мы преодолеваем в процессе роста): «нет проблемы – есть задача», идём туда, где сложно и делаем себе приятно, учимся видеть задачу в любой игре и в любой ситуации, учимся решать эти задачи с интересом и радостью. Ставится индивидуальная задача, которая должна быть решена в течение занятия. Родитель ничего сам не даёт в руки ребёнка. Хочешь – достань. Хочешь залезть – залезь, но придётся самому слезать. Оказался в новой ситуации – решай. Я здесь, стою рядышком, верю в то, что всё у тебя получится. А ребёнок преодолевает трудности. Если малыш хочет куда-то залезть – пусть лезет, главное, чтобы он всё делал самостоятельно. {1,с.6}

Занятия в Мягкой школе проводятся 3 раза в неделю**.** Продолжительность занятия -20 минут. Занятия проводятся на специальном половом мягком покрытии. Занятие состоит из нескольких частей: {3ссылка на видео}

1. Игровые упражнения (с элементами акробатики, выползание, толкание, выкручивание, прилипание)

2. Парная гимнастика (мама и ребенок)

3 .Подвижные игры

**На конец года:**

Дети стали более мягкими и гибкими, научились взаимодействовать с другими детьми и взрослыми.

Улучшилась координация движений, что в свою очередь даёт толчок интеллектуальному

развитию, становлению здоровой психики.

Родители, постоянно посещающие занятия " Мягкой школы для мам и малышей ", отмечают, что улучшили взаимосвязь с ребенком, стали глубже понимать его потребности, а ребенок стал более социально - адаптированным.

Мягкая Школа способствует формированию здоровых черт характера и помогает ребёнку научиться быть добрым, чутким к себе и окружающим, уметь управлять своим телом (развивая силу, выносливость, гибкость, координацию), быть трудолюбивым, спокойным, последовательным, уверенным в себе, нести в душе радость. Ребёнок, занимающийся в Мягкой Школе, становится доброжелательным и способным легко адаптироваться в любой ситуации.

Список литературы:

1.Глушкова Э. Р. **«Семейная мягкая школа**. Книга оранжевая. Зачин». М.: Линка-пресс, 2014

2.Евдокимова Е. С. «Педагогическая поддержка **семьи в воспитании дошкольника**». М.: Творческий Центр, 2005 г.

3. Ссылка на видео: <https://cloud.mail.ru/public/H3Uz/uvKM1iXGV>