

**Анонова Н.Н. воспитатель**

**МБДОУ №160, г.Ижевск**

## **Использование натуральных природных камней**

### **в работе с детьми в ДОУ**

**Литотерапия** – это лечение с использованием натуральных природных камней. Изучает влияние камней на организм человека. В более широком представлении — это использование природных минеральных веществ (камней, металлов, глины и т.д.) с целью их воздействия на организм человека

В нашей ежедневной жизни мы непрерывно подвергаемся воздействию невидимых нам энергетических волн от электроприборов, ламп дневного света, компьютеров, мобильных телефонов, элементов транспортных средств и т.д. Этот список можно продолжать до бесконечности. Данные факторы истощают наше здоровье, а тем более детей, оставляя нас опустошенными, напряженными, раздраженными, усталыми, в плохой физической и психической форме. Именно поэтому подходящий минерал может оказаться тем долгожданным решением растущей проблемы усталости человека современного техногенизированного общества.

При контакте с камнем излучаемая им энергия влияет на тело человека – вплоть до мельчайших клеточек. Поскольку минералы постоянно обмениваются энергией с окружающей средой, при этом возникают самые разнообразные энергетические вибрации в зависимости от индивидуальной структуры природного камня. А затем, в процессе литотерапии между камнем и человеком идет взаимный обмен энергетикой и информацией. В основе уровня сформированности речевой функции лежат дефектно функционирующие системы головного мозга. Нормализация процессов возбуждения и торможения является одной из точек приложения литотерапии. Предотвратить расстройства нервной системы, снять депрессию у детей и просто улучшить настроение можно с помощью массажа рук минералами.

Эффективным оказывается массаж драгоценными камнями биологически активных участков на коже человека. Массаж обеспечивает расслабление мускулатуры, улучшает кровоснабжение тканей и органов, помогает снять внутреннее напряжение, способствует снятию болей и заживлению ран. Знакомство детей с минералами имеет большое развивающее значение в жизни детей с ОНР и интеллектуальной недостаточностью.

Игры с минералами благоприятно влияют на развитие познавательных способностей ребенка, плодотворно действуют на развитие мелкой моторики рук. Так же за счет увеличения словарного запаса (существительные, прилагательные, глаголы) развивается речь. Говорящие дети при игре проговаривают новые слова, а у неговорящих увеличивается пассивный

словарь.

В качестве ручного тренажера в литотерапии традиционно используются четки из натуральных камней. Четки делят на круглые и плоские.

Перебирание четок сегодня не является признаком религиозности. Это занятие способствует не только успокоению нервной системы, концентрирует внимание, но и развивает ловкость и силу пальцев. Бусины могут быть разного размера и широкого ассортимента ценных камней. Терапевтические возможности нетрадиционной медицины — литотерапии содействуют созданию условий для речевого высказывания и восприятия.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Как показывает практика, любимыми играми нынешних детей, как и прошлых поколений, являются игры с бросовым материалом: веточками, шишками, камешками - их можно бросать, ломать, стучать и т. д. А если пофантазировать?

На сегодняшний день существует множество нетрадиционных методик, позволяющих решить комплекс задач и проблем, стоящих перед педагогом.

Мне хочется представить вашему вниманию доступный, экологически чистый и очень интересный природный материал – обычный камешек. У детей камешки пользуются особой популярностью. Собирать и разглядывать их можно бесконечно. Можно без ущерба ими меняться. А чей ребенок не приносил домой «коллекцию драгоценных сокровищ»? Я увидела в камешках не требующий затрат материал для изодейтельности, а со временем появилось множество идей их использования. Этими идеями я и хочу поделиться.

## НОВИЗНА

Камень можно использовать в следующих направлениях:

- Физкультурно-оздоровительное;
- Художественно-эстетическое;
- Познавательное;

Физкультурно-оздоровительное направление с использованием камней включает в себя:

Подвижные игры: эстафеты, попади в круг, кто вперед найдет камень по описанию.

«Кто больше»

Ребята должны добежать до финиша с камушками в ладошках. Побеждает тот, кто принесет больше камушков.

«Чья длиннее? »

Дети чертят линию мелками на асфальте или палочкой на песке, выкладывают линию из камней. Побеждает тот, чья линия длиннее.

Игры на развитие мелкой моторики: пересыпание, отыскивание в камнях каких-нибудь предметов, раскладывание камней по размеру, по цвету, по фактуре, по весу, катание между ладоней.

Профилактику плоскостопия: различные массажные дорожки, на сами дорожки прикреплены камни, дорожки из камней, камни разной величины и фактуры насыпаны в небольшие ящички; задания, целью которых является захват, перекалывание, перекалывание, подталкивание камней пальцами ног, массаж, самомассаж. С целью закаливания: можно использовать камни разноцветные, декоративные, необычные, разрисованные детьми и т. д., положив их в емкости с водой разной температуры. Опускание кистей рук в воду разной температуры будет ненавязчивым интересным закаливающим мероприятием.

Региональный компонент: знакомство с камнями Удмуртии.

Опытно-экспериментальная деятельность:

Опыт № 1. Определение цвета и формы.

Дети делятся наблюдениями, какого цвета у них камни (серый, коричневый, белый, красный, синий и т. д.) .

Вывод: камни по цвету и форме бывают разные .

Опыт № 2. Определение размера.

Воспитатель спрашивает: “Все камни одинакового размера? ” – Нет. Найдите и покажите мне ваш самый большой камень, самый маленький, средний. Кто сделает важный вывод о размерах камней?

Вывод: камни бывают разных размеров.

Воспитатель: Для этого опыта нам нужны будут очень чувствительные пальчики.

Опыт № 3. Определение характера поверхности.

Мы сейчас по очереди погладим каждый камушек. Поверхность у камней одинаковая или разная? Какая? (Дети делятся открытиями.)

Покажите самый гладкий камень и самый шершавый.

Вывод: камень может быть гладким и шероховатым.

Опыт № 4. Рассматривание камней через лупу.

Чтобы еще лучше увидеть поверхность камней мы воспользуемся лупами.

(Дети рассматривают все свои камни.)

Воспитатель: что интересного вы увидели ребята? (Крапинки, дорожки, углубления, ямочки, узоры и т. д.) . Молодцы, очень внимательные дети. Ребята, у меня есть к вам интересное предложение на минуту стать весами. А что делают весами? Да, взвешивают.

Опыт № 5. Определение веса.

Дети по очереди держат камни в ладошках и определяют самый тяжелый и самый легкий камень.

Вывод: камни по весу бывают разные: легкие, тяжелые.

Воспитатель: ребята, а сейчас положите ладошки на стол и быстренько на щеки. Стол какой? А щеки? Наша кожа может быстро определить температуру.

Опыт № 6: Определение температуры.

Сейчас у нас будет интереснейший, очень сложный опыт. Среди своих камней нужно найти самый теплый и самый холодный камень. Ребята, как и что вы будете делать? (Дети предлагают способы действий, проводят опыт. Воспитатель просит показать теплый, затем холодный камень и предлагает согреть холодный камень.)

Вывод: камни могут быть теплые и холодные.

Опыт № 7. Плавучесть.

Дети берут банку с водой и осторожно кладут один камень в воду. Наблюдают. Делятся результатом опыта. Воспитатель обращает внимание на дополнительные явления – по воде пошли круги, цвет камня изменился, стал более ярким.

Вывод: камни тонут в воде, потому что они тяжелые, и плотные.

(Дети достают камень и вытирают маленькой салфеткой.)

Художественно-эстетическое направление:

Аппликация на пластилине (на бумажную тарелку или кусок картона наносится слой пластилина, а затем выкладывается узор) ;

Различные поделки;

Роспись камней – интереснейшее и увлекательное занятие;

Использование камней возможно по каждому разделу программы:

-Камни могут применяться как счетный материал, можно нарисовать на камнях цифры или просто раскрасить разными цветами, можно выкладывать геометрические фигуры или просто раскладывать в порядке увеличения.

-Как стимулирующий материал по развитию речи, если нарисовать на камнях персонажей сказки и т. д.

-Использовать в играх на развитие внимания, памяти, воображения, мышления.

В настоящее время для нас, педагогов и психологов современного общества, остро встала проблема роста количества детей дошкольного возраста с проблемами поведения, а также личностного развития. В нашем саду из 60 обследованных детей 9,3 % имеют выраженную агрессивность, у 23,1 % детей высокий уровень тревожности, наличие страхов отмечается у 21 % из обследованных детей. Сегодня в детских садах над данной проблемой работают психологи, воспитатели и другие специалисты. Многие ищут новые нетрадиционные методы и модели психолого-педагогической помощи детям. Не остался в стороне и наш детский сад.

**О литотерапии** в психологической практике, в том числе и о применении методов литотерапии в детских садах какой-либо информации в педагогической и психологической литературе я не нашла. Стала изучать данное направление более глубоко, изучать и применять литотерапию в собственной практике.

В средние века философия считала, что камни соединяют мир Вселенной (макрокосмом) с миром души и тела человека (микрокосмом). Каждый камень в представлении астролога был в подчинении одному из небесных тел и, получая от него космическую энергию, мог оказывать прямое воздействие на человека, врачуя его организм и помогая в делах. Современная наука это отрицает. Однако учеными было установлено, что камни могут оказывать значительное эмоциональное и даже физическое воздействие на человека благодаря физическим характеристикам — природному цвету и форме,

а также в связи с придаваемой им общественной нагрузкой — ценностью в обществе, популярностью и узнаваемостью (камни эстетически красивы). Было научно доказано, что цвет и форма камней могут воздействовать на психику человека: созерцание и обладание камнями способно воздействовать на центры удовольствия головного мозга посредством органов зрения и осязания — эти исследования давно проводятся в США. Большинство магических и лечебных свойств камней основано в первую очередь на явлениях самовнушаемости, внушаемости, коллективного осознания сложившихся веками традиций и эффектах плацебо. Когда речь идет о литотерапии, чаще всего подразумевается лишь контактное (массаж), а порой и бесконтактное воздействие минералов на организм человека — медитация. Поэтому в моей практике камни лишь вспомогательные предметы, вокруг которых все строится.

Камни — разноцветные, поэтому упражнения с ними можно использовать совместно с цветотерапией, как более изученным в психологии направлением (например, «Цветовой игротренинг» Погосовой Н. М.).

.А без сказки нет общения с детьми! Сказкотерапия — помощник всех специалистов, работающих с детками.

В результате появилась рабочая программа под названием «Самоцветы», направленная на снятие у детей эмоциональных проблем. Рабочая программа состоит из занятий. Каждое занятие строится вокруг одного определенного цвета.

### **Примеры упражнений, включенных в программу.**

- Разноцветные камешки (литотерапия — внимание, тактильное восприятие, дыхательные упражнения)  
— Посмотрите на эти красивые разноцветные камешки. Удивительно, насколько щедра Матушка-природа на краски. Какие цвета вы здесь видите? Молодцы. Возьмите по камешку себе.

### **Упражнения на развитие речи и познавательных процессов**

- Теперь, когда камешки у вас в руках, внимательно рассмотрите их, попробуйте заметить особенность вашего камешка. (Далее идет расширение словарного запаса, набор прилагательных). **Почувствуйте**, какой камень на ощупь (гладкий или шершавый, твердый или мягкий), какая у него температура (теплый или холодный), **посмотрите**, какой у него размер (большой или маленький), блестящий или нет, прозрачный или нет (посмотрим на свет?). А теперь постучите своим камешком о камешек соседа. Какой **звук** вы услышали? На что похож звук? (работа по всем трем каналам восприятия: зрение — визуальное, слух — аудиальное, ощущение — кинестетическое).

- Волшебное превращение (воображение). Еще раз посмотрите на свой камешек. На что похож ваш камешек? Во что его можно превратить, как вам

кажется? (В ягоду, фрукт, колесико от машинки, цветок, солнышко...) а теперь попробуйте изобразить то, на что похож ваш камешек, а остальные ребята попробуют отгадать, что вы задумали. Можно озвучить ваши действия. Кто у нас самый фантазер?

- Теперь перемешаем все камешки в одной коробочке, а вы попробуйте среди всех найти свой! Отлично! (развитие внимания).

### **Упражнения дыхательной гимнастики**

- Положите камешек на одну ладошку прямо перед собой, а вторая ладошка пустая (упражнение «Ладочки» из дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой). Покажите мне свои ладошки! Начинаем делать шумные, короткие и ритмичные (соблюдение всех трех условий обязательно!) вдохи носом, одновременно, сжимая ладони в кулаки (прячем камешек), т. е. производим «хватательные» движения.

- Положите камешек на пол прямо перед собой (упражнение «Насос» из дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой). Основное исходное положение: встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища. Сделайте легкий поклон, т. е. потянитесь руками к полу, не касаясь его, и одновременно сделайте короткий и шумный вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен закончиться вместе с поклоном. Затем слегка приподнитесь (не выпрямляясь!), и снова поклон и короткий шумный вдох «с пола». Выдох надо делать после каждого вдоха самостоятельно, не напрягаясь (т. е. пассивно), через рот, не открывая его широко.

- Согрейте его теплом своего дыхания, подуйте на него длительно и плавно... Вдох делаем носом, а выдох — ртом. Выдыхая, чуть-чуть втягиваем в себя животик.

- Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от камешков. Дуем длительно и плавно, щеки не раздуваем. Повторяется несколько раз.

### **Упражнения на снятие мышечного напряжения**

*Все упражнения повторяются 3–4 раза.*

- Поиграем с камешками в прятки? (снятие мышечного напряжения) Зажмите камешек в кулачок крепко-крепко, я проверю, хорошо ли вы спрятали камешек, достаточно ли твердым стал ваш кулачок. Хорошо. Теперь расслабьте руку и пальцы; если при этом камешек выкатится из ладони, ничего страшного. Я проверю, достаточно ли мягкими стали ваши ладошки. А теперь зажмите камешек в другой ладони.

- Представьте, что вы превратились в камешки-столбики. Вытянитесь в струнку, превратитесь в твердый-твердый камень, напрягите все мышцы и замрите. А теперь превратитесь в растаявшее мороженое, все ваше тело мягкое, податливое. Затем ребенок снова должен стать камешком и т. д.

- Упражнение «Мышечный зажим». Участники садятся в заведомо неудобную позу. При этом в определенных мышцах или суставах возникает локальное напряжение, «зажим». Необходимо в течение нескольких минут точно выделить область зажима и снять его, расслабиться. Участники делятся своими впечатлениями и ощущениями.

### **Массажные упражнения**

- А теперь аккуратно покатаем камешек между ладошками. Почувствуйте его форму, ощутите его прохладу или тепло. Покатайте его от кончиков пальцев до основания ладони. Теперь положите камешек на левую ладонь, а правой прокатайте камешек по каждому пальчику. Совершите вращательные движения камешком по ладони. Хорошо помассируйте левую ладонь. Теперь смените руки. Сделаем **массаж** для правой ладони.

Почувствуйте, как камешек дает нас силу и спокойствие, делает нас сильнее и здоровее.

- «Завинчивание и откручивание». Камешек прокручивается в пальцах по часовой и против часовой стрелки так, чтобы он не касался ладони. Упражнение требует определенного навыка и координации мышечных усилий, способствует формированию усидчивости и повышает сосредоточенность.

- «Растереть орех». Нужно держать камешек в центре левой ладони, положить сверху правую ладонь и как бы пытаться раздавить шар

- «Обезьяна хватает апельсин» Нужно сжимать камешек, который располагается прямо в центре ладони.

- «Уголёк на ладони» непрерывно и невысоко подбрасывайте-перекатывайте камешек с одной ладони на другую, как будто он горячий уголек (при этом естественно **массируются** ладони, тренируется **ловкость**).

- «Дракон играет с жемчужиной»

### **Физкультминутки:**

1. Камешки, солнышко, заборчик»

Камешки показывайте согнутыми кулачками, солнышко — растопыренными во все стороны пальцами, а заборчик — вытянутыми, и крепко прижатыми друг к другу.

Ведущий быстро говорит названия этих предметов, чередуя их и запутывая игроков.

2. Зайчик шел, шел, шел, зеленый (по цвету занятия) камешек нашел.

(Ходьба на месте с наклоном вперед, чтобы поднять «камешек»)

Мишка шел, шел, шел, белый камешек нашел.



Котик шел, шел, шел, синий камешек нашел.

(Дети маршируют, наклоняются, поднимают то правой, то левой рукой «камешки»)

Детки шли, шли, шли и домой пришли. (Садятся на места)

В мире много невероятных чудес. И я решила показать ребятам одно из них — чудо рождения кристалла, сотворить это чудо вместе. Мы с детьми вместе вырастили кристаллы соли. Ведь деятельность экспериментирования способствует формированию у детей познавательного интереса, развивает наблюдательность, мыслительную деятельность. В ходе экспериментальной деятельности создаются ситуации, которые ребёнок разрешает посредством проведения опыта и, анализируя, делает вывод, умозаключение, самостоятельно овладевая представлением о том или ином законе или явлении. Когда через несколько дней мы с детьми достали кристалл соли, восхищенный возглас ребят раздался в группе. И наш кристалл с каждым днем становился все больше. Чудо произошло! Дети увидели чудо своими глазами — это самое главное!

В настоящее время одной из острейших проблем является воспитание патриотизма. Дошкольные образовательные учреждения, являясь начальным звеном системы образования, призваны формировать у детей первое представление об окружающем мире, отношении к родной природе, малой Родине, своему Отечеству.

Основная задача ДОУ — поддержать и развить в ребёнке интерес к исследованиям, открытиям, создать необходимые для этого комфортные психологические условия. Проблема сохранения и укрепления здоровья ребенка в современных условиях, в том числе психологического, является приоритетной. А когда сюда добавляется и компонент патриотизма, воспитание гордости за свой родной край, воспитатель может считать свою задачу выполненной.

Литература:

1. Большая серия знаний. Планета Земля. — М.: ООО «Мир книги», 2004.
2. Кленов А. С. Малышам о минералах.- М.: «Педагогика- Пресс», 1996.
3. Новиков Э. А. «Клады земли». Изд. «Просвещение». М. 1971
4. Новый минерал //Докл. АН СССР. — 1965. — Т. 162, № 3. -С. 658–661.
5. Рогова В. П. и др. Чароит — новый минерал и новый ювелирно-поделочный камень //Зап.ВМО. — 1978. -Вып. 1 -С. 94–100.
6. Самсонов Я. П. «Самоцветы». М. «Недра» 1985

7. Соболевский В. И. «Замечательные минералы». Изд. «Просвещение». 1983
8. Энциклопедический словарь юного географа-краеведа. М. изд. «Педагогика», 1981
9. Энциклопедический словарь юного химика. М. изд. «Педагогика», 1982
10. Я познаю мир: Детская энциклопедия: География / Авт.-сост. В. А. Маркин. — М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1997.