

*Щербакова Татьяна Валерьевна,  
воспитатель, МБДОУ Детский сад №17 «Лесная сказка»,  
г. Набережные Челны, Республика Татарстан, Россия*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ КРИОТЕРАПИИ В ПРИОБЩЕНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ К СОЦИОКУЛЬТУРНЫМ ЦЕННОСТЯМ В ПРОЦЕССЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ**

В данной статье представлен опыт работы по использованию элементов криотерапии в процессе приобщения дошкольников к социокультурным ценностям. В статье предлагаются возможные варианты использования прохладной, холодной воды, воды со льдом, льда в процессе развития познавательных способностей, формирования положительного настроения, развития мелкой моторики рук и расширения представлений детей об окружающем мире.

**Ключевые слова:** социокультурные ценности дошкольников, здоровьесбережение в ДОО, закаливание, криотерапия.

*Tatyana V. Shcherbakova,  
Educator, MBPEI «Kindergarten №17 «Lesnaya skazka»,  
Naberezhnye Chelny, Republic of Tatarstan, Russia*

## **THE USE OF ELEMENTS OF CRYOTHERAPY IN INTRODUCING PRESCHOOLERS TO SOCIO-CULTURAL VALUES IN THE PROCESS OF COGNITIVE DEVELOPMENT**

This article presents the experience of using the elements of cryotherapy in the process of introducing preschoolers to socio-cultural values. Possible options for the use of cool, cold water, ice water, ice for cold water treatment in the development of cognitive abilities, the formation of a positive attitude, the development of fine motor skills and the expansion of children's ideas about the world are offered in the article.

**Keywords:** socio-cultural values of preschoolers, health protection in PEI, cold water treatment, cryotherapy.

Одной из важнейших задач дошкольного образования согласно Федеральному государственному стандарту (далее ФГОС ДО) выступает задача приобщения детей к социокультурным нормам и традициям семьи, общества,

государства; педагоги в дошкольных образовательных организациях (далее ДОО) активно знакомят детей дошкольного возраста с социальным миром, приобщают детей к социокультурным ценностям: знакомят со становлением человека в истории и культуре, историей появления и модернизации вещей, предметов и явлений, разнообразием профессий взрослых, эволюцией современного мира и др. [1].

Современная литература изобилует информацией, касающейся воспитания детей, однако не существует единой системы, которая комбинировала бы все аспекты проблемы приобщения к социокультурному развитию. Основные аспекты этих задач сформулированы Р.С. Буре [2]: воспитание у ребенка чувства любви, привязанности и принадлежности к первичным институтам социализации, которыми в дошкольном возрасте являются семья, улица, детский сад, сверстники и ближайшее окружение; формирование у ребенка знаний и представлений об окружающем мире, бережного отношения к природе; воспитание уважения к труду и трудовой деятельности; развитие интереса к русским традициям и промыслам; формирование элементарных знаний о правах человека; расширение представлений о городах России; знакомство с символами государства; развитие чувства ответственности и гордости за достижения страны. Решение данного комплекса задач происходит посредством включения эффективных форм работы с детьми (в том числе игровых ситуаций) в образовательно-воспитательную деятельность на занятиях в ДОО, посредством гармонизации взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.

Автор статьи в своей профессиональной деятельности активно следует за современными образовательными тенденциями, в процессе познавательного развития приобщая детей к социокультурным ценностям посредством применения разнообразных методов, приемов, форм организации деятельности с детьми.

Одним из инновационных методов, применяемых в МБДОУ Детский сад №17 «Лесная сказка» на занятиях по приобщению детей к социокультурным ценностям, является метод криотерапии.

Криотерапия (от латин. «крио» – холод и «терапия» – лечение, воздействие) – одна из современных нетрадиционных технологий, заключающаяся в использовании игр со льдом.

Криотерапия помогает решить целый спектр задач:

- закаливание и оздоровление организма детей. Дозированное воздействие холода на нервные окончания пальцев обладает благотворными свойствами. Эффект основан на изменении деятельности сосудов: первоначальный спазм мелких артерий сменяется выраженным расширением, что значительно усиливает приток крови к месту воздействия, в результате чего возрастает сократительная способность мелких мышц кисти и происходит закаливание рук, что в целом благотворно влияет на общее оздоровление организма [3];

- развитие познавательных способностей детей: внимания, памяти, воображения;

- формирование положительного эмоционального настроения;

- расширение и закрепление представлений об окружающей действительности;

- развитие мелкой моторики рук у детей-дошкольников и другие.

В результате многолетних наблюдений за детской игрой с водой на прогулках в летний период педагогам детсада «Лесная сказка» очень захотелось перенести это развлечение-обучение-игру с улицы в группу. Автор статьи на практических занятиях по приобщению дошкольников к социокультурным ценностям предложила использовать элементы криотерапии. Данный педагогический приём в познавательном развитии дошкольников оказался целесообразным и приносит хорошие результаты.

Криотерапия не требует особого оборудования. Для организации игр и занятий с использованием криотерапии понадобятся разнообразные формы для льда, морозильная камера, пищевые красители, пластмассовые емкости. Емкость для криотерапии – это пластмассовый лоток, в который высыпаются шарики льда непосредственно перед проведением процедуры. Безопаснее использовать ледяные шарики, поскольку у них нет острых краев, и ребенок не поранит о них пальцы. Лед, заготовленный заранее, можно хранить в течение 10-12 часов без холодильника, в обычном термосе. Рекомендуется организовывать занятия с использованием криотерапии по следующей схеме: одна, две процедуры в неделю в течение месяца [4].

Использование криотерапии можно условно разделить на три этапа.

- Первый этап: работа с холодной/ прохладной водой. Детям дают емкости, в которых налита вода определенной температуры, там плавают разнообразные тематические предметы.

- Второй этап: работа с водой и льдом. Детям дают емкости прохладной воды, в которой находятся «предметы – ледышки» (замороженные).

- Третий этап: работа со льдом. Детям дают емкости, в которых лежат только «предметы – ледышки».

Суть применения элементов «крио» в познавательном развитии при формировании социокультурных установок у дошкольников заключается в том, что на всех этапах работы небольшие водонепроницаемые игрушки, предметы, атрибуты, объединенные по различным тематикам («Профессии», «Транспорт», «Зоопарк», «Российская армия», «Деньги», «Театр», «Цирк», «Школа» и др.), дети могут:

- опускать прохладную воду (на первом этапе);
- заморозить, а затем опустить в прохладную воду (на втором этапе);
- просто заморозить (на третьем этапе).

Например, работа с прохладной водой (этап 1): игра «Ловим животных руками» – рис. 1. Дети достают из чаши фигурки животных («Домашние

животные», «Дикие животные»), называют их, составляют короткий описательный рассказ.



Рисунок 1 – Игра с прохладной водой «Ловим животных руками»

Пример работы со льдом (3 этап): дети называют «спрятавшиеся» во льду вмёрзшие предметы, угадывая их по фрагментам; а после полного «освобождения» предметов воспитатель проводит игры на классификацию («Птицы», «Животные», «Игрушки» и проч.) – рис. 2.



а)

б)

Рисунок 2 – Игра со льдом

(а – фрагмент вмёрзшего животного; б – набор животных для классификации)

В своей педагогической деятельности педагоги детсада «Лесная сказка» с целью приобщения дошкольников к социокультурным ценностям применяют следующие игры и задания с элементами «крио»: «Какой транспорт?», «Назови профессию», «Кем быть?», «Рыбаки», «Спасатели», «Конфетки – монетки» и

др. Игры и игровые задания усложняются и совершенствуются в зависимости от возрастного периода детей.

На всех этапах работы в области ознакомления с социальным миром посредством элементов криотерапии у детей:

- расширяются знания и представления об окружающем мире; об общественном транспорте (автобус, поезд, самолет, теплоход), представления о правилах поведения в общественных местах; о воинах, которые охраняют нашу Родину (пограничники, моряки, летчики), о Российской армии;

- формируются первичные представления о школе;

- продолжается знакомство с культурными явлениями (театром, цирком, зоопарком, вернисажем), их атрибутами, людьми, работающими в них, правилами поведения; с различными профессиями (шофер, почтальон, продавец, врач и т. д.), с деньгами, возможностями их использования.

Криотерапия дает прекрасную возможность в простой игровой форме воспитывать духовно-нравственные и социокультурные ценности у детей дошкольного возраста. Итогом будет являться формирование у дошкольников знаний и представлений об окружающем мире; развитие эмоционально-положительного отношения к малой родине; ориентация в окружении, знание правил поведения в общественных местах; проявление любознательности по отношению к родному городу; проявление детьми социальной активности (участие в социально значимых мероприятиях); умение отражать собственные впечатления в разных видах деятельности (в игре, рассказах) [4].

В заключение хочется сказать о том, что развитый в различных направлениях ребенок, умеющий действовать в предлагаемых ситуациях по-своему, контактировать с окружающими людьми, соблюдать нормы, принципы морали общества, сможет с лёгкостью «войти» во взрослый социальный мир, активно взаимодействуя со всеми членами современного общества.

## *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

*1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного*

образования» (с изменениями и дополнениями). Приложение. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]: – URL: <http://base.garant.ru/70512244/#ixzz61Mc8cg7v>

2. Буре Р.С. Социально-нравственное воспитание дошкольников. Методическое пособие. – М.: Мозаика-синтез, 2011. – 110 с. – URL: [http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=5811560](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5811560)

3. Гонтарь Н.Н., Горбунова Ю.Ю. Использование нетрадиционных здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с ОВЗ // Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» (31 октября 2018, г. Краснодар). – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – 320 с. – С. 61-63.

4. Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду: примерные планы и конспекты занятий: [пособие для воспитателей и педагогов] / Т.С. Яковлева, И.П. Лашнева, Л.В. Кочеткова, И.Л. Жилкина; под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2007. – 47 с.