

Буравлева А.Н., заместитель заведующего по ВМР,
Иванцова Г.А., педагог-психолог
МБУ детский сад № 49 «Веселые нотки»
г.о. Тольятти Самарской области

Квест-игры как форма работы по сохранению психического здоровья дошкольников

Здоровье — необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности любого человека. Дошкольный возраст — это важный период формирования человеческой личности. В этом возрасте закладываются основы физического и психического развития.

В нашем дошкольном учреждении сделано много необходимых преобразований для создания оптимальной оздоровительной системы. Но вместе с тем анализ результатов диагностических исследований выявил проблемы в организации здоровьесориентированной деятельности образовательного процесса МБУ. К их числу относятся и нарушения в психоэмоциональной сфере у воспитанников. Именно поэтому задачу по сохранению психического здоровья, обеспечения эмоционального благополучия каждого ребёнка мы выделили как приоритетную в работе учреждения.

Использование инновационных технологий открывает новые возможности воспитания и обучения дошкольников, способствует становлению ценностей здорового образа жизни. Нам просто необходимо идти в ногу со временем и применять в своей работе современные средства обучения и развития, новые технологии. Одной из форм в практике дошкольного образования является квест.

Квест — это игровая образовательная технология, которая позволяет за короткое время ненавязчиво вовлечь игроков в разнообразные виды детской деятельности, дает возможность участникам через систему загадок, подсказок, помощи отслеживать собственное продвижение, осуществлять рефлексию деятельности.

Целью данной формы работы в нашем учреждении является пропаганда здорового образа жизни через спортивно-познавательную игру, воспитание полезных привычек по сохранению своего психического здоровья. Мы решаем такие задачи, как: снятие страхов, развитие коммуникативных навыков, коррекция застенчивости; коррекция агрессивности и конфликтности.

В ходе квеста дети не только активно двигаются, совершенствуют свои физические навыки и умения. Участвуя в игре, они учатся оценивать состояние своего здоровья, описывать свое физическое и психическое состояние, свое эмоциональное состояние, осознавать, что с ними происходит, зачем и почему они поступают в жизни тем или иным образом, отчего проявляются различные чувства, и какие бывают мысли.

В процессе игры осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка. Мы применяем эффективные методы для снятия психоэмоционального напряжения, развития ощущения собственной значимости, формирование способов эффективного взаимодействия с другими людьми, формируем позитивное мышление и уверенность в себе. Правильно подобранные тематические подвижные игры, логические задания, упражнения, здоровьесберегающие технологии позволяют формировать положительное отношение к здоровому образу жизни в целом.

Квест — интерактивная игровая форма обучения, которая позволяет детям полностью погрузиться в ее содержание. Для дошкольного возраста идея квеста идеально подходит: дети сталкиваются с различными проблемами или персонажами, создающими проблемы, придумывают, как с ними справиться и в конце игры подходят к определенному результату. Основной плюс и изюминка квест-игр состоит в том, что каждый раз дети не знают, какое приключение их ждет, с чем им придется столкнуться и какой маршрут преодолеть, в результате чего заинтересованность детей от игры к игре только возрастает.

Квест оказывает неоценимую помощь нашим педагогам, предоставляя им возможность разнообразить образовательный процесс, сделать его

необычным, запоминающимся, увлекательным, веселым, игровым для всех участников образовательных отношений

Главная особенность квеста есть некая цель, дойти до которой можно, последовательно разгадывая загадки. Каждая загадка — это ключ к следующей точке и следующей задаче. Задачи могут быть самыми разными: исследовательскими, творческими, познавательными, интеллектуальными. В игре задействуется одновременно и интеллект участников, их творческие, физические и психические способности. Ее можно проводить как в помещении и на территории МБУ, так как игры такого типа позволяют нам расширить образовательное пространство, а воспитанникам — полностью погрузиться в ее содержание.

Квест — это командная игра, строится на коммуникационном взаимодействии между игроками. Выполнение игровых заданий, невозможно без взаимодействия с другими игроками команды. Проведение игры способствует сплочению коллектива детей, воспитанию доброжелательных, дружеских взаимоотношений.

При подготовке квеста для дошкольников нужно помнить 4 основных условия:

1. Игры должны быть безопасными. Недопустимо ставить к выполнению задачи, которые связаны с риском для здоровья.
2. Вопросы и задания должны соответствовать возрасту.
3. Недопустимо унижать достоинство ребенка. К примеру, нельзя заставлять танцевать, если ребенок стеснителен.

Работу по созданию квеста мы начинаем с подготовительного этапа, который включает в себя разработку сценария квест-игры. Основой сценария могут служить сюжеты литературных произведений, мультипликационных фильмов и т.д. Важно хорошо продумать расположение зон и маршрутов по пути следования команды. Предметно-развивающая среда — это пространство, которое дает нашим воспитанникам возможность вообразить, придумывать, творить. Грамотно организованная развивающая предметно-пространственная среда является дополнительным стимульным материалом

для своевременного отреагирования возникающих проблем у воспитанников и сохранения их психического здоровья.

Во время предварительной работы мы предлагаем детям задачи-загадки о нравственных качествах человека, о дружбе и взаимопомощи. Рассмотрение иллюстраций и чтение художественных произведений по тематике квест-игры способствует эмоциональному настрою и погружает ребенка в мир приключений. Общая игровая цель известна участникам с самого начала игры и определяет игровую «легенду», особенности и правила заданий. Ценным здесь является создание атмосферы таинственности, загадочности встречи с обитателями, например, леса, литературным героем и пр. Независимо от того, заложен элемент соревнования в игру или нет, конечная игровая цель — общая для всех команд. Общая цель является главным «внутренним мотиватором ребенка».

Хорошо продуманная мотивация действий (оказание помощи героям, поиск предметов, демонстрация своей удали и сообразительности), взаимосвязанные задания-испытания делают эту игру весьма привлекательной для детей. Их деятельность в этом случае менее регламентирована: они сами находят выход из критической ситуации, вступают в противоборство с силами зла, проявляют самостоятельность и индивидуальность.

В процессе игры дошкольники последовательно движутся по этапам, решая различные задания (активные, логические, поисковые, творческие и пр.) Возможность введения в игру разнообразных заданий позволяет не только решать бесчисленное множество интеллектуальных и творческих задач, но и превращает каждый квест в уникальный продукт. Организуются эстафеты, в ходе которых закрепляются и совершенствуются физические умения и навыки, даются творческие задания, связанные с продуктивной деятельностью. Важно предусмотреть участие в них каждого ребенка.

По ходу игры используем такие техники как психогимнастики, терапия музыкального воздействия игротерапия, арт-терапии. В арт-терапевтическом процессе приобретается ценный опыт позитивных изменений.

Прохождение каждого этапа позволяет команде игроков перейти на следующий этап. Команда получает недостающую информацию, подсказку, действует сообща. Одним из направлений всегда является спортивная площадка (спортивный зал), где дети выполняют задания в виде спортивных эстафет с игровым содержанием (например, пройти по узкому мостику в горах, преодолеть тоннель страхов и проползти через ущелье).

Один из этапов игры может проходить в музыкальном зале, где дети выполняют задания с музыкальным сопровождением. После выполнения каждого игрового задания дети получают одну из частей пазла. Неожиданная встреча в пути со сказочными негативными персонажами является элементом сказкотерапии, помогающей бороться с детскими страхами и неуверенностью. Дети могут пригласить персонажа поиграть с ними, вместе разрешить проблему, с которой те столкнулись, научить их заниматься физкультурой. Заканчивается игра решением всех задач, поставленных перед игроками. У детей складывается общий пазл с изображением подсказки (например, лекарство для больных зверей).

На заключительном этапе игры подводится итог путешествия, проводится беседа по закреплению правил здорового образа жизни, игра (по желанию детей) заканчивается веселым танцем. Все это положительно сказывается на эмоционально-личностном развитии наших воспитанников.

Квест-игра — это всегда положительные эмоции, радостное общение, весёлые соревнования, искренний радушный смех, удивление и восторг, что является важнейшими факторами оздоровления, сохранения психического здоровья ребенка.

Публикуется в редакции авторов