

Адаптированная образовательная программа МБДОУ ЦРР-детский сад №16 для детей 3-7 лет с ЗПР (детей-инвалидов), которым по заключению ПМПК рекомендовано психолого-педагогическое сопровождение образовательного маршрута в ДОУ.

Пояснительная записка.

Дети с ЗПР-многочисленная категория, разнородная по своему составу. Коррекционно-психолого-педагогическое воздействие должно быть направлено на преодоление и предупреждение вторичных нарушений развития, а также на формирование определенного круга знаний и умений, необходимых для успешной социализации и подготовки детей к обучению в образовательной школе.

Нормативно-правовые основы разработки программы

Приложение к адаптированной программе (АОП) задержкой психического развития (ЗПР) разработано в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

-ФЗ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ гл.7. ст.64 п.1.

-ФЗ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ гл.7. ст. 64. п.2.

-ФЗ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ гл.11. ст.79 п.1.

«Содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ОВЗ определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалидов».

-ФГОС (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. № 1155) гл.2. п. 2.1.

- ФГОС, гл.2, п.2.3. «программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание, планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

- Приказ от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста с ЗПР

Рассматривая психологические особенности дошкольников с ЗПР, прежде всего, следует отметить, что это дети с нереализованными возрастными возможностями. **Все основные психические новообразования возраста у**

них формируются с запаздыванием и имеют качественное своеобразие. В дошкольном возрасте у детей с ЗПР выявляется **отставание в развитии общей и, особенно, тонкой моторики.** Главным образом страдает техника движений и двигательные качества (быстрота, ловкость, сила, точность, координация), выявляются недостатки психомоторики. Слабо сформированы навыки самообслуживания, технические навыки в изодейтельности, лепке, аппликации, конструировании. Многие дети не умеют правильно держать карандаш, кисточку, не регулируют силу нажима, затрудняются при пользовании ножницами. Грубых двигательных расстройств у детей с ЗПР нет, однако уровень физического и моторного развития ниже, чем у нормально развивающихся сверстников, затруднено формирование графомоторных навыков. Для таких детей характерна рассеянность внимания, они не способны удерживать внимание достаточно длительное время, быстро переключать его при смене деятельности. Для них характерна повышенная отвлекаемость, особенно на словесный раздражитель. Деятельность носит недостаточно целенаправленный характер, дети часто действуют импульсивно, легко отвлекаются, быстро утомляются, истощаются. Могут наблюдаться и проявления инертности - в этом случае ребенок с трудом переключается с одного задания на другое. Также у них недостаточно сформирована способность к произвольной регуляции деятельности и поведения, что затрудняет выполнение заданий.

Сенсорное развитие также отличается качественным своеобразием. У детей с ЗПР зрение и слух физиологически сохранены, однако процесс восприятия несколько затруднен - снижен его темп, сужен объем, недостаточна точность восприятия (зрительного, слухового, тактильно-двигательного). Затруднена ориентировочно-исследовательская деятельность, направленная на исследование свойств и качеств предметов. Требуется большее количество практических проб и примериваний при решении наглядно-практических задач, дети затрудняются в обследовании предмета. В то же время дети с ЗПР могут практически соотносить предметы по цвету, форме, величине. Основная проблема в том, что их сенсорный опыт долго не обобщается и не закрепляется в слове, отмечаются ошибки при назывании признаков цвета, формы, величины. Таким образом, эталонные представления не формируются своевременно. Недостатки сенсорного развития и речи влияют на формирование сферы образов-представлений. Из-за слабости анализирующего восприятия ребенок затрудняется в выделении основных составных частей предмета, определении их пространственного взаимного расположения. Можно говорить о замедленном темпе формирования способности воспринимать целостный образ предмета. Влияет на это и недостаточность тактильно-двигательного восприятия, которое выражается в недостаточной дифференцированности кинестетических и тактильных ощущений (температуры, фактуры материала, свойства поверхности, формы, величины), т.е. когда у ребенка затруднен процесс узнавания предметов на ощупь.

У детей с ЗПР замедлен процесс формирования межанализаторных связей, которые лежат в основе сложных видов деятельности. Отмечаются недостатки зрительно моторной и слухо-зрительно-моторной координации. В дальнейшем эти недостатки также будут препятствовать овладению чтением и письмом. Недостаточность межанализаторного взаимодействия проявляется в несформированности чувства ритма, трудностях в формировании пространственных ориентировок.

Память детей с ЗПР отличается качественным своеобразием. В первую очередь у детей ограничен объем памяти и снижена прочность запоминания. Характерна неточность воспроизведения и быстрая утеря информации. В наибольшей степени страдает вербальная память. Выраженность этого дефекта зависит от происхождения ЗПР. При правильном подходе к обучению, дети способны к усвоению некоторых мнемотехнических приемов, овладению логическими способами запоминания.

Значительное своеобразие отмечается в развитии мыслительной деятельности. Отставание отмечается уже на уровне наглядных форм мышления, возникают трудности в формировании сферы образов-представлений. Отмечается подражательный характер деятельности детей с ЗПР, несформированность способности к творческому созданию новых образов, замедлен процесс формирования мыслительных операций. К старшему дошкольному возрасту у детей с ЗПР еще не сформирован соответствующий возрастным возможностям уровень словесно-логического мышления - дети не выделяют существенных признаков при обобщении, а обобщают либо по ситуативным, либо по функциональным признакам. Затрудняются при сравнении предметов, производя их сравнение по случайным признакам, при этом затрудняются даже в выделении признаков различия.

Особого внимания заслуживает рассмотрение особенностей речевого развития детей с ЗПР. Многим из них присущи дефекты звукопроизношения, недостатки фонематического восприятия. Среди воспитанников специализированных групп много детей с таким речевым нарушением, как дизартрия. Нарушения речи при ЗПР носят системный характер и входят в структуру дефекта. На уровне импрессивной речи отмечаются трудности в понимании сложных, многоступенчатых инструкций, логико-грамматических конструкций. Дети плохо понимают содержание рассказа со скрытым смыслом, затруднен процесс декодирования текстов, т. е. затруднен процесс восприятия и осмысления их содержания. Дети рассматриваемой группы имеют ограниченный словарный запас. В их речи редко встречаются прилагательные, наречия, сужен глагольный словарь. Затруднены словообразовательные процессы, позже, чем в норме, возникает период детского словотворчества, который продолжается до 7-8 лет. Грамматический строй речи также отличается рядом особенностей. Ряд грамматических категорий дети практически не используют в речи, однако, если сравнивать количество ошибок в употреблении грамматических форм слова и в употреблении

грамматических конструкций, то явно преобладают ошибки второго типа. Ребенку трудно воплотить мысль в развернутое речевое сообщение, хотя ему и понятно смысловое содержание изображенной на картинке ситуации или прочитанного рассказа, и на вопросы педагога он отвечает правильно. Незрелость внутриречевых механизмов приводит не только к трудностям в грамматическом оформлении предложений. Основные проблемы касаются формирования связной речи. Дети не могут пересказать небольшой текст, составить рассказ по серии сюжетных картин, описать наглядную ситуацию, им недоступно творческое рассказывание.

Наличие в структуре дефекта недоразвития речи при ЗПР обуславливает необходимость специальной логопедической помощи.

У детей с ЗПР снижен интерес к игре и к игрушке, с трудом возникает замысел игры, сюжеты игр тяготеют к стереотипам, преимущественно затрагивают бытовую тематику. Ролевое поведение отличается импульсивностью. Не сформирована игра и как совместная деятельность: дети мало общаются между собой в игре, игровые объединения неустойчивы, часто возникают конфликты, дети мало общаются между собой, коллективная игра не складывается. Однако, у детей с ЗПР, в сравнении с нормой, уровень развития игровой деятельности достаточно низкий и требует коррекции. Незрелость эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР обуславливает своеобразие формирования их поведения, и личностные особенности. Страдает сфера коммуникации. По уровню коммуникативной деятельности дети отстают от нормально развивающихся детей, они достигают лишь уровня ситуативно-делового общения.

Отмечаются проблемы в формировании нравственно-этической сферы - страдает сфера социальных эмоций, дети не готовы к "эмоционально теплым" отношениями со сверстниками, могут быть нарушены эмоциональные контакты с близкими взрослыми, дети слабо ориентируются в нравственно-этических нормах поведения. При задержке психического развития затруднено социальное развитие ребенка, его личностное становление - формирование самосознания, самооценки, системы "Я". В старшем дошкольном возрасте такой ребенок безынициативен, его эмоции недостаточно яркие, он не умеет выразить свое эмоциональное состояние, затрудняется в понимании состояний других людей. Ребенок не может регулировать свое поведение на основе усвоенных норм и правил, не готов к волевой регуляции поведения. **Без специальной коррекционной психолого-педагогической помощи такой ребенок оказывается психологически не подготовленным к школе по всем параметрам:**

Как правило, ослаблено здоровье и отмечается сниженный уровень физического и психофизического развития (т. е. ребенок не достигает "школьной зрелости"),

Не сформирована мотивационная готовность. Даже если ребенок хочет идти в школу, в большей степени его привлекает учебная атрибутика - в школе он будет играть, а не учиться.

Отмечается низкий уровень эмоционально-волевой готовности. Ребенок не может подчиниться правилам дисциплины, неспособен к длительным интеллектуальным усилиям.

Не сформированы все структурные компоненты учебной деятельности. При выполнении заданий учебного типа ребенок не проявляет к ним интереса, стремится поскорее закончить непривлекательную для него деятельность, не доводит работу до конца. Он с трудом принимает программу, предложенную взрослым в виде образца и, особенно, в виде словесной инструкции, не удерживает ее на протяжении работы, т. е. эта программа не становится его собственной. Действует недостаточно осознанно, не может вербализовать правила, по которым нужно выполнять задания, не может дать словесный отчет, рассказать, как он выполнял работу. Затрудняется в выборе адекватных способов для выполнения задания, необходимые навыки сформированы на низком уровне. Особые проблемы касаются саморегуляции и самоконтроля. Ребенок не замечает своих ошибок, не исправляет их, не может адекватно оценить результат.

Анализ особенностей психического развития рассматриваемой категории детей позволяет сделать следующие выводы:

В психическом статусе ребенка с ЗПР можно выделить ряд существенных особенностей:

1) **в сенсорно - перцептивной сфере** — незрелость различных систем анализаторов (особенно слуховой и зрительной), неполноценность зрительно-пространственной ориентированности;

2) **в психомоторной сфере** — разбалансированность двигательной активности (гипер- и гипоактивность), импульсивность, трудность в овладении двигательными навыками, нарушения координации движения;

3) **в мыслительной сфере** — преобладание более простых мыслительных операций (анализ и синтез), снижение уровня логичности и отвлеченности мышления, трудности перехода к абстрактно-аналитическим формам мышления;

4) **в мнемической сфере** — преобладание механической памяти над абстрактно-логической, непосредственного запоминания — над опосредованным, снижение объемов кратковременной и долговременной памяти, значительное снижение способности к произвольному запоминанию;

5) **в речевом развитии** — ограниченность словарного запаса, особенно активного, замедление овладения грамматическим строем речи, дефекты произношения, трудности овладения письменной речью;

6) **в эмоционально-волевой сфере** — незрелость эмоционально-волевой деятельности, инфантилизм, нескоординированность эмоциональных процессов;

7) **в мотивационной сфере** — преобладание игровых мотивов, стремление к получению удовольствия, дезадаптивность побуждений и интересов; Задержка психического развития затрагивает всю психическую сферу ребенка, и, по существу, является системным дефектом. Поэтому процесс обучения и воспитания должен выстраиваться с позиций системного подхода.

Актуальность программы для детей с ЗПР обусловлена необходимостью построения системы коррекционно-развивающей работы в центре в условиях инклюзивного образования. Программа предполагает полное взаимодействие и преемственность всех специалистов социального учреждения и родителей (законных представителей) дошкольников. Комплексность педагогического воздействия направлена на выравнивание и гармонизацию психофизического развития детей в соответствии с ФГОС.

Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников.

От 3 до 4 лет

Ведущая потребность – в общении, в уважении, в признании самостоятельности ребенка.

Ведущая деятельность – игровая.

Переход от манипулятивной игры к ролевой игре.

Ведущая функция – воспитание.

Особенности возраста:

1. Кризис 3х лет. Формирования «системы Я»
2. Развитие воображения через *развитие* функции замещения одного предмета другим.
3. Появление смысловой структуры самопознания
4. Ребенок добивается нового статуса, вследствие чего проявляет упрямство и негативизм.
5. Развитие происходит через общение. С взрослым общение становится внеситуативно-познавательным.
6. Удерживает внимание 7-8 минут.
7. Может выполнять мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение.
8. При новой деятельности необходимо поэтапное пояснение (делай, как я).

Новообразования:

1. Усвоение первоначальных нравственных норм.
2. Самооценка.
3. Появление элементов партнерского общения.

От 4 до 5 лет

Ведущая потребность – познавательная активность, потребность в общении.

Ведущая деятельность - сюжетно-ролевая игра.

Ведущая функция – наглядно-образное мышление.

Особенности возраста:

1. Речь начинает выполнять контролирующую функцию.
2. Усложняются волевые проявления (умение подчинять свое поведение правилам в игре).
3. Повышение познавательной активности
4. Продолжает сохраняться ситуативно-деловая форма общения со сверстниками.
5. Интерес к другому ребенку как к своему отражению. Чаще видит в другом отрицательные черты. Происходит рефлексия своих поступков через реакцию другого ребенка.
6. Усложнение сюжетно-ролевой игры.
7. Появление осознанности собственных действий.

Новообразования:

1. Контролирующая функция речи.
2. Появление элементов творческого воображения в сюжетно-ролевой игре.
3. Появление элементов произвольности.
4. Появление неситуативно-личностной формы общения, общение с взрослым.

От 5 до 6 лет

Ведущая потребность – потребность в общении, творческая активность

Ведущая деятельность - сюжетно-ролевая игра.

Ведущая функция – воображение.

Особенности возраста:

1. Проявление элементов произвольности всех психологических процессов.
 2. Общение с взрослыми внеситуативно-личностное.
 3. В общении со сверстником происходит переход от ситуативно-деловой формы к внеситуативно-деловой.
 4. Проявление творческой активности во всех видах деятельности.
- Развитие фантазии.
5. Половая идентификация.

Новообразования:

1. Предвосхищение результата деятельности.
2. Активная планирующая функция речи.
3. Внеситуативно-деловая форма общения со сверстниками.

От 6 до 7 лет

Ведущая потребность – общение.

Ведущая деятельность - сюжетно-ролевая игра.

Ведущая функция – воображение.

Особенности возраста:

1. Проявление произвольности всех психологических процессов. Но не сформирована учебная деятельность школьного типа.
2. Переход к младшему школьному возрасту.
3. Проявление 7 лет (капризы, паясничание, демонстративное поведение).

4. Повышенная чувствительность.
5. Полное доверие взрослому, принятие точки зрения взрослого. Отношение к взрослому как к единственному источнику достоверного знания.
6. Ведущем продолжает оставаться наглядно-образное мышление.

Новообразования:

1. Внутренний план действий.
2. Произвольность всех психологических процессов.
3. Возникновение соподчинения мотивов.
4. Самосознание. Обобщенное и внеситуативное отношение к себе.
5. Возникновение первой целостной картины мира.
6. Появление учебно-познавательного мотива.

Цель и задачи психолого-педагогического сопровождения

Цель психолого-педагогического сопровождения: достижение ребенком с особенностями развития здоровья планируемых результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для детей с ЗПР в соответствии с индивидуальными познавательными потребностями и возможностями.

Задачи психолого-педагогического сопровождения:

- создание ребенку с ЗПР специальных условий для осуществления образовательной деятельности, всестороннего и своевременного психического развития;
- обеспечение охраны и укрепления здоровья ребенка;
- коррекция (исправление или ослабление) негативных тенденций развития;
- профилактика (предупреждение) вторичных отклонений в развитии и трудностей в обучении на начальном этапе;
- консультативная и методическая помощь родителям (законным представителям) ребенка с ЗПР.

Единство указанных направлений позволит обеспечить эффективность коррекционно-развивающего воспитания и подготовки к школе детей с ЗПР.

При проведении психокоррекционной и развивающей работы педагога-психолога с детьми, имеющими разную специфику нарушений, определяются не только основные направления данной работы (развитие познавательной сферы ребенка, развитие эмоциональной сферы, развитие коммуникативных навыков, коррекция эмоциональной сферы), но и выделяются более узкие ведущие направления (задачи) в зависимости от выявленных нарушений: развитие внимания, восприятия, памяти, мышления, мелкой моторики и пр.

Коррекция эмоционального состояния предполагает работу с негативным эмоциональным состоянием ребенка и проводится по таким направлениям, как:

- стабилизация эмоционального состояния, снятие общего напряжения, снижение уровня возбуждения, создание положительного эмоционального фона;
- преодоление возрастных страхов;
- преодоление специфических страхов;
- снижение уровня тревожности;
- снижение уровня агрессивности.

Работа по развитию эмоциональной сферы детей проводится по следующим направлениям:

- знакомство с основными эмоциями человека;
- развитие умения распознавать чувства других людей, понимать эмоциональное состояние других людей;
- развитие умения понимать свое эмоциональное состояние;
- развитие чувства эмпатии.

При работе с *тревожными детьми* по снижению у них уровня тревожности круг задач определяется следующим образом:

- снятие мышечного и эмоционального напряжения, стабилизация эмоционального состояния;
- формирование положительной самооценки, повышение уверенности ребенка в себе;
- обучение приемам саморегуляции, навыкам произвольного снятия чувства тревоги и страха (для детей с 5 лет).

При работе с *агрессивными детьми* по снижению уровня агрессивности круг задач определяется следующим образом:

- снятие мышечных зажимов, стабилизация эмоционального состояния;
- формирование способности осознавать и контролировать свои действия, обучение приемам снятия агрессивности;
- развитие способности к эмпатии.

Коррекционная работа с *гиперактивными детьми* проводится по следующим направлениям:

- развитие дефицитарных функций внимания;
- обучение ребенка навыкам владения своим телом, развитие навыков мышечного и двигательного контроля;
- обучение приемам саморегуляции, навыкам контролировать свои действия;
- формирование навыков позитивного взаимодействия со взрослыми и сверстниками (формирование умения ориентироваться на сверстника, умения слушать инструкцию).

При работе с детьми с аутистическими чертами характера круг задач определяется следующим образом:

-развитие тактильных ощущений (мышечного, осязательного, зрительно-осязательного восприятия);

-развитие зрительно-двигательной координации.

Система мониторинга (диагностики)

Необходимым условием реализации данной коррекционно-развивающей программы для детей с ЗПР является проведение комплексного психолого-педагогического обследования. Направления обследования раскрывают целостную картину психического, речевого и физического развития ребенка: его познавательной, двигательной и эмоционально-волевой сфер, осведомленности (знаний о себе и окружающей действительности), умений и навыков в тех видах деятельности, в которые он включается, особенностей поведения и общения, условий воспитания в семье.

Цель мониторинга: Выявление особенностей развития детей и качественный анализ уровня психологического развития каждого ребенка для определения его индивидуальных особенностей и на этой основе создание идеальных условий для развития, обучения и коррекции отклонений у дошкольников с задержкой психического развития.

Задачи: Обеспечить комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов. Обеспечить оценку динамики достижений воспитанников. Результаты диагностики являются точкой отсчета для прогнозирования особенностей развития каждого ребенка и подбора оптимального содержания обучения, средств и приемов адекватного коррекционного воздействия.

Установлена следующая периодичность проведения исследований - три раза в год:

1. В начале реабилитации – первичная диагностика проводится с целью выявления уровня развития детей и корректировки содержания коррекционно-развивающей работы;

2. В середине реабилитации – промежуточное экспресс-обследование проводится с целью выявления уровня развития детей и дальнейшей корректировки содержания образовательной работы в процессе образовательной деятельности в соответствии с динамикой ;

3. В конце реабилитации – итоговая – с целью сравнения полученного и желаемого результата.

Блок комплексного обследования для ПМПк

Для оценки выраженности умственного недоразвития детей от 3 до 7 лет в условиях ПМПк применяются стандартные психодиагностические методики. «Под стандартизированным комплексом психодиагностических методик, для детей определенного возраста, понимается минимальный по числу включаемых в него методик набор, необходимый и достаточный для того, чтобы разносторонне, во всех существенных качествах и свойствах

оценить психологию детей данного возраста, определить уровень психологического развития ребенка в целом и по отдельным качествам и свойствам», - говорится в одном из методических руководств по психодиагностике. Диагностический материал для изучения каждого ребенка подбирается индивидуально.

Возраст 3-4 года

Развитие психических процессов (память, внимание, мышление, восприятие)

- Копирует крест, воспроизводит круг, горизонтальную линию и т.д.
- Выбирает самую длинную линию из трех предложенных.
- Складывает разрезную картинку из 2-3 частей.
- Считает до 3-4.
- Складывание пирамидки (начиная с 3-х колец).
- Правильно называет и находит основные цвета (допустимо - 3).

Выявление уровня развития речи

- Рассказывает стихи, исполняет песни.
- Соотносит предметы по размеру (большой - маленький), по количеству (один - много).
- Описывает предметы.
- Использует в речи качественные прилагательные (Погода "солнечная", "тёплая", "морозная" и т.д.), глаголы (Солнце "светит", "греет"; птицы "улетают" и т.д.).
- Различает и называет части предметов.
- Понимает обобщающие понятия игрушки, одежда, обувь, посуда, мебель.
- Показывает и называет животных.

Выявление уровня развития тонкой моторики

- Складывает лист бумаги вчетверо (после показа).
- Застегивает пуговицы, шнуруют обувь.
- Умеет рисовать элементарные предметы.
- Выкладывает из геометрических фигур предметы дом, машину, игрушку.

Выявление представлений о себе и окружающих

- Полностью называет свои имя, фамилию (хотя возможно нечеткое выговаривание) и возраст (показывает на пальцах).
- Называет членов семьи (поименно).
- Называет и показывает части тела.

Эмоционально-волевая сфера

- Набор карточек с изображением эмоций (2-3).
- Контакт ребенка с взрослыми.
- Усидчивость и переключение внимания.

Возраст 5-7 лет

Исследование восприятия и внимания

- Таблицы, на которых изображены предметы с недостающими деталями.
- Набор карточек с изображением геометрических фигур, окрашенных в основные и оттеночные цвета.
- Различные по величине предметы (ширина, длина, высота).
- Разрезные картинки (5 лет - 4 части; 6-7 лет - 4-6 частей).
- Ориентировка на листе бумаги (лево - право, низ - верх, середина).

Исследование мышления

- Счетные операции в пределах 10 (6-7 лет - прямой и обратный счет).
- «4-й лишний» (по цвету, форме, родовым категориям).
- Таблицы с логическими задачами на поиск недостающих фигур (по типу прогрессивных матриц Равена).
- Бланки методик «Простые и сложные аналогии».
- Серии картинок с изображением последовательности событий (3-4 картинки).
- Набор сюжетных картинок разной степени сложности (простые, описательные, со скрытым смыслом, нелепым содержанием).
- Таблицы с загадками, пословицами и поговорками (подбор с учетом возраста).

Исследование представлений о себе и окружающих

- Называет свои: имя, фамилию, отчество, возраст, пол, домашний адрес.
- Называет членов семьи.
- Называет и «показывает» времена года и части суток.

Исследование развития речи

- Использование в речи обобщающих понятий.
- Умение классифицировать предметы.
- Составление описательного рассказа по картинке.
- Использование в речи существительных, прилагательных, глаголов.
- Образование уменьшительно-ласкательных форм существительного, антонимов.
- Согласование числительных с существительными (одно яйцо - пять яиц).
- Образование притяжательных прилагательных (Хвост чей? - "Лисий". Голова чья? - "Заячья").

Исследование памяти

- Зрительная память: набор картинок с изображением знакомых предметов (6-10).
- Слуховая память: запоминание 6-10 слов.
- Пересказ простого текста.

Исследование развития эмоционально-волевой сферы

-
-
-
-
-

- 1.Диагностика сформированности мышления «Разложи геометрические фигуры»
- 2.Диагностика уровня развития сенсорного восприятия «Соедини половинки предметов»
- 3.Диагностика уровня развития зрительной памяти «Зрительная память»
- 4.Диагностика сформированности внимания и сенсорного восприятия «Найди фигуры, похожие на образец»
- 5.Тест на определение уровня развития словесно-логического мышления ребенка «Кто где живет»

5-6 лет (начало реабилитации)

- 1.Диагностика умения сосредоточиваться, распределять внимание, развивать сенсорное восприятие «Построим домик»
- 2.Диагностика уровня развития саморегуляции, внимания «Соединим точки»
- 3.Диагностика сформированности мышления «Заштопаем ковер»
- 4.Диагностика умения сосредоточиваться, распределять внимание, развивать сенсорное восприятие «Найди одинаковые предметы»
- 5.Диагностика состояния памяти (непосредственного запоминания), утомляемости, активности «Домики»

5-6 лет (конец года)

- 1.Диагностика умения сосредоточиваться, распределять внимание, развивать сенсорное восприятие «Построим домик»
- 2.Диагностика уровня развития саморегуляции, внимания «Дорисуй фигуру»
- 3.Диагностика сформированности мышления «Зачеркни лишнее»
- 4.Диагностика умения сосредоточиваться, уровня словесно-логического мышления «Найди предметы на один звук»
- 5.Диагностика состояния памяти «Запомни и подчеркни»

6-7 лет (начало реабилитации)

- 1.Тест на определение уровня развития мелкой моторики, сформированности «Продолжи ряд»
- 2.Диагностика сформированности мышления «Соедини цифру и картинку»
- 3.Диагностика характера логических связей и отношений между понятиями «Исключи лишнее»
- 4.Диагностика умения сосредоточиваться, распределять внимание «Корректурная проба»
- 5.Диагностика объема воспринимаемой информации, уровня утомления. Тренировка
- 6.Тест на развитие самооценки (самоконтроль) «Разрешение проблемных ситуаций»

6-7 лет (конец реабилитации)

- 1.Тест на определение уровня развития мелкой моторики, сформированности восприятия «Проведи линии»

2. Диагностика сформированности сенсорного восприятия «Нарисуй по точкам»
3. Диагностика уровня сформированности внимания «Зашей коврик»
4. Диагностика умения сосредоточиваться, уровня развития кратковременной памяти «Корректурная проба»
5. Диагностика характера логических связей и отношений между понятиями «Зрительные аналогии»
6. Тест на развитие самооценки (самоконтроля) «Определение уровня готовности к обучению в школе»

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРИ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ЗПР

- проведение психолого-педагогической диагностики для оценки адаптированности к условиям образования и выявление детей, нуждающихся в ПМПк-помощи;
- участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума социальной организации;
- проведение коррекционно-развивающих занятий с детьми, испытывающими трудности в обучении, адаптации, социализации, детей с ОВЗ и инвалидностью;
- психолого-педагогическое консультирование родителей (законных представителей);
- анализ актуального состояния и динамики развития детей с ОВЗ и инвалидностью в образовательном процессе;
- оказание первичной психологической помощи и поддержке детям в состоянии дезадаптации, стресса;
- осуществление помощи педагогам, специалистам в индивидуальном подходе к детям с ОВЗ, в индивидуализации обучения;
- содействие родителям (законным представителям) в сфере детско-родительских отношений;

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА

Игры на развитие познавательных процессов: внимания, памяти, мышления.

3-4 года

1. Игра «Бусы»

Предложите ребенку поочередно выкладывать бусинки в определенной последовательности (красный, желтый, красный и т.д., синий, зеленый, синий и т.д.) по названию взрослого, далее ребенок выкладывает рисунок и самостоятельно называет цвета бусинок.

2. Игра «Что какого цвета?»

Ребенку предлагают выбрать карандаши соответствующего цвета и закрасить ими предлагаемые картинки (морковку закрасить оранжевым карандашом, огурец – зеленым и т.д.).

3. Игра «Подбери по цвету»

Оборудование: цветные карточки и картинки с изображением контуров предметов. Содержание: ребенку предлагается подложить под контурные изображения предметов карточки подходящего цвета. Например, под изображение огурца – зеленую, сливы – синюю, лимона – желтую и т.д.

4. Сюжетная игра «Наведи порядок»

Психолог демонстрирует картинки с изображением трех медведей и предлагает ребенку расставить их по росту. Далее психолог показывает конверт, достает письмо:

-Это письмо от медведей. Они пишут, что пока были в лесу, кто-то побывал и устроил беспорядок. Медведи не могут теперь разобраться, где чья кружка, ложка, тарелка, стул... и просят им помочь. Кто же приходил к медведям в дом? Поможем навести медведям порядок? Давай поступим так: у меня есть три обруча: большой, поменьше и самый маленький. В большой обруч мы поместим все вещи Михаила Потаповича. А в тот обруч, что поменьше, чьи вещи мы поместим? Как думаешь, куда нужно поместить Мишуткины вещи? А теперь давай наводить порядок.

5. Игра «Самый высокий, самый низкий»

Оборудование: набор брусков разной высоты.

Содержание: ребенку предлагается разложить бруски по высоте, начиная от самого высокого и заканчивая самым низким, а затем назвать их высоту в порядке возрастания (самый низкий, низкий, высокий, самый высокий).

6. Игра «Построим лесенку»

Оборудование: набор из 8 полосок (полоски отличаются друг от друга на 2 см.) двух цветов (4 красные, 4 – синие).

Содержание: ребенку предлагается «построить лесенку»: разложить полоски красного цвета слева направо по убыванию: в начале – самая длинная полоска, в конце – самая короткая. Затем построить лесенку из синих полосок и разложить их слева направо по возрастанию: в начале – самая короткая, в конце – самая длинная.

7. Игра «Разложи на «кучки».

На 15 карточках изображены знакомые предметы большого и маленького размера (большая кукла и маленькая кукла, большой грузовик и маленькая легковая машинка и т. д. Другой вариант – предметы разной формы).

Вариантом задания может быть игра «Одень клоунов»: ребенку дают большого клоуна и маленького клоуна и одежду к ним.

8. Игра «Подбери подходящий по форме предмет».

На карточках расположены знакомые предметы: пирамидка, огурец, книга, дыня, арбуз, пуговица, яйцо, вишня, пенал, линейка-угольник, тарелка, колесо.

Выложите перед ребенком трафареты фигур и предложите к каждой подобрать похожую картинку.

9. Игра «Геометрические фигуры»

На рисунке изображены геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал).

Ребенок выполняет по просьбе взрослого задания:

- 1.Покажи все круги, квадраты и т.д.;
- 2.Я тебе покажу фигуру, а ты должен назвать ее;
- 3.Обведи указательным пальцем контуры фигур, называя их;
- 4.Покажи большой круг, маленький круг.

10.Игра «Сложи геометрические фигуры из частей»

Геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал) разрезаны на 4 части каждая.

Ребенку поочередно предъявляются карточки с частями геометрических фигур, просите сложить целую фигуру и назвать ее.

11.Игра «Геометрическое лото»

Для проведения игры следует предварительно подготовить карточки с геометрическими фигурами (треугольники, круги, квадраты) двух размеров (большие и маленькие), четырех цветов (красные, синие, желтые, зеленые). Предложите ребенку следующие задания:

Задание 1. Покажи круги, треугольники, квадраты.

Задание 2. Покажи маленькие круги, маленькие треугольники, маленькие квадраты.

Задание 3. Выбери большие круги, большие треугольники, большие квадраты.

Задание 4. Выбери синие треугольники, зеленые треугольники, желтые треугольники, красные треугольники.

Задание 5. Покажи красные квадраты, синие квадраты, желтые квадраты, зеленые квадраты.

Задание 6. Отложи зеленые большие квадраты, маленькие синие круги, большие красные треугольники, маленькие зеленые квадраты.

11. Игра «Разрезные картинки»

Ребенку предлагаются картинки, разрезанные на 2, 3 или 4 части. Ребенку предлагают соединить эти части вместе, угадать, что это за предмет.

12. Игра «Склеим чайник»

Предложите ребенку «склеить» разбитый чайник из осколков.

Покажите картинку с целым чайником – образец: «Вот такой чайник должен получиться у тебя». (Этот образец остается перед глазами ребенка.)

Далее последовательно предлагаете ребенку картинки с разными вариантами разбитого чайника.

13. Игра «Незаконченные рисунки»

Оборудование: карточки с недорисованными изображениями (например, цветок без лепестка, платье без рукава, стул без ножки и т.д.)

Содержание: ребенку предлагается назвать.

14.Игра «Наложённые изображения»

Оборудование: карточка с нарисованными друг на друге контурами 3-5 разных предметов (геометрических фигур, игрушек и т.д.).

Содержание: ребенку предлагается рассмотреть карточку, а затем назвать все изображения.

15.Игра «Что перепутал художник?»

В изображениях любых предметов, животных, лиц, целых сюжетов и т.п. ребенок должен найти не свойственные им детали, объяснить, как исправить ошибки.

16. Упражнение «Дорисуй фигуры»

Ребенку показывают рисунки, на которых линиями изображены различные геометрические фигуры, т. е. они не дорисованы. Ребенка просят дорисовать их.

17. Игра «Что изменилось?»

Ребенок должен внимательно посмотреть на рисунок (2 предмета) и ответить на вопрос, что изменилось?

18. Игра «Найди такой же предмет»

Оборудование: картинки с изображением эталона лампы и ещё несколько рисунков ламп различной формы.

Ход игры:

Ребёнку предлагаются картинки, среди которых он должен найти такую же, как эталон. Задание ограничено во времени, на изучение картинок даётся только 30 секунд. После этого ребёнок должен дать ответ.

Для детей 4 лет можно оставить эталон перед глазами, для более старших детей эталон следует просто закрыть листом белой бумаги.

19. Игра «Лабиринт»

Цель: развитие умения зрительно «перемещать» объекты. Оборудование: схема лабиринта (различные варианты).

Содержание: психолог показывает ребенку лабиринт и просит его «провести» по нему взглядом нарисованный объект. При затруднениях ребенок пользуется указкой.

20. Задание «Найди предмет»

Среди 8 рисунков должен найти такой же предмет, как эталон.

21. Что звучало?

Ребенку демонстрируется звучание разных предметов (звучащих игрушек, музыкальных инструментов). Затем эти предметы звучат за ширмой, а ребенок называет, что звучало.

22. Четыре стихии

Играющие сидят по кругу и выполняют движения в соответствии со словами: "земля" - руки вниз, "вода" - вытянуть руки вперед, "воздух" - поднять руки вверх, "огонь" - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

23. Послушай и повтори.

Ребенку предлагается воспроизводить по образцу, задаваемому взрослым, ритмичные

24. Кто летает?

Взрослый произносит слова. Если он называет летающий предмет, ребенок отвечает "летает" и изображает, что машет крыльями. Если назван нелетающий предмет, то ребенок молчит и не поднимает руки.

25. Съедобное-несъедобное.

В зависимости от названного предмета (съедобен он или нет) ребенок должен ловить или отбивать мяч, брошенный ему взрослым.

26. Ухо-нос.

Ребенок слушает команду: "Ухо" и дотрагивается до уха. "Нос" - дотрагивается до носа. Взрослый сначала выполняет задание вместе с ребенком, затем умышленно допускает ошибки. Ребенок должен быть внимательным и не ошибиться.

27. Запрещенное движение.

Ведущий показывает детям движение, которое повторять нельзя. Затем он показывает разные движения руками, ногами. Тот, кто повторил запретное движение, выбывает из игры. Запретным может быть любое движение или сочетание

28. Кто летает?

Взрослый произносит слова. Если он называет летающий предмет, ребенок отвечает "летает" и изображает, что машет крыльями. Если назван нелетающий предмет, то ребенок молчит и не поднимает руки.

29. Съедобное-несъедобное.

В зависимости от названного предмета (съедобен он или нет) ребенок должен ловить или отбивать мяч, брошенный ему взрослым.

30. Запрещенное движение.

Ведущий показывает детям движение, которое повторять нельзя. Затем он показывает разные движения руками, ногами. Тот, кто повторил запретное движение, выбывает из игры. Запретным может быть любое движение или сочетание

31. Найди два одинаковых предмета.

Предлагается карточка с изображением пяти и более предметов, из которых два предмета одинаковые. Требуется найти одинаковые предметы, объяснить свой выбор.

32. Исключение лишнего.

Предлагается карточка с изображением 4-5 предметов, один из которых отличается от остальных. Необходимо его найти.

33. Найди отличия.

Взрослый предлагает ребенку найти на похожих рисунках найти 5 отличий.

34. Что звучало?

Ребенку демонстрируется звучание разных предметов (звучащих игрушек, музыкальных инструментов). Затем эти предметы звучат за ширмой, а ребенок называет, что звучало.

5-7 лет

1. «Что пропало»

Инвентарь: несколько предметов (игрушки, кегли, обручи, скакалка и др.).

Инструкция. На игровой площадке ведущий раскладывает 4-5 предметов.

Ребенок в течении одной минуты рассматривает предметы, стараясь их

запомнить. Затем по команде ребенок становится спиной к игровой площадке, а ведущий в это время убирает один из предметов. Ребенок поворачивается и называет пропавший предмет. Варианты

1. Увеличить количество предметов.
2. Уменьшить время запоминания предметов.
3. Убрать два предмета.

2.«Где стереть?»

Инвентарь: бумага, карандаш, стирательные резинки.

Инструкция. На листе бумаги ребенок игры рисует «рожицу». Затем, закрыв глаза повязкой, игрок должен стирать в той последовательности и только те фрагменты рисунка, которые назовет ведущий (например: сначала левый глаз, затем правое ухо, подбородок, нос, волосы и т.д.).

3.«Запрещенный цвет»

Инвентарь: 30-40 разноцветных геометрических фигур, вырезанных из картона (квадраты, круги, треугольники, прямоугольники).

Инструкция. По игровой площадке разбрасываются геометрические фигуры. Ведущий называет цвет (например, красный). По сигналу играющий должны собрать как можно больше фигур указанного цвета.

Варианты

1. Собрать только круги (цвет не имеет значения).
2. Собрать треугольники красного цвета.
3. Собрать как можно больше любых фигур, кроме зеленых.

Возможны и другие варианты.

4.Игра «Я быстрее».

Описание: встать рядом с ребенком. Выбрать предмет, находящийся в некотором отдалении. Объяснить ребенку, что победит тот, кто первым дойдет до этого предмета, но делать шаг можно только в том случае, если названо слово из выбранной категории, например: «Все круглое (теплое, мягкое)», «Домашние или дикие животные», «Посуда», «Мебель» и т. п.

5.Игра «Что, где, когда».

Описание: бросая мяч ребенку, задать вопросы:

- Где растут ветки? (На дереве.)
- Где растут деревья? (В лесу.)
- Где растут листья? (На ветке.)
- Где живут рыбы? (В реке.)

6.Игра «Волшебный сундучок».

Описание: положить в картонную коробку несколько разных предметов. Педагог говорит: «Я нашла волшебный сундучок! Давай посмотрим, что же там лежит». Доставая предметы по одному, дать им краткую характеристику: «Смотри - это мяч, какой он круглый, красный! А вот - машина, она с кузовом и колесами. Да здесь еще и лото есть. Какое оно разноцветное, с разными картинками! И еще - ложка, большая папина ложка». Сложить все предметы в коробку и предложить ребенку угадать по описанию предмет. «Она с кузовом и с колесами; оно разноцветное и с картинками и т. п.», выделяя интонацией местоимения «он, она, оно». После

того как все предметы вновь будут выложены, предложить ребенку забрать игрушки. Если вместе с игрушками он заберет и ложку, обратить на это его внимание.

7.Игра «Спасибо, Маша!».

Описание: прочитать ребенку потешку, сопровождая ее действиями и побуждая к этому же ребенка.

Маша кашу варила, Выполнить круговые движения рукой, имитирующие размешивание каши.

Федота кормила. *Выполнить движения рукой, имитирующие кормление ложкой.*

Федот компот варил. *Сымитировать «размешивание» в другую сторону.*

Машу поил. *Сымитировать питье из воображаемого стакана.*

«Спасибо, Маша! *Наклонить голову.*

Спасибо, Федот! *Выполнить поклон головой.*

Вкусная каша!

Вкусный компот!

Спросить у ребенка, что еще может быть вкусным, перечисляя слова разного рода: «Яблоко какое? Вкусное! Суп какой? Вкусный! Слива какая? И т. д.».

8.Игра «Полезные «прятки».

Описание: предложить ребенку поиграть в «прятки со сказкой». Придумать короткий рассказ, в котором ребенок будет выполнять то, о чем будет говориться в рассказе. Например: «Жил-был мальчик (имя ребенка). Однажды они с мамой играли в прятки. Думал-думал (имя) и решил спрятаться под стол. Смотрит мама - нет ее мальчика. Где же он? Может быть, под диваном? Посмотрела - нет его там. А может быть, под стулом? И там нет. А-а, вот он где - под столом!» Далее педагог рассказывает о том, как мальчик спрятался в шкаф или притаился за занавеской. И т. д.

9.Игра «Перепутанная сказка».

Описание: начать рассказывать ребенку сказку о Красной Шапочке. В том месте истории, где девочка должна встретить волка, изменить сюжет: «Идет она по лесу, и вдруг навстречу ей - Колобок!» В зависимости от настроения ребенка моделировать дальнейшее развитие событий. Вполне возможно, что ребенок захочет послушать сказку в традиционном варианте, в этом случае предложить ему напомнить ее продолжение. А можно предложить ребенку пофантазировать на тему «Красная Шапочка и Колобок (семеро козлят, Ниф-Ниф и т. п.)». Выслушать все предложения ребенка, спросить его, почему он хочет, чтобы тот или иной герой поступил именно так. Совместными усилиями вывести счастливый финал истории.

10.Игра «Поезд особого назначения».

Игровой материал и наглядные пособия: картонные коробки.

Описание: сделать поезд с вагонами из картонных коробок. Объяснить, что поезд возит только особые грузы, сегодня, например, он повезет только те предметы, которые начинаются на букву А. Помочь ребенку собрать необходимые вещи, выделить первый звук каждого слова.

11.Игра «Один - много».

Игровой материал и наглядные пособия: парные карточки с изображением одиночных и множественных предметов.

Описание: разложить перед ребенком карточки с изображениями нескольких предметов. У психолога - карточки с одиночными предметами. Показывая ребенку карточку, нужно спросить: «У меня есть яблоко, а у тебя есть яблоко?» Помочь ребенку найти карточку с изображением нескольких яблок. Дать образец ответа: «У меня - яблоко, а у тебя - яблоки!» Использовать изображения предметов, множественное число которых образуется с помощью разных окончаний: дом - дома, нога - ноги, лицо - лица и т. п.

12.Игра «Поезжай!».

Описание: психолог разыгрывает игровую ситуацию: к ребенку подъезжает игрушечный зайка на машине, сообщает, что он едет на стройку, и просит погрузить кубики в кузов машины. После загрузки машины помахать зайке рукой и сказать: «Ну, поезжай, зайка». Затем приезжают мишка, кукла и другие игрушки. Побуждать ребенка говорить не «Ехай!», а «Поезжай!». Если ребенок ошибся, поправить его.

13.Игра «Кто к нам пришел?».

Описание: спрятать игрушку-котенка. Спрятанный котенок забыл, какое он животное, но знает, что мама у него - кошка, а папа - кот. Обыграть ситуацию с цыпленком, теленком и т. п.

14.«Где лежал мячик?».

Описание: положить на стол небольшой мяч. Вокруг него разложить несколько знакомых ребенку предметов. Поинтересоваться: «Где лежит мячик?» - «На столе». Задать вопрос по-другому: «Около чего лежит мячик?», «Перед чем лежит мячик?», «За каким предметом лежит мячик?», «Недалеко от чего лежит мячик?», «Напротив чего лежит мячик?» и т. п.

15.Игра «Магазин».

Описание: предложить ребенку поиграть в магазин. Разложить на импровизированных витринах «товары»: игрушки, книжки, посуду и т. д. «Покупателями» могут быть педагог с ребенком, куклы, мягкие игрушки. Купить понравившуюся вещь можно при одном условии: «покупатель» произносит звук, с которого начинается название «товара»: машина - «м», тарелка — «т» и т. д.

16.Игра «Укрась слово».

Игровой материал и наглядные пособия: лист бумаги, крупа (разноцветные пуговицы).

Описание: крупными буквами написать знакомое ребенку короткое слово («мама», «папа», «кот» и т. п.). Прочитать слово и предложить ребенку украсить надпись, обкладывая буквы по контуру крупой или пуговицами. Остановить ребенка, если он захочет начать с последней или средней буквы, объяснить, что все слова читаются слева направо. Выложив буквы, прочитать слово еще раз.

17.Игра «Путаница».

Описание: прочитать ребенку короткие стихотворения, делая паузу перед произнесением последнего слова. Стихи рифмованы таким образом, что последняя рифма не всегда соответствует смыслу текста.

Знает это ребенок любой –
У апельсина цвет... (голубой - оранжевый).

Корова мычит,
Поросенок хрюкает,
Тигр рычит,
А собака... (мяукает - лает).

Как на нашей улице
Крякали две... (курицы - утки).

Известно каждому ребенку,
Что лошадь - мама... (жеребенка).

Цыплята знают, что поутру
Их папу все слышат! Ведь он... (кенгуру - петух).

18.Игра «Небывальщина».

Описание: Прочитать ребенку стихотворение К. И. Чуковского «Путаница». Предложить расставить все по своим местам, объясняя свой выбор.

1) Поздней осенью медведь

Любит в речке посидеть,
А зимой среди ветвей
«Га-га-га» - пел соловей.

Быстро дайте мне ответ:
Это правда или нет?

Н. Станкевич

2) Рады, рады, рады

Светлые березы,
И на них от радости
Вырастают розы.

Рады, рады, рады
Темные осины,

И на них от радости
Растут апельсины.

К. Чуковский

3) Ехала деревня

Мимо мужика,
Вдруг из-под собаки
Лают ворота.

Крыши испугались,
Сели на ворон.

Лошадь подгоняла
Мужика кнутом.

19.Игра «Опиши предмет».

Описание: предложить ребенку описать какой-либо знакомый ему предмет. На первых занятиях лучше всего использовать предметы, находящиеся перед глазами (игрушки, мебель, одежду). Учителю ребенка давать развернутую характеристику объекта. Стоит обратить внимание на следующую схему-алгоритм, созданную В. Н. Григорьевым.

1. Предмет, класс, к которому он принадлежит, составные части предмета.
2. Форма, цвет, размер, материал.
3. Функции предмета.
4. Сравнительный анализ - по форме, цвету, материалу, функциям.

При этом взрослый должен обязательно учитывать индивидуальные особенности ребенка, уровень его развития. Использовать слова, доступные пониманию ребенка. Наглядно демонстрировать все, о чем рассказывается. Задать ребенку наводящие вопросы, подсказать, если он затрудняется с ответом. Игру можно организовать в форме сказки.

20.Сказка о стуле.

Жил-был стул. Это был совсем старый стул. Вместе с другими стульями он стоял около стола. Однажды мимо проезжал зайка на детской машинке. Он ехал так неосторожно, что стукнулся о ножку стула. Потерев шишку на голове, малыш возмутился: «Ты кто? Чего ты дерешься?»

«Я - мебель, - ответил стул, - и вовсе я не дерусь! Это ты о мою ножку стукнулся». «Ничего себе ножка! Целый столб! Да еще и не один!» — воскликнул зайка. «Конечно, - ответил стул, - у меня их целых четыре штуки».

«А зачем тебе столько ножек? - поинтересовался зайчик, - ты же не ходишь!» «Да, к сожалению, я не хожу, - грустно согласился стул, — но мне надо крепко стоять на ногах, чтобы люди, которые на меня садятся, не падали». «Гляди-ка! - изумился заяц, - на тебя еще и садятся?» «Конечно, ведь для этого я и нужен, - важно пояснил стул, - у меня есть широкое сиденье, на котором удобно сидеть, и высокая спинка, чтобы не упасть». «Вот ты какой полезный, - восхитился зайка. - А я думал, что ты как стол, только меньше. Ведь Ваня всегда кладет на тебя игрушки или книжки. А Ванина мама забирается на тебя с ногами, когда ей надо достать что-нибудь с верхней полки. А ты, оказывается, такой же, как кресло и табурет, ведь на них тоже сидят!»

21.Игра «Расскажи мне... (описание по картинке)».

Описание: предложить ребенку рассказать о том, что он видит на картинке: в целом, детально. Задать ему наводящие вопросы. Например: на картинке изображена девочка, ведущая за руку маленького мальчика. Спросить ребенка: почему девочка ведет мальчика за руку? (Потому что он маленький. Потому что он не знает, куда идти. Потому что он не хочет идти и т. п.) Кто эта девочка? (Сестра мальчика. Соседка. Дочка маминной подружки и т. п.) Куда идут девочка с мальчиком? (Домой. В детский сад. На прием к врачу. И др.)

Дать ребенку задание описать девочку, мальчика. Сравнить их. (Девочка выше мальчика, у нее длинные светлые волосы, а у мальчика - темные, короткие.) Рассмотреть одежду детей, обувь. Держат ли они что-нибудь в руках? Где они идут, что их окружает. Поинтересоваться у ребенка, где, по его мнению, в это время находится мама мальчика? (На работе, дома, у бабушки, в магазине и т. д.) А папа? Учить ребенка замечать детали, делать выводы, сопоставлять, проводить аналогии. Задавая вопросы, употреблять такие фразы, как: «А ты как считаешь?», «Ты уверен, что...», «Может быть, ты думаешь по-другому?» Помогать ребенку правильно строить фразы, употребляя нужные слова.

22.Игра «Что нужно человеку».

Описание: нарисовать человечка. Предложить ребенку придумать ему имя. С подсказки ребенка нарисовать все то, что необходимо человеку: дом, одежду, посуду, игрушки, друзей и т. д. Сочинить сказку о приключениях своего персонажа. Пусть ваш ребенок придумает маршруты и события для нарисованного героя. Составит ему режим дня, меню, опишет его действия. Предложить ребенку рассказать о человечке кому-нибудь из членов семьи.

23.Игра «Опиши куклу».

Описание: показать ребенку куклу, пусть он ее внимательно рассмотрит. Затем спрятать игрушку и спросить ребенка, какого цвета было платье на кукле, длинное или короткое, с пуговицами или без и т. п. Повязать кукле бантик, но так, чтобы ребенок этого не видел. Вновь показать куклу и поинтересоваться, что изменилось в ее облике. По мере усвоения ребенком правил игры за одно занятие можно менять по несколько деталей, меняя кукле прическу, снимая и надевая носочки, туфельки, шарфики и т. п.

24.Игра «Вам письмо!».

Описание: написать ребенку красочное письмо от имени его любимого персонажа (героя мультфильма, сказки, стихотворения). Заpackовать в конверт и торжественно вручить. Прочитать письмо и предложить ребенку вместе сочинить ответное письмо. Придумать тему послания, например: «Опиши, какие игрушки у тебя есть», «Расскажи, что ты любишь делать» и т. д. Запишите все то, что ребенок хотел бы рассказать своему новому другу. При этом громко проговорить и показать ребенку то, что вы пишете. Возможно, адресат снова захочет написать ребенку.

25.Игра «Что с чем можно делать?».

Описание: рассказать ребенку короткую историю: «Жил - был мальчик по имени (можно вставить имя ребенка). Ему было три года. Однажды бабушка подарила мальчику лопату. Задумался малыш: «Что же мне с ней делать?» Предложить подумать о том, что можно делать лопатой. Помочь ребенку, выдвигая версии поочередно. Задать вопросы о способах использования разных предметов: «Что можно делать ложкой (красками, клеем, нитками и т. п.)?»

26.Игра «Кому бы позвонить?».

Игровой материал и наглядные пособия: игрушка-телефон.

Описание: предложить ребенку «позвонить» кому-нибудь по телефону (бабушке, дедушке, другу, игрушке и т. п.). Педагог исполняет роль собеседника. Обратить внимание ребенка на необходимость здороваться, говорить «спасибо» и «пожалуйста», поддерживать разговор. Поинтересоваться, что бы ребенок хотел спросить у бабушки (зайки, лисички и т. д.), что может рассказать о себе, о маме, папе и т. д. Напомнить ребенку о необходимости говорить «до свидания» по окончании разговора.

27.Игра «Причины катастрофы».

Описание: прочитайте рассказ Я. Тайца.

28. Игра «Кубик на кубик»

Маша ставит кубик на кубик, кубик на кубик, кубик на кубик. Построила высокую башню. Прибежал Миша:

- Дай башню!
- Не дам!
- Дай хоть кубик!
- Один кубичек возьми!

Миша протянул руку - и хватить самый нижний кубик. И вмиг - трах-тара-рах! - вся Машина башня раз-ва-ли-лась!

Предложить ребенку попробовать сделать так же. Построить башню и выдернуть нижний кубик; кубик из середины; снять верхний кубик. Объяснить ребенку причину разрушения башни.

29.Игра «Зоопарк».

Игровой материал и наглядные пособия: игрушки-животные (карточки с изображениями животных, овощей и фруктов).

Описание: предложить ребенку показать кукле зоопарк. Разместить животных или карточки с их изображением в виде небольшой аллеи. Попросить ребенка рассказать кукле всё, что он знает о каждом звере, помочь ему строить рассказ. Объявить обед в зоопарке. Дать ребенку картинки с продуктами и поручить «покормить» каждое животное тем, что оно любит. Задать провокационные вопросы: «Бананы мы отдадим зайцу? А вот эту красивую морковку, наверное, съест собака, да?»

30.Игра «Докажи!».

Описание: начать игру так: «Мне кажется, что мама теленка - лошадь. Ведь у них есть копыта, они покрыты шерстью, едят сено и т. п.». Побудить ребенка объяснить вам, что теленок - детеныш коровы, а не лошади: у лошади нет рогов, у теленка нет гривы, лошадь ржет, теленок мычит и т. п. «У воробья есть клюв и перья, значит его мама - курица». Контрфакты: разный размер, воробей летает - курица нет, воробей чирикает - курица квохчет, кудахчет и т. д. Продолжить игру с ребенком, помогая ему сделать тот или иной вывод. Противопоставлять можно разные объекты и категории, например, «медведь живет в норе», «хлеб растет на дереве» и т. п. Каждую игру следует доводить до логического завершения, чтобы у ребенка формировались верные образы рассматриваемых объектов.

31.Игра «Мимо леса, мимо поля».

Описание: предложить ребенку отправиться в путешествие на поезде или на машине. Сесть рядом, изобразить рев мотора или стук колес, гудок паровоза. Сказать: «Смотри - мы проезжаем мимо речки! Я вижу, как там плещется рыба! Вон плывет маленькая рыбка - пескарь, а за ним гонится большая щука и т. д.». «Проехать» мимо леса, мимо деревни, мимо зоопарка и т. п. Если ребенок не может описать что-либо, задать ему наводящие вопросы: «Мы едем мимо леса, ты видишь кого-нибудь? Я вижу зайца. Никак не могу рассмотреть - он один или с зайчонком?»

32.Игра «Вредности».

Описание: предложить ребенку поиграть во «вредности».

- Бумага белая, - говорит педагог.
- Нет, она черная! - возражает ребенок.
- Баба-яга злая.
- Нет, она добрая!
- Наш дом высокий.
- Нет, он низкий. И т. д.

33.Игра «Опять вредности!».

Описание: называя действия, попросить ребенка делать все наоборот.

- Я сейчас открою дверь.
- А я ее закрою.
- Я пришью пуговицу.
- А я ее оторву.
- Я буду говорить.
- А я буду молчать.

Развитие речи

3-4 года

1.«Наши уточки с утра...»

Необходимый инвентарь: уточки, вырезанные из легкой бумаги, синий бумажный круг диаметром 30 см.

В центре стола надо положить синий круг — это озеро. Надо пустить уточек в озеро и дуть на уточек, лежащих или произвольно, или по углам стола. Можно дуть на воздушный шарик так, чтобы он докатился до лежащего напротив, или посадить бабочку на цветок. Бабочку прикрепить ниточкой к листку бумаги, на котором нарисован цветок, и стараться дуть так, чтобы не посадить ее мимо.

2. Шаловливый ветерок.

Необходимый инвентарь: снежинки, ватка, перышко, шарик, листочки бумаги, картинки и пр.

Нужно взять простые сюжетные картинки, например: грибочек, цветок, еж, — и нарисовать бабочку, яблоко и листочек, затем скрепить ниточками попарно картинки и рисунки. Предложить ребенку «посадить» листочек на грибок; бабочку на цветок; яблоко на ежа. Дуть надо так, чтобы листочек попал на гриб, а не мимо, т. е. ребенок должен научиться контролировать силу и направление своего дыхания.

3. Волшебная дудочка.

Необходимый инвентарь: свистульки, дудочки, гармошка.

Нужно дать ребенку трубочку, свистульку, губную гармошку, предложить ему устроить маленький концерт. Желательно, чтобы не просто получалась какая-нибудь мелодия, но соблюдался любой, пусть очень несложный ритм. Нужно следить за тем, чтобы ребенок вдыхал воздух носом.

4.«Оратор»

Цель: учить произносить на выдохе как можно больше слов.

Ребенок должен на одном выдохе сказать как можно больше слов, строчек из стихотворений, сказок или можно попросить ребенка продлить выдох до окончания счета до 10. А взрослому нужно следить за его дыханием — если он покраснел или задыхается, прекратить игру.

5.«Скороговорки»

Взрослый проговаривает скороговорку и дает речевой образец, ребенок повторяет за ним.

Огуречик, огуречик, не ходи на тот конечек.

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.

Иней лег на ветки ели.

Иглы за ночь побелели.

Юла возле Юли

Крутится, поет.

Юле и Юре

Спать не дает.

Топали да топали,

Дотопали до тополя.

До тополя дотопали,

Да ноги-то оттопали.

Пенка печет,

А речка течет.

Печка молчит,

А речка журчит.

6«Юные поэты».

Нужно попросить ребенка повторить или выучить стихотворение. Следить за тем, чтобы он четко произносил слова, делал паузу в конце предложения, интонацией передавал голоса героев. Если ребенок торопится, частит, хлопайте после каждого слова в ладоши, а он в это время будет делать паузы.

7.«Черепаша и самолет»

Необходимый инвентарь: изображения черепахи и самолета.

Спросить у ребенка, как ползет черепаха — быстро или медленно? Кто быстрее передвигается — черепаха или самолет? Предложить малышу интересную игру: если увидит картинку черепахи говорить медленно, если увидит картинку самолета — говорить быстро.

Затем можно поменяться ролями — ребенок показывает картинки, а взрослый говорит. Эта игра значительно развивает речь ребенка и придает ему уверенности в себе.

8.«Полезные скороговорки»

Дятел долбит дуб.

Варя варит варенье.

Мама мыла Мишу мылом.

9.«Колокольчик и листочек»

Необходимый инвентарь: картинки с изображением колокольчика и листочка.

Объяснить ребенку, что колокольчик звенит громко, а листочек падает очень тихо. Затем если показали малышу колокольчик — он должен говорить громко, если показали листочек — он говорит тихо. Затем можно поменяться ролями.

10.«Три медведя»

Необходимый инвентарь: сказка «Три медведя».

Нужно прочесть сказку вслух с выражением и побеседовать о ее содержании.

Почему медведи рассердились на Машеньку?

Как это можно передать голосом? (Сказать грозно, сердито.)

У кого грубый голос? Тоненький голосок? Ты можешь сказать, как Михайло Потапыч: «Кто ел из моей чашки?».

А каким голосом говорила Настасья Петровна? А Мишутка?

Затем предложить сыграть в игру. Вы говорите: «Кто сидел на моем стуле?», — а малыш должен угадать, кто же именно из медведей это произнес. Не забывайте про мимику, так как это очень важная сопутствующая тембру деталь.

Поменяйтесь с ребенком ролями.

Закрепляем: при совместном чтении сказок просите малыша по тембру голоса узнавать героя. Например, сказка «Теремок»: мышка говорит тоненьким голосом, лягушка — квакающим и дребезжащим, заяка — бодрым, лисичка — хитрым и т. д.

11.«Животные и их детёныши»

Ход: бросая мяч ребёнку, психолог называет какое-либо животное, а ребёнок, возвращая мяч, называет детёныша этого животного.

Слова скомпонованы в три группы по способу их образования. Третья группа требует запоминания названий детёнышей.

Группа 1. У тигра – тигрёнок, у льва – львёнок, у слона – слонёнок, у оленя – оленёнок, у лося – лосёнок, у лисы – лисёнок.

Группа 2. У медведя – медвежонок, у верблюда – верблюжонок, у зайца – зайчонок, у кролика – крольчонок, у белки – бельчонок.

Группа 3. У коровы – телёнок, у лошади – жеребёнок, у свињи – поросёнок, у овцы – ягнёнок, у курицы – цыплёнок, у собаки – щенок.

12.«Один – много»

Цель: закрепление в речи детей различных типов окончаний имён существительных.

Ход: психолог бросает мяч детям, называя имена существительные в единственном числе. Дети бросают мяч обратно, называя существительные во множественном числе.

Пример:

Стол – столы	стул – стулья
Гора – горы	лист – листья
Дом – дома	носок – носки
Глаз – глаза	кусок – куски
День – дни	прыжок – прыжки
Сон – сны	гусёнок – гусята
Лоб – лбы	тигрёнок – тигрята

13.«Чья голова?»

Ход: психолог, бросая мяч ребёнку, говорит: «У вороны голова...», а ребёнок, бросая мяч обратно, заканчивает: «...воронья».

Например:

У рыси голова – рысья
У рыбы – рыба
У кошки – кошачья
У сороки – сорочья
У лошади – лошадиная
У орла – орлиная
У верблюда – верблюжья

14.«Назови ласково»

Ход: психолог, бросая мяч ребёнку, называет первое слово (например, шар), а ребёнок, возвращая мяч, называет второе слово (шарик). Слова можно сгруппировать по сходству окончаний.

Стол-столик, ключ-ключик.

Шапка-шапочка, белка-белочка.

Книга-книжечка, ложка-ложечка.

Голова-головка, картина-картинка.

Мыло-мыльце, зеркало-зеркальце.

Кукла-куколка, свёкла-свёколка.

Коса-косичка, вода-водичка.

Жук-жучок, дуб-дубок.

Вишня-вишенка, башня-башенка.

Платье-платьице, кресло-креслице.

5-7 лет

1.«Кто как разговаривает?»

Ход: психолог поочерёдно бросает мяч ребёнку, называя животных.

Ребёнок, возвращая мяч, должен ответить, как то или иное животное подаёт голос:

Корова мычит

Тигр рычит

Змея шипит
Комар пищит
Собака лает
Волк воет
Утка крикает
Свинья хрюкает

Вариант 2. Психолог бросает мяч и спрашивает: «Кто рычит?», «А кто мычит?», «Кто лает?», «Кто кукует?» и т.д.

2.«Кто где живёт?»

Ход: Бросая мяч поочередно каждому ребёнку, психолог задаёт вопрос, а ребёнок, возвращая мяч, отвечает.

Вариант 1.

Кто живёт в дупле?-Белка.

Кто живёт в скворечнике?-Скворцы.

Кто живёт в гнезде?-Птицы.

Кто живёт в будке?-Собака.

Кто живёт в улье?-Пчёлы

Кто живёт в норе?-Лиса.

Кто живёт в логове?-Волк.

Кто живёт в берлоге?-Медведь.

Вариант 2.

Где живёт медведь?-В берлоге.

Где живёт волк?-В логове.

Вариант 3. Работа над правильной конструкцией предложения. Детям предлагается дать полный ответ: «Медведь живёт в берлоге».

3. «Подскажи словечко»

Ход: психолог, бросая мяч поочередно каждому ребёнку, спрашивает:

– Ворона каркает, а сорока?

Ребёнок, возвращая мяч, должен ответить:

– Сорока стрекочет.

Примеры вопросов:

– Сова летает, а кролик?

– Корова ест сено, а лиса?

– Крот роет норки, а сорока?

– Петух кукарекает, а курица?

– Лягушка квакает, а лошадь?

– У коровы телёнок, а у овцы?

– У медвежонка мама медведица, а у бельчонка?

4.«Что происходит в природе?»

Пример: Тема «Весна»:

Солнце – что делает?-Светит, греет.

Ручьи – что делают?-Бегут, журчат.

Снег – что делает?-Темнеет, тает.

Птицы – что делают?-Прилетают, вьют гнёзда, поёт песни.

Капель – что делает?-Звенит, капает.

Медведь – что делает?-Просыпается, вылезает из берлоги.

5.«Кто как передвигается?»

Собака-стоит, сидит, лежит, идёт, спит, лает, служит (кошка, мышка...)

6.«Горячий – холодный»

Горячий-холодный

Хороший-плохой

Умный-глупый

Весёлый-грустный

Острый-тупой

Гладкий-шероховатый

7.«Кто может совершать эти действия?»

Идёт-человек, животное, поезд, пароход, дождь...

Бежит-ручей, время, животное, человек, дорога...

Летит-птица, бабочка, стрекоза, муха, жук, самолёт...

Плывёт-рыба, кит, дельфин, лодка, корабль, человек...

8.«Из чего сделано?»

Рукавички из меха-меховые

Таз из меди-медный

Ваза из хрусталя-хрустальная

Рукавички из шерсти-шерстяные

9.«Разложи по полочкам»

Ход: персонаж Федора просит ребят помочь ей: кастрюли и сковороды поставить на нижнюю полку, тарелки, ложки, ножи вилки – на полку повыше, а блюда и кувшины на самую верхнюю полку.

10.«Кто кем был?»

Кем (чем) был раньше названный объект:

Цыплёнок – яйцом

Хлеб – мукой

Лошадь – жеребёнком

Шкаф – доской

Корова – телёнком

Велосипед – железом

Дуд – жёлудем

Рубашка – тканью

Рыба – икринкой

Ботинки – кожей

Яблоня – семечкой

Дом – кирпичём

Лягушка – головастиком

Сильный – слабым

Бабочка – гусеницей

Взрослый – ребёнком

11.«Какой овощ?»

Ход: психолог нарежает овощи, дети их нюхают и пробуют на вкус и даёт образец: «Помидор сладкий, а чеснок острый»

12.«Что звучит?»

Ход: психолог за ширмой играет на различных музыкальных инструментах (бубен, колокольчик, деревянные ложки). Дети должны отгадать что звучит.

13.«Что бывает осенью?»

Ход: на столе лежат вперемешку картинки с изображением различных сезонных явлений (идёт снег, цветущий луг, осенний лес, люди в плащах и с

зонтами и т.д.). Ребёнок выбирает картинки, где изображены только осенние явления и называет их.

14.«Чего не стало?»

Ход: психолог на столе выкладывает 4 овоща: «Посмотри внимательно, что лежит на столе. Это лук, огурец, помидор, перец. Посмотри внимательно и запомни. А теперь закрой глаза». Ребенок закрывает глаза, а психолог убирает один овощ. «Чего не стало?» Ребенок вспоминает и называет овощ.

15.«Лови да бросай – цвета называй»

Красный -мак, огонь, флаг

Оранжевый -апельсин, морковь, заря

Жёлтый -цыплёнок, солнце, репа

Зелёный-огурец, трава, лес

Голубой -небо, лёд, незабудки

Синий- колокольчик, море, небо

Фиолетовый -слива, сирень, сумерки

16.« Четвёртый лишний»

Например: голубой, красный, зелёный, спелый.

Кабачок, огурец, тыква, лимон.

Пасмурно, ненастно, хмуро, ясно.

17.«Подбери признаки»

Ход: психолог задаёт вопрос «Что умеют делать белки?» Ребенок отвечает на вопрос и находит картинку к заданному вопросу. Примерные ответы: Белки умеют прыгать с сучка на сучок. Белки умеют делать тёплые гнёзда.

18.«Что бывает круглым?»

– что бывает круглым? (мяч, шар, колесо, солнце, луна, вишня, яблоко...)

– что бывает длинным? (дорога, река, верёвка, лента, шнур, нитка...)

– что бывает высоким? (гора, дерево, скала, человек, столб, дом, шкаф...)

– что бывает колючим? (ёж, роза, кактус, иголки, ёлка, проволока...)

19.«Подбери словечко»

Например, пчела – пчёлка, пчёлочка, пчелиный, пчеловод, пчёлы и т.д.

20.«Обобщающие понятия»

Вариант 1.

Ход: психолог называет обобщающее понятие и бросает мяч ребёнку.

Ребёнок, возвращая мяч, должен назвать относящиеся к тому обобщающему понятию предметы.

Овощи – картофель, капуста, помидор, огурец, редиска.

Вариант 2. Психолог называет видовые понятия, а дети – обобщающие слова.

Огурец, помидор-Овощи.

21.«Хорошо – плохо»

Ход: психолог задаёт тему обсуждения. Ребенок, передавая мяч рассказывают, что, на его взгляд, хорошо или плохо в погодных явлениях. Психолог: Дождь.

Ребенок: Дождь – это хорошо: смывает пыль с домов и деревьев, полезен для земли и будущего урожая, но плохо – намочит нас, бывает холодным.

Психолог: Город.

Ребенок: Хорошо, что я живу в городе: можно ездить в метро, на автобусе, много хороших магазинов, плохо – не увидишь живой коровы, петуха, душно, пыльно.

22. «Весёлый счет»

Один стол – пять столов

Один слон – пять слонов

Один журавль – пять журавлей

Один лебедь – пять лебедей

Одна гайка – пять гаек

Одна шишка – пять шишек

Один гусёнок – пять гусят

Один цыплёнок – пять цыплят

Один заяц – пять зайцев

Одна шапка – пять шапок

Одна банка – пять банок.

На развитие тактильных ощущений.

1.Игра «Угадай на ощупь»

Подготовьте плоскостные геометрические фигуры, вырезанные из дерева, пластмассы, картона. Предложите ребенку поиграть в такую игру: «Давай с тобой вместе ощупаем эту фигуру. Вот так проводим пальцем по краю квадратика. Вот это уголок, он острый, поворачивай, сейчас ведем палец вниз, опять уголок.

Спрашивайте каждый раз ребенка, какая эта фигура. Когда он потренируется на каждой фигуре (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал), предложите уме сделать то же самое, но с закрытыми глазами.

После этого предложите ребенку с закрытыми глазами отыскать все кружочки, все квадратики и т.д. (отбор фигур производится из множества фигур разной формы).

2. Игра «Что лежит в мешочке?»

Сложите в мешочек разные игрушки и предметы небольшого размера (пуговицы, шарики, шишки, куколки, зверюшки, желуди и т.д.).

Предложите ребенку поиграть: «Смотри, что я достала из мешочка. А теперь ты достань что-нибудь». Когда ребенок достанет и назовет все предметы, сложите все обратно и предложите сделать то же самое, но с закрытыми глазами, на ощупь, и назвать каждый предмет. А затем пусть ребенок достанет из мешочка предмет по просьбе взрослого (на ощупь).

Игры и упражнения на развитие тактильно-кинестетической чувствительности.

3.Игра «Телесные фигуры»

На ладони или на спине ребенка взрослый рисует геометрические фигуры, ребенок угадывает, что нарисовал взрослый, затем взрослый и ребенок меняются местами.

4. Упражнение «Отпечатки наших рук»

На ровной поверхности чуть влажного песка ребенок и взрослый по очереди делают отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. При этом важно немного задержать руку, слегка вдавив ее в песок, и прислушиваясь к своим ощущениям. Взрослый начинает игру, рассказывая ребенку о своих ощущениях: «Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю руками, по моим ладоням скользят маленькие песчинки. Чувствуешь?».

Далее, взрослый переворачивает свои руки ладонями вверх со словами: «Я перевернула руки, и мои ощущения изменились. Теперь я по-другому чувствую шероховатость песка, по-моему, он стал чуть холоднее. Чувствуешь? Мне не очень удобно держать так руки. А тебе?». Далее упражнение повторяется.

5. Упражнение «Змейка»

Поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как змейка, машинка, санки и др.).

Выполнить те же движения, поставив ладонь ребром.

«Пройтись» ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы.

6. Упражнение «Пешеход»

«Пройтись» по поверхности песка поочередно каждым пальцем правой и левой рук, после – двумя пальчиками одновременно (сначала только указательными, потом – средними и т.д.).

7. Упражнение «Пианино»

«Поиграть» пальцами по поверхности песка, как на клавиатуре пианино (компьютера). При этом двигать не только пальцами, но и кистями рук, совершая мягкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

8. Упражнение «Загадочные следы»

Сгруппировать пальцы по два, по три, по четыре, по пять, оставлять на песке загадочные следы.

9. Упражнение «Что спрятано в песке?»

Взрослый и ребенок вместе погружают в сухой песок кисти рук и начинают шевелить ими, наблюдая за тем, как изменяется рельеф песчаной поверхности.

Следует освободить руки от песка, не совершая резких движений, а только шевеля пальцами и сдувая песчинки. Усложняя задачу, упражнение можно проделать с влажным песком.

Далее взрослый закапывает в песок игрушку (важно, чтобы ребенок не знал, какую именно). В процессе раскопок ребенок пытается догадаться по открывающимся частям предмета, что же именно закопано. Закапывать можно не один, а несколько предметов и игрушек и наощупь узнавать, что или кто спрятано.

10. Игра «Отгадай загадку и найди отгадку»

Ребенку предлагают отгадать загадку. Разгадка закопана в песок. Ребенок проверяет себя, откапывая ее.

Развитие мелкой моторики с использованием пальчиковых игр

3-4 года

1. Свинка Ненила

Свинка Ненила

Сыночка хвалила: -

То-то хорошенький!

То-то пригоженький!

Ходит бочком,

Хвостик крючком,

Нос пяточком. Хлопают в ладоши. Поглаживают себя по голове.

Поглаживают кисти правой руки. Поглаживают кисти левой руки. Ребром ведущей руки ведут по столу. Показывают указательные пальцы обеих рук.

Ставят кулачок на кулачок и на нос

2. «Фома»

Стучит бренчит по улице –

Фома едет на курице.

Тимошка на кошке –

По кривой дорожке.

Стучат кулачком о кулачок.

Локоть правой руки опирается на стол, большой и указательный палец образуют «клювик», остальные изображают гребешок. Локоть правой руки опирается на стол, указательный и мизинец образуют ушки, средний и безымянный плотно прижаты к ладони. Ребром ладони изображают движение по кривой по столу.

3. «Мои пальчики расскажут»

Мои пальчики расскажут,

Что умеют – все покажут.

Их пять на каждой руке.

Все сделать смогут, всегда помогут.

Они на дудочке играют,

Мячик бросают,

Белье стирают,

Пол подметают,

Щиплют, ласкают –

Пять и пять моих ловких пальчиков. Хлопают в ладоши с растопыренными пальцами. Одноименные пальцы обеих рук 4 раза соприкасаются друг с другом. Показывают растопыренные пальцы. Хлопают в ладоши. Здесь и далее движения соответствуют тексту. Показывают пальцы обеих рук.

4. «На базаре»

На базаре

Спозаранок

Накупил Баран Баранок.

Для барашков,

Для овечек

Десять маковых колечек,
Девять сушек, восемь плюшек,
Семь лепешек, шесть ватрушек,
Пять коржей, четыре пышки,
Три пирожных, две коврижки
И один калач купил.

Про себя не позабыл,
А для женушки – Подсолнушки!

Выставляют кулак. Ставят ладонь на ребро. Показывают ладонь. Кулак. Ребро. Пальцы левой руки «играют». Пальцы правой руки «играют». Показывают 10 пальцев. Показывают соответствующее количество пальцев. Отрицательное движение головой. Пальцы обеих рук растопырены, большие пальцы прижаты друг к другу.

5. «Пирог»

Тесто ручками помну,
Пирог я сладкий испеку.
Серединку смажу джемом,
А верхушку сладким кремом,
И кокосовую крошкой
Я присыплю пирог немножко,
А потом чай заварю,
В гости друга приглашу.

Ребенок сжимает и разжимает пальчики. Ребенок выполняет круговые движения ладошками. Ребенок водит ладошками по плоскости стола. Ребенок имитирует «посыпание крошки» пальчиками обеих рук.

6. «Пирожки»

Я купила масло,
Сахар и муку,
Полкило изюма,
Пачку творогу.
Пирожки пеку, пеку,
Всех друзей я в гости жду.

Ребенок загибает по одному пальчику на обеих руках, перечисляя продукты. Ребенок имитирует лепку пирожков. Ребенок имитирует движения, созывающие гостей.

7. «Идем в гости»

К (имя ребенка) гости прибежали,
Все друг дружке руки жали.
Здравствуй, Жора! Здравствуй, Жанна!
Рад, Сережа!
Рад, Снежана!
Не хотите ль пирожок?
Может, коржик?
Иль рожок?
Вот драже вам на дорожку,

Все берите понемножку!

С ручек все стряхнули крошки И хлопнули в ладошки.

Пальчики ребенка «бегут» по столу. Ребенок делает несколько рукопожатий. Большие и указательные пальцы соединяются между собой подушечками, образуя колечко. Ребенок соединяет подушечки больших и средних пальцев. Ребенок соединяет в приветствии подушечки больших и безымянных пальцев. Ребенок соединяет в приветствии подушечки больших пальцев и мизинчиков. Ребенок соединяет ладошки в виде пирожка. Ребенок показывает раскрытые ладони. Ребенок сжимает ладошки в кулачки. Ребенок раскрывает ладошки, а взрослый, стучит по ним, изображая сыплющееся драже. Ребенок пощипывает свою ладошку, как бы собирая драже. Ребенок энергично трясет кистями рук. Ребенок хлопает в ладоши.

8. «Овощи»

Хозяйка однажды с базара пришла,

Хозяйка с базара домой принесла:

Картошку, Капусту, Морковку, Горох.

Петрушку И свеклу. Ох.

Ребенок «шагает» пальчиками по столу.

Ребенок загибает по одному пальчику на обеих руках на каждую строчку, начиная с большого. Ребенок поднимает руки над головой и хлопает в ладоши.

9. «На елке»

Мы на елке веселились,

И плясали, и резвились.

После добрый Дед Мороз

Нам подарочки принес.

Дал огромные пакеты,

В них же – вкусные предметы:

Конфеты в бумажках синих,

Орешки рядом с ними.

Груша, яблоко, один Золотистый мандарин.

Ребенок ритмично хлопает в ладоши. Ребенок «шагает» средним и указательным пальцами обеих рук по столу. Ребенок ритмично хлопает в ладоши. Ребенок на каждую строчку загибает пальцы на обеих руках, начиная с большого

10. «Алые цветки»

Наши алые цветки

Распускают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Тихо засыпают,

Головой качают.

Ребенок соединяет ладони в форме тюльпана. Ребенок медленно раскрывает пальцы. Ребенок плавно покачивает кистями рук из стороны в сторону. Ребенок медленно закрывает ладошки, имитируя форму цветка. Ребенок произвольно покачивает «головкой цветка».

11. «Утро раннее настало»

Утро раннее настало,

Солнце из-за леса встало. –

Эй, братец Федя, Буди соседей!

- Вставай, Большак!

- Вставай, Указка!

- Вставай, Середка!

- Вставай, Сиротка! –

Вставай и ты, крошка – Мирошка! –

Доброе утро, Ладонка!

Все проснулись и потянулись.

Ребенок скрещивает ладони с растопыренными пальчиками. Ребенок сжимает в кулачок правую руку, большой палец правой руки направлен вверх, им ребенок совершает круговые движения. Ребенок большим и указательным пальцами правой руки щелкает по большому пальцу левой руки. Ребенок большим и указательным пальцами правой руки щелкает по указательному пальцу левой руки. Ребенок большим и средним пальцами правой руки щелкает по среднему пальцу левой руки. Ребенок большим и безымянным пальцами правой руки щелкает по безымянному пальцу левой руки. Ребенок большим пальцем и мизинцем правой руки щелкает по мизинцу левой руки. Ребенок щелкает большим и указательным пальцами правой руки по левой ладошке. Ребенок поднимает руки и тянется вверх.

12. «Шарик и подружки»

Шар надутый две подружки

Отнимали друг у дружки –

Весь перецарапали!

Лопнул шар, а две подружки

Посмотрели, нет игрушки,

Сели и заплакали...

Пальчики обеих рук ребенок сжимает в «щепотку» и соприкасается ими только кончиками. В таком положении он должен дуть на них, при этом пальчики должны принять форму шара. Воздух «Выходит», и пальчики принимают исходное положение.

13. «Оладушки»

Ладушки, ладушки,

Пекла бабушка оладушки,

Маслом поливала,

Детишкам раздавала

. Маше – два,

И Саше – два,

Ванне – два,

И Тане – два.

Всем детишкам раздала.

Ребенок хлопает в ладоши, ладони при этом следует держать горизонтально, меняя постоянно их положение: сначала сверху правая ладонь, потом – левая. Ребенок держит правую ладонь горизонтально и стучит по ней собранными щепотью пальцами правой руки. Ребенок вытягивает перед собой обе руки. Ребенок показывает средний и указательный пальцы на правой руке. Ребенок показывает средний и указательный пальцы на левой руке. Ребенок показывает средний и указательный пальцы на правой руке. Ребенок показывает средний и указательный пальцы на левой руке. Ребенок вытягивает руки вперед и в стороны и слегка кланяется.

14. «Стенка, стенка, потолок»

Стенка. Стенка. Потолок.

Два окошка. Дверь. Звонок: «Дзи-и-инь!»

Указательным пальцем ребенок дотрагивается до правой щеки. Указательным пальцем ребенок дотрагивается до левой щеки. Ребенок указательным пальцем дотрагивается до лба. Ребенок указательным пальцем указывает сначала на правый, а потом на левый глаз. Ребенок указательным пальцем указывает на рот. Ребенок указательным пальцем дотрагивается до кончика носа.

15. «В гостях у гномиков»

Гномы гостей приглашали.

Гномы гостей угощали.

Каждому гостю досталось варенье.

Пальчики склеило то угощение,

Плотно прижалась ладошка к ладошке,

Гости не могу взять даже ложки!

Перед началом игры ребенок сжимает кулачки на обеих руках. Взрослый отгибает ребенку пальцы по очереди. Взрослый надавливает последовательно на подушечку каждого пальца ребенка своим указательным пальцем. Взрослый последовательно проводит указательным пальцем по каждому пальчику ребенка от основания до самого кончика. Ребенок должен тесно прижать попарно друг к другу подушечки пальцев. Ребенок плотно соединяет ладошки.

16. «Червячки»

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять.

Вдруг ворона подбегает,

Головой она кивает,

Каркает: «Вот и обед!»

Глядь – А червячков уж нет!

Ладони ребенка лежат на коленях или столе. Ребенок медленно сгибает пальцы, подтягивает ладонь, имитируя движения ползущей гусеницы или червячка. Ребенок «идет» по столу средним и указательным пальцами,

остальные пальцы поджаты к ладони. Ребенок складывает пальцы щепоткой и качает ими вверх-вниз. Ребенок раскрывает ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх. Ребенок разводит руки в стороны. Ребенок сжимает кулачки и прижимает их к груди.

17. «Бычок»

Ребенок приставляет кулачки к голове, выставив указательные пальцы, словно рога бычка. «Бычок» должен бодать воображаемую стенку. В тот момент, когда он касается этой стены, нужно раскрыть кулачки.

18. «Человечек на прогулке»

Шел человечек по улице.

Скучно стало человечку просто идти, и решил он попрыгать на правой ножке. А потом и на левой ножке решил попрыгать. Вот такой веселый человечек! Человечек «идет» на двух пальчиках: среднем и указательном. Указательный палец загнуть и стучать по столу средним. Стучать указательным пальцем.

19. «Наша прогулка»

Раз, два, три, четыре, пять,

Мы во двор вышли гулять.

Бабу снежную лепили,

Птичек крошками кормили.

С горки мы потом катались.

А еще в снегу валялись.

Все в снегу домой пришли,

Съели суп и спать легли.

Ребенок загибает пальчики по одному, начиная с мизинчика. Ребенок «идет» по столу указательным и средним пальчиками, остальные пальчики поджаты. Ребенок изображает лепку снежного комочка двумя руками. Ребенок «крошит хлебушек» всеми пальчиками. Ребенок водит указательным пальцем правой руки по ладони левой. Ребенок кладет ладошки на стол или на колени то одной, то другой стороны.

20. «Удивлялки»-

Вас побрить? - Да-а-а-а-а! –

Вас покормить? - Да-а-а-а-а! –

Вас сварить? - Да-а-а-а-а...

Что-о-о-о-о-о?!?!

Перед началом игры ребенок складывает пальчики в замок, кроме больших пальчиков – они будут «ртом». «Рот» на вопросы отвечает: «Да-а-а-а-а» (протяжно и важно). Пальчики ребенка в это время «взъерошиваются», поднимаются, как волосы от испуга.

5-6 лет

1. Овощи

У девчушки Зиночкики овощи в корзиночке (Дети делают ладошки «корзинкой».)

Вот пузатый кабачок

Положила на бочок,

Перец и морковку
Уложила ловко,
Помидор и огурец. (Сгибают пальчики, начиная с большого.)
Наша Зина – молодец! (Показывают большой палец.)

2.Фрукты

Как у нашей Зины фрукты в корзине: (Дети делают ладошки «корзинкой»)
Яблоки и груши,
Чтоб ребята кушали,
Персики и сливы –
До чего красивы!
Посмотрите на ранет! (Сгибают пальчики, начиная с мизинца.)
Вкуснее наших фруктов нет! (Гладят живот).

3.Фруктовая ладошка

Этот пальчик – апельсин,
Он, конечно, не один.
Этот пальчик – слива,
Вкусная, красивая.
Этот пальчик – абрикос,
Высоко на ветке рос.
Этот пальчик – груша,
Просит: «Ну-ка, скушай!»
Этот пальчик – ананас, (Поочередно разгибают пальчики из кулачка,
начиная с большого.)
Фрукт для вас и для нас. (Показывают ладошками вокруг и на себя.)

4.Соберу грибы

Я корзину в лес беру, там грибы я соберу.
Удивляется мой друг:
«Сколько здесь грибов вокруг!» (Показывают удивление, разводят руки в стороны.)
Подосиновик, масленок,
Подберезовик, опенок,
Боровик, лисичка, груздь –
Не играют в прятки пусть
! Рыжики, волнушки Найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу с собой. (Поочередно сгибают пальчики на обеих руках,
начиная с мизинца правой руки.)
А мухомор не понесу.
Пусть останется в лесу! (Большой палец левой руки отставляют, грозят ему.)

5.Ягоды

Ягоды – это крыжовник,
Клюква, черника, брусника,
Малина, клубника, шиповник,

Смородина и земляника. (Указательным пальцем одной руки пересчитывают, сгибая, пальцы на другой руке.)

Запомнил ягоды я наконец.

Что это значит? (Приподнимают плечи, удивляются.)

Я – молодец! (Большой палец вытягивают вперед.)

Хлеб Муку в тесто замесили, (Сжимают и разжимают пальчики.)

А из теста мы слепили: (Прихлопывают ладошками, «лепят».)

Пирожки и плюшки, Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи - Всё мы испечем в печи. (Поочередно разгибают пальчики, начиная с мизинца. Обе ладошки разворачивают вверх.)

Очень вкусно! (Гладят живот.)

6. Мебель

Мебель я начну считать:

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет. (Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.)

Много мебели назвал - Десять пальчиков зажал! Поднимают зажатые кулачки вверх.

7. Посуда

Девочка Иринка порядок наводила. (Показывают большой палец.)

Девочка Иринка кукле говорила:

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в масленке,

Хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль? Ну, конечно, в солонке!» (Поочередно соединяют большой палец с остальными.)

8. Помощник

Посуду моет наш Антошка. (Потирают ладошки друг о друга) – «моют посуду».

Моет вилку, чашку, ложку.

Вымыл блюдце и стакан, (Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.)

И закрыл покрепче кран. (Выполняют имитирующее движение.)

9. Поздняя осень

Солнышко греет уже еле-еле;

Перелетные птицы на юг улетели;

Голы деревья, пустыньны поля,

Первым снежком принакрылась земля.

Поочередно соединяют, начиная с больших, пальцы обеих рук (на каждую приметку).

Река покрывается льдом в ноябре - (Руки сжимают в «замок»).

Поздняя осень стоит на дворе. (Разводят руками перед собой.)

Белочка Прыгает по веточкам невеличка-белочка.

Мелькает хвостик средь ветвей.

Кто угонится за ней? (Большим пальцем поочередно касаются остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной, затем другой рукой.)

10. Кто спит зимой?

Медведь в берлоге крепко спит,

Всю зиму до весны сопит.

Спят зимою бурундук, Колючий ежик и барсук. (Сжимают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.) Только зайныке не спится -убегает от лисицы. (Показывают большой палец, вращая им.)

Мелькает он среди кустов, напетлял – и был таков! (Соединяют большой палец правой руки с указательным пальцем левой и наоборот.)

11. Зимние забавы

Что зимой мы любим делать?

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься,

Вниз с горы на санках мчаться. (Поочередно соединяют большой палец с остальными.)

12. Новогодние игрушки.

Праздник приближается, елка наряжается. (Поднимают руки вверх «к макушке елки» и, опуская вниз, разводят в стороны.)

Мы развешали игрушки: Бусы, шарики, хлопушки. (Поочередно соединяют большой палец с остальными.) А здесь фонарики висят,

Блеском радуют ребят. (Крутят ладошками в воздухе – «фонарики».)

13. Игрушки

У Антошки есть игрушки:

Вот веселая лягушка.

Вот железная машина.

Это мяч. Он из резины.

Разноцветная матрешка

И с хвостом пушистым кошка. (Поочередно сгибают пальчики в кулачок, начиная с большого.)

14. Круглый год

Круглый год, круглый год! (Сжимают в кулачок пальцы правой руки и вращают большим пальцем.)

За зимой весна идет,

А за весной следом

Торопится к нам лето

. И у кого не спросим –

Идет за летом осень.

А за осенью сама

Вновь идет, спешит зима

Поочередно соединяют большой палец с остальными (на каждое время года).

Повторяют другой рукой.

15. На заправке

Все машины по порядку

Подъезжают на заправку: (Обеими руками «крутят руль» перед собой.)
Бензовоз, мусоровоз,
С молоком молоковоз,
С хлебом свежим хлебовоз
И тяжелый лесовоз. (Пальцами поочередно, начиная с мизинца, касаются ладошки.)

16.Транспорт

Будем пальчики сгибать - (Сжимают и разжимают пальчики.)

Будем транспорт называть:

Автомобиль и вертолет,

Трамвай, метро и самолет. (Поочередно разжимают пальчики, начиная с мизинца.)

Пять пальцев мы в кулак зажали,

Пять видов транспорта назвали. (Сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого.)

Посчитаем Раз, два, три, четыре, пять –

Буду транспорт я считать. (Сжимают и разжимают пальчики.)

Автобус, лодка и мопед,

Мотоцикл, велосипед,

Автомобиль и самолет,

Корабль, поезд, вертолет. (Поочередно сжимают пальчики обеих рук в кулачки, начиная с мизинца левой руки.)

17.Животные жарких стран

За мамой слонихой шагает слоненок,

За крокодилихой - крокодиленок,

За львицей шагает маленький львенок,

За верблюдицей бежит верблюжонок, 3

а зеброй спешит полосатый зебренок.

За кем же торопится каждый ребенок? (Поочередно из кулачков разжимают пальцы то левой, то правой руки, начиная с больших.)

18.Животные Севера

Тепы-тяпы, тепы-тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

Ладошками с плотно сомкнутыми пальчиками похлопывают по коленям или по столу (руки при этом неподвижны).

19. Наша армия

Аты-баты, аты-баты! На парад идут солдаты!

Вот идут танкисты,

Потом артиллеристы,

А потом пехота –

Рота за ротой! (Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки.)

20.Наши мамы

Много мам на белом свете,
Всех их очень любят дети! (Разводят руки в стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи.) Журналист и инженер,
Повар, милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель - (Поочередно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке).
Мамы разные нужны, (Сжимают обе ладони в «замочек».)
Мамы разные важны! (Разводят руки, поднимают ладонями вверх.)

21. Книги

Много книжек есть на свете,
Читать их очень любят дети.
Если книги мы прочтем,
То узнаем обо всем: (Ладони соединяют вместе «книжкой».
Раскрывают и закрывают «книгу».)
Про моря и океаны,
Удивительные страны.
Про животных читаем
И про космос мы узнаем. (Поочередно соединяют одноименные пальцы обеих рук, начиная с мизинцев.)

22. В гостях у сказки

Раз, два, три, четыре, пять –
Любим сказки мы читать.
Царевна-Лягушка, Конек-Горбунок,
Мышка-норушка и Колобок.
Курочку Рябу назвать еще надо –
Героев из сказок вспомнить мы рады! (Разжимают пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого пальца.)

23. Сказки

Будем пальчики считать,
Будем сказки называть: (Вытягивают руки вперед, играя пальчиками.)
Эта сказка – «Теремок».
Эта сказка – «Колобок».
Эта сказка – «Репка»:
Про внучку, бабу, деду. (Поочередно касаются большим пальцем остальных, начиная с указательного.)
«Волк и семеро козлят» -
Этим сказкам каждый рад! (Показывают большой палец.)

24. Дикие животные

Это зайчонок, это бельчонок,
Это лисенок, это волчонок, (Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.) А это спешит, ковыляет спросонок
Бурый, мохнатый, смешной медвежонок. (Вращают большим пальцем.)

25. Домашние птицы

Есть у курицы цыпленок,
У гусыни есть гусенок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утенок. (Большим пальцем поочередно касаются остальных, начиная с мизинца.)

5-7 лет

1.«Налим»

Жил в реке один налим,
Два ерша дружили с ним.
Прилетали к ним три утки
По четыре раза в сутки,
И учили их считать
Раз, два, три, четыре, пять.

Медленные движения соединенными ладонями, имитирующие плавание.
Движения ладонями с двух сторон. Взмахи ладонями. Согнуть кулачки.
Разгибать пальчики из кулачков, начиная с больших.

2 «Дудочка»

Ой, ду-ду, ой, ду-ду,
Потерял пастух дуду.
А я дудочку нашла,
Пастушку я отдала.
- Ну-ка, милый пастушок,
Ты спеши-ка на лужок,
Там Буренка лежит,
На теляток глядит,
А домой не идет,
Молочка не несет.
Надо кашу варить,
Сашу кашей кормить.

Ладони сложены колечком на некотором расстоянии друг от друга. «Колечко» одной руки поднесено ко рту, дети крутят ладонями, как будто играют на дудочке. Наклон вперед за воображаемой дудочкой. Протянуть руки вперед, как бы отдавая дудочку. «Идти» пальцем по столу. Показывая «рожки» из пальчиков. Ладони открыть и закрыть, изображая глаза. Отталкивающие движения двумя ладонями. «Варят» кашу указательным пальцем. Подносят ко рту воображаемую ложку.

3. «Дай молочка, Буренушка!»

Дай молочка, Буренушка,
Хоть капельку на донышке.
Ждут меня котятки,
Малые ребятки,
Дай им сливок ложечку,
Творогу немножечко,
Масла, простоквашки,
Молочка для кашки.

Всем дает здоровье

Молоко коровье.

Имитировать, как доят корову.

Ладонки складываются в щепотку, как бы открывается рот. Разгибают пальцы из кулаков на обеих руках. Опять показывают, как доят коров. Показывают поднятые вверх большие пальцы.

4. «Козлик»

Вышел козлик из дверей,

Выгнул шею: «Дай хлеба скорей!» «Дай пирожок!»

Протянул копытце: «Дай воды напиться!»

Левая рука изображает козлика: средний и безымянный пальцы согнуты, снизу их прижимает большой, мизинец и указательный палец выпрямлены, такое положение сохраняется всю игру. Правая рука сжимается в кулак, сгибается в запястье, выставить рога. Правая рука сжата в кулак, средний палец выпрямлен. Правая рука складывается лодочкой.

5. «Перчатки и мышата»

Шустрая мышка

Перчатку нашла.

Гнездо в ней устроив,

Мышат позвала,

Им корочку хлеба

Дала покусать,

Погладила всех

И отправила спать.

Раскрыть ладонки, пальцы растопырены, поворачивать руки то ладонью, то тыльной стороной вверх. Сложить ладони «ковшиком». Сгибать и разгибать пальцы, имитируя зовущий жест. Кончиком большого пальца поочередно постучать по кончикам остальных пальцев. Большим пальцем гладить остальные пальцы скользящим движением от мизинца к указательному. Ладони прижать друг к другу, положить их под щеку.

6. «Жирафы и слоны»

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде:

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носгах.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде:

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носгах.

Ребенок хлопает ладошками по всему телу. Обоими указательными пальцами ребенок дотрагивается до соответствующих частей тела. Ребенок аккуратно щипает себя, как бы собирая складки. Обоими указательными пальцами ребенок дотрагивается до соответствующих частей тела.

7. «Бабушкин кисель»

Бабушка кисель варила
На горушечке
Для Андрюшечки.
Вдруг летел сокол
Через бабушкин порог.
Вдруг он крыльями забил,
Бабушкин кисель разлил.

Вот и нету киселька для Андрюшечки.

Правая рука «помешивает кисель». Кончики пальцев правой и левой руки соединяются в горку, руки расходятся под углом. Ладонь правой руки ложится на грудь. Ладони рук скрещиваются, большие пальцы рук зацепляются друг за друга. Скрещенными ладонями помахивают, словно крыльями.

8. «Зайки-побегайки»

По лесной лужайке
Разбежались зайки.
Вот какие зайки,
Зайки-побегайки,
Сели зайчики в кружок,
Роют лапкой корешок.
Вот какие зайки,
Зайки-побегайки.

Круговые движения пальцами рук, ладони при этом смотрят вниз. Ребенок «бежит» по столу указательным и средним пальцами обеих рук. Руки перед грудью (лапки зайца). Руки на голове (уши зайца). Нарисовать в воздухе круг обеими ладонями. Ладони вниз, сгибать и разгибать пальчики.

9. «Веселая старушка»

У веселенькой старушки
Жили в маленькой избушке
Десять сыновей.
Все без бровей
Вот с такими ушами,
Вот с такими носами,
Вот с такими усами,
Вот с такой головой,
Вот с такой бородой!
Они не пили, не ели,
На старушку все глядели,

И все делали вот так... Хлопки в ладоши, то правая, то левая рука сверху. Сложить руки углом и показать избушку. Показать десять пальцев. Очертить брови пальцами. Растопыренные ладони поднесены к ушам. Показать длинный нос двумя растопыренными пальцами. Очертить пальцами длинные «гусарские» усы. Очертить большой круг вокруг головы. Показать руками большую бороду. Одной рукой поднести ко рту «чашку»,

другой – «ложку». Держа руки у глаз, похлопать пальцами, словно ресницами. Ребенок показывает любые загаданные им действия.

10. «Как мы маме помогали»

Раз, два, три, четыре,
Мы посуду маме мыли:
Чайник, чашку, ковшик, ложку
И большую поварешку.
Мы посуду маме мыли,
Только чашку мы разбили,
Ковшик тоже развалился,
Носик чайника отбился,
Ложку мы чуть-чуть сломали.
Вот как маме помогали!

Ребенок сжимает и разжимает кулачки. Потереть одной ладошкой о другую. Ребенок загибает пальчики, начиная с большого. Потереть одной ладошкой о другую. Ребенок загибает пальчики, начиная с мизинца. Ребенок сжимает и разжимает кулачки.

11. «Юля и варежка»

Юля варежку надела:
«Ой, куда я пальчик дела?
Нету пальчика, пропал,
В домик свой он не попал».
Юля варежку сняла:
«Посмотрите, я нашла!
Ищешь, ищешь – не найдешь,
Здравствуй, пальчик, как живешь?»

Ребенок сжимает пальчики в кулак. Ребенок разжимает все пальчики, кроме большого. Ребенок разгибает большой палец. Ребенок сжимает все пальчики в кулачок.

12. «Улей»

- Это что за чудо-дом?
Чудо дом-кубышка?
- Кто живет там?
Мышка? –
Что вы, что вы!
- Нет, нет, нет!
Живут в доме только пчелы!
Пчелы там летают,
Детей своих считают:
Один, два, три, четыре, пять.
Мы не будем им мешать.
Пчелки мед соберут...
И (имя ребенка) принесут.

Ребенок сжимает кулачки и делает удивленное выражение лица. Ребенок с интересом рассматривает свой кулачок. Возмущенно машет руками.

Ребенок трясет кулачком, подносит его к уху и имитирует жужжание пчел. Ребенок скрещивает ладони у запястья и машет обеими кистями, как крыльями, жужжит. Ребенок снова сжимает кулачки. Ребенок разгибает пальчики на двух руках одновременно, начиная с мизинца. Ребенок заводит обе руки за спину. Ребенок указательным пальцем левой руки проводит по каждому пальчику правой руки от основания до кончика.

13. «Пять рыбок»

Пять маленьких рыбок играли в реке,
Лежало большое бревно на песке.
И рыбка сказала: «Нырять здесь легко!»
Вторая сказала: «Ведь здесь глубоко!»
А третья сказала: «Мне хочется спать!»
Четвертая стала чуть-чуть замерзать,
А пятая крикнула: «Здесь крокодил!
Плывите скорее, чтоб не проглотил!»

Ладони сомкнуты и чуть округлены. Ребенок выполняет волнообразные движения в воздухе. Ладони прижаты друг к другу, ребенок переворачивает ладошки с боку на бок. Ладони ребенка сомкнуты и чуть округлены, он выполняет ими волнообразные движения. Ребенок качает сомкнутыми ладонями из стороны в сторону. Ребенок поворачивает ладони на тыльную сторону одной из рук – рыбка спит. Ребенок быстро качает ладонями, имитируя дрожь. Запястья ребенка соединены, ладони раскрываются и соединяются – рот. Ребенок выполняет быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями – рыбки уплывают.

14. «Десять котят»

У Мурочки нашей есть десять котят,
Сейчас все котята по парам стоят:
Два толстых, два ловких,
Два длинных, два хитрых,
Два маленьких самых
И самых красивых.

Ребенок складывает ладошки, пальцы прижимает друг к другу. Локти должны опираться на стол. Ребенок покачивает из стороны в сторону, не разъединяя пальцев. Ребенок постукивает соответствующими пальцами друг о друга – от большого к мизинцу.

15. «Осень»

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем листья собирать,
Листья березы, листья рябины,
Листья у тополя И у осины,
Листики дуба мы соберем,
Маме осенний букет соберем.

Ребенок по очереди загибает пальчики, начиная с большого. Ребенок сжимает и разжимает кулачки. Ребенок загибает пальчики, начиная с мизинца.

16 «Мышка и часы»

Мышь полезла как-то раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом!»
Мышь скатилась кувырком,
Мышь полезла второй раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом!»
Мышь скатилась кувырком.
Мышь полезла в третий раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом, бом!»
Мышь скатилась кувырком.

Ребенок сидит на полу на коленях и пальчиками «Бежит» от пола по телу до макушки. Ребенок хлопает в ладоши над головой. Ребенок «скатывает» руки на пол. Ребенок хлопает в ладоши над головой два раза. Ребенок «скатывает» руки на пол. Ребенок «скатывает» руки на пол.

17 .«Гном»

Жил да был веселый гном
С огромными ушами.
Он на сахарной горе
Спал под воротами.
Вдруг, откуда ни возьмись,
Великан подкрался,
Скушать гору захотел,
Но только подавился!
Ну а что ж веселый гном?
Гном все спит глубоким сном!

Ребенок поднимает руки над головой и изображает колпачок гнома. Ребенок описывает руками большие круги вокруг ушей. Ребенок ставит локти на стол, руки прямо, ладони ребенок складывает так, чтобы получился треугольник. Ребенок пальцами изображает ворота. Ребенок поднимает руки высоко над головой. Ребенок громко смеется, держась за живот! Ребенок изображает спящего гнома.

18. «Белки-непоседы»

Раз, два, три, четыре, пять,
Пришли к нам белки поиграть.
Одна куда-то ускакала,
Четыре белочки осталось,
А теперь скорей смотри:
Их уже осталось три.
Ну и ну, какая жалость,
Только две у нас осталось.
Эта новость так грустна,
Осталась белочка одна,

А пока мы их считали,
Белочки от нас сбежали.

Ребенок показывает пять пальчиков. Ребенок прячет руку за спину.
Ребенок показывает четыре пальчика. Ребенок прячет руку за спину.
Ребенок показывает три пальчика. Ребенок прячет руку за спину.
Ребенок показывает два пальчика. Ребенок прячет руку за спину.
Ребенок показывает один палец.

19. «Шла кукушка»

Шла кукушка мимо рынка,
У нее была корзинка.
Вдруг корзинка на пол – бух,
Полетело десять мух!

Ребенок «идет» по столу на выпрямленных указательном и среднем пальцах, остальные пальчики поджаты. Ребенок соединяет ладони «ковшиком». Ребенок ударяет сомкнутыми ладонями по коленям и разъединяет руки. Ребенок разводит руки в стороны и шевелит пальчиками.

20. «Маша-хозяйка»

Наша-то Маша
Сметлива была,
Всем она в доме
Работу нашла.
Мисочку собачка
Моет язычком,
Мышка подбирает
Крошки под столом,
Кошка под окошком
Когтями скребет,
Курочка в сережках
Избушку метет.

Ребенок на каждую строчку хлопает в ладоши: то правая, то левая рука сверху. Большой палец правой руки ребенка оттопырен – «ухо», указательный согнут, остальные выпрямлены. «Собачка» наклоняется к «миске» — округленной левой рукой, «моет» ее (движения мизинца в сторону и обратно.) Согнутые мизинец и указательный палец правой руки ребенка – «ушки», сомкнутые и прогнутые средний, безымянный и большой – «мордочка». «Мышка» пощипывает выпрямленную левую ладонь. Пальцы правой руки ребенка собраны, как при фигуре «мышка», но пальцы, которые изображают мордочку, не прогнуты, а округлены. Пальцы правой руки скребут ладонь левой. Правая рука ребенка «подметает» выпрямленную левую.

21. «Домик гномика»

Под грибком – шалашик-домик,
Там живет веселый гномик.
Мы тихонько постучим,
В колокольчик позвоним,

Двери нам откроет гномик,
Станет звать в шалашик-домик.
В домике дощатый пол,
А на нем дубовый пол,
Рядом стул с высокой спинкой
, На столе – тарелка с вилкой.
И блины горой стоят
– Угощение для ребят!

Ребенок соединяет ладошки шалашиком. Ребенок стучит кулачком левой руки о ладошку правой. Ладони обеих рук ребенка обращены вниз, пальцы скрещены; средний пальчик правой руки опущен вниз и слегка качается. Ребенок опускает ладони вниз, ребром прижатые друг к другу. Левая рука ребенка сжата в кулак, сверху на кулак опускается ладонь правой руки. Ребенок направляет левую ладонь вертикально вверх, к ее нижней части приставляет кулачок правой руки. Ладонь левой руки ребенка лежит на коленях и направлена вверх, правая рука изображает вилку: ладонь направлена вниз, четыре пальца выпрямлены и слегка разведены в стороны, а большой палец прижат к ладони.

Дыхательные упражнения

1. «Послушаем своё дыхание»

И. п.: стоя, сидя, лёжа (как удобно в данный момент). Мышцы туловища расслаблены. В полной тишине ребенок прислушивается к собственному дыханию и определяет: куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит; какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи или все части – волнообразно); какое дыхание: поверхностное (лёгкое) или глубокое; какова частота дыхания: часто происходит вдох – выдох или спокойно с определённым интервалом(автоматической паузой); тихое, неслышное дыхание или шумное.

2. «Дышим тихо, спокойно и плавно»

И. п. : стоя, сидя, лёжа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть. Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнёт расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос. Повторить 5-10 раз. Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

3. «Подыши одной ноздрёй»

И. п. : сидя, стоя, туловище выпрямлено, но не напряжено. Правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки.левой ноздрёй делать тихий продолжительный вдох(последовательно нижнее, среднее, верхнее дыхание). Как только вдох окончен, открыть правую ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем левой руки – через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным опорожнением лёгких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх, чтобы в животе

образовалось «ямка». 3-4. То же другими ноздрями. Повторить 3-6 раз. Примечание. После этого упражнения несколько раз подряд одной ноздрёй сделать вдох – выдох (сначала той ноздрёй, которой легче дышать, затем другой). Повторить по 6-10 дыхательных движений каждой ноздрёй отдельно. Начинать со спокойного и переходить на глубокое дыхание.

4. «Воздушный шар» (Дышим животом, нижнее дыхание).

И. и. : лёжа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на движении пупка: на нём лежат обе ладони. Выдохнуть спокойно воздух, втягивая живот к позвоночному столбу, пупок как бы опускается. Медленный плавный вдох, без каких-либо усилий – живот медленно поднимается вверх и раздувается, как круглый шар. Медленный, плавный выдох – живот медленно втягивается к спине. Повторить 4-10 раз.

5. «Воздушный шар в грудной клетке» (среднее, рёберное дыхание)

И. п. : лёжа, сидя, стоя. Руки положить на нижнюю часть рёбер и сконцентрировать на них внимание. Сделать медленный, ровный выдох, сжимая руками рёбра грудной клетки. Медленно выполнять вдох через нос, руки ощущают распирающие грудной клетки и медленно освобождают зажим. На выдохе грудная клетка вновь медленно зажимается двумя руками в нижней части рёбер. Повторить 6-10 раз. Примечание. Мышцы живота и плечевого пояса остаются неподвижными. В начальной фазе обучения необходимо помогать ребёнку слегка сжимать и разжимать на выдохе и вдохе нижнюю часть рёбер грудной клетки.

6. «Воздушный шар поднимается вверх» (верхнее дыхание)

И. п.: лёжа, сидя, стоя. Одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах. Выполнение вдоха и выдоха со спокойным и плавным поднятием и опусканием ключиц и плечей. Повторить 4-8 раз.

7. «Ветер» (очистительное полное дыхание).

И. п. : сидя, стоя, лёжа. Туловище расслаблено, сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку. Сделать полный вдох, выпячивая живот и рёбра грудной клетки. Задержать дыхание на 3-4 с. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3-4 раза. Примечание. Упражнение не только великолепно очищает (вентирует) лёгкие, но и помогает согреться при переохлаждении и снимает усталость. Поэтому рекомендуется проводить его после физической нагрузки как можно чаще.

8. «Радуга, обними меня»

И. п. : стоя или в движении. Сделать полный вдох носом с разведением рук в стороны. Задержать дыхание на 3-4 с. Растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки снова направить вперёд, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи: одна рука идёт под мышку, другая на плечо. Повторить 3-4 раза.

9. «Дышим тихо, спокойно и плавно». Повторить 3-5 раз упражнение

дыхательные пути и лёгкие с напряжением тонуса определённых групп мышц.

10. «Ёжик». Поворот головы вправо – влево в темпе движения. Одновременно с каждым поворотом вдох носом: короткий, шумный (как ёжик), с напряжением мышц всей носоглотки (ноздри двигаются и как бы соединяются, шея напрягается). Выдох мягкий, произвольный, через полуоткрытые губы. Повторить 4-8 раз.

11. «Губы «трубкой». Полный выдох через нос, втягивая в себя живот и межрёберные мышцы. Губы сложить «трубкой», резко втянуть воздух, заполнив им все лёгкие до отказа. Сделать глотательное движение (как бы глотаешь воздух). Пауза в течении 2-3 секунд, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно. Повторить 4-6 раз.

12. «Ушки». Покачивая головой вправо – влево, выполнять сильные вдохи. Плечи остаются неподвижными, но при наклоне головы вправо – влево уши как можно ближе к плечам. Следить, чтобы туловище при наклоне головы не поворачивалось. Вдохи выполняются с напряжением мышц всей носоглотки. Выдох произвольный. Повторить 4-5 раз.

13. «Пускаем мыльные пузыри». При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, как бы пуская мыльные пузыри. Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки. Выдох спокойный через нос с опущенной головой. Повторить 3-5 раз.

14. «Язык «трубкой». Губы сложены «трубкой», как при произношении звука «о». Язык высунуть и тоже сложить «трубкой». Медленно втягивая воздух через «трубку» языка, заполнить им все лёгкие, раздувая живот и рёбра грудной клетки. Закончив вдох, закрыть рот. Медленно опустить голову так, чтобы подбородок коснулся груди. Пауза – 3-5 секунд. 4. Поднять голову и спокойно выдохнуть воздух через нос. Повторить 4-8 раз.

15. «Насос». Руки соединить перед грудью, сжав кулаки. Выполнять наклоны вперёд – вниз и при каждом пружинистом наклоне делать порывистые вдохи, такие же резкие и шумные, как при накачивании шин насосом (5-7 пружинистых наклонов и вдохов). Выдох произвольный. Повторить 3-6 раз. Примечание. При вдохах напрягать все мышцы носоглотки. Усложнение. Повторит 3 раза упражнение, затем наклоны вперёд – назад (большой маятник), делая при этом вдох – выдох. Руки при наклоне вперёд свободно тянуть к полу, а при наклоне назад поднимать к плечам. При каждом вдохе напрягаются мышцы носоглотки. Повторить 3-5 раз.

Развитие эмоциональной сферы детей

3-4 года

1. «Иди ко мне»

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения: Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

2. «Уходи!»

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движения: Кисти рук держать вертикально, ладонями наружу.

3.«До свидания!»

От пристани отходит огромный белый теплоход. Провожающие, глядя на стоящих на палубе моряков и пассажиров, машут им высоко поднятой рукой: «До свидания! До встречи!»

4.«Спящий котенок»

Ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная).

5.«Лисичка подслушивает»

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения: голова наклонена в сторону (слушает, подставляет ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот полуоткрыт.

Поза. Нога выставлена вперед, корпус тела слегка наклонен кпереди.

6.«Вкусные конфеты»

У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфеты в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд сопровождается музыкой Т. Кассерна «Медовые конфетки». Мимика: Жевательные движения, улыбка.

7.«Новая кукла»

Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой. В зале звучит музыка П. Чайковского «Новая кукла».

8.«Маме улыбаемся»

Ведущий поёт песенку «Маме улыбаемся» В. Агафонникова.

Ой, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся - вот так!

Маме улыбаемся - вот так!

Дети слушают песню и повторяют движения, которые им показывает ведущий.

1-я строчка — хлопают в ладоши.

2-я строчка — разводят руки в стороны ладонями вверх.

3-я строчка — гладят по кругу свои щеки.

4-я строчка — опускают руки и улыбаются.

9.«Лисенок боится»

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут.

Выразительные движения: Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

10.«Собака лает и хватает за пятки»

Ребенок гуляет. Мимо на поводке идет собака. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок, достать мордой до его ног.

11.«Ваське стыдно»

Жила-была девочка Галя. У нее была кукла Таня. Галя играла с куклой, кормила ее, спать укладывала.

Один раз положила свою куклу спать на кроватку. Забрался туда кот Васька и уронил куклу на пол.

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и стала ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?» А Васька стоит,

голову опустил: стыдно ему.

Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

12.«Это я! Это моё!»

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?». И т. п. Мальчик отвечает жестом.

Выразительные движения: Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!» Идея обладания более обширного «я» выражается более или менее сильным прижатием кисти к груди: «Моё, принадлежит мне!»

13.«Отдай!»

Ребенок требует отдать ему игрушку.

Выразительные движения: Кисти рук держать горизонтально ладонями кверху.

14.«Сосулька»

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет.

(В. Селиверстов)

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

15.«Шалтай-Болтай»

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

(С. Маршак)

Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпочной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклонить корпус тела вниз.

16. Кукушонок кланяется»

Кукушка кукушонку купила
капюшон.

Кукушкин кукушонок

В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается музыкой «Кукушка кукушонку». Во время этюда ребенок наклоняет корпус вперед - вниз без всякого напряжения, как бы бросая его, затем выпрямляет корпус.

17.«Медвежата в берлоге»

Осень. Рано темнеет. Медвежата сидят на лесной полянке и смотрят вслед уходящей в лесную чащу маме-медведице Она пошла стелить им кровати в берлоге. Медвежатам хочется спать. Они по одному идут домой, точно придерживаясь следа медведицы. Медвежата забираются в свои кровати и ждут, когда мама-медведица поиграет с ними перед сном. Медведица пересчитывает медвежат. Все на месте, можно начинать игру.

18.Игра с шишками (на напряжение и расслабление мышц рук)

Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки размываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в тела стороны и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

19.Игра с пчёлкой (на напряжение и расслабление мышц ног).

Медведица зовёт золотую пчёлку поиграть с медвежатами. Дети поднимают колени, делая домики. Пчелка пролетает под коленями. Мама-медведица говорит: «Летит!», и медвежата дружно распрямляют свои ножки, но ловкая пчелка не попалась.

Повторить игру 2—3 раза.

20.Игра «Холодно - жарко» (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Мама-медведица ушла. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замёрзли. Они сжались в маленькие клубочки - греются. Стало жарко Медвежата развернулись. Опять подул северный ветер. Повторить игру 2—3 раза.

21.Игра с шарфиком (на расслабление мышцы шеи).

Пришла мама и раздала медвежатам шарфики, чтобы они больше не мерзли. Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

22.Пчелка мешает спать (игра лицевых мускулов).

В берлогу снова прилетела пчелка. Решила она сесть кому-нибудь на язычок, но медвежата быстро стиснули зубы, сделали губы трубочкой и

стали крутить ими в разные стороны. Пчелка обиделась и улетела. Медвежата снова слегка раскрыли рот, язык отдыхает. Пришла мама-медведица и зажгла свет. От яркого света медвежата крепко зажмурились и сморщили нос. Мама видит: все в порядке; погасила свет. Медвежата перестали жмуриться и морщить нос. Снова прилетела пчелка. Медвежата не стали ее прогонять, а покатали ее у себя на лбу, двигая брови вверх-вниз. Пчелка поблагодарила медвежат за удовольствие и улетела спать.

23. «Кузнечик»

Девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг — и вот уже стрекошет совсем в другом месте. Выразительные движения. Шея вытянута вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонено вперед, ступать на кончики пальцев.

24. «Удивление»

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: Рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

25. «Золотые капельки»

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым. Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь.

Во время этюда звучит музыка Д. Христова «Золотые капельки». Выразительные движения: Голова запрокинута, рот полуоткрыт, глаза закрыты, мышцы лица расслаблены, плечи опущены.

26. «Цветок»

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

Выразительные движения: Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны — цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем.

Мимика. Глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

27. «Ласка»

Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трется головой о его руки.

28. «Медвежата выздоровели»

Заболели медвежата Тим и Том. К ним пришел доктор Зай. Он вылечил медвежат. И стало очень хорошо. Не болят больше животы у Тима и Тома.

Выразительные движения: Положение сидя, ноги раздвинуты, тело отклонено назад, подбородок слегка приподнят,

улыбка.

29.«Первый снег»

Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от приятного изумления. Все покрыто белым-белым снегом.

Утром глянул я чуть свет:

Двор по-зимнему одет.

Распахнул я настежь двери,

сад гляжу, глазам не верю.

Эй! Смотрите, чудеса — Опустились небеса!

Было облако над нами, Оказалось под ногами.

(А. Гунули)

В саду стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться!

Выразительные движения: Откинута назад голова, приподнятые брови, на лице улыбка.

29.«Любящие родители»

В зале звучит латышская народная песня «Колыбельная медвежонку». Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама-медведица качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа-медведь с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тоже тихонько покачивается. Мама-медведица передает медвежонка медведю. Теперь папа-медведь качает малыша, а мама-медведица глядит на обоих ласково, с любовью.

Выразительные движения: Сложить перед собой руки, обхватывая пальцами локоть другой руки, мерно покачиваться под музыку вправо-влево, на лице улыбка.

30.«Смелый наездник»

Звучит музыка Р. Шумана «Смелый наездник». Ребенок скачет на коне

Я горжусь своим конем,

Он летит, как ветер.

Обгоняю я на нем

Всех коней на свете.

31.«После дождя»

Жаркое лето. Только прошел дождь. Под мелодию венгерской народной песни дети (на р) осторожно ступают, ходят вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ног. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

32.«Стрекоза замерзла»

Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок.

Стрекоза дрожит от холода:

Холодно, холодно, ой-ёй-ёй-ёй!

Голодно, голодно, жутко зимой! Мне некуда деться,

Сугробов не счесть. Пустите погреться И дайте поесть.

Звучит музыка В. Герчика «Песня Стрекозы» (из детской оперы «Стрекоза»).

Мимика. Приподнятые и сдвинутые брови; стучать зубами.

33.«Северный полюс»

У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик, оторвала один из его лепестков, подбросила его вверх и сказала:

«Лети, лети, лепесток, через запад на восток, через север, через юг, возвращайся, сделав круг.

Лишь коснешься ты земли —быть, по-моему, вели. Вели, чтобы я была на Северном полюсе!»

Женя тут же, как была в летнем платьице, с голыми ногами, одна-одинешенька, оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов! (В. Каверин.)

Выразительные движения: Колени сомкнуты так, что одно колено прикрывает другое; руки около рта; дышать на пальцы.

35.«Ой, ой, живот болит»

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но немывые яблоки. У них разболелись животы. Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим!

Жалоба медвежат сопровождается музыкой М. Красева «Жалобная песенка» (из музыкальной сказки «Тим и Том»).

Выразительные движения: Брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены; туловище согнуто, живот втянут; руки прижаты к животу.

36.«Сердитый дедушка»

К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика: Нахмуренные брови.

Во время этюда звучит музыка С. Прокофьева из симфонической сказки «Петя и Волк», тема дедушки.

37. «Король Боровик не в духе»

Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе:

Короля покусали мухи.

38.«Два сердитых мальчика»

Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот подерутся...

39.«Провинившийся»

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину. Выразительные движения: Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела. Мимика: Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

40.«Стыдно»

Мальчик Коля случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет. Коля сказал, что переключатель крутил его маленький брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно.

Выразительные движения: Голова наклонена вперед, брови подняты и сдвинуты, углы рта опущены.

41.«Таня-плакса»

Дети водят хоровод, в центре его Таня, и читают стихотворение:

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик.

-Тише, Танечка, не плачь: Не утонет в речке мяч.

(А. Барто)

Пока дети читают стихотворение, Таня горько плачет. Когда хоровод останавливается, Таня вытирает слезы и улыбается.

42.«Поссорились и помирились»

Два ребенка изображают сначала поссорившихся детей. Выразительные движения: Двое детей стоят спиной друг к другу и притопывают одной ногой; руки на поясе или за спиной. Затем помирившихся.

Выразительные движения: Дети поворачиваются лицом друг к другу и, улыбаясь, берутся за руки, весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

Звучит музыка Т. Вилькорейской «Помирились».

43.«Разные настроения»

Ох, как плачет малыш —

Что медведь рычит.

А смеется малыш —

Что ручей журчит.

А уж слезы текут —

Будто дождик льет.

Улыбается малыш —

Будто солнце взойдет.

Вот какой малыш —

Сын мой.

Ведущий читает стихотворение Е. Юдина «Вот какой малыш», а ребенок изображает мимикой различные эмоциональные состояния, описанные в тексте.

44.«Снегурочка»

Ведущий рассказывает сказку «Снегурочка».

Затем дети изображают удивление и радость старика со старухой, когда они увидели живую Снегурочку.

Выразительные движения:

Удивление: раскрыть рот, приподнять брови.

Радость: широко улыбнуться.

45.«В темной норе»

Два друга, Утенок и Зайчонок, пошли гулять. По дороге им встретила Лиса. Лиса подумала, что хорошо бы ей съесть малышей, но вслух сказала: «Здравствуйте, неразлучные друзья! А у меня для вас в моей норе приготовлено угощение: вкусные конфеты и рассыпчатое печенье. Пойдемте со мной!» Малыши поверили Лисе и пошли с нею. Пришли. Лиса открыла дверцу в свою нору: «Заходите первыми!» Только переступили порог Утенок и Зайчонок, как Лиса быстро закрыла дверцу на крючок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Ловко я вас провела. Побегу я теперь за дровами, разведу огонь, вскипачу воду и брошу в нее вас, малышей. То-то вкусное у меня будет угощение!». Утенок и Зайчонок, оказавшись в темноте и услышав насмешку Лисы, поняли, что попались. Утенок заплакал и стал громко звать свою маму. Зайчонок не плакал, он думал... «Давай, Утенок, выроем подземный ход и убежим отсюда»,— сказал наконец Зайчонок. Утенок перестал плакать и вместе с Зайчком стал рыть землю. Вскоре в небольшую щелку проник свет, щелка становилась все больше и больше, и вот друзья уже на воле. Утенок и Зайчонок обнялись и радостные и веселые побежали домой. Пришла Лиса с дровами, положила их на землю, сняла крючок, открыла дверцу, посмотрела в нору и замерла от удивления... В норе никого не было. Игра проводится рядом с помещением, где нет естественного освещения (коридор, кладовка и т. п.). Эта темная комната будет лисьей норой. Дети роют подземный ход, скребя пальцами по двери. Ведущий через некоторое время начинает потихоньку приоткрывать дверь.

5-6 лет

1.«Заколдованный ребёнок»

Ребенка заколдовали. Он не может говорить. На вопросы отвечает жестами. Указательным пальцем он показывает на различные предметы и указывает направления: шкаф, стол, внизу, вверх.

2.«Сколько звуков»

Ведущий стучит несколько раз карандашом по столу. Ребенок должен показать на пальцах, сколько звуков.

3.«Вот он какой!»

Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. Он воспроизводит отчетливые жесты, которые характеризуют предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий, длинный, короткий.

4.«Не покажу!»

Мама подарила девочке маленькое зеркальце, чтобы она могла пускать солнечные зайчики. Дети обступили девочку, просят показать, какое оно. Но девочка, прижав ладонями, зеркальце к груди и расставив локти, вертится из стороны в сторону: «Не покажу!»

5.«Штанга»

Ребенок поднимает «тяжелую штангу». Потом бросает ее. Отдыхает.

6.«Каждый спит»

В зал входит ведущий и видит...На дворе встречает он Тьму людей, и каждый спит: Тот, как вкопанный, сидит, Тот, не двигаясь, идет, Тот стоит, раскрывши рот.

(В. Л. Жуковский)

Ведущий подходит к фигурам детей, застывшим в различных позах. Он пытается их разбудить, беря за руки. Он поднимает чью-нибудь руку, но рука опускается.

7.«Сосулька»

У нас под крышей Белый гвоздь висит, Солнце взойдет,
Гвоздь упадет.

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

8.Винт»

Исходное положение: пятки и носки вместе. Корпус поворачивают влево и вправо. Одновременно с этим руки свободно следуют за корпусом в том же направлении.

Этюд сопровождается музыкой Н. Римского-Корсакова «Пляска скоморохов» из оперы «Снегурочка» (отрывок).

9.«Спать хочется»

Мальчик попросил родителей, чтобы ему разрешили вместе со взрослыми встретить Новый год. Ему разрешили, но, чем ближе ночи, тем больше ему хочется спать. Он долго борется со сном, но в конце концов засыпает.

10.«Конкурс лентяев»

Ведущий читает стихотворение В. Викторова «Конкурс лентяев»:

Хоть и жарко, Сладко спит

Хоть и зной, В норе прохладной.

Занят весь Лежебока видит сон,

Народ лесной. Будто делом занят он.

Лишь барсук — На заре и на закате

Лентяй изрядный Все не слезть ему с кровати.

11.«Фея сна»

Дети сидят на стульях, стоящих по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. Звучит «Колыбельная» К. Дуйсекеева. К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке - это фея сна (мальчик — волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает(наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на детей: все спят, улыбается и тихонько уходит.

12.«Факир»

Ребенок садится на пол (на маты), скрестив по-турецки ноги, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена (борода касается груди), глаза закрыты. Пока звучит музыка (сирийская народная мелодия), факир отдыхает.

13.«Я — грозный боец»

Мальчик чувствует себя сильным и храбрым.
Вот пегий мой конь,
Вот сабля моя,
И открыть я огонь
Могу из ружья.
Я — грозный боец,
И очень силен,
И, как взрослый храбрец,
В боях закалён.

14.«Два клоуна»

Два веселых клоуна жонглируют воображаемыми разноцветными кольцами, не замечая друг друга. Вдруг они сталкиваются спинами и падают. Им так смешно, что они, сидя на полу, громко хохочут. Немного успокоившись, клоуны помогают друг другу встать, собирают кольца и снова весело жонглируют. Но теперь они бросают кольца друг другу.

Выразительные движения: Голова откинута, рот широко раскрыт, губы растянуты улыбкой, брови приподняты, глаза слегка прищурены.

15.«Негаданная радость»

В комнату вошла мама, с улыбкой посмотрела на своего ребенка и сказала: — Заканчивай свою игру. Через час мы идем в цирк!
Мама подняла руку и показала билеты. Ребенок сначала замерз, а потом пустился плясать вокруг мамы.

Выразительные движения: 1. Закусить нижнюю губу, поднять брови, улыбаться. 2. Смех, потирают руки одну о другую, причем одна рука может быть сжата в кулак. Можно хлопать в ладоши, прыгать, пританцовывать.

16.«Хорошее настроение»

Мама послала сына в булочную: «Купи печенье и конфеты, — сказала она. — Мы выпьем с тобой чай и пойдем в зоологический сад». Мальчик взял у мамы деньги, сумку и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.

Выразительные движения:

Походка: быстрый шаг, иногда переходящий на поскоки.

Мимика: Улыбка.

17.«Я так устал»

Маленький гномик несет на плече большую еловую шишку. Вот он остановился, положил шишку у своих ног и говорит:

так устал,
очень устал.

Выразительные движения: Стоять, руки висят вдоль тела; плечи опущены.

18.«Золушка»

Девочка изображает Золушку, которая приходит домой после бала очень печальной: она потеряла туфельку...

Выразительные движения: Поникшая голова, сведенные брови, опущенные уголки губ, замедленная походка.

19. «Остров плакс»

Путешественник попал на Волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить то одного, то другого, но все дети-плаксы отталкивают его и продолжают реветь.

Мимика. Брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

20. «Соленый чай»

Бабушка потеряла очки, и поэтому она не заметила, что насыпала в сахарницу вместо сахарного песка мелкую соль. Внук захотел пить. Он налил себе в чашку горячего чая и, не глядя, положил в него две ложечки сахарного песка, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту!

Выразительные движения: Голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен — ребенок выглядит так, словно он подавился и сплевывает.

21. «Грязная бумажка»

На полу в коридоре лежит грязная бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив... Ему кажется, что эта бумажка из туалета. Наконец он пересиливает свое отвращение, берет бумажку кончиками двух пальцев и, отведя руку в сторону, относит ее в ведро для мусора.

(«Грязная» бумага делается из чистой, которая закрашивается акварельными красками в неопределенный цвет и затем мнётся.

Если брезгливый ребенок не решается ее поднять, то на следующем занятии он совместно с другими детьми изготавливает «грязную» бумагу сам, т. е. сам раскрашивает, мнет и бросает ее на пол. Затем проводится игра.)

22. «Грязь»

Мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти дорогу, где шли ремонтные работы и было все раскопано. Недавно прошел дождь, и на дороге было грязно и скользко. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки.

Выразительные движения: Походка должна производить впечатление, что ребенок идет по грязи, ступая на кончики пальцев как бы нехотя и делая вид, что он выбирает более чистое место.

23. «Момент отчаяния»

Ребенок приехал с родителями в чужой город. На вокзале он отстал от них. Мальчик вышел на привокзальную площадь. Он в смятении, не знает, куда идти. Выразительные движения: Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх и сдвигаются, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.

24. «Чуня просит прощения»

От хвастунишки-поросенка Чуни ушли его друзья — ежик и белочка, а волк тут как тут. Чуня зовет друзей:

Где вы, верные друзья? Чуне помогите!

За бахвальство и за смех

Вы меня простите.

Выразительные движения: Первая-вторая строчки: поворачивать головы в разные стороны, брови приподняты, руки протянуты вперед. Третья-четвертая строчки: опущенная голова, брови приподняты, губы вытянуты и слегка надуты, руки висят вдоль тела.

25.«Разное настроение»

Капризуля, мальчик Марк,

Не унять его никак.

Улыбнется он на миг,

Засияет солнца лик.

Дети по очереди мимикой показывают эмоциональное состояние мальчика Марка.

Выразительные движения: капризное настроение: брови опущены и сдвинуты, губы полуоткрыты, уголки губ опущены вниз, голова слегка наклонена вниз, плечи опущены. Капризная гримаса на лице дополняется легкими движениями поочередно обоими плечами вперед и назад.

Хорошее настроение: брови приподняты, губы тронуты улыбкой, голова слегка откинута назад, плечи развернуты.

26.«Потерялся»

Мальчик с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только что сошли с поезда и идут по перрону. Вдруг мальчик увидел очень большую собаку и от удивления даже остановился (этюд «Удивление»), а родители пошли дальше. Собака убежала. Мальчик оглядывается, но мамы и папы (бабушки, брата, сестры) нигде нет. Он бежит к выходу в город (специально поставленные стулья), выходит... и застывает в позе отчаяния: мамы и папы здесь нет (этюд «Момент отчаяния»). Родители тоже ищут мальчика. Они подходят к нему сзади и трогают за плечо. Радость встречи. Мама и папа берут его за руки и весело идут с ним по городу (этюд «Хорошее настроение»).

27.«Змей-Горыныч»

Сказочный город (поставленные по кругу стулья). В нем живут царевич, царевна и ремесленники. сторожит город Стражник. Иван-царевич уходит на охоту. Царевна вышивает. Ремесленники заняты каждый своим делом (кузнец кует, маляр красит и т. д.). Стражник обходит город. Налетает Змей-Горыныч.

Он смертельно ранит Стражника, убивает ремесленников, а царевну уносит (уводит) в свою пещеру (специально поставленные стулья). Змей-Горыныч летает перед входом в пещеру, сторожит царевну. Иван-царевич возвращается с охоты. Стражник приподнимается, показывает направление, куда Змей-Горыныч унес царевну, бессильно падает. Иван-царевич берет меч и идет сражаться со Змеем-Горынычем. Борется и побеждает его. Как только Змей-Горыныч падает, стражник и ремесленники оживают, а из пещеры выходит царевна. Иван-царевич ведет царевну в город. Царевна снова вышивает, ремесленники работают. Стражник обходит город, а Иван-царевич собирается на охоту.

28.«Три подружки»

Жили-были три подружки: свинка Хрюшка, кошка Мурка и утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они пошли гулять. На них были новые платья, мамы наказали им строго-настрого не пачкаться и далеко друг от друга не уходить. Но Мурка, гоняясь за птичкой, зацепилась за пенек и разорвала платье, а Хрюшке захотелось полежать и понежиться в луже. Утка Крякушка потеряла шляпу и башмачок, когда помогала Хрюшке вылезти из лужи. Вот идут они после прогулки, опустив головы, громко плача... Что-то будет? Что скажут мамы? Мамы встретили малышей около дома, страшно удивились, рассердились и хотели их наказать. Но когда они узнали, как Крякушка спасала Хрюшку, перестали браниться и даже похвалили ее!

29.«Котята»

Психолог читает английскую народную песенку в переводе С.Маршака: Два маленьких котенка поссорились в углу. Сердитая хозяйка взяла свою метлу и вымела из кухни дерущихся котят, не справившись при этом, кто прав, кто виноват. А дело было ночью, зимою, в январе. Два маленьких котенка озябли на дворе. Легли они, свернувшись, на камень у крыльца, Носы уткнули в лапки и стали ждать конца. Но сжалилась хозяйка и отворила дверь.«Ну что,— она спросила,— не ссоритесь теперь?». Прошли они тихонько в свой угол на ночлег. Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег. И оба перед печкой заснули сладким сном, А вьюга до рассвета шумела за окном.

Ребенок показывает мимику хозяйки, озябших котят, сладкий сон согревшихся котят. Затем разыгрывает всю сценку полностью.

30.«Маленький скульптор»

Ребенок изображает скульптора, взрослый — глину. Скульптор задумывает вылепить из глины злого волка. Он ведет взрослого на середину зала и показывает ему, как он должен встать, какое надо сделать лицо, чтобы походить на злого волка. Взрослый-глина застывает в заданной позе. Скульптор обходит вокруг статуи, любуется ею, а если он неудовлетворен своей работой, снова показывает позу и мимику взрослому-глине. В следующий раз выбирается взрослый и ребенок могут поменяться ролями и вылепить, например, вылепить смешного человека.

6-7 лет

1.«Я не знаю!»

Мальчика-незнайку о чем-то спрашивают, а он только пожимает плечами да разводит руками: Не знаю», «Не имею понятия», «Ничего не видел».

Выразительные движения: Приподняты брови, опущены уголки рта, приподняты на миг плечи, руки слегка разводятся, ладони раскрыты.

2.«Дружная семья»

Ребенок сидит на стуле и изображает поочередно дела членов семьи: то лепит из пластилина шарики, то другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, то рисует, то шьет, то вяжет и т. п. Приятно смотреть на семью, в

которой все так дружно работают. Ребенок производит руками манипуляции так, словно в руках у него не воображаемые предметы, а вполне реальные.

3.«Возьми и передай!»

Ребенок и взрослый, сидя на стульях, передают друг другу какой-нибудь воображаемый предмет, должно создаться впечатление, что они действуют с реальными предметами.

4.«Насос и мяч»

Играют двое. Один — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах; руки, шея расслаблены. Корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча поднимается голова, после четвертого надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Играющие меняются ролями.

5.«Качели»

Ребенок стоя качается на качелях.

Выразительные движения: 1. Ноги слегка расставлены, обе ступни касаются пола, но вес тела перенесен на одну из ног. Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую. 2. Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее тяжесть тела, покачиваться вперед-назад. Для большей экспрессии сгибать и выпрямлять колени.

6.«На берегу моря»

Ребенок играет на берегу моря. Вдоволь накупавшись, ребенок выходит из воды и ложится на прогретый солнцем песок пляжа... Закрывает глаза от яркого солнца. Раскидывает в приятной лени руки и ноги.

7.Игра с песком (на напряжение и расслабление мышц рук)

Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками. Повторить игру с песком 2—3 раза.

8.Игра с муравьем (на напряжение и расслабление мышц ног)

На пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегают по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз — в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают.

Повторить игру 2—3 раза.

9.Солнышко и тучка (на напряжение и расслабление мышц туловища)

Солнце зашло за тучку, стало свежо — сжаться в комок, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнце вышло из -за тучки. Жарко — расслабиться — разморило на солнце (на выдохе).

10. В уши попала вода (на напряжение и расслабление мышц шеи)

В положении лежа на спине ритмично покачать головой, вытряхивая воду из одного уха, потом из другого.

11. Лицо загорает (на напряжение и расслабление мышц лица)

Подбородок загорает — подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы (на вдохе). Летит жучок, собирается сесть к кому-нибудь из детей на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Жучок улетел. Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух. Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает — подставить нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка. Выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе). Брови — качели: снова прилетела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях. Двигать бровями вверх-вниз. Бабочка улетела совсем. Спать хочется, расслабление мышц лица. Не открывая глаз, переползти в тень, принять удобную позу.

12. Отдых. Сон на берегу моря.

Ребенок слушает шум моря. Психолог говорит ребенку, что ему снится сон и видит во сне то, что он делал на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза.) Ведущий сообщает, по какому сигналу ребенок проснется (по счету, когда заиграет дудочка, и т. д.). (Пауза.) Звучит сигнал. Ребенок энергично (или, если этого требует ситуация, медленно и спокойно) встает. Тренировка закончена.

13. «Собака принюхивается»

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши наострились, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

14. «Любопытный»

По улице шел мужчина и нес в руке спортивную сумку, из которой что-то выпирало. Мальчик это заметил, и ему очень захотелось узнать, что же лежит в сумке. Мужчина шел большими шагами и не замечал мальчика. А мальчик прямо-таки вился, вился около прохожего: то с одной стороны подбежит к нему, то с другой и, вытягивая шею, заглядывает в полуоткрытую сумку. Вдруг мужчина остановился, положил сумку на землю, а сам зашел в телефонную будку. Мальчик присел на корточки около сумки, слегка потянул за молнию и заглянул внутрь сумки. Там лежали всего-навсего две обыкновенные ракетки. Мальчик разочарованно махнул рукой, встал и не спеша пошел к своему дому.

15. «Раздумье»

Мальчик собирал в лесу грибы и заблудился. Наконец он вышел на большую дорогу. Но в какую сторону идти?

Выразительные движения: Ребенок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

16.«Жар-птица»

В царском саду росла яблоня с золотыми яблочками. Стала на эту яблоню прилетать жар-птица и клевать золотые яблочки. Царь приказал своим сыновьям сторожить яблоню. На третью ночь караулить выпало Ивану-царевичу. Вот притаился он под яблоней и стал ждать... В полночь прилетела жар-птица и села на яблоню. Дивится Иван-царевич на жар-птицу. Вся-то она из золота, глаза у нее хрустальные, и сияют ее перышки так, что в саду стало светло как днем. Выпрямился Иван-царевич и схватил жар-птицу за хвост, но вырвалась жар-птица из его рук и улетела, а в руках у Ивана-царевича осталось всего одно перо из ее хвоста. Поднял он руку с пером жар-птицы — засияло, засветилось все вокруг, и пошел Иван-царевич во дворец. Все, кто встречался ему по дороге, останавливались и изумлялись дивному свету от золотого пера жар-птицы.

Выразительные движения. Вытянутая вперед шея, откинута назад голова, поднятые брови, широко раскрытые глаза, улыбка. Поза. Вес тела перенести на ногу, стоящую впереди, руки тянутся к предмету восхищения.

17.«Встреча с другом»

У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу.

Выразительные движения: Объятие, улыбка.

18.«Битва»

Ребенок изображает Ивана-царевича, который сражается с трехглавым змеем-горынычем и побеждает его. Рад и горд своей победой Иван-царевич. Выразительные движения: 1. У исполнителя роли змея-горыныча голова и кисти рук — это головы змея-горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана-царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые). Иван-царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом. 2. Поза и мимика победителя. Плечи развернуты, ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты, губы тронуты улыбкой.

19.«Праздничное настроение»

Ребенок идет торжественным маршем и, проходя мимо стоящего у стены взрослого, приветствует его поднятием вверх правой руки.

Ребенку нужно представить себя идущими на праздник в нарядных одеждах.

Настроение у всех радостное, праздничное.

Выразительные движения: Идти уверенным, решительным шагом; спина прямая, голова приподнята, на лице улыбка.

20.«Чунга-Чанга»

Путешественник пристал на своем корабле к Волшебному острову, где все всегда радостны и беззаботны. Едва он сошел на берег, как его окружили жители чудесного острова — маленькие чернокожие дети. И на мальчиках, и на девочках были надеты одинаковые пестрые юбочки, на ногах и руках у них звенели браслеты с колокольчиками, в ушах у всех были круглые серьги, на шее — бусы, а в волосах — красивые перья. С веселой улыбкой они стали пританцовывать и петь:

Чудо-остров, Чудо-остров,
Жить на нем легко и просто,
Чунга -Чанга!

Путешественник решил навсегда остаться на этом острове.

21.«Игры в воде»

Лето. Дети на даче. Вот они веселой гурьбой бегут к речке и с разбега плюхаются в воду, молотят по воде руками и ногами... Но один мальчик, посмотрите, поплыл на самое глубокое место (там воды до пояса), зажал нос, уши пальцами и погрузился в воду с головой. Сидит, задержав дыхание, под водой, а потом как выскочит из воды. Набрал побольше воздуха и снова под воду. Тут и остальные ребята подплыли к нему, соревнуются, кто дольше пробудет под водой. Хорошо в воде. Весело. Можно брызгать друг на друга руками, а можно и ногами, если шлепать по мелководу. А какое это удовольствие ходить по дну руками! И нет лучшего наслаждения, как с веселым визгом выскочить из воды и растянуться на теплом песке и лениво ждать, когда высохнут трусики.

Ребенок представляет себе эти действия.

22.«Очень худой ребенок»

Ребенок плохо ест. Он стал очень худым и слабым, даже муравей может повалить его с ног.

До калитки дошел,
идет?

Но дальше идти он не смог!

песню поет? Муравей

Он каши, он каши, он каши не ел,
пробежал, Повалил его Худел, худел, болел, слабел!

с ног, И вот он лежит

И вот он лежит одинок,

одинок, Муравей

Муравей повалил его с ног!

повалил его с ног,

Ребенок показывает какое худое лицо у Мити., затем дети показывает роликбабушки, муравья и Мити. Бабушка кормит Митю с ложечки. Митя с отвращением отодвигает от себя ложку. Бабушка одевает Митю и отправляет его гулять. Мальчик, пошатываясь, идет по направлению к калитке (специально поставленный стул). Навстречу ему выбегает муравей и трогает его своим усиком (пальцем) — Митя падает (приседает).

23.«Старый гриб»

Старый гриб вот-вот упадет. Его слабая ножка уже не выдерживает тяжести большой раскисшей шляпки.

Выразительные движения: Стоять, ноги расставлены, колени слегка согнуты; плечи опущены, руки висят вдоль тела; голова клонится к плечу.

24.«Гадкий утенок»

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г.-Х. Андерсена «Гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе. В нем птицы и человек демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не был похож на других утят. Они считали его безобразным и гадким. «Все гнали бедного утенка, даже братья и сестры сердито говорили ему: «Хоть бы кошка утащила тебя, несносный урод!» А мать прибавляла: «Глаза бы на тебя не глядели!» Утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала ногою». Утенок не выдержал пренебрежительного и враждебного отношения к себе. Он убежал через изгородь с птичьего двора.

Выразительные движения: 1. Отвращение: голова откинута назад, брови нахмурены, глаза прищурены, ноздри раздуты и сморщены, углы губ опущены или, наоборот, верхняя губа подтягивается вверх. 2. Униженность: голова наклонена вниз, плечи сведены вперед.

25.«Гневная Гиена»

Гиена стоит у одинокой пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьянка. Гиена ждет, когда обезьянка обессилит от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она ее съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке.

Я страшная Гиена,

Я гневная Гиена,

От гнева на моих губах

Всегда вскипает пена.

Выразительные движения. Усиленная жестикуляция.

Мимика: Сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.

26.«Разъяренная медведица»

На лесной полянке мальчик увидел маленького медвежонок. Медвежонок подбежал к мальчику и стал хватать его за ноги передними лапами, как бы приглашая поиграть с ним. Медвежонок был смешным и веселым. Почему бы таким пушистым несмышленишкой и не поиграть? Вдруг послышалось какое-то громкое урчание, и мальчик увидел, что на него, поднявшись на задние лапы, идет медведица. Мальчик подбежал к большому дереву и быстро влез на него. Медведица не полезла на дерево за мальчиком, а стала яростно царапать ствол когтями, рычать, злобно глядя на мальчика. Вдруг где-то далеко заскулил медвежонок. Медведица оставила дерево и побежала выручать медвежонок теперь уже из настоящей беды. Мальчик еще немного посидел на дереве, потом спустился и побежал домой.

Выразительные движения: Ярость: сдвинутые брови, оттопыренные губы, сморщенный нос, рычание, тело дрожит, усиленная жестикуляция.

27.«Что в углу?»

Из стульев строится кровать. Ребенок делает вид, что раздевается и ложится в постель, закрывает глаза. Входит дедушка — взрослый. Он делает вид, что снимает халат, потом подходит к внуку, видит, что он спит, поправляет одеяло и, уходя из комнаты, выключает свет. Ведущий читает стихотворение Ал. Кушнир «Что в углу»:

Что виднеется в углу
С черной тенью на полу,
Непонятное, немое,
Не пойму и сам какое, Человек
или предмет?
Ах, скорей зажгите свет!
Вдруг оно сейчас подскочит,
Утащить меня захочет?
Вдруг, издав ужасный стон,
Побежит за мной вдогон?
Схватит? Стащит одеяло
Свет зажгли — мне стыдно стало.
Я ошибся. Виноват
Это — дедушкин халат!

Затем мальчик открывает глаза — ему делается страшно. Входит дедушка и включает свет. Мальчику стало стыдно.

Выразительные движения: 1. Беспокойство: надутые щеки, сощуренные глаза, углы рта опущены, отпрянуть назад. 2. Сожаление, стыд: брови приподняты и сведены, рот открыт (вытянутое лицо), плечи приподняты.

28.«Пожар»

Два брата остались дома, так как в детском саду был карантин. А мама не нашла никого, кто бы мог побыть с ними, пока она будет на работе, мальчики этому очень обрадовались.

Как только за мамой закрылась дверь, братья отправились на кухню за спичками. Спички нашли быстро: целых два коробка. Ребята вышли в коридор, разгородили его стульями и стали играть в войну. Они чиркали спичками о коробки и, когда спички загорались, кидали их через стулья друг в друга, представляя, что стулья — это граница, а летящие спички — боевые ракеты. Спички в полете гасли, а если случалось, что спичка, падая, продолжала гореть на полу, то стоило на нее наступить ногой, как от огня ничего не оставалось.

«Ура! Пли! Огонь! — кричали братья то по очереди, то вместе, не замечая, что одна из непогасших спичек провалилась за тумбочку для обуви... За тумбочкой лежала газета, газета вспыхнула и подожгла снизу обои, загорелась и задняя стенка тумбочки, в коридоре стало дымно. Ребята, наконец почувствовали запах дыма и увидели, что он поднимается из-за тумбочки. Они бросили игру, побежали на кухню, набрали воды в чашку, потом перелезли через стулья, которые мешали им подойти к тумбочке, и начали лить воду туда, откуда шел дым. Но дым продолжал клубиться.

Ребята решили отодвинуть тумбочку от стены, чтобы посмотреть, что там. Но только они взялись за нее, как она упала на бок. Из-за тумбочки вырвались языки жаркого пламени, огонь побежал по стене, и ребята оказались отрезанными и от воды, и от выхода из квартиры.

Братья испугались, громко заревели, убежали в комнату и закрыли дверь, но дым проникал и сюда. Дети стали кашлять, задыхаться. Они хотели открыть форточку, но им уже было очень плохо. Мальчики смогли дойти только до кровати, они залезли на нее, закрылись одеялом и... потеряли сознание. Ребята очнулись в больнице. Возле них сидела их мама, рядом стоял доктор. Братья сразу же все вспомнили. Мальчики горько заплакали, стали просить прощения у мамы и обещали доктору никогда больше не играть со спичками. Когда дети успокоились, мама рассказала сыновьям, как к ним домой приезжали пожарные, как они вынесли ребят из огня и тушили пожар.

29.«Два сеньора»

Ведущий читает стихотворение о веселом и грустном Сеньорах по ролям.

Сеньор Мажор. Друзья, представиться спешу,

Знакомству очень рад,

Меня зовут сеньор Мажор.

Я лучший друг ребят!

С собой всегда я приношу

Улыбку, шутку, смех.

И если дружен ты со мной,

То ждет тебя успех.

Траля-ля-ля, траля- ля-ля,

И ждет тебя успех.

А я зовусь сеньор Минор

И вот, что вам скажу:

Со смехом мне не по пути,

Я грустью дорожу.

Люблю, вздыхая, слезы лить

И предлагаю вам:

Давайте вместе погрустим,

О чем — не знаю сам...

Траля -ля-ля, траля-ля- ля,

О чем — не знаю сам.

Сеньор Мажор.

Со мною будешь бодр и смел

И всем на удивление

Любую трудность победишь

Мажорным настроением!

Сеньор Минор.

Со мною будешь тих и мил

И трудные мгновения

С улыбкой грусти обойдешь

В минорном настроении.

Сеньор Мажор.

Так пусть всегда,

так пусть везде

Улыбка красит лица!

Сеньор Минор.

Улыбка с грустью пополам

Всем тоже пригодится.

Сеньор Мажор.

А станет страшно вдруг в пути —

Смелей, дружок, не трусь!

Ты позови: «Сеньор Мажор?»—

Я тут же появлюсь!

Траля-ля-ля, траля-ля,

Я тут же появлюсь!

Сеньор Минор. А если грустные деньки

Припомнить захотим —

Зовите так: «Сеньор Минор!» —

И вместе погрустим.

Затем ребенок играет с сеньором минором, а затем с сеньором можором с веселым или грустным содержанием.

30.«Сочувствие»

Ребенок пытается развеселить королеву плакс, но тщетно. Когда ребенок с радостным лицом, она еще больше раздражается и обижается на королеву. Она плачет еще сильнее.

Затем ребенок садится около королевы и грустит вместе с нею, сочувственно улыбается королеве. Происходит чудо. Королева плакс отвечает улыбкой. И ребенок отвечает улыбкой. И вот уже у всех прояснились лица, у всех ровное, хорошее настроение.

31.«Два рыболова»

На мосту стояли два мальчика и удили рыбу. У них были одинаковые удочки, одинаковые ведерки для рыб, да и стояли они неподалеку друг от друга. Но один мальчик то и дело вытаскивал из воды рыбку за рыбкой, а другой только с досадой поглядывал на него. В его ведерке плавала всего одна небольшая рыбешка. Вот и сейчас у него не клюет, а у соседа опять дергается поплавок. У неудачливого удильщика на лице все сильнее выражалась досада, а у удачливого лицо было, как у задаваки, насмешливое.

32.«Скульптурная группа»

Ведущий предлагает вспомнить этюд «Маленький скульптор» и говорит, что на этот раз скульптор решил вылепить скульптурную группу, которая будет называться «Волк и заяц». Он ставит двух детей на середину зала и показывает каждому из них позу и мимику: заяц удит рыбу и не замечает, что за его спиной стоит волк и вот-вот на него набросится. Скульптор обходит вокруг скульптурной группы, поправляет ее, если считает это

необходимым, отходит в сторону, любит свою работу. Скульптор устал, он ложится отдохнуть рядом со своей работой. Пока он спит, скульптурная группа оживает. Волк пытается поймать зайца. Они бегают вокруг спящего, но, как только скульптор начинает шевелиться и просыпаться, волк и заяц занимают свои места и застывают в прежних позах. Скульптор встает, снова любит свою работу. Он и не знает, что волк и заяц оживали.

33. Я помогаю другим. Цели: В этой управляемой фантазии ребенок получает возможность представить себе, как он помогает упавшему малышу. Одновременно здесь подчеркивается золотое правило этики: если мы помогаем другим, то можем надеяться, что и нам помогут.

Инструкция: *Можешь ли ты мне сказать, кому последний раз помогал? Быть может, ты помог своей маме накрывать на стол? Или помогал отцу помыть машину? Или помогал кому-нибудь из друзей? Кто из вас помог совершенно незнакомому человеку? Когда ты сам последний раз нуждался в помощи?*

Сядь поудобнее и закрой глаза. Сделай три глубоких вдоха и выдоха...

Теперь представь себе прекрасный солнечный летний день. Ты находишься посреди чудесного луга. Трава на лугу мягкая и зеленая. Ты садишься в траву. Дотронься до нее руками и почувствуй ее приятную прохладу. Теперь посмотри вверх, на ясное голубое небо. Ты видишь плывущие по небу большие пушистые облака. Попробуй найти облако, похожее на какого-нибудь зверя. Легкий ветерок гонит облака дальше и одновременно освежает твоё лицо.

Теперь ты лежишь и растягиваешься на траве. Вдохни один раз глубоко-глубоко. Пусть твоё тело станет таким же мягким и расслабленным, как у тряпичной куклы.

Ты лежишь в траве совершенно безмятежно. Недалеко от тебя играют маленькие дети. До тебя доносится их смех. Ой! Вдруг какой-то маленький мальчик упал рядом с тобой. Он ударился коленкой о камень и заплакал. Ты вскакиваешь и подбегаешь к нему. Тебе хорошо, оттого что ты можешь помочь другому.

Помоги этому мальчику встать. Осмотри его небольшую ранку. Скажи ему, что кровь сейчас перестанет течь. Положи свою руку ему плечо... Смотри, мальчик перестает плакать, он уже почти совсем успокоился. Тебе хорошо, оттого что малышу стало лучше... Что еще ты сделаешь для того, чтобы вернуть ему хорошее самочувствие? (30 секунд.)

Скажи самому себе: "Я уже большой и могу помогать другим. Я помогу другим, а когда надо будет, другие помогут мне".

Теперь ты можешь попрощаться с малышом и вернуться с летнего луга назад в класс. Немного потянись, выпрямись, подвигай пальчиками рук и ног. Энергично выдохни и открой глаза.

Анализ упражнения:

- Что еще ты сделал, чтобы помочь малышу придти в себя?
- Ощущаешь ли ты себя достаточно большим для того, чтобы помогать другим?
- Что ты можешь сделать для кого-нибудь из членов своей семьи, чтобы его обрадовать?
- Как тебе помогают родители или твои братья и сестры?
- Как ты чувствуешь себя после того, как кому-нибудь поможешь?

34. «Камушек в ботинке»

Когда мы сердимся, бываем чем-то озабочены или взволнованы, то сначала это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы вовремя позаботимся о том, чтобы вытащить его оттуда, то нога остается целой и невредимой, если же нет, то могут возникнуть проблемы, и немалые. Поэтому всегда полезно как взрослым, так и детям говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Если вы скажете нам: "У меня камушек в ботинке", то все мы будем знать, что вам что-то мешает и сможем поговорить об этом. Я хочу, чтобы вы сейчас хорошенько подумали, нет ли в настоящий момент чего-то такого, что мешало бы вам. Скажите тогда: "У меня нет камушка в ботинке", или: "У меня есть камушек в ботинке. Мне не нравится, что Максим (Петя, Катя) смеется над моими очками". Расскажите нам, что еще вас удручает.

Дайте ребенку поэкспериментировать с этими двумя фразами в зависимости от их состояния. Затем обсудите отдельные "камушки", которые будут названы.

35. «Я уникальный!»

Инструкция: Какие самые-самые приятные слова ты слышал о себе самом за всю свою жизнь? Говорил ли кто-нибудь тебе, что ты уникальный человек и неповторимая личность? Правильно ли будет сказать кому-либо: "Ты уникальный человек!"? Как можно доказать уникальность и неповторимость каждого человека?

Я хочу пригласить тебя в путешествие в страну фантазий, во время которого ты услышишь много прекрасных и приятных слов в свой адрес.

Сядь поудобнее и закрой глаза. Сделай три глубоких вдоха и выдоха и расслабься.

Ты знаешь о том, что в самой-самой глубине каждого из нас скрывается неповторимая и чудесная звезда? Эта звезда отличает нас от всех остальных людей. Ведь у каждого из нас звезда своя собственная. Некоторые звезды отличаются друг от друга по цвету, некоторые — по величине. Но каждый из нас несет в своей душе эту звезду, которая и делает его уникальным и неповторимым человеком. Давай разыщем твою собственную звезду.

Может быть, эта особенная звезда находится в твоей голове. Возможно, она скрывается в твоём сердце, в животе или где-то ещё. Как только ты обнаружишь свою чудесную звезду, тихонько подними РУКУ-

Подождите, пока ребенок подаст сигнал о том, что нашел свою чудесную звезду.

Прекрасно! Ты нашел свою звезду. Посмотри на нее повнимательнее. Какого она цвета? Какого размера? А теперь представь себе, какое счастливое и довольное лицо у твоей звезды. Ты видишь широкую улыбку на всем ее лице? А, может быть, ты видишь тихую и маленькую улыбку? Когда ты разглядишь улыбку на лице твоей звезды, снова тихонько подними руку.

Твоя звезда смеется или улыбается, потому что она знает одну большую и важную тайну. (Начните говорить более тихим и проникновенным голосом.) Осторожно-осторожно возьми свою звезду на руки, поднеси ее к уху и внимательно послушай, что она хочет сказать тебе. Пусть она расскажет тебе, благодаря чему ты такой уникальный и неповторимый человек. После того, как ты внимательно выслушаешь все, что скажет тебе твоя звезда, снова тихонько подними руку.

Снова дождитесь, когда ребенок подаст сигнал.

Теперь ты знаешь, почему ты такой уникальный и неповторимый человек. Теперь аккуратно погрузи свою звезду глубоко-глубоко на дно твоей души, туда, где ты и разыскал ее. Теперь она всегда будет напоминать тебе о твоей неповторимости и особенностях. Тихо-тихо скажи самому себе: "Я уникальный и неповторимый человек!"

А теперь ты можешь потянуться, поочередно напрягая и расслабляя все мышцы твоего тела. Попрошайся со своей звездой и постепенно открой глаза. Посмотри на всех окружающих тебя детей в классе и возвращайся к нам.

Анализ упражнения:

- Где ты нашел свою особую звезду?
- Есть ли у нее имя?
- Тебе она нравится?
- Что она сказала тебе?
- Теперь ты веришь в свою уникальность и особенность?
- Как ты себя сейчас чувствуешь?
- Хочешь ли ты время от времени слышать от других людей о том, что ты уникальный, особенный человек?

36.«Мои хорошие качества» Содержание игры: ребёнок в течение нескольких минут должен вспомнить свои лучшие качества. Затем нужно дать ему возможность высказаться, если он захочет.

После этого ребенку можно предложить вспомнить и показать жестами, что он лучше всего делает.

Телесно-ориентировочная психотерапия.

Данная техника применяется в программе для работы с детьми старшего дошкольного возраста (5—7 лет), ориентируясь на программу Ганичевой И. В «Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми», которая построена на основе целостного подхода к личности ребёнка, принципа единства и гармонии развития всех сфер его жизнедеятельности, с учетом естественной динамики развития ребёнка с основным акцентом на развитие его психомоторной функции.

Задача телесно-ориентированного подхода — распускание мышечных зажимов.

Мышечные зажимы организуются в семи основных защитных сегментах, которые располагаются в области глаз, рта, шеи, груди, диафрагмы, живота, таза. Основным способом распускания мышечных зажимов на соответствующем уровне является предварительное максимальное напряжение мышц основных сегментов тела. Вот пример — возбуждённый и беспокойный ребёнок, который, несмотря на усталость, никак не может успокоиться. Нередко приходится видеть, как пытаюсь успокоить расшалившегося ребёнка, родители или воспитатель усаживают его на стул, ограничивая тем самым его двигательную активность. Ребёнок в этом случае не может усидеть на месте. Взрослый может наказать малыша, накричать на него. Тогда ребёнок взрывается плачем, что заставляет его дышать глубже и даёт ему энергию для расслабления. Поэтому для достижения расслабления необходимо уделять внимание технике дыхания.

Важным моментом социализации ребёнка сегодня является его способность контролировать телесные проявления, что тесно связано с формированием основных черт психики. У ребёнка возникает ощущение возможности использовать своё тело как инструмент взаимодействия с окружающим миром. Он учится доверять своему телу, собственным впечатлениям, различать эмоции, усваивает приёмы самоконтроля.

Упражнения телесно-ориентировочной психотерапии.

1.«Глазки бегают по кругу»

Широко раскрыть глаза и максимально перевести взгляд влево -вправо, вверх - вниз, по диагонали. Затем сильно зажмурить глаза. После чего раскрыть их как можно шире (большим и указательным пальцами, оттягивая верхнее веко вверх, а нижнее вниз) и снова вращать глазами.

Глазки бегают по кругу: влево, вправо, вверх и вниз,

А затем еще по кругу пробежались друг за другом.

Не догнали - спрятались (зажмурить глаза).

Посидели, посидели, распахнулись, осмелели,
Стали круглыми, большими (максимально раскрыть глаза),
Снова бегают по кругу, друг за другом, друг за другом. **2. Упражнение «Гляделки»** Сидя напротив друг друга, смотреть в глаза друг другу, стараясь запомнить цвет глаз, угадать настроение (грустные они или веселые и т.д.). В группе можно устроить групповые гляделки». Дети садятся на стулья, расставленные в две шеренги друг против друга.

3. Упражнение «Пчела на носу» Сморщить нос, стараясь двигать им в разные стороны.

Села на нос мне пчела,
Не легка, не тяжела.
Я руками не машу,
Носом я ее толкну.
Я наморщил сильно нос,
А когда его расслабил,
То пчелы и след растаял.

При выполнении упражнения в работу включаются многие мышцы лица.

4. Упражнение «Надуваем и втягиваем щеки» Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы «задувая» свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы.

5. Упражнение «Рот на замочке» Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот «на замочек», сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их.

У меня есть свой секрет,
Не скажу его вам, нет (поджать губы).
Ох, как сложно удержаться,
Ничего не рассказав (4-5 секунд).
Губы все же я расслаблю,
А секрет себе оставлю.

6. Упражнение «Горошина» Прижать кончик языка к правой щеке и надавливать на нее. Пауза. Затем прижать кончик языка к левой щеке и надавливать на нее. Расслабить мышцы.

7. Упражнение «Сердитый язык» Упереть переднюю часть языка в верхние зубы. Затем расслабить мышцы.

С языком случилось что-то:

Он толкает зубы!

Будто хочет их за что-то

Вытолкнуть за губы.

8. Упражнение «Ленивая кошечка» Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнеся звук «а».

9. Упражнение «Лимон» Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно

сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем «бросить» лимон и расслабить руку. Выполнить то же упражнение левой рукой.

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю, сок лимонный выжимаю.

И всю руку напрягаю, сок до капли выжимаю.

Все в порядке, сок готов.

Я лимон бросаю,

А руку расслабляю.

10. Упражнение «Полное дыхание» Встать прямо или лечь на пол. Положить руки на верхнюю часть живота. Представить, что под ладонями - воздушный шарик. Вдох - шарик надувается, живот округляется. Продолжается вдох - воздух перемещается в грудь, и шарик надувается там, а в это время шарик на животе сдувается, так как живот втягивается. Задержать дыхание на несколько секунд. Затем медленно выдыхать, «выпуская воздух» сначала из верхнего «шарика», потом - из нижнего «шарика». Упражнение повторяется не более трех раз.

11. Массаж живота мячом Лечь на пол. Положить мяч себе на живот и катать его по животу, слегка нажимая, чтобы почувствовать его прикосновение.

12. Упражнение «Наш веселый, звонкий мяч» Присесть и прыгать вперед на полусогнутых в коленях ногах, как мячик.

Игры с песком (арт-терапия).

Правила игры с песком:

1. Нельзя брать песок в рот - можешь подавиться!
2. При игре с песком у детей всегда должны быть чистые ручки и носики.
3. Нельзя бросать песок в лицо – можешь повредить глаза!
4. Нельзя вдыхать песок - можешь задохнуться!
5. После игры с песком – помой руки!

1. Здравствуй, песок!

Ход игры: Психолог просит по-разному «поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка. Ребенок:

- дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;
- легко/с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу;
- дотрагивается до песка всей ладошкой — внутренней, затем тыльной стороной;
- перетирает песок между пальцами, ладонями.

В последнем случае можно спрятать в песке маленькую плоскую игрушку: «С тобой захотел поздороваться один из обитателей песка — ...»

Старшие дети описывают и сравнивают свои ощущения: «тепло — холодно», «приятно — неприятно», «колючее, шершавое» и т.д.

2. Песочный дождик

В сказочной стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это происходит.

Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.

Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями.

2. Игра «Норки-холмики»

Ребенок каждым пальцем поочередно, затем всеми сразу делает дырочки в песке — жилище для мышки, лепит холмики — жилище для черепашки.

3. Песочный ветер

Оборудование: Песочница, трубочки для коктейля.

Ход игры: Малыши учатся дышать через трубочку, не затягивая в нее песок. Детям постарше можно предложить сначала сказать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожелание песочной стране, «задувая его в песок», можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля.

Данное упражнение можно комбинировать с ароматерапией (однако ароматерапию имеют право использовать психологи, прошедшие определенную подготовку в этом направлении). Ребенок вдыхает запах специально подобранной для него ароматической смеси (тонизирующей или расслабляющей). При выдохе ребенок легко дует на свои ладони с песком, сдувая его в песочницу.

4. Необыкновенные следы

Оборудование: Песочница.

Ход игры: «Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» — ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки-паучки» — ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом — «жучки здороваются»).

«Крокозябла» — ребенок оставляет на песке самые разнообразные следы, придумывает название для фантастического животного, которое оставило такие следы (впоследствии это животное можно нарисовать и сделать его жителем песочной страны).

Игры на поверхности мокрого песка

Желательно, чтобы ребенок уже знал свойства сухого песка и игры с ним.

В нашей песочной стране иногда идут дожди, появляются настоящие реки и озера. Хочешь посмотреть, как это происходит?

Взрослый делит песок в песочнице на две части и показывает ребенку способы увлажнения песка:

5. Игра «Норки-холмики»

Ребенок каждым пальцем поочередно, затем всеми сразу делает дырочки в песке — жилище для мышки, лепит холмики — жилище для черепашки.

6. Секретные задания кротов

Оборудование: Песочница.

Предварительно необходимо познакомить ребенка с животными, обитающими под землей.

Сегодня наши руки могут превращаться в кротов. Вот так. (Взрослый взмахивает руками и складывает их «уточкой», показывая ребенку нарисованные на костяшках пальцев глаза, нос и два зуба.) Хочешь превратить свои ручки в кротов? Надо помочь моему кроту выполнить важное секретное задание под землей. (По желанию ребенка взрослый аккуратно рисует нос и глазки на костяшках его пальцев). Ну, что погружаемся в песок? Смотри и делай, как мой крот.

Взрослый погружает одну руку в песок, шевелит ею под песком (обращает внимание ребенка на изменения поверхности песка), а затем осторожно раскапывает каждый палец. Затем то же самое проделывает ребенок. После этого они раскапывают руки друг друга (можно дуть на песок, использовать перышко, палочки, кисточки).

Вариант: все действия осуществлять с закрытыми глазами — искать в песке пальцы друг друга, пожимать их (кроты здороваются ласково или с силой пожимают друг другу лапки).

7. Песочные прятки

Оборудование: Песочница, картинки, сказочные персонажи, миниатюрные фигурки.

Ход игры: Первый вариант

Психолог: игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе игрушки. Ты закроешь глаза, а они спрячутся в песок, а после того как я скажу: «Открываются глаза, начинается игра», ты должен их найти в песке. Ты можешь раздувать песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки.

Чтобы разнообразить игру, взрослый показывает ребенку игрушку — «мину», которую нельзя полностью откапывать. Как только при раскопках ее часть появилась на поверхности песка, ребенок должен остановить свои раскопки и продолжить их в другом месте. Если ребенок забывает правило, он отрабатывает игровой штраф, поэтому он будет вынужден раскапывать игрушки очень осторожно.

Второй вариант

Для игры необходимо иметь ламинированные картинки из разных сказок и сказочные персонажи, их можно изготовить самостоятельно, обернув скотчем яркие картинки из детских книжек. Для игр с малышами используют цветные картинки с четким изображением (на начальном этапе — несложные для восприятия, с изображением одного предмета). Для развития поисковой активности происходит постепенное усложнение изображения. Так, для старших дошкольников изображение может быть черно-белым, силуэтным.

Предварительно взрослый беседует с ребенком о его любимых сказках и героях, о причинах положительного и отрицательного отношения к разным героям.

Психолог: в песке любят прятаться сказки и сказочные герои. Давай сыграем с ними в песочные прятки. Закрывай глаза и скажи волшебные слова: «Раз, два, три, сказка приходи». (Взрослый закапывает в песок картинку из хорошо знакомой ребенку сказки. Для малышек оставляют видимым уголок картинки.) Бери кисточку и начинай искать в песке эту сказку. Чтобы сказку не спугнуть, раскапывай ее медленно, осторожно. Ты очистил от песка часть картинку: как ты думаешь, какая это сказка?

Ребенок постепенно открывает картинку, на каком-то этапе он в состоянии назвать сказку или сказочного персонажа. Если он не может догадаться и назвать сказку по элементам картинку, можно ввести обучающий этап. Ребенок сам закапывает картинку в песок, а взрослый откапывает ее и вслух рассуждает, анализирует увиденное.

8.Отпечатки

Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делать с помощью формочек. Используют формочки, изображающие животных, транспорт, различные по величине геометрические фигуры и т.п. Взрослый и ребенок по очереди делают отпечатки на мокром песке. Затем ребенок по словесной инструкции или по нарисованному взрослым плану изготавливает серию отпечатков, комментируя процесс.

В таких играх можно использовать задания на классификацию предметов, например — только геометрические формы, только животные.

9.Узоры на песке 1 вар.

Оборудование: Песочница, природный материал: камешки, шишки и др..

Ход игры: Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры (в соответствии с возрастными нормами освоения), простые/сложные узоры (прямые и волнистые дорожки, заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор взрослого. Вариант: взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор.

Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладывания в заданной последовательности предметов, например камешков, желудей, больших пуговиц и пр.

Психолог: Сегодня мы с тобой будем украшать наш песочный дом. Посмотри, какие узоры на песке можно нарисовать. Нарисуй, как я. Придумай свой узор, рисунок. В верхней части песочницы будут узоры из кругов, а внизу — из треугольников.

Узоры на песке 2 вар.

Оборудование: Песочница, миниатюрные фигурки.

Так как на мокром песке получаются более четкие узоры, дорожки, то их можно использовать в играх на классификацию. Например, по волнистой дорожке идут только люди, по прямой дорожке едут только машины, а на заборчике сидят только птицы — ребенок выбирает нужные фигурки или картинки и ставит их на указанную дорожку. Впоследствии можно развить сюжет и сочинить мини-сказку «Кто, куда, зачем и что случилось?».

10.Песочный круг

Оборудование: Песочница.

Ход игры: Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, пуговицами, монетами, бусинами. Ребенок может дать название своему «песочному кругу». Те же манипуляции он производит с отпечатками своих ладоней, при этом может сочинить историю о каждом пальчике: «Кем он был раньше, кто он сейчас, кем он будет в будущем».

11. Норки для мышки

Цель: Развитие мышления, моторики.

Оборудование: Песочница, миниатюрные фигурки, совочек.

Ход игры: Ребенок вместе со взрослым копает небольшие ямки - норки руками или совочком. Затем педагог обыгрывает постройку с помощью игрушки. Например, педагог берет игрушечную мышку в руки, имитируя ее писк. Затем ее "мышка-норушка" пробирается в каждую норку и хвалит ребенка за то, что он сделал для нее замечательные домики. Домики можно делать и для других игрушек - зайчиков, лисят, медвежат и пр.

12. Угадай на ощупь

Оборудование: Песочница, миниатюрные фигурки.

Ход игры: Малыш отворачивается, а вы в это время прячете в песок игрушку. Задача ребенка найти в песку игрушку и отгадать на ощупь, что это. Затем поменяйтесь ролями.

13. Заборчики

Оборудование: Песочница, миниатюрные фигурки, камешки.

Ход игры: Малыш руками лепит заборчики по кругу. За таким забором можно спрятать зайку от злого серого волка. "Волшебные отпечатки на песке" Педагог и малыш оставляют отпечатки своих рук и ног на мокром песке, а затем дорисовывают их или дополняют камешками, чтобы получились веселые мордочки, рыбки, осьминожки, птички и т.д.

14. Мы создаем мир

Ход игры: Взрослый показывает способы построения в песочнице разнообразных живых и неживых сообществ — город, деревня, лес, река, озеро, остров, а затем в игровой форме побуждает ребенка строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества. (тема построений может соответствовать теме занятий в группе).

15. Первый урок волшебства: лес, поляна и их обитатели

Оборудование: Песочница, миниатюрные фигурки, игрушечные деревья, цветы, грибы.

Психолог: сегодня ты превращаешься в маленького волшебника, но даже волшебство не совершается просто так. Сейчас Песочная фея наколдует лес, она произнесет волшебные слова: «Елки, березки, боровики». Ты должен закрыть глаза и подождать немного, только без разрешения глаза не открывай. (Ребенок закрывает глаза, психолог бесшумно засаживает песок игрушечными деревьями, цветами, грибами.) Открой глазки и посмотри — как красиво, интересно это у нее получилось! У феи есть замечательные помощники — пальцы (педагог сжимает-разжимает пальцы, «ходит» ими по песку, выкапывает ямки, ребенок делает то же). Попроси свои пальчики помочь тебе в колдовстве. А теперь ты произнеси те же волшебные слова, что

и фея, и наколдуй другой лес. Какие животные живут в лесу? Пригласи их в свой лес.

Если ребенок неправильно воспроизвел «волшебные слова», часть игрушек взрослый прячет, вновь повторяет слова. После «посадки леса» взрослый может вводить для запоминания еще несколько дополнительных слов, связанных с сюжетом, например название дерева, цветка, гриба (не более трех-четырёх новых слов).

16. Второй урок волшебства: море, река, озеро и их обитатели

Ход игры: Задание формулируется так же, как и в первом уроке. Меняются персонажи, способы создания ландшафта, «волшебные слова». Количество и сложность запоминаемых слов должны соответствовать возрасту ребенка.

Третий урок волшебства: город и его жители, профессии и службы.

Четвертый урок волшебства: деревня и ее жители.

Пятый урок волшебства: космическое путешествие; встреча с инопланетянами.

Ход игры: Этот урок может иметь диагностическое и коррекционное значение в работе с застенчивыми и агрессивными детьми.

17. Мы едем в гости.

Ход игры: Взрослый в игровой форме знакомит ребенка с пространственными представлениями (или закрепляет знания): «верх – низ», «право – лево», «над – под», «из-за — из-под», «центр, угол». Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит, прыгает, ползает» по песку, изображая различных персонажей.

Психолог: мы идем в гости к зайчику. Где живет заяц? (Заяц живет в лесу, потому что это дикое животное.) В каком углу песочницы растет лес? (Ребенок отвечает «в верху песочницы».) Кто живет рядом с зайчиком? (Перечисляются и помещаются в песочницу фигурки или картинки диких животных.) С кем дружит зайчик? Кого боится зайчик? Чем нас заяц угостил? Что мы пожелаем зайчику?

18. Цветные заборчики

Оборудование: Песочница, счетные палочки (по десять красных, синих и зеленых), миниатюрные фигурки.

Ход игры: На столе попеременно лежат счетные палочки разных цветов. Взрослый просит ребенка выбрать из них синие палочки и построить заборчик синего цвета. Потом — красные палочки и построить заборчик красного цвета. Можно предложить ребенку построить один большой забор, чередуя палочки по цвету.

19. Детские секретки

Оборудование: Песочница, набор миниатюрных игрушек, бумага, ручка.

Ход игры: Дети вместе со взрослым чертят карту-схему с условными изображениями дерева, реки, гор, леса, домов. Ребенок по данной схеме строит песочную картину. Ребенка просят отвернуться, а в это время взрослый прячет секретки на различных участках картины. На карте-схеме в том месте, где спрятаны секретки, ставится точка. Ребенок поворачивается и отыскивает секретки, следуя карте-схеме.

Игру можно усложнить. Ребенок прячет секретки сам и отмечает их местонахождение на карте-схеме. Взрослый отыскивает.

20. Город, где мы живем.

Оборудование: Две песочницы, миниатюрные фигурки.

Ход игры: Две группы детей строят родной город, каждая — в своей песочнице. Затем участники по очереди рассказывают о том, что построили. Команды задают друг другу вопросы, обмениваются впечатлениями об услышанном.

21. Следы

Оборудование: музыкальный инструмент (треугольник, бубен, металлофон или колокольчик), поднос с песком.

Ход игры. Вы просите ребенка послушать и сказать, сколько раз вы ударите по треугольнику, а затем показать это количество на пальцах. Потом вы просите оставить на песке следы кончиков тех пальцев, с помощью которых он показывал количество услышанных ударов. После этого вы вновь ударяете по треугольнику (столько же раз), а ребенок одновременно с ударами считает количество следов от пальчиков. Задание дается полностью, но при необходимости оно может предлагаться поэтапно. Отдельные части игрового задания повторяются два-три раза.

Взрослый говорит ребенку: "Посмотри, какой у меня музыкальный инструмент. Это треугольник (бубен, колокольчик или др.). С его помощью можно извлекать разные звуки. Я буду ударять по нему, а ты считай, сколько звуков ты услышишь. Назови, сколько ты услышал звуков, покажи на пальчиках. Держи пальчики, не опускай! А теперь окуни их в песок кончиками вниз. Я снова столько же раз ударю по треугольнику, а ты считай "следы" от пальчиков. Правильно ли ты показал?".

22. Спрячь игрушки

Оборудование: песочный ящик, поднос, мелкие пластмассовые игрушки или природный материал.

Ход игры. Взрослый говорит ребенку: "Посмотри, какие игрушки лежат на подносе. Попробуй спрятать, закопать их в песок так, чтобы они расположились по всему ящику. Потом мы вместе будем их искать. (Малыш закапывает игрушки, а вы, если нужно, помогаете, затем вместе отыскивает их и называете.) Мы с тобой прятали и находили игрушки, а теперь послушай, сколько игрушек я попрошу тебя спрятать. Я буду хлопать в ладоши, а ты возьмешь столько игрушек, сколько хлопков услышишь. Потом ты спрячешь их в песке. Но сначала я посмотрю, сколько игрушек ты взял". (Малыш показывает выбранное количество игрушек, а затем прячет их в песке).

После того как ребенок отберёт нужное количество игрушек (природного оборудования), спрячет их в песке, вы предлагаете достать из песка столько игрушек сколько вы попросите. Обратите внимание ребенка на то, что вы будете просить достать определенное количество игрушек не словами, а хлопками, то есть хлопнете в ладоши, а ты считай мои хлопки, а потом достань из песка столько игрушек, сколько хлопков ты услышишь. Игрушки положи на поднос около себя". Игра повторяется несколько раз со сменой количества игрушек.

23. Нарисуй картинку пальцами.

Оборудование: песочница с мокрым песком, палочки, камушки, веточки для украшения «песочных» рисунков.

Психолог предлагает ребенку вспомнить, на чем рисуют художники свои картины. Предлагает представить, что мы художники по «песочным» картинам, а вместо кистей у нас - пальчики. Устраивается конкурс «песочных» картин. Ребенок проговаривает вслух свои действия и украшает работы бросовым оборудованием.

24. Волшебный клад.

Оборудование: песочница с мокрым песком, «волшебный клад», набор игрушек из «киндер-сюрприза», плоскостные зрительные ориентиры, кукла-волшебница.

Ход игры. В руках педагога – психолога кукла-волшебница из Страны Чудес. Психолог говорит, что волшебница очень любит делать сюрпризы. Пролетая над волшебным полем (песочницей), она заколдовала его, спрятав там много интересных сюрпризов. Но это еще не все. Где-то спрятан волшебный клад. Искать надо двумя пальчиками, строго по указаниям волшебницы. Победит тот, кто первым отыщет и сюрпризы, и клад.

Дети ищут по одному, проговаривая вслух план поиска клада.

25. «Чувствительные ладошки»

- Положит ладоши на песок, закрой глазки, почувствуй, какой он.
- Открой глазки, расскажи, что ты чувствовал.
- Сделай то же самое, повернув ладошки другой стороной. Расскажи о своих ощущениях.
- Скользи по поверхности песка как змейка или как машина.
- Пройдись ладошками, как слон, как маленький слонёнок, как быстрый зайчик.

карточка №2

- Оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней.
- Создать узоры и рисунки - солнышко, бабочка, буква А или целое слово.
- «Пройтись» каждым пальчиком правой и левой руки поочередно.
- Просеять песок сквозь пальцы или щепоткой высеять дорожку из контрастного по фактуре песка.

карточка №3

- Разложить на песке в особой логической очерёдности разные по структуре и размеру камни и природные материалы.
- Провести фигурку по песочным дорожкам-лабиринтам.
- Посчитать камешки и решить на песке математическую задачу.
- Выложить фишками геометрическую фигуру.
- Просеять песок через сито, нарисовать узор кисточкой или палочкой, просеять песок через систему воронок и т.д.

карточка №4

- Можно "поиграть" на поверхности песка, как на пианино или клавиатуре компьютера.
- Песочницу можно использовать для нахождения животных, предметов, определенной буквы, изготовленной из пластмассы и закопанной среди прочих в песке (вариация игры "Волшебный мешочек").

Игры на снижение страхов.

1.Упражнение «Страх»

Это одна из первых эмоций, которую испытывает новорожденный младенец; связана с ощущением опасности. Уже в первые месяцы жизни ребенок начинает пугаться, сначала резких звуков, затем незнакомой обстановки, чужих людей. С ростом ребенка часто вместе с ним растут и его страхи. Чем больше расширяются знания малыша, и развивается фантазия, тем больше он замечает опасностей, которые подстерегают каждого человека. Грань между нормальным, охранительным страхом и страхом патологическим нередко оказывается размытой, но в любом случае страхи мешают ребенку жить. Они его тревожат и могут вызвать невротические расстройства, которые проявляются в виде тиков, навязчивых движений, энуреза, заикания, плохого сна, раздражительности, агрессивности, плохом контакте с окружающими, дефиците внимания. Это далеко не полный перечень неприятных последствий, к которым приводит не преодоленный детский страх.

Страхам особенно подвержены ранимые, чувствительные, повышено самолюбивые дети. Самые распространенные страхи у дошкольников – это страх темноты, ночных кошмаров, одиночества, сказочных хулиганов, бандитов, войны, катастроф, уколов, боли, врачей.

Помочь ребенку преодолеть появившиеся страхи должны взрослые.

2.Упражнение «Одень страшилку».

Психолог заранее готовит черно-белые рисунки страшного персонажа: Бабу- Ягу. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленький кусочек и размазывает его внутри страшилки. Когда он «оденет» страшилку, он рассказывает о ней что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто его боится?

3.Упражнение «Дорисуй страшного».

Ведущий заранее готовит незавершенные черно – белые рисунки страшного персонажа: скелета... Он дает ребенку и просит дорисовать его. Затем ребенок показывает рисунки и рассказывает истории про них.

4.Упражнение «Азбука настроений».

Посмотри, какие картинки я тебе принесла (кошка, собака, лягушка). Все они испытывают чувство страха. Подумай и реши, кого из героев сможешь показать ты. При этом надо сказать о том, чего боится твой герой и чего надо сделать, чтобы его страх пропал.

5.Упражнение «Конкурс боюсек».

Ребенок и взрослый быстро передает друг другу мяч и при этом заканчивает предложение: «Дети боятся... »

6.Упражнение «Рыбаки и рыбка».

Выбирается две рыбки. Остальные участники встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки – образуя собой «сеть». Ведущий объясняет детям, что маленькая рыбка случайно попала в сеть и очень хочет выбраться. Рыбка знает, что это опасно, но впереди ее ждет

свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом задевают ее по спине, слегка поглаживают, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подругу, ползущую за ней, они вместе берутся за руки и становятся сетью.

7.Игра «Пчелка в темноте»

Ход игры: пчелка перелетала с цветка на цветок (используются детские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты, мягкие модули). Когда пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка. Используется детский столик или высокий стул (табуретка, под который залезает ребенок. Незаметно наступила ночь, и лепесточки стали закрываться (столики и стулья покрываются материей). Пчелка проснулась, открыла глаза и увидела, что кругом темно. Тут она вспомнила, что осталась внутри цветка и решила поспать до утра. Возшло солнышко, наступило утро (материя убирается, и пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок. Игру можно повторять, усиливая плотность ткани, тем самым увеличивая степень темноты. Игра может проводиться с одним ребенком или с группой детей.

8.Упражнение «Воспитаи свой страх».

Ребенок вместе с психологом придумывает, как воспитать страх, чтобы сделать страшилку доброй, пририсовать ей воздушные шары, нарисовать улыбку, или сделать страшилку – смешной. Если ребенок боится темноты, нарисовать свечку и т. д.

9.Упражнение «Мусорное ведро».

Ведущий предлагает рисунки страхов разорвать на мелкие кусочки и выбросить в мусорное ведро, тем самым, избавляясь от своих страхов.

Игры на снижение тревожности.

1.«Игра в рисунок».

Психолог начинает рисовать какой – либо рисунок (дом, дерево, реку и т.д) и начинает его комментировать, как бы рассказывая историю и одновременно дорисовывая детали к своему рисунку, соответствующие рассказу. Перед каждым действием (рисованием следующей детали) ребенку задаются вопросы о том, что он думает, как дальше будут развиваться события. Необходимо, чтобы рассказ был для ребенка понятен и доступен. Занятие пройдет более эффективно, если история не будет касаться сказочных героев, о которых у ребенка сложились определенные представления. Если ребенок не идет на контакт, то можно попробовать изображать рисунок, как загадку или ребус и попросить помощи, что может стимулировать интерес.

«Игра в рисунок» дает возможность установить положительные отношения между педагогом и ребенком.

2. «Разрывание бумаги».

Эта игра способствует снижению напряжения, дает ребенку возможность выразить эмоции и снизить состояние тревоги.

Для работы нужна любая бумага или газеты. Не объясняя правил, социальный педагог начинает рвать бумагу, бросая ее в середину комнаты, и предлагает ребенку делать то же самое. Если ребенок не подключается к работе, его нельзя заставлять. Педагог продолжает разрывать бумагу, не обращая внимание на ребенка. Как правило, дети включаются в игру. Когда куча становится большой, ребенку предлагается поиграть с кусочками. Педагог начинает подбрасывать кусочки вверх, разбрасывает их по комнате. Можно делать кучки и прыгать на них, можно обсыпать ими друг друга. Возможно, ребенок сможет предложить новые варианты использования этих кусочков.

К этому занятию можно подключать родителей ребенка, являющихся источником повышения тревожности у ребенка

3. «Игра с секундомером»

Материал: секундомер, фишки, принадлежности для рисования, кубики.

Ребенку дается 10 фишек и кубики. За 10 минут он должен построить башню, не отвлекаясь. За каждое отвлечение у ребенка берется одна фишка, а если он справляется с заданием, то ему дается еще 10 фишек. Набрав 30 фишек, ребенок может получить приз. Со временем игра может усложниться. Педагог начинает мешать ребенку, задавая вопросы, и укорачивает срок до 5 минут.

Игра позволяет ребенку поверить в собственные силы и учит рационально распределять свое время, что снижает уровень тревожности.

4. Игра «Представь, что ты это можешь».

Вырабатывается уверенность ребенка в собственных силах.

Ребенку предлагается показать, как будто он умеет что-то сложное (завязывать шнурки). В воображаемой игровой ситуации ребенок чувствует себя более свободно и не опасается неудачи.

Игра 5. «Игра с глиной (пластилином, тестом)».

Позволяет выразить значимые для ребенка темы, сохраняя высокую степень контроля над материалом. Также ребенку предлагаются другие предметы: формочки, скалка, изобразительные и поделочные предметы (камушки, перья, тряпочки, зубочистки, карандаши, молоток, пластмассовый нож и т.д.)

Сначала ребенок может изучить свойства материалов. Психолог тоже может играть. Затем ребенок переходит к созданию образов.

Снижается уровень тревожности, ослабляется и снимается эмоциональной и физическое напряжение.

Игра 6. «Волшебный ковер».

Материал: маленький легкий коврик, на котором ребенок мог бы уместиться лежа, сидя и легко перемещать его.

Психолог говорит, что коврик волшебный и превращается в различные места (больницу, садик), предметы (кровать, ванна и т.д.) и сам включается в игру, беря на себя роль мамы, врача, воспитателя и т.д.

Игра 7. «Спрятанные проблемы».

Большинство тревожных детей скрывают тревожные переживания. Здесь ребенок может проявить свои чувства, снизить тревожность и подготовиться к играм второго цикла.

Материал: пустая емкость с крышкой (ящик, коробка), фломастеры, бумага. В крышке проделывается отверстие. Ребенку предлагается нарисовать, что или кто его тревожит и спрятать это в коробку. Если у ребенка не достаточно развиты изобразительные навыки, можно предложить ему рассказать о проблеме, «положить» рассказ на бумагу, «завернуть» и убрать в коробку («почтовый ящик»).

После занятия можно спросить у ребенка, что он хочет сделать с содержимым коробки. Если он затрудняется с ответом, нужно предложить разные варианты – выбросить, порвать, сжечь, смять и т.д.

Игра 8. «Чувства».

Материал: кубики с нарисованными на них лицами, изображающими различные чувства (радость, злость, печаль, веселье, обида и т.д.)

Педагог знакомит ребенка с чувствами на изображениях. Затем просит ребенка показывать кубик и называть чувство. Не обязательно, чтобы было названо именно то, чувство, которое было закреплено за изображением. Потом ребенок берет любой кубик, называет чувство и строит из них башню. Усложняя, педагог просит ребенка не только называть чувство и строить, но и рассказывать, когда ребенок сам испытывал это чувство (в какой ситуации).

Игра 9. «Мир чувств».

Материал: 8 листов бумаги, маркер, фишки.

Ребенка просят перечислить знакомые ему чувства. Психолог схематично фиксирует эти чувства на бумаге (грусть – слеза, радость – улыбка и т.д.), прежде всего, стараясь выявить те чувства, которые связаны с имеющимися проблемами ребенка. Ребенку можно помогать. После того, как все листы заполнены, педагог располагает их перед ребенком и начинает рассказывать какую-либо историю. При этом он кладет фишки на те картинки, которые соответствуют его чувствам. Задание можно усложнить с помощью фишек, передавая интенсивность и силу чувства: чем сильнее чувство, тем больше фишек на картинке.

Следующие истории ребенок рассказывает сам, а педагог кладет фишки на соответствующие рисунки. Если чувств не хватает, их можно дорисовать.

Позволяет разобраться в причинах, которые вызывают у ребенка тревожность.

Игра 10. «Направленная визуализация».

В основе игры лежит метод релаксации.

Ребенок получает контроль над своим телом и чувствами, но только при условии, что он способен к последовательному выполнению простых заданий и не сопротивляется релаксации.

Конечная цель – овладение навыками саморегуляции.

Ребенок садится в кресло. Педагог просит его сконцентрироваться поочередно на каждой группе мышц, расслабляя и напрягая их. В конечном итоге достигается расслабление всех мышц.

Игра 11. «Сочинение историй с помощью предметов».

Материал: 5-6 предметов (могут быть игрушки).

Предметы кладутся перед ребенком, и ему предлагается придумать о них историю, которая должна быть интересной и чему-то учить. Ребенок выбирает предмет и начинает рассказывать, во время чего педагог может проанализировать, с каким героем ребенок идентифицирует себя, какие приписывает ему чувства и поступки, насколько они реальны. Затем педагог пересказывает историю, придуманную ребенком.

Ребенку предоставляется возможность понять свои чувства и осознать последствия своих действий. Эта игра дает большой терапевтический эффект, так как ребенок без каких-либо эмоциональных затруднений рассказывает о своих проблемах, о том, что происходит в его жизни.

Игра 12. «Стройка».

Материал: кубики.

Психолог объясняет ребенку, что они вместе будут строить дом (башню, забор и др.). Но прежде чем положить кубик каждый должен сказать, что его больше всего раздражает, нравится, расстраивает, пугает и т.д. Тематика может повторяться. Лучше чаще использовать те темы, которые позволяют ребенку больше рассказать о своей проблеме.

К игре можно подключить родителей.

Игра 13. «Фотоальбом».

Позволяет не травмирующим ребенка способом выяснить его чувства по поводу определенных событий и значимых людей, и помогает ему выразить свои чувства.

Материал: ножницы; клей; фломастеры; бумага; скотч и фотографии, на которых достаточно четко были бы изображены близкие родственники ребенка и жизненные ситуации, отражающие различные стороны жизни ребенка.

Фотографии раскладываются на полу. Психолог задает ребенку вопросы, касающиеся изображенных на фотографиях людей. Выявляются фотографии, которые ребенку почему-либо не нравятся. Психолог просит сделать так, чтобы они ему понравились: разрисовать их, вырезать людей, которые не нравятся, приклеить тех, которые нравятся и т.д. Измененные фотографии складываются в отдельный «фотоальбом».

Эту игру можно проводить несколько раз в течение всего процесса коррекции для отслеживания того, изменяется ли отношение ребенка к близким родственникам. Переделанные фотографии служат достаточным информационным материалом. С разрешения ребенка «фотоальбом» можно показать родителям.

«Винт»

Давай попробуем превратиться в винт. Для этого поставь пятки и носки вместе. По моей команде «Начали» будем поворачивать корпус то влево, то

вправо. Одновременно с этим руки будем свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ... Стоп!».

«Кулачки»

Ведущий: «Руки на коленях, сожми пальцы в кулачок, покрепче, чтобы косточки побелели.

Руки на коленях,

Пальцы в кулачки.

Крепко с напряжением

Сжатые они.

Пальчики сжимаем,

Снова разжимаем.

Девочки и мальчики,

Отдыхают пальчики!»

Игры на снижение гиперактивности.

«Найди отличие»

Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

«Ласковые лапки»

Взрослый подбирает 6–7 мелких – предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

«Кричалки–шепталки–молчалки»

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку» можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчанками».

«Гвалт»

Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав ее по словечку.

Желательно, чтобы до того как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

«Менялки»

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, который встает и выносит свой стул за круг, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем играющих. Далее ведущий говорит: «Меняются местами те, у кого... (светлые волосы, часы и т. д.). После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

«Разговор с руками»

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

«Говори!»

Скажите детям следующее. «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Давайте потренируемся: «Какое сейчас время года?»(Психолог делает паузу) «Говори!»; «Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?»... «Говори!»; «Какой сегодня день недели?»... «Говори!»; «Сколько будет два плюс три?» и т. д.»

«Час тишины и час «можно»

Договоритесь с детьми, что, когда они устанут или займутся важным делом, в группе будет наступать час тишины. Дети должны вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у них будет час «можно», когда им разрешается прыгать, кричать, бегать и т.д.

«Часы» можно чередовать в течение одного дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в вашей группе или классе. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены.

С помощью этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, которые взрослый адресует гиперактивно-му ребенку (а тот их «не слышит»).

«Замри»

В этой игре ребенку необходимо быть внимательным и суметь преодолеть двигательный автоматизм, контролируя свои действия.

Включается танцевальная музыка. Пока она звучит, ребенок может прыгать, кружиться, танцевать. Но как только выключается звук, игрок должен замереть на месте в той позе, в которой его застала тишина.

«Ожившие игрушки»

Спросить у ребенка, как он думает, что происходит ночью в магазине игрушек. Выслушать его версии и предложить представить, что ночью, когда нет покупателей, игрушки оживают. Они начинают двигаться, но очень тихо, не говоря ни слова, чтобы не разбудить сторожа. Теперь взрослый изображает сам какую-нибудь игрушку, например медвежонка. Пусть ребенок постарается угадать, кто это. Но ответ он должен не выкрикнуть, а нарисовать на листке, чтобы шумом не выдать игрушек. Затем пусть ребенок сам покажет любую игрушку, а взрослый старается отгадать ее название. Обратите внимание, что вся игра должна проходить в абсолютной тишине.

«Сиамские близнецы»

Скажите детям следующее. «Разбейтесь на пары, встаньте плечом к плечу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы сросшиеся близнецы: две головы, три ноги, одно туловище, и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то сделать, лечь, встать, порисовать, попрыгать, похлопать в ладоши и т.д.» Чтобы «третья» нога действовала «дружно», ее можно скрепить либо веревочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинками, головами и др.

«Зеваки»

Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры. Игру можно проводить под музыку или под групповую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное слово песни (оговоренное заранее).

«Колпак мой треугольный»

Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы:

Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак.

А если не треугольный, то это не мой колпак.

После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак» заменяют его жестом (например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова:

слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем повторе дети изображают только жестами всю фразу.

Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

«Слушай команду»

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание. Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям – успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

«Расставь посты»

Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т. д.). Чтобы слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно.

«Король сказал...»

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять только в том случае, если он добавит слова «Король сказала. Кто ошибется, выходит на середину круга и выполняет какое-нибудь задание участников игры, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д. Вместо слов «Король сказал» можно добавлять и другие, например, «Пожалуйста» или «Командир приказал».

«Веселая игра с колокольчиком»

Все садятся в круг, по желанию группы выбирается водящий, однако, если желающих водить нет, то роль водящего отводится тренеру. Водящему завязывают глаза, а колокольчик передают по кругу, задача водящего – поймать человека с колокольчиком. Перебрасывать колокольчик друг другу нельзя.

«Запрещенное движение»

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно

называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять»-. Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

«Слушай хлопки»

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

«Давайте поздороваемся»

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

1 хлопок – здороваемся за руку;

2 хлопка – здороваемся плечиками;

3 хлопка – здороваемся спинками. Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

«Многоножки»

Перед началом игры руки находятся на краю стола. По сигналу педагога многоножки начинают двигаться к противоположному краю стола или в любом другом, заданном педагогом, направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

«Двуножки»

Игра проводится аналогично предыдущей, но в «гонках» участвуют только 2 пальца: указательный и средний. Остальные прижаты к ладони. Можно устраивать гонки между «двуножками» левой и правой руки, между «двуножками» соседей по столу.

«Слоны»

Средний палец правой или левой руки превращается в 4хобот», остальные – в «ноги слона». Слону запрещается подпрыгивать и касаться хоботом земли, при ходьбе он должен опираться на все 4 лапы. Возможны также гонки слонов.

Чтобы игра не превратилась в постоянное развлечение для детей и не мешала проведению других занятий, перед ее началом педагог должен четко сформулировать правила: начинать и заканчивать игру только по

определенному сигналу. Одним из сигналов может стать карточка из игры «Кричалки–шепталки–молчалки».

«Ловим комаров»

Скажите детям: «Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку, и к нам в группу налетело много комаров. По команде «Начали!» вы будете ловить комаров. Вот так! Педагог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребенок будет «ловить комаров» в своем темпе и в своем ритме, не задевая тех, кто сидит рядом. По команде «Стой!» вы садитесь вот так: педагог показывает, как надо сесть (на свое усмотрение). Готовы? «Начали!»... «Стоп!» Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные ноги вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь – снова за работу!».

Игры на снижение агрессии

Для детей 5-6 лет

Игра «Путаница»

Выбирается при помощи считалки водящий. Он выходит из команды, остальные дети берутся за руки и образуют круг. Не разжимая рук, они начинают запутываться - кто как умеет. Когда образовалась путаница, водящий заходит в группу и распутывает, также не разжимая рук детей.

Игра «Еж» «Хищники»

Дети превращаются в ежей, которые приготовились встретить опасность, защищаются иголками, сильно-сильно сжимаясь в клубочек. Но когда все неприятели разбегутся, ежи остаются в кругу друзей. Медленно они вытягиваются и греются на солнышке.

Игра «Хищники»

Дети выбирают для себя какой – либо образ хищника (тигра, льва, волка, рыси и т.д.), располагаются друг от друга на безопасном расстоянии. Хищники демонстрируют друг другу свою храбрость и силу. Показав свои возможности, хищники успокаиваются, уважая силу и достоинство каждого.

Игра «Хор»

Каждый ряд в группе получает свой звук для пения (а-о-и-у-е). Взрослый дирижирует, сближая ладони рук или удаляет их друг от друга, тем самым задавая громкость звучания. Громкость изменяется от максимальной до минимальной, плавно или скачкообразно. Заканчивается тихим пением.

Игра «Улей»

Все дети превращаются в диких пчел, которые тихо жужжат в своем улье. Но, почувствовав, что-то хочет забрать их мед, они усиливают жужжание, становятся сердитыми. Однако волнения напрасны и они успокаиваются.

Игра «Передай по кругу»

Дети передают по кругу (пантомимикой) горячую картошку, ледышку, бабочку и т.д.

Игра «Солнце»

Дети сидят за столами, Взрослый произносит слово «солнце», и дети медленно встают со своих мест, поднимают руки вверх, разводят их в стороны («лучики») и улыбаются друг другу.

Игра «Мой хороший попугай»

Дети сидят в кругу. Взрослый говорит: «Ребята! К нам в гости прилетел попугай. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прилететь к нам снова?». Дети предлагают свои ответы. Взрослый бережно передает попугая. Ребенок получивший его, должен прижать к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласково и передать соседу.

Игра «Волшебные шарики»

Дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «лодочки». Затем она вкладывает каждому ребенку в ладошки стеклянные шарики. «Возьмите шарик в ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и по очереди расскажите о чувствах, которые у вас возникли во время выполнения упражнения.

Игра «Маленькие приведения»

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых приведений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносит страшным голосом звук «У». если я буду тихо хлопать вы будете тихо произносить звук, а если громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые приведения и хотим только слегка пошутить.

Приветствия:

1. «Здравствуйтесь, ладошки».

Здравствуйтесь, ладошки (вращают ладошками) хлоп-хлоп-хлоп (3 раза хлопнуть)

Здравствуйтесь, ножки («пружинка») топ-топ-топ (3 раза топнуть)

Здравствуйтесь, щёчки (гладить щ. ладошками) плюх-плюх-плюх (3 раза хлопнуть ладошками)

Пухленькие щёчки (гладить кулачками) плюх-плюх-плюх (3 раза хлопнуть кулачками)

Здравствуйтесь, ушки (гладим ушки) ух-ух-ух (3 раза потянуть мочки ушей вниз)

Здравствуйтесь, губки (покачать головой) чмок-чмок-чмок (3 «поцелуйчика») –

Здравствуй, зубки (покачать головой) щелк-щелк-щелк (постучать зубами)

Здравствуй, мой носик (погладить нос) бип-бип-бип (3 раза нажать на кончик носа)

Носик-курносик (погладить нос) бип-бип-бип (3 раза нажать на кончик носа)

2. «Друг»

Собрались все дети в круг.

Я -твой друг и ты -мой друг!

Вместе за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся!

3.«Колокольчик»

Здравствуй, Настенька дзинь-дзинь

Здравствуй, Петенька дзинь-дзинь и т.д.

4. «Доброе утро».

Доброе утро глазки.

Вы проснулись?(потереть глаза , сделать из них бинокль и посмотреть друг на друга)

Доброе утро ушки.

Вы проснулись?(погладить уши и приложить к ушам как уши слона)

Доброе утро, дети!

Мы проснулись!

5.«Приветствие»

Утром солнышко встает (руки поднять вверх)

Всех на улицу зовет (сгибать руки в локтях в груди)

Выхожу из дома (показать рукой на себя)

«Здравствуй улица моя! (выпрямить руки в стороны)

Отвечаю солнцу я! (поднять руки над головой)

Отвечаю травам я! (опустить руки вниз)

Отвечаю ветру я! (поднять руки над головой и покачать ими)

Здравствуй, Родина моя! (взять друг друга за руки)

6. «Здравствуй»

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Использование сенсорной комнаты.Одной из таких технологий позволяющие оказывать комплексную коррекционную помощь в работе с детьми с ограниченными возможностями является технология использования среды сенсорной комнаты.

Сенсорная комната - это организованная особым образом окружающая среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и

вестибулярные рецепторы. В сенсорной комнате с помощью различных элементов создаётся ощущение комфорта и безопасности. Спокойная цветовая гамма обстановки, мягкий свет, приятная, тихая нежная музыка - все это создает ощущение покоя, умиротворённости. Созданные условия не только дают приятные ощущения, но и применяются для терапии. Не зря сенсорную комнату называют —комната-доктор

Пребывание в сенсорной комнате способствует:

- улучшению эмоционального состояния;
- снижению беспокойства и агрессивности;
- снятию нервного возбуждения и тревожности;
- нормализации сна;
- активизации мозговой деятельности;
- ускорению восстановительных процессов после заболеваний.

Сенсорная комната используется как дополнительный инструмент терапии и повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья детей с ОВЗ.

Основные цели и задачи работы в сенсорной комнате:

1. Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:

- снятие психоэмоционального напряжения;
- саморегуляция и самоконтроль;
- умение управлять своим телом, дыханием;
- умение передавать свои ощущения в речи;
- умение расслабляться, освобождаться от напряжения;
- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
- уверенность в себе.

II. Развитие коммуникативной сферы детей:

- эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
- формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
- преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

III. Развитие психических процессов и моторики детей:

- произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;
- память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности.

Требования к работе в сенсорной комнате:

Учитывая значительную интенсивность воздействия интерактивного оборудования на психику человека, использовать его в общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической практике необходимо выполняя все требования по охране безопасности жизнедеятельности и здоровья тех, кто в ней занимается. На занятиях применяются различные источники света, звуков. Поэтому перед началом основной работы

необходимо познакомить детей с каждым прибором, научить концентрировать на нём внимание, выполнять определённые действия, принимать удобные для занятия и наблюдения позы и т.д. Включение прожекторов и введение в занятие различных эффектов, воздействующих на восприятие, также требует постепенности и периодичности. Нельзя использовать большое количество интерактивных приборов одновременно, а также предлагать для одномоментного восприятия одинаковые по эффекту воздействия приборы. Необходимо гармонизировать сочетание включаемых приборов, направленных на развитие и коррекцию различных ощущений. Например, занятие с пузырьковой колонной, установленной на мягкой платформе, может сопровождаться спокойной мелодией, в то время как другие проекторы одновременно включаться не должны, поскольку каждый из них в зависимости от сюжета занятия требует мелодии, соответствующей скорости световых эффектов. Для проведения занятий с различными категориями детей в сенсорной комнате с использованием интерактивного оборудования необходимо получить рекомендации врача, изучить анамнез, выявить у них заболевания, связанные со зрительной, слуховой, интеллектуальной или двигательной патологией.

Ограничения: Осторожно следует подходить к занятиям с детьми, имеющими следующие проблемы:

- Астенические проявления. Активная стимуляция детей с астеническим синдромом к разнообразной деятельности часто приводит к быстрому их утомлению, поэтому занятия с ними нужно заканчивать до того, как наступил спад активности. Индивидуальная продолжительность занятий в данном случае меньше, чем для людей с нормальной работоспособностью. Время наращивается от 7 до 15-20 минут.
- Коммуникативные нарушения. Рекомендуется выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.
- Синдром гиперактивности (двигательной расторможенности) Для занятий с такими людьми в сенсорной комнате необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители.
- Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии. Занятия с детьми страдающими данными заболеваниями, проводятся только после консультации с врачом- психоневрологом. Больные эпилепсией приходят в помещение, когда один из осветительных приборов уже включён.
- Психоневрологические заболевания. Нежелательно проводить занятия с теми, кто проходит лечение различными психотропными препаратами.

Очень важно учитывать доброжелательное участие детей.

Оборудование сенсорной комнаты.

- кресло «Капелька»
- сухой бассейн

- сухой душ
- сенсорная тропа
- волшебная нить
- тактильная акустическая панель
- сенсорная черепаха
- световой стол
- набор компакт-дисков для релаксации.

Релаксационные упражнения.

1.Летняя ночь

Ложитесь поудобнее, расслабьтесь.

Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лицо, спину, руки и ноги... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным...

Дышим легко... ровно... глубоко... (2 раза)

Ласковый ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Гаснут звезды. Наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии...

Постарайтесь сохранить ощущение бодрости и радости на весь день.

1.Отдых на море

Представьте себе, что вы находитесь на берегу огромного синего моря. Вы лежите на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, шее, рукам, ногам — но всему телу... Ваши руки отдыхают... Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легкой свежестью. Вам тепло и приятно...

Лучики солнышка скользят по вашей коже, приятно согревая ее. Вы спокойно отдыхаете и... засыпаете.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали.

Хорошо вам отдыхать?

Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться,

Всемирно открыть глаза и встать!

3.Отдых в волшебном лесу

Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза.

Представьте себе, что вы находитесь в лесу, отдыхаете на мягкой зеленой траве. Вокруг вас много деревьев, кустарников. Растут яркие, разноцветные, очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Вы слышите пение птиц, шорохи травинки, шелест листьев деревьев.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Вам хорошо и спокойно.

Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

4. Водопад

Сядьте поудобнее, представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Вода чистая и теплая. Вам тепло и приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, рукам и ногам. Они стекают и продолжают свой бег дальше.

Постойте немного под водопадом — пусть вода омоет ваше лицо и тело, унесет прочь все страхи и неприятности. Пусть все ваши беды уплывут вместе с водой.

Ваши страхи, беды смыла и унесла с собой вода. Чистая теплая вода омыла вас.

Возьмите хорошее настроение с собой на весь день.

4. Радуга

Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза.

Представьте себе, что вы лежите на мягкой зеленой траве.

Над вами голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и передает вам свое настроение. Вы видите красный и оранжевый цвет.

Красный цвет дает вам тепло и силу. Вы становитесь сильнее, вам тепло и приятно.

Желтый цвет приносит радость. Солнышко тоже желтого цвета, лучики солнца вас гладят, и вы улыбаетесь.

Зеленый цвет — это цвет травы, листьев. Вам хорошо и спокойно.

Голубой и синий — цвета неба и воды. Голубой — мягкий и успокаивающий, освежающий, как вода в жару.

Запомните ощущения, которые приносил вам каждый цвет радуги, — пусть настроение у вас сегодня будет таким же разноцветным, как радуга.

5. Рыбки

Представьте себе, что вы — разноцветные рыбки и плаваете в теплой воде, мягко шевелите плавниками и хвостиком. Вы плывете над самым дном моря и видите красивые водоросли, разноцветные камешки на дне, других разноцветных рыбок. Вам хорошо и спокойно. Вы решили отдохнуть и опускаетесь на мягкий теплый песок на дне. Вы спокойно отдыхаете, отдыхают ваши плавники и хвое гик. Вам хорошо и приятно лежать на морском дне...

Вы отдохнули и поднимаетесь на поверхность моря. Улыбнитесь солнышку и с улыбкой откройте глаза. Пусть улыбка не покидает вас весь день!

6. Волшебный сон

Ложитесь поудобнее, закройте глаза. Начинается волшебный сон.

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, (2 раза)

Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают, засыпают... (2 раза)
Шея не напряжена И расслаблена...
Губы чуть приоткрываются,
Все чудесно расслабляется, (2 раза)
Дышится легко... ровно., глубоко.
Мы спокойно отдыхали,
Сном волшебным засыпали. Хорошо нам отдыхать!
Но уже пора вставать!
Крепче кулачки сжимаем И повыше поднимаем.
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза и встать!

7. Отдых в волшебном лесу (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами находимся в лесу, отдыхаем на мягкой зеленой травке. Вокруг нас много деревьев и кустарников. Растут разноцветные, яркие и очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Мы слышим пение птичек, шорох травинок, шелест листочков на деревьях. Дышим глубоко, ровно, легко... Теперь открывайте глазки, улыбнитесь друг другу и постарайтесь запомнить все, что видели в волшебном лесу.

8. Водопад (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Сядьте удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте себе, что мы с вами находимся под небольшим водопадом. Вода в нем чистая и теплая. Вам тепло и очень приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, ручкам и ножкам. Вода стекает и продолжает свой бег дальше. Давайте немного посидим под водопадом и представим, что вместе с водой от нас уплывают все страхи, грусть и неприятности. А мы остаемся сидеть чистыми, бодрыми, веселыми и полными сил. Мы благодарны водичке за то, что она омыла нас. Открывайте глазки и улыбнитесь друг другу

9. Радуга (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами лежим на мягкой зеленой травке. Над нами чистое голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и дарит нам свое настроение. Давайте посмотрим на ее цвета. Красный и оранжевый дают нам тепло и силу. Мы становимся сильнее, нам тепло и приятно. Желтый цвет дарит нам радость. Солнышко тоже желтого цвета, его лучики гладят нас, и мы улыбаемся. Зеленый цвет – это цвет травы и листьев. Нам хорошо и спокойно. Голубой

и синий – цвета неба и воды, мягкие и освежающие, как вода в жару. А теперь открывайте глазки и вставайте. Давайте протянем ручки к нашей радуге и запоем все ощущения, которые она нам подарила.

10. Полет к звездам (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Шум прибоя». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами летим к звездам... Они становятся все ближе, и мы с вами видим какие они большие и красивые. Звезды приветствуют нас своим сиянием. Почувствуйте как вам хорошо и тепло. Мы купаемся в лучах звездного света и нам становится очень радостно. Дышим легко и спокойно. Открывайте глазки и улыбнитесь друг другу.

11. Сердечки (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Стук сердца». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Послушайте ребята, что вы слышите? Тук-тук, тук-тук... Это тихонько бьются наши сердечки. Положите руку на грудь и почувствуйте... Тук-тук, тук-тук... Наши сердца полны добра и любви. Тук-тук, тук-тук... Мы слушаем как стучат наши сердца, и нам становится хорошо и спокойно. Радость наполняет наши сердца с каждым ударом. Дышим легко и спокойно. Откройте глазки и улыбнитесь друг другу. 44

12. Рыбки (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами разноцветные рыбки и плаваем в теплой воде, мягко шевеля плавничками и хвостиками. Мы плаваем над самым дном моря и видим красивые водоросли, разноцветные камешки на дне, других рыбок. Они радуются нам и улыбаются. Нам хорошо и спокойно. А теперь отдохнем и опустимся на мягкий теплый песок на дне моря. Нам хорошо и приятно лежать на морском дне. Мы отлично отдохнули и поднимаемся на поверхность моря. Улыбнитесь солнышку и с улыбкой откройте глаза. Пусть улыбка останется с вами на весь день!

13. Волшебный сон (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения «Ночная симфония». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Начинается волшебный сон. Реснички опускаются... Глазки закрываются... Мы спокойно отдыхаем, (2раза) Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко. Мои ручки отдыхают... Ножки тоже отдыхают... Отдыхают, засыпают... (2раза) Шея не напряжена И расслаблена... Губы чуть приоткрываются, Все чудесно расслабляется. (2раза) 45 Дышится легко, ровно, глубоко. Мы спокойно отдыхали, Сном волшебным засыпали. Хорошо нам отдыхать! Но уже пора вставать! Крепче кулачки сжимаем И повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

14. Солнечные зайчики (релаксатор) Звуковое сопровождение упражнения «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами отдыхаем на лесной полянке. Мы лежим на мягкой теплой траве, а с неба нам улыбается солнышко. Оно посылает нам свое тепло и ласково касается лучиками. А вместе с лучиками к нам прилетели озорные солнечные зайчики. Один зайчик прыгнул нам прямо на носик, он дарит нам радость и улыбку. Давайте очень аккуратно погладим его, чтобы не испугать зайчика. С носика зайчик прыгнул на щеку и подарил нам тепло и спокойствие, погладьте его тихонечко. Зайчику нравятся наши прикосновения. Он посидел еще немного на щеке и прыгнул нам на животик. Вы понравились солнечному зайчику и он подарил нам свою ловкость и силу. Давайте поблагодарим зайчика и нежно погладим его. Пришло время прощаться с солнечными зайчиками, помашите им рукой, откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

3-4 года

1. Упражнение «Солнечный лучик»

Мы играли, играли и немного устали. Присели отдохнуть и задремали. Но вот солнечный лучик:

коснулся глаз – откройте глаза; коснулся лба – пошевелите бровями; коснулся носа – наморщите нос;

коснулся губ – пошевелите губами; коснулся подбородка – подвигайте челюстью; коснулся плеч – поднимите и опустите плечи; коснулся рук – потрясите руками; коснулся ног – лягте на спину и подрыгайте ногами. Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся.

2. Упражнение «Муха»

Представьте, что ты лежишь на пляже, солнышко вас согревает, шевелиться не хочется. Вдруг муха прилетела и на лобик села. Чтобы прогнать муху, пошевели бровями. Муха кружится возле глаз – поморгай ими, перелетает со щеки на щеку – надувай по очереди каждую щеку, уселась на подбородок – подвигай челюстью.

3. Релаксация «Море»

Представьте себе, что вы находитесь на берегу огромного синего моря. Вы лежите на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, шее, рукам, ногам - по всему телу... Ваши руки отдыхают... Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легкой свежестью. Вам тепло и приятно... Лучики солнышка скользят по вашей коже, приятно согревая ее. Вы спокойно отдыхаете и... засыпаете.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали.

Хорошо вам отдыхать?

Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться,

Всем открыть глаза и встать!

4. Упражнение «Снеговик»

Представь себе, что мы оказались зимой на улице, снег на нас падал и падал, и вскоре мы превратились в снеговиков. (Дети разводят напряженные руки в стороны, надувают щеки, делают грустное лицо и неподвижно стоят на месте.) так простоял наш снеговик всю зиму, но вот пришла весна, пригрело солнышко, и снег начал таять. (Дети постепенно расслабляются, опускают руки, «обмякают, подставляют лицо солнцу» и приседают на корточки).

5. Игра с муравьем (на напряжение и расслабление мышц ног)

На пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегают по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом

положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз — в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают.

Повторить игру 2—3 раза.

6. Упражнение «Черепашка»

Представь, что мы превратились в маленьких черепашек. Наступила ночь. Черепашки спрятались под панцирями – втянули и опустили головки, прижали лапки к телу, закрыли глаза. Сладко спят черепашки. Но вот на смену ночи пришло утро. Солнечные лучи заглянули к черепашкам и стали их будить. Черепашки медленно просыпаются. Вот они осторожно пошевелили пальцами на лопатках, открыли глазки, медленно-медленно приподняли головки, вытянули шеи и с любопытством осмотрелись вокруг. Пора вставать – они распрямили лапки, привстали, потянулись к солнышку, подняли лапки вверх. Эх, до чего же ласковое, теплое солнышко сегодня! С добрым утром, черепашки!

7. Упражнение «Снежинка»

Представь себе, что с неба падают снежинки, а ты ловишь их ртом. А теперь снежинка:

легла на правую щеку – надуй ее;

легла на левую щеку – надуй ее;

легла на носик – наморщи нос;

легла на лоб – пошевелите бровями;

легла на веки – поморгай глазами и открой их.

Снегопад закончился.

8. Этюд «Из семени в цветок»

Взрослый «садовник» предлагает ребенку превратиться в маленькое сморщенное семечко (сжаться в комочек на полу, убрать голову и закрыть

ее руками). Садовник очень бережно относится к семенам, поливает их (гладит по голове и телу), ухаживает. С теплым весенним солнышком семечко начинает медленно расти (поднимаются). У него раскрываются листочки (руки свешиваются с головы и тянутся кверху), растет стебелек (вытягивается тело), появляются веточки с бутонами (руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент, и бутоны лопаются (резко разжимаются кулачки), росток превращается в прекрасный сильный цветок.

5-7 лет

1.«Коробка переживаний» релаксационное упражнение

Содержание упражнения: ведущий показывает небольшую коробку и говорит: « В эту коробку мы соберём сегодня все неприятности, обиды и огорчения. Если вам что-то мешает, вы можете прошептать это прямо в коробку. Я пущу её по кругу. Потом я её заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши переживания.

2.«Заряд бодрости» релаксационное упражнение

Содержание упражнения: дети садятся на пол, двумя пальчиками (большим и указательным) берутся за мочки ушей и массируют их круговыми движениями 10 раз в одну сторону и 10 раз в другую, приговаривая: «Мои ушки слышат всё!» После этого дети опускают руки и встряхивают ими.

Затем ставят указательный палец между бровей над носом. Массируют эту точку также по 10 раз в каждую сторону, приговаривая: «Просыпайся, третий глаз!» В конце упражнения встряхивают руки.

Затем собирают пальцы в горстку и массируют точку, которая расположена внизу шеи, со словами: «Я дышу, дышу, дышу!»

3.Массаж«Посещение зоопарка» (релаксационное упражнение)

Содержание упражнения: участники разбиваются по парам и встают друг за другом. Ведущий становится позади одного из участников о посещении зоопарка, массируя спину тому, кто стоит впереди.

1. В зоопарке утро. Служащий зоопарка чистит граблями дорожки (при помощи пальцев делать движения сверху вниз и справа налево).

2. Затем он открывает ворота зоопарка (рёбрами ладоней проводить направо и налево от позвоночника)

3. Приходят первые посетители (при помощи кончиков пальцев сбегать вниз по спине).

4. Они идут к вольеру с жирафами и смотрят, как они радостно прыгают (короткие, редкие сильные хлопки по спине).

5. Рядом загон со львами. Сейчас раздают корм, и львы с жадностью едят мясо (двумя руками мять шею и лопатки).

6. Затем посетители идут к пингвинам, которые весело скользят к воде (медленно провести ладонями вниз по спине рядом с позвоночником).

7. Слышатся дикие прыжки кенгуру («топать» кончиками пальцев по спине).
 8. Рядом находится вольер со слонами (медленно и сильно нажимать кулаками на спину).
 9. А сейчас посетители идут в террариум со змеями. Змеи медленно ползают по песку (делать ладонями движения, похожие на змеиные).
 10. Вот и крокодил разевает пасть и хватает еду (коротко и сильно щипать ноги и руки).
 11. А здесь колибри прилетела в гнездо и устраивается там поудобнее (запустить пальцы в волосы и слегка подёргать их).
 12. А сейчас посетители идут к выходу и садятся в автобус (кончиками пальцев пробежать по спине и положить обе руки на плечи, затем убрать руки и поменяться местами).
- Во время массажа не проводить никаких действий в области позвоночника!

4. «Кто кого перехлопает/перетопает» релаксационное упражнение

Содержание упражнения: группа делится на две части. Все начинают одновременно топтать или хлопать. Выигрывает команда, которая хлопала или топала громче.

5. «Подними игрушку» релаксационное упражнение

Содержание упражнения: ребёнок лежит на спине на полу. На живот ему ставят небольшую устойчивую игрушку. На счёт 1-2 ребёнок делает вдох через нос. Живот надувается и игрушка поднимается. На счёт 3-4-5-6 – выдох через рот, губы сложены трубочкой – живот сдувается, игрушка опускается вниз.

6. Релаксация «Поза покоя»

Сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить.

Формула общего покоя произносится медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать

Прыгать, бегать, рисовать,

Расслабляться, отдыхать.

Есть у нее игра такая-

Очень легкая, простая,

Замедляется движенье,

Исчезает напряжение...

Си становится понятно-

Расслабление приятно!

7. Релаксация «Кулачки»

Пальцы в кулачок крепче. Руки лежат на коленях, сожми кулачки сильно-сильно, что бы косточки побелели. Вот так напряглись руки!

Сильное напряжение. Тебе так неприятно сидеть! Руки устали. Расслабили руки. Отдыхай. Кисти рук потептели. Легко, приятно стало. Слушай и делай, как я. Спокойно! Вдох-выдох! Повторяем 3 раза.

Руки на коленях.

Кулачки сжимай.

Крепко, с напряжением

Пальчики прижимай.

Пальчики сильнее сжимай.

Легко приподнять и уронить расслабленную кисть.

Знайте девочки и мальчики:

Отдыхают наши пальчики!

8.Релаксация «Олени»

Представь себе, что ты олень. Подними руки над головой, скрести их, широко расставь пальцы. Вот какие рога у оленя! Напряги руки -они стали твердыми! Тебе трудно и неудобно так держать рук. Напряжение неприятно.

Посмотри-ка мы олени,

Рвется ветер нам на встречу!

Ветер стих,

Расправим плечи,

Руки снова на колени.

А теперь немножко лени...

Руки не напряжены

А расслаблены.

Знайте девочки и мальчики!

Отдыхают наши пальчики!

Дышится легко, ровно, глубоко!

9.Релаксация «Пружинки»

Давай представим, что мы поставили ноги на пружинки. Они выскакивают из пола и отталкивают носки наших ног так, что они поднимаются вверх, а пятки продолжают упираться в пол. А теперь нажимаем на пружинки. Крепче. Сильнее. ноги напряжены. Тяжело так сидеть. Перестали нажимать на пружинки. Ноги расслаблены. Повторить 3 раза.

Что за странные пружинки

Упираются в ботинки?

Ты носочки отпускай,

На пружинки нажимай,

Крепче, крепче нажимай...

Нет пружинок -отдыхай.

Руки не напряжены,

Ноги не напряжены

И расслаблены.

Знайте, девочки и мальчики

Отдыхают наши пальчики!

Дышится легко, ровно, глубоко!

10.Релаксация «Загораем»

Представь себе, что ноги загорают на солнышке (вытянуть ноги вперед, сидя на стуле). Поднимай ноги, держи. Ноги напряглись. Ноги стали напряженными, каменными

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим...Держим...Напрягаем...

Загораем! Опускаем.

(ноги опустить на пол)

Ноги не напряжены

А расслаблены.

12.Релаксация «Штанга»

Будем заниматься спортом. Встань. Представь, что ты поднимаешь тяжелую штангу. Наклонись, возьми ее. Сожми кулаки. Медленно поднимаем руки.Они напряжены. Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно повисают вдоль туловища. Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится вдох-выдох.

Мы готовимся к рекорду,

Будем заниматься спортом

(наклонится вперед).

Штангу с пола поднимаем

(выпрямиться, руки вверх).

Крепко держим...

и бросаем!

Наши мышцы не устали

А еще послушней стали!

Нам становится понятно.

Расслабление приятно!

13.Релаксация «Кораблик»

Представь, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставь ноги пошире и прижми к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в коленях, носком касается пола, Выпрямились. Вдох-выдох!

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем!

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряжение и расслабление мышц ноги. После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени

А теперь немного лени...

Напряжение улетело...

Наши мышцы не устали

А еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко.

14.Релаксация «Любопытная варвара»

Поверните голову влево, постарайтесь это сделать так, чтобы увидеть как можно дальше .Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа, мышцы стали твердыми, как каменные. Вернемся в исходное положение. Так же в другую сторону: вдох-выдох!

Любопытная Варвара

Смотрит влево...

Смотрит вправо...

А потом опять вперед-

Тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена.

А сейчас опускаем голову вниз.Напрягаются мышцы шеи. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею. Она расслаблена. Приятно хорошо дышится. Вдох-выдох!

А Варвара смотрит вверх!

Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно-

Расслабление приятно!

Шея не напряжена , а расслаблена.

А сейчас медленно опускаем голову вниз. Напрягаются мышцы шеи. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею. Она расслаблена. Приятно, хорошо дышится. Вдох-выдох!

А теперь посмотрим вниз-

Мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно-

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена!

15.Релаксация «Хоботок»

Вытянуть губы хоботком (как при произношении звука «у»). Напрягите губы. Опускаем хоботок, губы стали мягче, ненапряженными (рот слегка приоткрыт, губы расслаблены)

Подражаю я слону,

Губы хоботком тяну,

А теперь их отпускаю и на место возвращаю.

Губы не напряжена и расслаблены.

16. Релаксация «Рот на замочке»

Поднимаем губы так, чтобы их не было видно. Закрываем рот на замочек. Сильно-сильно сжимаем губы. Им становится неприятно. Опускаем губы. Вот какими мягкими и ненапряженными они стали.

17. Релаксация «Лягушки»

Губы вытягиваются как при произношении звука «И»; а затем возвращается на место.

Тянем губы прямо к ушкам!

Потяну- потяну

И нисколько не стану!

Губы не напряжены и расслаблены.

18. Релаксация «Орешек»

Представьте, что вы разгрызаете орех. Крепко сожмите зубы. Челюсти напряглись, стали как каменные. Это не приятно. Разожмите челюсти - легко стало, рот приоткрылся, все в нем приослабленно.

Зубы крепче мы сожжем,

А потом их разожжем,

Губы пусть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется

19. Релаксация «Волшебный сон»

Ложитесь поудобнее, закройте глаза. Начинается волшебный сон.

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, *(2 раза)*

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают, засыпают... *(2 раза)*

Шея не напряжена И расслаблена...

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется, *(2 раза)*

Дышится легко... ровно..., глубоко.

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали. Хорошо нам отдыхать!

Но уже пора вставать!

Крепче кулачки сжимаем И повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

Релаксация «Сердитый язычок»

Язык упирается в верхние зубы, затем опускается. Он старается вытолкнуть зубы наружу, потом расслабляется, как будто спит.

С язычком случилось что-то:

Он толкает зубы!

Будто хочет их за что-то

Вытолкнуть за губы!

Он на место возвращается

И чудесно расслабляется.

21. Релаксация «Горошина».

Язык прижимается к щеке и надавливает на нее, как будто за щекой спрятана горошина. Языку неудобно быть в таком положении, и мы возвращаем его на место. Он расслабился, отдыхает.

Игры в сухой бассейне(3-7 лет) :

1. «Танец рыбок».

Использование сухого бассейна. Лежа в бассейне, можно принять комфортную позу. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими его, даёт возможность лучше почувствовать своё тело и создаёт мягкий массажный эффект. В бассейне можно перемещаться или менять позу не опасаясь упасть, удариться. Передвижение в подвижных шариках создаёт прекрасные условия для развития координации движения в пространстве. Игры в бассейне эмоционально окрашены. Играя, можно растратить энергию, а затем откинуться на спину и расслабиться.

2.«Найди ежика» (3-7 лет)— Цель: развитие тактильных ощущений, снятие эмоционального напряжения. Взрослый предлагает среди волшебных шариков искать маленьких ежиков (массажные мячики или игрушки).

3.«В гостях у волшебных пузырьков». Взрослый: «Ребята, предлагаю вам зайти в гости к волшебным пузырькам. Посмотрите, сколько их! (Дети забираются в сухой бассейн). Давайте возьмем по одному пузырьку и расскажем, какие они (цвет, форма, свойства). Покатайте его между ладоней... Теперь положите обратно, потрогайте другие пузырьки вокруг себя. Какие они? Эти пузырьки забирают усталость, плохое настроение. Поиграйте с ними».

4.«Озеро» Психолог: «Это волшебное озеро. Сейчас мы в нем искупаемся. Заходите постепенно: сначала опустите правую ногу – чувствуете, как ей стало приятно? Затем опустите левую ногу – стало еще приятнее. Присядьте. А теперь потихоньку ложитесь. Вы полностью погрузились в волшебное озеро и можете поплавать в нем. Плавая, вы прикасаетесь к шарикам, и это очень приятно. Плавайте и получайте все больше приятных ощущений».

5.«Море шариков» Психолог предлагает детям представить, что они плавают в море. Дети имитируют плавание (звучит спокойная музыка). В конце упражнения дети рассказывают о своих ощущениях и настроении. «Достань со дна»— Цель: развитие тактильных ощущений и мелкой моторики. Взрослый прячет на дне бассейна несколько предметов, дети находят их. Усложнение: спрятать более мелкие предметы.

6.«Кто больше?» Нужно набрать и удержать в руках как можно больше шариков. Усложнение: собирать шарики определенного цвета.

7.«Поздоровайся» Дети сидят вокруг бассейна и по заданию педагога здороваются друг с другом «под водой».

8.«Игры с водой»

И.п. ребенок стоит на коленях перед бассейном

9.«Разноцветные круги» Предложить малышу опустить в «воду» правую руку и «нарисовать» большие разноцветные круги (вращательные движения правой руки). То же самое проделать и левой рукой (3-4 раза)

10.«Солнышко» Предложить опустить в «воду» обе руки и обеими «нарисовать» солнце (вращательные движения обеих рук одновременно) 3-4 раза.

11.«Радуга» Предложить малышу «нарисовать» радугу (одновременные движения обеими руками слева направо и обратно)" 3-4 раза

12.«Полощем белье» Предложить малышу «прополоскать белье». Опустив в бассейн правую руку, сделать движения в правую и левую сторону («полощет белье»), то же повторить левой рукой

13.«Шаловливые ручки» Предложить малышу опустить в бассейн обе руки и совершает ими произвольные движения («ручки шалят»)

14.Игра«Часики»

Ребенок сидит в центре бассейна, руки в упоре в бассейне, ноги вместе, вытянуты. «Стрелки» поворачиваются: вначале одна нога отводится в сторону, другая придвигается к ней, тело ребенка поворачивается вслед за ней. И так по кругу. Первый вариант – с опорой на руки; второй вариант – без опоры на руки

15.Игра «Шаловливые ножки»

Ребенок сидит на бортике бассейна, по сигналу он опускает в бассейн ноги и совершает ими произвольные движения в разные стороны

16.Игра «Дельфин»

Ребенок лежит в бассейне на животе, руки прижаты вдоль тела, голова приподнята; производятся движения ногами по типу плавания, отгребая шарики от себя ногами («хвостом»), затем выполняются движения ногами к себе

Способствовать массажу всего тела и развитию общей подвижности

17.Игра «Пловец»

И.п.: ребенок находится в положении лежа на животе

Упражнение № 1 Руки выпрямлены, вытянуты вверх. Производятся движения руками по типу плавания, отгребая шарики от себя в стороны, затем выполняя те же движения к себе (4-5 раз)

Упражнение № 2 Руки прижаты вдоль тела, голова приподнята. Производятся движения ногами по типу плавания, отгребая шарики от себя в стороны, затем выполняя те же движения к себе (4-5 раз)

Упражнение № 3 Руки выпрямлены, вытянуты вверх. Производятся синхронные упражнения ногами и руками по типу плавания (4-5 раз)

18.Игра «Гусеница»

Ребенок лежит в бассейне на животе, затем начинает совершать движения, словно «ползет» по бассейну (но не на четвереньках)

19.Игра «Хитрый котенок»

Ребенок стоит на четвереньках в бассейне, затем, как котенок, крадется по бассейну (от одного края до другого, по кругу вдоль бортика), иногда он прячется в шарики (ребенок должен стремиться передать характер движений животного)

20.Игра «Золотая рыбка»

В первом варианте ребенок лежит на животе, во втором варианте – на спине; руки выпрямлены, вытянуты вверх; производятся синхронные движения ногами и рукам по типу плавания

21.Игра «Ныржаем»

И. п.: ноги на полу перед бассейном, руки в упоре в бассейне: достаем головой дно бассейна

22.Игра «Перекаты»

И. п.: ребенок лежит на бортике бассейна, руки вытянуты: малыш скатывается с бортика в горизонтальном положении и перекатами добирается до противоположного бортика

23.Игра «Не замочи руки»

И. п.: обычная стойка в бассейне: - разное положение рук: а) на голове, б) за головой, в) за спиной, г) согнуты в локтевых суставах и обхвачены ладонками; - ребенок проходит из одного угла бассейна в другой, обходит бассейн по кругу

24.Игра «Ловкие ноги»

Ребенок сидит на бортике бассейна и старается ногами поднять шарик

25.Игра «Достань со дна бассейна»

Прячем на дне бассейна один или несколько предметов и просим ребенка найти их. Усложнение: прячем более мелкие предметы

26.Игра «Отгадай, где спрятано»

Даем словесное указание ребенку, где найти предмет (на середине, в правой части бассейна и т. д.)

27.Игра «Кто больше»

Дать задание: набрать и удержать в руках как можно больше шариков

28.Игра «Найди по описанию»

Показать ребенку предметы, а затем разложить их на дне бассейна. Ребенок отыскивает указанный предмет. Усложнение: педагог не показывает предмет, который нужно найти, а дает его словесное описание; малыш не видит, куда прячется предмет

29.Упражнение «Отдых»

Ребенок лежит в бассейне на спине. Педагог предлагает ему представить, что он находится в воде озера. Вода теплая, ласковая, вокруг спокойно и тихо, ребенку хорошо и приятно. Взрослый предлагает ребенку послушать пение птиц

Упражнение «Расслабление»

Ребенок лежит в бассейне на спине. Взрослый говорит ему: «Выпрями пальцы рук, потянись так, чтобы напряглись все мышцы тела, руки и ноги стали тяжелыми, как будто каменными (10-15 с). А теперь расслабься, отдохни – твоё тело стало легким как перышко.

Игры с дидактической черепахой:

Представление игрушки.

Древняя китайская легенда гласит, что за две с половиной тысячи лет до н. э. некто У из племени Ся, ставший в последствии первым императором

Поднебесной, руководил ирригационными работами на Желтой реке. Он сидел на берегу реки, наблюдая, как роют канал для орошения рисовых полей. Немилосердно пекло южное солнце. Казалось, воды могучей реки сейчас закипят. Над желтой рекой стояло неподвижное марево. Не по себе, вероятно, стало и некоторым обитателям реки. На песчаный берег набежала волна, потом над поверхностью воды показался черепаший панцирь. Словно не природа, а высшее существо начертило на нем какие то таинственные знаки. У принялся разглядывать панцирь и к своему удивлению, обнаружил на нем то, что впоследствии было названо магическим квадратом. С тех пор человек считает черепаху символом мудрости, гармонии с природой. У детей моей группы есть такая мудрая черепаха – игрушка, которая предполагает развитие навыков и умений в различных видах деятельности и способствует эмоциональному развитию детей, является помощником на любом занятии, в любой деятельности, при индивидуальной работе, может быть использована для развития и обучения детей разных возрастов. Дидактическая игрушка «Черепашка» выполнена из легко моющегося материала. В игрушке при необходимости легко можно заменить голову, поменяв образ, а так же панцирь, для разнообразия заданий. Эта игрушка универсальна, сшита из подручных материалов.

Цель занятий

Ученными доказано, что развитие руки находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память, внимание и связная речь. Поэтому тренировка движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти руки к письму и что не менее важно. Мощным средством, повышающим развитие мышления ребенка. Представленная дидактическая игрушка «Черепашка» предполагает занятия – упражнения на развития мелкой моторики и координации движений пальцев с детьми разного возраста, с усложненными по необходимости содержанием и методическими приемами. Эта игрушка формирует дидактику обучения и способствует развитию: сенсорного воспитания ребенка, ориентировки в пространстве. Ребенку или подгруппе детей предлагаются задания:

Игры с «Дидактической черепахой» с использованием чехла «Украсть полянку».

1.«Сорви-ка»

Сорвите цветок и предложите ребенку сделать то же самое. Когда ребенок выполнит действие, обратите его внимание на то, что он сорвал. Спросите его: «Что ты сорвал? Посмотри! Это цветочек! Он красный!» и т.п. В процессе общения с ребенком выдерживайте паузы, слушайте его ответы,

поощряйте его активную речь. Например: «Сорви бабочку! Молодец! Что это у тебя?.. Бабочка?.. Правильно, это бабочка!»

2. Что у нас в кармашке

Вместе с ребенком расстегните молнию и посмотрите, что лежит в кармашке. Если ребенок сам не решается достать фигуры, то достаньте одну и скажите: «А теперь твоя очередь!» Перед занятием выньте из кармашка все фигурки, оставив фигуры только одной формы, например цветы. Ребенок выполняет задание, достает фигуры, раскладывает их вокруг себя. В процессе его деятельности называйте фигурки: «Это цветок, и это цветок, это тоже цветок и т.д. Смотри, сколько ты цветочков достал! Что это?.. Это цветы!»

Обращайте внимание ребенка на то, что все фигуры, например цветочки, разного цвета. Когда ребенок достает фигуру из кармашка, говорите: «Этот цветок красный» и т.д.

3. «Покажи, где цветок (любая другая фигура)»

Если ребенок уже знаком с какой-либо фигурой, то попросите его найти ее среди других фигур, разложенных на ковре, и прикрепить ее на черепашку или, наоборот, снять эту фигуру с черепашки. С помощью этого задания можно проверить, какие фигуры ребенок уже знает.

4.»Найди среди цветочков красный (желтый, белый)»

После выполнения предыдущего задания попросите ребенка найти среди цветочков, например, красный. Задания этого типа можно использовать для уточнения представлений ребенка о цветах. Вы узнаете, какой цвет ребенок уже усвоил, а на какой стоит обратить внимание в процессе дальнейших занятий.

5.»Собери грибы»

На черепахе прикреплены разные фигуры. Попросите ребенка обойти черепаху вокруг и собрать все грибы (или другие фигуры). Если ребенок ошибается, предложите ему сравнить выбранную им фигуру с грибом и исправить ошибку.

6.»Сделай, как я»

Выложите в одном из секторов какую-либо композицию из фигур, а ребенок, запомнив ее, пусть выложит такую же композицию в секторе на противоположной стороне чехла.

7.»Составь картин»

После распределения по секторам вокруг чехла, дети украшают каждый свой сектор (составляют картинку). Игра повторяется несколько раз таким образом, чтобы каждый ребенок украсил два-три сектора чехла. Для того чтобы ребенок мог быстрее решить, какую фигурку выбрать для украшения сектора чехла, ему предлагается достать игрушку из «Чудесного мешочка». Игрушки должны соответствовать фигурам, прилагающимся к чехлу «Дидактической черепахи»: грибок, бабочка, цветок, листок (кленовый, березовый).

Вариант 1. Ребенок тактильно определяет игрушку в «Чудесном мешочке», называет ее, достает из мешочка и подбирает соответствующие

плоскостные изображения, затем распределяет их по сектору чехла, ориентируясь на цвет сектора.

Вариант 2. Ребенок тактильно определяет игрушку в «Чудесном мешочке», называет ее. Не доставая игрушку из мешочка, подбирает соответствующие плоскостные изображения и распределяет их в секторе, ориентируясь на его цвет. Потом он достает из мешочка игрушку и проверяет правильность своего выбора.

Игры с математическим содержанием

8. «Давай посчитаем»

В каком-либо секторе прикрепляйте по одной фигуре, сопровождая свои действия словами: «Один цветок (бабочка, грибок), два цветка, три цветка...» Попросите ребенка повторять за вами. Предложите ему самостоятельно выполнить те же действия, считая и называя фигуры. Затем вместе с ребенком выполните те действия в обратном порядке (обратный счет).

9. «Сравни, где больше (меньше)»

В двух секторах прикреплено разное количество цветочков и грибков. Спросите у ребенка, чего больше (меньше) — цветочков или грибков. В этом случае можно использовать прием приложения объектов друг к другу.

10. «Выше — ниже — рядом»

Предложите ребенку выполнять действия по вашей инструкции: «Прикрепи красный цветок рядом с синим. Выше синего цветка прикрепи белую бабочку. Ниже красного цветка — желтый листик».

11. «Реши задачу»

Предложите ребенку решить задачу: «На полянке сидели две бабочки. Прилетела еще одна. Сколько бабочек стало на полянке?» Проговаривание текста задачи сопровождайте наглядными действиями.

Аналогично решаются задачи на вычитание. Можно попросить ребенка самого составить и «показать» задачу, а затем и решить ее.

Игры с воздушнопузырьковой колонной:

1. «Поймай взглядом»

Ход упражнения: психолог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавает (рыбки, пузырьки). Дети рассматривают происходящее в колонне.

2. «Посчитаем пузырьки»

Психолог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавает (рыбки, пузырьки), предлагает посчитать количество пузырьков. Дети считают пузырьки, прослеживая пальчиками их движения.

3. «Верх – низ»

Ход упражнения: педагог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавает (рыбки, пузырьки). Дети определяют расположение рыбок.

4. «Прятки»

Специалист говорит детям, что за колонну с пузырьками и шариками можно спрятаться и предлагает поиграть: один ребенок прячется, а другие его ищут. Взрослый спрашивает: «Где Саша?». Когда он находит визуальный контакт с ребенком, то произносит: «Ку-ку». В это время все дети прячутся за колоннами и, выглядывая из-за них, кричат: «Ку-ку».

5.«Поднимаем пузырьки»

Дети встают напротив колонн с пузырьками и шариками и представляют, будто бы они поднимают шарики и пузырьки вверх. При выполнении этого упражнения дети должны почувствовать напряжение в мышцах рук при подъеме шариков вверх и расслабление в момент опускания шариков вниз. Пару минут дети отдыхают. Затем упражнение повторяется (несколько раз).

6.«Собираем орешки»

Взрослый становится мамой-медведицей, а дети ее медвежатами. Медведица просит медвежат собрать кедровые орешки, но чтобы сделать это, нужно сорвать шишки и разломать их. Медвежата подходят к кедру (к колоннам с шариками), выбирают шишку-шарик и тянутся за ней до самого верха, представляя, что срывают шишки и с силой сжимают в руках («лапках»). Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют «лапки» вдоль тела — «лапки» отдыхают. Мама снова просит медвежат собрать орешки.

7.«Мышата»

Взрослый предлагает детям превратиться в мышат. Они увидели сырны шарики, им захотелось есть. Все подбежали к колоннам и стали «ловить» свои любимые (по цвету) лакомства. «Поймали», «поели», погладили свои животики. Сонным писком показывают, что хотят спать. Укладываются спать.

8. «День рождения рыбки»

Психолог: Посмотри, в этой трубке живут маленькие рыбки. Видишь, какие они красивые. Хочешь, я расскажу тебе историю про них?..

В красивом озере жили рыбки. Они целый день плавали и резвились, любили играть в прятки и догонялки, а когда наступала ночь, заплывали, под водоросли и засыпали. Но одна желтая рыбка очень боялась темноты, и чтобы не видеть ее, не играла с остальными в догонялки, а задолго до ее наступления заплывала под теплые водоросли и засыпала. Однажды был день рождения красной рыбки. На ее празднике другие рыбки танцевали, пели и веселились. Стало темнеть. Желтая рыбка очень хотела еще побыть на дне рождения, но очень боялась наступления темноты. Мама именинницы сказала, что скоро будет праздничный салют. Желтой рыбке так хотелось посмотреть на него, ведь она никогда не видела салют!

Стало еще темнее, а потом еще и еще. Маленькая желтая рыбка испугалась, забила в уголок и зажмурила глаза. Вдруг раздался сильный шум: бах, бах, бах! Все стали радостно кричать. Рыбке было интересно узнать, чему все так радуются. Она потихоньку приоткрыла один глаз, потом другой и увидела, как множество разноцветных огоньков то

зажигается, то гаснет. Это был салют, самый первый в ее жизни. Рыбке очень понравилось это зрелище. Когда салют закончился, остальные рыбки продолжили свои игры, а наша маленькая желтая рыбка огляделась по сторонам: красная рыбка танцевала, зеленая и синяя играли в догонялки, оранжевая ела вкусный торт... С неба сквозь толщу воды дно озера освещала луна, и было совсем не страшно, а красиво. Водоросли при лунном свете переливались разными цветами, казалось, они тоже светятся. Наша рыбка была очень удивлена, ведь то, чего она так боялась, оказалось завораживающим и интересным зрелищем.

9.Игра «Фотограф».

Игра с пузырьковой колонной. В прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной дистиллированной водой, поднимаются бесконечное число воздушных пузырьков. Пластмассовые рыбки, которые находятся внутри колонны, начинают двигаться, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Это завораживающее зрелище никого не оставит равнодушными. При прижимании к трубке, можно ощутить вибрацию.

Игры с сенсорной тропой для ног.

1.Упражнение «Обследование»

Обратить внимание ребенка на то, что все «кочки» на тропинке разные. Показать малышу, как нужно обследовать «кочки»: сначала – одним пальчиком, затем – ладонью, потом – пальчиками другой руки и т.д. При обследовании объектов взрослый называет их свойства

2.Игра «Волшебная тропа»

Ребенок идет по сенсорной тропе – «кочкам», отмечая, какие они: мягкие, колючие и т.д.

3.Игра «Чей домик»

Предложить ребенку обследовать каждую «кочку» на тропинке (количество кочек от двух-трех до пяти штук) и запомнить какая она. Затем ребенок должен по речевой инструкции – разместить игрушки (куклу, мишку, зайку) в домики. Например: «Посади куклу в круглый дом с большими шариками. Посади зайку в квадратный колючий домик зеленого цвета»

4.Игра «Змейка»

Цель: Развитие координации движений, внимания

Расположить «кочки» на тропинке примерно на расстоянии 20 см. друг от друга. Предложить ребенку пройти по тропинке, обходя «кочки»

Использование тактильной панели с декоративными элементами в работе с детьми с особыми потребностями.

Жили-были пальчики-мальчики. А жили они в одном прекрасном доме с красивой красной крышей. Пальчики часто бродили по дворику, прятались за деревьями, залазали на макушки, а потом весело спускались по стволам

вниз: то как гусеницы, то как жучки, то как паучки. А ещё они любили играть с кошкой Машкой (здесь дети сами дают имя животному и рассказывают о том, какая кошка: добрая, ласковая, игривая).

1.Упражнение «Как пальчики отправились на прогулку»,

И вот однажды наши пальчики решили отправиться на прогулку. Вышли они за двор и увидели разноцветную дорожку из больших кирпичиков (плиток). Пошли по ней, а потом пошагали по камушкам и попали на огород. Там они копали грядочки, затем сажали разные овощи и фрукты, а водичку они набирали из речки, которая протекала рядом с огородиком. Долго трудились наши пальчики, устали...

2.Упражнение «И вот решили наши пальчики отдохнуть

И вот решили наши пальчики отдохнуть. Вышли они с огородика и увидели вверху необычную радугу (квадратики выложенные полукругом, можно обыграть как горку). Сначала они искупались в красном цвете, затем в темно-зеленом, в светло-зеленом, в синем, в желтом... Набрались сил, развеселились и побежали к горке (щетка). А горка необычная! Катались-катались пальчики и прибежали к огромному дому. Глянули вверх, а в нем этажей видимо-невидимо. Стали они считать 1,2....

Решили пальчики зайти в необычной дом. Вот пришли они на 1 этаж и давай смотреться в зеркала, да приводить себя в порядок. Затем они поднялись на 2 этаж, а там каток белый-белый! Накатались пальчики и поднялись на 3 этаж. А там – ледяная горка. И снова веселье! Потом пальчики поднялись на 4 этаж и увидели мягкие лабиринты. И давай бегать друг от друга, прятаться. На 5 этаже пальчики делали массаж, а на 6 гуляли по мягкой зеленой травке. Вот добрались до 7 этажа, а там кочки (можно обыграть как речку) – давай прыгать. Прыгали-прыгали и допрыгали до 8 этажа, потом до 9, а там и крыша. Много интересного в доме! Но пора возвращаться домой.

3.Упражнение «Спустились пальчики к дому и по разноцветной дорожке»

Спустились пальчики к дому и по разноцветной дорожке добрались к своему дворику. А там их ждала кошка Машка. Она увидела пальчики, обрадовалась, стала ластиться и мурлыкать. Пальчики-мальчики рассказали Машке о том, что им больше всего понравилось, а потом все пошли в дом и стали ...(отдыхать, заниматься своими делами, то есть дети предлагают свои варианты). Вот и сказке конец, а кто слушал – молодец!

ПРИНЦИПЫ СОЗДАНИЯ ПРОГРАММЫ

- учет актуального уровня психоречевого, эмоционально-волевого развития и создание зоны ближайшего развития личности и деятельности ребенка;
- принцип «замещающего» развития;
- учет ведущего типа мотивации деятельности;
- принцип системности (единства) коррекционных, профилактических и развивающих задач;

- принцип единства диагностики и коррекции обеспечивает целостность педагогического процесса, служит основой для оценки эффективности обучения, развивающих и коррекционных мероприятий и лежит в основе дальнейшего планирования;
- принцип комплексного использования методов и приемов коррекционно-педагогической деятельности;
- принцип интеграции усилий ближайшего социального окружения.

Принципы развивающего обучения:

- принцип творческого характера развития;
- совместная деятельность и общение;
- принцип ведущей деятельности;
- определение зоны ближайшего развития;
- учет сензитивных периодов развития;
- принцип амплификации (расширения) детского развития;
- принцип единства аффекта и интеллекта.

индивидуальная коррекционно-развивающая программа педагога-психолога

с детьми 3-4 лет

Ведущая деятельность – предметная.

Ведущая психическая функция – восприятие.

Структура и форма занятий.

Занятия индивидуальные, согласно индивидуальному образовательному маршруту ребенка. Длительность занятия 20-25 минут.

Общая структура занятия:

- ритуал приветствия;
- дыхательные упражнения;
- пальчиковая гимнастика;
- развивающая игра;
- изобразительность(арт-терапия);
- (релаксационные упражнения);
- ритуал прощания.

с детьми 5-6 лет

Ведущая деятельность – игровая.

Ведущая психическая функция – память.

Структура и форма занятий.

Занятия индивидуальные, согласно индивидуальному образовательному маршруту ребенка. Длительность занятия 25-30 минут.

Общая структура занятия:

- ритуал приветствия;
- дыхательные упражнения;
- пальчиковая гимнастика;

- развивающая игра;
- изобразительность (арт-терапия);
- (релаксационные упражнения);
- ритуал прощания.

с детьми 6-7 лет

Ведущая деятельность – игровая.

Ведущая психическая функция – мышление.

Структура и форма занятий.

Занятия индивидуальные, согласно индивидуальному образовательному маршруту ребенка. Длительность занятия 25-30 минут.

Общая структура занятия:

- ритуал приветствия;
- дыхательные упражнения;
- пальчиковая гимнастика;
- развивающая игра;
- изобразительность (арт-терапия);
- (релаксационные упражнения);
- ритуал прощания.

3-4 года

	Развитие высших психических функций	Развитие эмоционально-волевой сферы	Развитие личностной сферы
1-2 занятие	Углубленная диагностика.		
3 занятие	Упражнение «Подбери по цвету» Пальчиковая игра «На базаре»	Игра в сухом бассейне «Танец рыбок» Релаксация «Муха»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Иди ко мне»
4 занятие	«Найди такой же предмет» Пальчиковая игра «Фома»	Воздушно-пузырьковая колонна «Поймай взглядом» Релаксация «Муха»	Приветствие «Ласковое имя» Игра «Я радуюсь, когда...»
5 занятие	Упражнение «Наведи порядок» Пальчиковая игра «Пирожки»	Игра в сухом бассейне «Хитрый котенок» Дыхательная гимнастика «Послушаем своё дыхание»	Приветствие «Ласковое имя». Этюд «Уходи!»
6 занятие	Упражнение «Шаловливый ветерок» Пальчиковая игра «Утро раннее настало»	Арт-терапия «Здравствуй, песок!» Развитие тактильных ощущений «Пианино»	Приветствие «Ласковое имя». Этюд «Лисичка подслушивает»
7 занятие	Упражнение «Самый высокий, самый низкий» Пальчиковая игра «Стенка, стенка, потолок»	Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно» Релаксация «Отдых в волшебном лесу»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Испечем пирог» (тактильный контакт, бережное отношение к себе и другому).
8 занятие	Упражнение «Скороговорки» Игра с дидактической	Воздушно-пузырьковая колонна	Приветствие «Ласковые ладошки»

	черепахой «Что у нас в кармашке?»	«Собираем орешки» Релаксация «Радуга»	Игра «Вкусные конфеты»
9 занятие	Упражнение «Исключение лишнего» Игра с акустической панелью «Как пальчики отправились на прогулку»	Арт-терапия «Песочный дождик» Релаксация «Солнечный зайчик»	Приветствие «Ласковое имя» Игра «Маме улыбаемся»
10 занятие	Упражнение «Послушай и повтори» Пальчиковая игра «Шарик и подружки»	Воздушно-пузырьковая колонна «Мышата» Этюд «Делай как я»	Приветствие «Ласковые ладошки» Этюд «Ваське стыдно»
11 занятие	Упражнение «Животные и их детёныши» Акустическая панель «И вот решили наши пальчики отдохнуть»	Воздушно-пузырьковая колонна «Верх – низ» Упражнение «Мое настроение»	Приветствие «Друг» Этюд «Это я! Это моё!»
12 занятие	Упражнение «Незаконченные рисунки» Игра с сенсорной черепахой «Собери грибы»	Игра в сухой бассейне «Найди ежика» Пальчиковая игра «Удивлялки»	Приветствие «Ласковые ладошки» Этюд «Отдай!»
13 занятие	Упражнение «Съедобное-несъедобное» Пальчиковая игра «Оладушки»	Арт-терапия «Норки-холмики» Релаксация «Волшебный сон»	Приветствие «Ласковое имя». Игра «Подарок другу»
14 занятие	Упражнение «Разрезные картинки» Пальчиковая игра «На елке»	Игра в сухом бассейне «Озеро» Дыхательная гимнастика «Подыши одной ноздрей»	Приветствие «Ласковое имя». Игра «Ласка»
15 занятие	Упражнение «Разложи на кучки» Акустическая панель «Решили пальчики зайти в необычной дом»	Игра с сенсорной тропой «Обследование» Релаксация «Снеговик»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Снегурочка»
16 занятие	Упражнение «Геометрические фигуры» Пальчиковая игра «В	Игра в сухом бассейне «Море шариков» Релаксация	Приветствие «Здравствуй» Этюд «Стрекоза замерзла»

	гостях у гномиков»	«Снежинка»	
17 занятие	Упражнение «Наши уточки с утра» Пальчиковая игра «Алые цветки»	Арт-терапия «Первый урок волшебства» Релаксация «Солнечный зайчик»	Приветствие «Доброе утро» Этюд «Провинившийся»
18 занятие	Упражнение «Овощи» Пальчиковая игра «Червячки»	Игра в сухом бассейне «Кто больше» Релаксация «Ласковый мелок»	Приветствие «Ласковые ладошки» Этюд «Поссорились и помирились»
19 занятие	«Наложенные изображения» Акустическая панель «Спустились пальчики к дому и по разноцветной дорожке».	Игра с сенсорной тропой «Волшебная тропа» Дыхательная гимнастика «Воздушный шар»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «В темной норе»
20 занятие	Упражнение «Найди отличия» Пальчиковая игра «Бычок»	Игра в сухом бассейне «Поздоровайся» Релаксация «Улыбка»	Приветствие «Ласковые ладошки» Этюд «Не покажу!»
21 занятие	Упражнение «Один – много» Пальчиковая игра «Человечек на прогулке»	Арт-терапия «Мы создаем мир» Игра «Качели»	Приветствие «Здравствуй» Этюд «Я так устал»
22 занятие	Упражнение «Чья голова?» Игра с дидактической черепахой «Сравни, где больше (меньше)»	Игра с сухим душем «Заплетаем косу» Релаксация «Рыбки»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Таня-плакса»
23 занятие	Упражнение «Что перепутал художник?»	Игра с волшебной нитью «Сказочный цветок» Релаксация «Сердечки»	Игра «Мои ручки-ножки-носик».
24 занятие	Упражнение «Назови» Пальчиковая игра «Наша прогулка»	Арт-терапия «Первый урок волшебства» Релаксация «Из семени в	Приветствие «Друг» Этюд «Ой, ой, живот болит»

		цветок»	
25 занятие	Упражнение «Что лежит в мешочке?»	Арт-терапия «Второй урок волшебства» Релаксация «Росток»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Северный полюс»
26 занятие	Упражнение «Три медведя»	Игра с сенсорной тропой «Чей домик» Релаксация «Игра с муравьем»	Приветствие «Ласковые ладошки» Этюд «Сердитый дедушка»
27 занятие	Упражнение «Подбери подходящий по форме предмет» Пальчиковая игра «Свинка Ненила»	Игра с волшебной нитью «Струйка силы». Релаксация «Полет к звездам»	Приветствие «Здравствуй» Этюд «Смелый наездник»
28 занятие	Упражнение «Ухо-нос» Пальчиковая игра «Пирог»	Арт-терапия «Во саду ли, в огороде» Дыхательная гимнастика «Радуга, обними меня»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Любящие родители»
29 занятие	Упражнение «Что изменилось?» Пальчиковая игра «Стенка, стенка, потолок»	Игра с сенсорной тропой «Змейка» Релаксация «Черепашка»	Приветствие «Ласковое имя» Игра «Разные настроения»
30 занятие	Упражнение «Кто летает?» Игра на развитие тактильных ощущений «Угадай на ощупь»	Арт-терапия «Нарисуй картинку пальцами» Дыхательная гимнастика «Ежик»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Кузнечик»
31 занятие	Упражнение «Запрещенное движение» Пальчиковая игра «Пирог»	Игра с волшебной нитью «Круг доброты» Релаксация «Ковер-самолет»	Приветствие «Друг» «Король Боровик не в духе»
32 занятие	Упражнение «Волшебная дудочка» Игра на развитие тактильных ощущений «Что лежит в мешочке?»	Арт-терапия «Детские секретки» Дыхательная гимнастика «Пускаем	«Доброе утро» «Два сердитых мальчика»

		мыльные пузыри»	
33 занятие	Упражнение «Найди два одинаковых предмета» Пальчиковая игра «На базаре»	Игра в сухом бассейне «Солнышко» Релаксация «Жираф»	Приветствие «Здравствуй» «После дождя»
	Мониторинг		

5-6 лет

Развитие высших психических функций	Развитие эмоционально-волевой сферы	Развитие личностной сферы	
1-2 занятие	Углубленная диагностика		
	Игра «Кто, где живёт?» Пальчиковая игра «Осень»	Арт-терапия «Песочный ветер» Релаксация «Посещение зоопарка»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра « Заколдованный ребёнок »
3 занятие	Упражнение «Где стереть?» Пальчиковая игра «Дудочка»	Игра в сухом бассейне «В гостях у волшебных пузырьков» Телесно- ориентировочная психотерапия «Пчела на носу»	Приветствие «Здравствуй» Этюд «Не покажу»
4 занятие	Игра «Волшебный сундучок» Пальчиковая игра «Дай молочка, Буренушка!»	Игра с воздушно- пузырьковой колонной «Поймай взглядом» Упражнение «Винт»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Конкурс лентяев»
5 занятие	Упражнение «Что происходит в природе?» Пальчиковая игра «Козлик»	Игра с волшебной нитью «Сказочный цветок» Этюд «Игра с муравьем»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Фея сна»
6 занятие	Игра «Четвёртый лишний» Пальчиковая игра	Игра в сухом бассейне «Гусеница»	Приветствие «Ласковые ладошки»

	«Перчатки и мышата»	Психогимнастика «Сосулька».	Игра «Два клоуна»
7 занятие	Игра «Что, где, когда» Пальчиковая игра «Жирафы и слоны»	Арт-терапия ««Мы создаем мир» Релаксация «Пружинки»	Приветствие «Здравствуй» Этюд «Негаданная радость»
8 занятие	Упражнение «Перепутанная сказка» Пальчиковая игра «Бабушкин кисель»	Игра с волшебной нитью «Круг доброты» Этюд «Вот он какой!»	Приветствие «Приветствие» «Я так устал»
9 занятие	Игра «Опиши предмет» Пальчиковая игра «Зайки-побегайки»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Собираем орешки» Релаксация «Поза покоя»	Приветствие «Ласковые ладошки» «Золушка»
10 занятие	Упражнение «Что нужно человеку» Пальчиковая игра «Веселая старушка»	Игра с сенсорной тропой «Обследование» Релаксация «Поза покоя»	Приветствие «Доброе утро» «Остров плакс»
11 занятие	Упражнение «Докажи!» Пальчиковая игра «Как мы маме помогли»	Игра с дидактической черепахой «Давай посчитаем» Этюд «Солнышко и тучка»	Приветствие «Друг» Игра «Соленый чай»
12 занятие	Упражнение «Кому бы позвонить?» Пальчиковая игра «Юля и варежка»	Игра в сухом бассейне «Достань со дна бассейна» Упражнение «Пожар»	Приветствие «Ласковые ладошки» «Грязная бумажка»
13 занятие	Упражнение «Вам письмо!» Пальчиковая игра «Улей»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Фотограф» Релаксация «Любопытная варвара»	Приветствие «Друг» «Грязь»
14 занятие	Игра «Поезд особого назначения» Пальчиковая игра «Пять рыбок»	Арт-терапия «Отпечатки» Этюд «Собака принюхивается»	Приветствие «Доброе утро» «Момент отчаяния»
15 занятие	Игра «Подскажи словечко» Пальчиковая игра «Десять котят»	Игра с волшебной нитью «Струйка силы» Упражнение «Хорошее настроение»	Приветствие «Ласковые ладошки» «Чуня просит прощения»

16 занятие	Экспресс-диагностика		
17 занятие	Упражнение «Разложи по полочкам» Пальчиковая игра «Мышка и часы»	Дыхательная гимнастика «Послушаем своё дыхание» Психогимнастика «Лисенок испугался».	Приветствие «Здравствуй» «Потерялся»
18 занятие	Упражнение «Какой овощ?» Пальчиковая игра «Гном»	Игра в сухом бассейне «Достань со дна бассейна» Релаксация «Коробка переживаний»	Приветствие «Доброе утро» «Змей-Горыныч»
19 занятие	Игра «Кто кем был?» Пальчиковая игра «Белки-непоседы»	Игра с волшебной нитью «Поймай нить» Этюд «Не покажу!»	Приветствие «Доброе утро» «Котята»
20 занятие	Игра «Чего не стало?» Пальчиковая игра «Налим»	Арт-терапия «Чувствительные ладошки» Релаксация «Заряд бодрости»	Приветствие «Ласковые ладошки» «Три подружки»
21 занятие	Игра «Зоопарк» Пальчиковая игра «Шла кукушка»	Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно» Игра «Ласковый мелок»	Приветствие «Приветствие» «Ваське стыдно»
22 занятие	Игра «Кто к нам пришел?» Пальчиковая игра «Мышка и часы»	Релаксация «Отдых на море» Телесно-ориентировочная терапия «Лимон»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Маленький скульптор»
23 занятие	Игра «Поезжай!» Пальчиковая игра «Зоопарк»	Релаксация «Волшебный сон» Этюд «Спать хочется»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Факир»
24 занятие	Игра «Спасибо, Маша!» Пальчиковая игра «Маша-хозяйка»	Дыхательная гимнастика «Ветер» Этюд «Ласка»	Приветствие «Доброе утро» Упражнение «Сердитый язык»
25 занятие	Игра «Полезные прятки» Пальчиковая игра «Домик гномика»	Релаксация «Отдых на море» Упражнение «Сосулька»	Приветствие «Приветствие» Этюд «Котята»

26 занятие	Игра «Мимо леса, мимо поля» Пальчиковая игра «Веселая старушка»	Игра в сухом бассейне «Отгадай, где спрятано» Дыхательная гимнастика «Воздушный шар»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Зеркало»
27 занятие	Игра «Вредности» Пальчиковая игра «Бабушкин кисель»	Игра с дидактической черепахой «Составь картинку» Телесная-ориентировочная психотерапия «Глазки бегают по кругу»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Нехочуха».
28 занятие	Упражнение «Горячий – холодный» Пальчиковая игра «Улей»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Мышата» Дыхательная гимнастика «Радуга, обними меня»	Приветствие «Друг» Игра «Я могу...».
29 занятие	Игра «Подбери признаки» Пальчиковая игра «Шла кукушка»	Игра в сухом бассейне «Золотая рыбка» Упражнение «Жар-птица»	Приветствие «Доброе утро» Этюд «Ленивая кошечка»
30 занятие	Упражнение «Что бывает круглым?» Пальчиковая игра «Гном»	Дыхательная гимнастика «Пускаем мыльные пузыри» Упражнение «Штанга»	Приветствие «Ласковые лапки» Упражнение «Потерялся»
31 занятие	Мониторинг		

6-7 лет

№ занятия	Развитие высших психических функций	Развитие эмоционально-волевой сферы	Развитие личностной сферы
1-2 занятие	Углубленная диагностика		
3 занятие	Игра «Что перепутал художник?» Пальчиковая игра «Налим»	Игра в сухом бассейне «Танец рыбок» Дыхательная гимнастика «Послушаем своё дыхание»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Я не знаю...» (раскрытие своих знаний)
4 занятие	Игра «Чего не стало?» Пальчиковая игра «Дудочка»	Игра с волшебной нитью «Струйка силы» Релаксация «Коробка переживаний»	Приветствие «Здравствуй» Упражнение «Очень худой ребенок»

5 занятие	Игра «Наложенные изображения» Пальчиковая игра «Дай молочка, Буренушка»	Арт-терапия «Здравствуй, песок!» Этюд «Дружная семья»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Чунга-чанга»
6 занятие	Игра «Послушай и повтори» Пальчиковая игра «Козлик»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Верх-низ» Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Старый гриб»
7 занятие	Игра «Что происходит в природе» Пальчиковая игра «Перчатки и мышата»	Арт-терапия «Отпечатки» Психогимнастика «Сосулька»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Момент отчаяния»
8 занятие	Игра «Из чего сделано?» Пальчиковая игра «Налим»	Игра в сухом бассейне «Найди ежика» Этюд «Хорошее настроение»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Сочувствие»
9 занятие	Игра «Кто кем был?» Пальчиковая игра «Жирафы и слоны»	Игра с волшебной нитью «Сказочный цветок» Игра «Солнышко и тучка»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Раздумье»
10 занятие	Игра «Сказка о стуле» Пальчиковая игра	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Поймай взглядом» Упражнение «Качели»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Потерялся»
11 занятие	Игра «Подбери признаки» Пальчиковая игра «Бабушкин кисель»	Игра в сухом бассейне «В гостях у волшебных пузырьков» Релаксация «Отдых на море»	Приветствие «Доброе утро» Упражнение «Гневная Гиена»
12 занятие	Игра «Обобщающие понятия» Пальчиковая игра «Перчатки и мышата»	Арт-терапия «Узоры на песке» Телесно-ориентировочная психотерапия «Надуваем и втягиваем щеки»	Приветствие «Доброе утро» Упражнение «Разъяренная медведица»
13 занятие	Игра «Хорошо – плохо» Пальчиковая игра «Зайки-побегайки»	Игра с волшебной нитью «Поймай нить» Релаксация «Радуга»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Я помогаю другим»

14 занятие	Игра «Что бывает осенью» Пальчиковая игра «Веселая старушка»	Игра в сухом бассейне «Шаловливые ручки» Релаксация «Полет к звездам»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Два рыбака»
15 занятие	Игра «Небывальщина» Пальчиковая игра «Как мы маме помогли»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Мышата» Телесно-ориентировочная психотерапия «Сердитый язык»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Я уникальный»
16 занятие	Игра «Что нужно человеку» Пальчиковая игра «Бабушкин кисель»	Арт-терапия «Путешествие в сказочный город» Упражнение «Четыре стихии»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Спрятанные проблемы»
17 занятие	Игра «Докажи» Пальчиковая игра «Юля и варежка»	Игра с волшебной нитью «Волшебные нити» Телесно-ориентировочная психотерапия «Ленивая кошечка»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «камешек в бутинке»
18 занятие	Экспрессдиагностика		
19 занятие	Игра «Что, где, когда?» Пальчиковая игра «Улей»	Арт-терапия «Мы создаем мир» Дыхательная гимнастика «Подыши одной ноздрей»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Мои хорошие качества»
20 занятие	Игра «Съедобное-несъедобное» Пальчиковая игра «Жирафы и слоны»	Игра в сухом бассейне «Разноцветные круги»	Игра «Спрятанные проблемы»
21 занятие	Игра «Разрезные картинки» Пальчиковая игра «Пять рыбок»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Собираем орешки» Этюд «Заколдованный ребенок».	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «я лучше всех умею...»
22 занятие	Игра «Запрещенное движение» Пальчиковая игра «Десять котят»	Игра с сенсорной тропой «Обследование»	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Что в углу?»
23 занятие	Игра «Перепутанная сказка» Пальчиковая игра «Осень»	Игра с сенсорной тропой «Чей домик?»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Жар-птица»

		Дыхательная гимнастика «Радуга, обними меня»	
24 занятие	Игра «Мимо леса, мимо поля» Пальчиковая игра «Мышки и часы»	Игра в сухом бассейне «Достать со дна бассейна»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Спрятанные проблемы»
25 занятие	Игра «Поезд особого назначения» Пальчиковая игра «Гном»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Фотограф»	Приветствие «Доброе утро» Игра «Встреча с другом»
26 занятие	Игра «Веселый счет» Пальчиковая игра «Белки-непоседы»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «День рождения рыбки»	Приветствие «Здравствуй» Упражнение «Лицо загорает»
27 занятие	Игра «Горячий-холодный» Пальчиковая игра «Шла кукушка»	Игра с сенсорной тропой «Волшебная тропа» Этюд «Встреча с другом»	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Праздничное настроение»
28 занятие	Игра «Вам письмо!» Пальчиковая игра «Мышки и часы»	Игра с волшебной нитью «Клоуны» Этюд «Игра с муравьем»	Приветствие «Здравствуй» Упражнение «Любопытный»
29 занятие	Игра «Кому бы позвонить» Пальчиковая игра «Зайки - побегайки»	Игра с воздушно-пузырьковой колонной «Посчитаем пузырьки» Этюд «Грязная бумажка».	Приветствие «Ласковые ладошки» Игра «Пожар»
30 занятие	Игра «Что с чем можно делать?» Пальчиковая игра «Маша хозяйка»	Игра в сухом бассейне «Полощем белье» Дыхательная гимнастика «Ежик»	Приветствие «Доброе утро» Упражнение «Тень»
31 занятие	Игра «Волшебный сундучок» Пальчиковая игра «Домик гномика»	Игра с волшебной нитью «Круг доброты» Этюд «Разъяренная медведица».	Приветствие «Ласковые ладошки» Упражнение «Игры в воде»
32 занятие	Игра «Разложи по полочкам» Пальчиковая игра «Пять рыбок»	Игра с сенсорной тропой «Змейка»	Приветствие «Здравствуй» Игра «Возьми и передай»
33 занятие	Мониторинг		

Планируемые достижения

Планируемые результаты освоения индивидуальной программы предусмотрены в ряде целевых ориентиров. Целевые ориентиры образования детей дошкольного возраста с ЗПР по ФГОС: развитие речи, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, выражены в характеристиках возрастных, психологических и индивидуальных особенностей воспитанников.

Гибкость и пластичность психофизиологии ребенка дошкольного возраста позволяют успешно корректировать дефициты развития и достигать желаемых результатов. В то же время, необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Именно поэтому результаты освоения образовательной программы выражены в виде целевых ориентиров, которые не являются основой объективной оценки уровня развития детей в соответствии с установленными требованиями образовательной деятельности. Настоящие требования являются ориентирами для изучения характеристик образования детей, решения задач формирования АОП и взаимодействия с семьями воспитанников.

Список литературы

1. Адаптированные образовательные программы для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья: методические рекомендации / Г. В. Яковлева, М. И. Солодкова, Г. Н. Лаврова, А. В. Копытова, Ю. Ю. Баранова. – Челябинск : ЧИППКРО, 2014. – 148 с
2. Выготский, Л.С. Мышление и речь: Собр.соч. Т.2. / Л.С. Выготский. - М.: Педагогика, 1982.
3. Диагностика и коррекция задержки психического развития у детей/Под ред. С.Г.Шевченко. – М.: АРКТИ, 2001. – 224 с
4. Забрамная С.Д. От диагностики к развитию. – М.: Новая школа, 1998. – 144 с.
5. Калинина Р.Р. Психолого-педагогическая диагностика в детском саду. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.
6. Ковалев В.В. Психиатрия детского возраста: Руководство для врачей: изд. 2-с, переработанное и дополненное. – М.: Медицина, 1995. – 560 с.
7. Левина Р.Е. Общая характеристика недоразвития речи у детей и его влияние на овладение письмом. – Логопедия. Методическое наследие: Пособие для логопедов и студ. дефектол. фак. пед. вузов/Под ред. Л.С. Волковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – С. 125-144
8. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. - М.,1981.

9. Лисина, М.И. Развитие общения у дошкольников/ М.И. Лисина. – М.,1974.
10. Логопедия: Учеб. пособие для студентов пед. институтов по спец. «Дефектология»/ Л.С. Волкова, Р.И. Лалаева, Е.М. Мастюкова и др.; Под ред. Л.С. Волковой. – М.: Просвещение, 1989. – 528 с.: ил.
11. Логопедия: Учебник для студентов дефектол. фак. пед. вузов / Под ред. Л.С. Волковой, С.Н. Шаховской. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998. — 680
12. Лурия, А.Р. Язык и сознание / А.Р. Лурия. - М.: МГУ, 1979.
13. Малофеев Н.Н. Специальное образование в меняющемся мире. Европа. – М.: Просвещение, 2009.
14. Малофеев Н.Н. Становление и развитие государственной системы специального образования в России. – М.: Просвещение, 2011.
15. Мамайчук И.И., Ильина М.Н. Помощь психолога ребенку с задержкой психического развития. Научно-практическое руководство. – СПб.: Речь, 2004. – 352 с.
- Мухина В.С. Психология детства и отрочества. – М.: Институт практической психологии, 1998. – 488 Немов, Р.С. Психология / Р.С. Немов. - М.:ВЛАДОС,2002.
16. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: Методические рекомендации / Отв. ред. С.В. Алехина. — М.: МГППУ, 2012.)
- 17.Осипенко Т.Н. Психоневрологическое развитие дошкольников. – М.: Медицина, 1996, - 288 с.
- 18.Пиаже, Ж. Речь и мышление ребенка / Ж.Пиаже. - М.: Педагогика-Пресс,1994.
- 19.Психолого-медико-педагогическая консультация. Методические рекомендации. Под ред Л.М.Шипициной. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии им Р.Валленберга, 1999. – 202 с.
- 20.Психолого-медико-педагогическое обследование ребенка. Комплект рабочих материалов. /Под общей редакцией М.М.Семаго. – М.: АРКТИ, 2001. – 136 с.
- 21.Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 448 с.
- 22.Филичева Т.Б. Содержание логопедической работы с детьми при общем недоразвитии речи. - Логопедия. Методическое наследие: Пособие для логопедов и студ. дефектол. фак. пед. вузов/Под ред. Л.С. Волковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – С. 221-279.
- 23.Филичева Т.Б. Четвертый уровень недоразвития речи. - Логопедия. Методическое наследие: Пособие для логопедов и студ. дефектол. фак. пед. вузов/Под ред. Л.С. Волковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – С. 181-186.

24.Шипицына Л.М., Иванов Е.С., Данилова Л.А., Смирнова И.А.
Реабилитация детей с проблемами в интеллектуальном и физическом
развитии. – СПб, 1995. – 80с.

25.Эльконин, Д.Б. Развитие речи в дошкольном возрасте / Д.Б. Эльконин. -
М.: АПН РСФСР, 1958.