

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кишертская средняя общеобразовательная школа имени Л.П.Дробышевского»

Принято
на педагогическом Совете школы
Протокол №1
от «29» августа 2023г

Утверждено:
Приказ №01-05-274 от 29.08.2023г



**Программа занятий в сенсорной комнате
«Волшебный мир»
по развитию коммуникативной сферы и предпосылок
произвольного поведения дошкольников
(старшая группа)**

Разработчики Программы:
воспитатель Сартакова Е.А.
педагог-психолог Рожкова Е.И.

Усть-Кишерть 2023г.

Оглавление

№ п/п	Содержание	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	6
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	9
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1.	Содержание образовательной деятельности	10
2.1.1.	Тематический план профилактической, просветительской работы с родителями (законными представителями)	12
2.2.	Технологии, методы, приемы, используемые в Программе	19
2.3.	Структура проведения занятий	22
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	24
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	24
	Приложения	27

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Программа занятий в сенсорной комнате «Волшебный мир» (далее - Программа) является документом, на основании которого осуществляется образовательная деятельность с обучающимися дошкольных групп МБОУ «Кишертская СОШ имени Л.П.Дробышевского» (далее – Организация).

В основе Программы лежат идеи доктора психологических наук Сиротюк А.Л., кандидата психологических наук Семаго Н.Я., кандидата психологических наук, профессора Семаго М.М. и практических психологов Арцишевской И.Л., Гелюх А.Н., Смелянской Н.П.

Дошкольное детство – самый интересный и замечательный период в развитии ребёнка, когда фактически закладывается «фундамент» для дальнейшего развития личности, самосознания и мироощущения ребёнка. Ребёнок открывает для себя мир человеческих отношений и постигает их особенности через общение с близкими взрослыми, со сверстниками. В настоящее время неуклонно растёт число детей, нуждающихся в коррекции отклонений в психическом здоровье. Опыт работы в детском саду, наблюдения за детьми позволяют предположить, что чаще всего гармоничному развитию ребенка препятствует эмоциональная нестабильность.

Наблюдается тенденция к увеличению числа детей, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребенке. Большинство маленьких детей отличается непосредственностью, эмоциональностью, импульсивностью, подвижностью, но при этом они могут внимательно выслушивать взрослого и выполнять его указания. Однако с детьми, имеющими высокую потребность в движении и низкую концентрацию внимания, трудно наладить контакт уже потому, что они находятся в постоянном движении, внимание их рассеяно, они импульсивны и непослушны. Большинству таких детей присущи слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах, низкая самооценка, они имеют проблемы в сфере взаимоотношений и образовательной деятельности.

Программа составлена для организации работы с детьми 5-6 лет, в том числе с детьми с ОВЗ, в комнате психологической разгрузки с сенсорным оборудованием, которая является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития, способствует стабилизации эмоционального состояния, повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья детей в норме и ограниченными возможностями здоровья. Дети изучают различные приемы саморегуляции,

что помогает им преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снять эмоциональное напряжение, дает возможность выразить свое «Я».

Важным и уникальным в программе «Волшебный мир» является то, что независимо от направлений работы и планируемых результатов, сложности нарушения развития или поведения, занятия позволяют повысить функциональные и адаптивные возможности организма и активизировать индивидуальный ресурс каждого ребенка, создавая тем самым возможность успешной интеграции в социум.

Программа предполагает добровольное участие ребенка. Педагог-психолог, воспитатели, реализующие Программу, руководствуются в своей деятельности Уставом МБОУ «Кишертская СОШ имени Л.П.Дробышевского», основными нормативно-правовыми актами Федерального и регионального уровня. Педагоги несут ответственность за проведение занятий в сенсорной комнате согласно разработанной Программе и теоретическим подходам авторов, которые были использованы при написании Программы. При нахождении детей в сенсорной комнате педагог несет ответственность за соблюдение правил техники безопасности, санитарии, за охрану жизни и здоровья детей.

Родители (законные представители) детей имеют право получать информацию о результатах диагностических исследований, консультативную помощь со стороны педагогов. Родители (законные представители) несут ответственность за представленную педагогам информацию о здоровье детей, за соблюдение противопоказаний участия в освоении программы таких, как:

- инфекционные заболевания;
- судорожная готовность и частые эпилептические припадки;
- сильные аллергические реакции;
- прием психотропных препаратов;
- повышенная температура тела.

Абсолютными противопоказаниями является наличие у ребенка эпилептической болезни, эписиндрома различной степени выраженности, даже пониженных порогов судорожной готовности.

1.1.1. Цель и задачи Программы.

Цель программы: Развитие положительной мотивации на овладение ребенком своим поведением, раскрытие компенсаторных механизмов когнитивных и поведенческих нарушений.

Задачи, способствующие достижению цели:

1. Создать условия для развития навыков социального взаимодействия;
2. Создать условия для коррекции эмоционально-аффективной сферы, элиминация импульсивности, агрессивности, гиперактивности;
3. Создать предпосылки для развития навыков самоконтроля и произвольной регуляции собственной деятельности;
4. Развивать произвольное внимание и когнитивные процессы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

Программа учитывает основные научные концепции дошкольной психологии и педагогики, сформирована в соответствии с принципами, определенными федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

- Принцип индивидуальности. Содержание занятий разрабатываются с учетом особенностей, общего и эмоционального состояния детей группы риска. На основании этих факторов и возраста корректируется время занятий и форма (индивидуальная/подгрупповая).

- Принцип этапности: в течение всей работы с детьми происходит постепенное знакомство с интерактивным оборудованием и его возможностями. В зависимости от динамики усвоения того или иного навыка модифицируется или адаптируется степень сенсорной нагрузки (сложность заданий).

- Принцип дифференцированного подхода и самостоятельности: в течение занятий присутствует возможность свободного выбора понравившегося упражнения, а также выбор форм работы отличается гибкостью (индивидуально, в парах, в подгруппах).

- Принцип уважения: реализуется через привлечение детей к совместной деятельности в сенсорной комнате без принуждения, опираясь на интерес ребенка, активизируя его своим партнерским участием.

- Принцип непрерывного подхода: реализуется через консультирование родителей и педагогов, повышение их психолого-педагогической компетентности за счет обучения способам взаимодействия, навыкам игры, для продолжения коррекционной работы с детьми в домашних условиях и группе.

- Принцип «Не навреди!»: использование любых форм работы в интерактивной среде, соблюдая при этом все правила предосторожности при взаимодействии с сенсорным оборудованием.

Основными подходами к формированию Программы являются:

- деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности;

-личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития;

- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей среды Организации.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

1.1.2. Значимые для разработки Программы характеристики.

Основные участники реализации Программы: дети дошкольного возраста, воспитатели, педагог-психолог.

В состав коррекционно-развивающей группы кроме гиперактивных детей могут входить неуверенные, импульсивные, невнимательные дети, а также один уравновешенный ребенок, который служит примером для подражания.

Неуверенные в себе, боязливые дети получают возможность проявить большую активность, и в то же время их безопасность охраняется правилами, которые обязательны для всех участников группы.

Возрастные особенности детей 5 - 6 лет

С 5 лет ребенок вступает в старший дошкольный возраст. С одной стороны, это начало активной подготовки к школе, с другой - важнейший период формирования личности.

У ребенка появляется способность представлять себе и удерживать в сознании цепочку взаимосвязанных событий. Это позволяет ему понимать прошлое и будущее, накапливать знания о росте и развитии в мире живой природы, о процессах изготовления какой-либо вещи, приготовлении блюда и т. п.

В отличие от младших дошкольников, они уже умеют сдерживать чувства и произвольно контролировать свое поведение.

Пятилетний возраст - возраст идентификации со взрослыми того же пола, что и сам ребенок. Девочки относят себя к группе женщин, мальчики - к группе мужчин.

Если до сих пор ребенка интересовал преимущественно окружающий мир, то в 5 лет к этому присоединяется интерес к взаимоотношениям людей.

В ходе наблюдений за окружающей социальной жизнью, слушая сказки, имея возможность смотреть взрослые фильмы, дети активно строят образ себя в будущем и своей взрослой жизни.

Происходит поляризация на интеллектуальных детей и детей, лишенных выраженной интеллектуальной направленности.

Сверстники становятся все более значимы. Психологическую поддержку ребенок теперь может получить не только от взрослого, но и от друга, т. е. ровесника.

В этом возрасте сверстники приобретают по-настоящему серьезное значение в жизни старшего дошкольника. Во-первых, происходит изменение роли взаимоотношений со сверстниками в эмоциональной жизни ребенка и усложняются эти взаимоотношения.

Во-вторых, старший дошкольник на шестом году жизни обдумывает, обсуждает и осознает как сами взаимоотношения, так и поступки и качества сверстников.

Основные изменения в психических процессах детей 5—6 лет обусловлены становлением произвольности этих процесса.

Восприятие. Острота зрения, способность к цветоразличению, слух, ориентация в пространстве и др. продолжают увеличиваться и совершенствоваться. Одновременно восприятие приобретает черты произвольности. Раньше оно было включено в предметно-практическую деятельность детей, как бы слито с ней. Ребенок воспринимал то, с чем он действовал. Теперь он способен воспринимать предметы независимо от того, действует ли он с ними практически или нет. Он может вслушиваться в разные звуки, сравнивать их; рассматривать сложную картинку и искать спрятанную среди других линий птичку (так называемые загадочные картинки) и т. п.

Восприятие становится самостоятельным процессом. Ребенок может произвольно ставить перед собой задачи на восприятие и использовать для этого специфические приемы.

Внимание. Объем и устойчивость внимания возрастают. Зависимость от непосредственного интереса уменьшается. Появляется способность произвольно направлять и удерживать внимание на любом объекте. Благодаря этому возрастает эффективность словесных указаний взрослого, направляющих и переключающих внимание ребенка. Самостоятельное управление своим вниманием предполагает использование специальных приемов. Это представляет для детей значительные трудности, поэтому их произвольное внимание кратковременно и требует от них больших усилий.

Память. Наряду с расширением объема и упрочением произвольной памяти происходят существенные сдвиги в становлении произвольной памяти. На шестом году жизни у детей появляется ясное понимание того, что существует необходимость запомнить то, что само не запоминается, и приложить для этого некоторые усилия. Наиболее отчетливо эта необходимость обнаруживается в ситуациях совместной игры. Например,

при необходимости запомнить, что нужно купить в магазине; что взять с собой в морское плавание, в каком порядке давать больному лекарство и т. д. Произвольное запоминание представляет для детей значительные трудности, его становление продолжается и в школьные годы.

Речь ребенка все более освобождается от той конкретной ситуации, в которой он находится в данный момент. Она становится вне ситуативной, и доля такой речи увеличивается. Речь становится также более связной, внутренне согласованной и монологической. Изменяется отражаемое в ней содержание: значительное место начинают занимать человеческие отношения. Этим определяется направление дальнейшего усложнения и обогащения лексического и грамматического строя речи.

Мышление ребенка после пяти лет отличается способностью удерживать в представлении уже не отдельное событие или ситуацию, а цепочку взаимосвязанных событий. На этой основе формируются представления об изменениях количества. Дети могут оперировать числами, складывать и вычитать, составлять и решать задачи. На основе яркого зрительного представления ребенок может решать в уме достаточно сложные геометрические задачи.

Они также получают представление об обратимых и необратимых изменениях: так, заполнение стакана водой - обратимое действие, а срезание цветов - необратимое. У ребенка 5-6 лет появляется способность оценивать сохранение количества в той или иной ситуации. Так, при переливании воды из одного сосуда в другой общее количество воды не меняется, а при отливании или доливании уменьшается или увеличивается.

Воображение. Большинство детей по сравнению с более старшими детьми, обладает весьма развитым пространственным воображением. Они отлично чувствуют различие между плоской фигурой и объемным телом, легко могут представить себе, какой формы получится кусок, если резать батон колбасы прямо или под углом. Эту способность необходимо развивать и упрочивать.

Эмоции. Шестой год жизни знаменуется резким нарастанием сложности эмоциональной жизни ребенка. Обретая способность контролировать свое поведение, ребенок теперь способен также - пока, конечно, не полностью - регулировать проявления своих чувств. В частности, теперь он может сознательно и намеренно скрывать свои чувства от других.

Поскольку сфера его интереса - это взаимоотношения людей, он начинает более тонко воспринимать нюансы их душевного состояния и отношения к нему и друг к другу.

У ребенка появляются устойчивые чувства и отношения. Теперь состояние организма не определяет полностью душевного состояния ребенка. Напротив, он может получать удовольствие и чувствовать гордость от преодоления физических трудностей.

Осваивая новые сферы деятельности, требующие произвольного контроля поведения, дети учатся владеть своими эмоциями. Это психологическое приобретение шестого года жизни.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы:

Данная программа даст возможность ребенку адаптироваться к новым условиям жизни, создаст у него чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, дети смогут овладеть определенными коммуникативными навыками, игровой деятельностью, умением понимать свое эмоциональное состояние, научатся распознавать чувства других людей, расширят представления об окружающем мире. Так же смогут анализировать причины межличностных конфликтов и смогут самостоятельно их регулировать.

У детей формируется умение контролировать свое поведение, адекватно выражать свои эмоциональные реакции, развиваются коммуникативные умения, формируется умение подчинять свое поведение требованиям, формируется контроль за импульсивностью, умение управлять двигательной активностью.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Качественные: желание детей посещать занятия в сенсорной комнате, благоприятный эмоциональный фон на занятиях, установление доброжелательных отношений между ведущим и участниками, положительная устная обратная связь в конце каждого занятия.

Количественные: Эмоции хорошо дифференцированы, основные социальные эмоции сформированы, есть понимание правил поведения, увеличивается концентрация внимания и работоспособность, отношение к разным видам деятельности положительное, формируется умение доводить начатое дело до конца.

Для исследования используются следующие методики:

- 1) метод наблюдения;
- 2) методика «Домик» (Гуткина Н.И., 2007);
- 3) методы исследования произвольного поведения из четырех бытовых ситуаций;
- 4) задание «Шифровка» (Корректирующая проба).

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности.

Основные направления коррекционной деятельности.

Одна из важных составляющих в развитии ребенка — формирование произвольных форм поведения, произвольной эмоциональной регуляции.

В основе формирования высших психических функций лежит развитие произвольности действий.

Способность регулировать различные сферы психической жизни складывается из конкретных контролируемых умений.

В двигательной сфере

—умение произвольно направлять свое внимание на мышцы, участвующие в движении;

—умение различать и сравнивать мышечные ощущения;

—умение определять соответствующий характер ощущений (напряжение — расслабление, тяжесть — легкость и др.), характер движений, сопровождаемых этими ощущениями (сила — слабость, резкость — плавность, темп, ритм);

—умение менять характер движений, опираясь на контроль своих ощущений.

В эмоциональной сфере

—умение произвольно направлять свое внимание на эмоциональные ощущения, которые он испытывает;

—умение различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер (приятно, неприятно, беспокойно, удивительно, страшно и т. п.);

—умение одновременно направлять свое внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие любые собственные эмоции и эмоции, которые испытывают окружающие;

—умение произвольно и подражательно «воспроизводить» или демонстрировать эмоции по заданному образцу.

В сфере общения

—умение улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния;

—сопереживать (т.е. принимать позицию партнера по общению и полноценно проживать-прочувствовать его эмоциональное состояние);

—умение отвечать адекватными чувствами (т.е. в ответ на эмоциональное состояние товарища проявить такие чувства, которые принесут удовлетворение участникам общения).

В поведении

—умение определять конкретные цели своих поступков;

—умение искать и находить, выбирая из множества вариантов, средства достижения этих целей;

—умение проверять эффективность выбранных путей: действиями, ошибаясь и исправляя ошибки, опытом чувств или прошлых аналогичных ситуаций;

—умение предвидеть конечный результат своих действий и поступков;

— умение брать на себя ответственность.

Ведущей формой коррекции является игротерапия с обязательным соблюдением основных требований в процессе работы:

-непринужденные дружеские отношения с ребенком;

-принятие ребенка таким, какой он есть (отсутствие осуждения и поощрения ребенка);

-нельзя ни торопить, ни замедлять игровой процесс;

-взрослый вводит лишь те ограничения, которые связывают то, что происходит во время игры с реальной жизнью;

-в любой игре ребенку предлагается возможность импровизации.

Игротерапия используется в форме терапии отношений, где игра выступает своеобразной сферой, в которой происходит налаживание отношений ребенка с окружающим миром и людьми.

Для беспокойного расторможенного ребенка игра является единственной реальной возможностью активно погружаться и игровую ситуацию, сосредоточиваться на ней хотя бы на непродолжительное время, и выступает тем самым для ребенка своеобразным аналогом медитации взрослых. Однако при этом следует помнить, что в случае с гиперподвижными детьми такое погружение может состояться только при условии обеспечения в игре достаточно оптимального уровня двигательной активности, когда переход к спокойному ритму осуществляется постепенно и ненавязчиво, проявляется как закономерный и необходимый элемент игрового сюжета. Иными словами, для достижения терапевтического эффекта важно выдерживать такую ритмичность, при которой напряженные и энергичные действия сменяются моментами затишья и расслабления.

Работая с гиперподвижными детьми, постоянно следует помнить, что насильственно сдерживаемое стремление ребенка к движению находит свое проявление в бурных истериках и разрушениях. Поэтому задача специалиста – найти возможность позитивного использования двигательной энергии и активности таких детей, что особенно успешно осуществляется в коллективных сюжетных ритмичных играх, сопровождающихся стихотворным текстом и спокойным пением.

Проводя с дошкольниками подобные игры, мы стараемся максимально задействовать их мелкую моторику, в связи, с чем обязательным элементом совместного игрового действия являются пальчиковые игры. Кроме того, мы обязательно вводим игровые сюжеты, в которых необходимо поддерживать равновесие и выполнять зеркальные симметричные действия, которые по свидетельству некоторых специалистов, оказывают терапевтическое действие на детей с двигательной расторможенностью.

Занятия проводятся с использованием психологических игр и упражнений (подвижные игры, психогимнастика, свободное и тематическое рисование, сочинение историй, сказкотерапия, релаксационные упражнения), что способствуют улучшению внимания, развитию самоконтроля, повышению самооценки таких детей.

Программа включает три этапа:

1. Ознакомительный этап (1 занятие).

Цель: знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата, знакомство с материалами и оборудованием сенсорной комнаты.

2. Коррекционно-развивающий этап.

Цель: коррекция и развитие коммуникативной, эмоционально-волевой и познавательной сфер.

3. Завершающий этап (1 занятие).

Цель: подведение итогов занятий, выполнение коллективного творческого дела.

2.1.1. Тематический план занятий

Ознакомительный этап

Тема:	Цель, задачи	Содержание:
«Волшебное путешествие»	Снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Вхождение в сказку • Упражнение «Три дороги» • Игра с массажными шариками • Рисование на прозрачном мольберте • Игра «Веселые мартышки» • Упражнение «Гимнастика для глаз». • Упражнение с пузырьковой колонной

		<ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Осуществление любых желаний» • Релаксация в шатре • Ритуал выхода из сказки • Заключительный этап. Прощание
--	--	--

Коррекционно-развивающий этап

№ занятия	Цель, задачи	Содержание:
1.	<p>Развитие коммуникативных навыков и групповой сплоченности доверия детей друг к другу.</p> <p>Развитие произвольности и самоконтроля.</p> <p>Развитие согласованных движений, освоение и закрепление позы покоя, расслабления мышц рук и всего тела.</p> <p>Снятие психоэмоционального напряжения</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение из «Йоговской гимнастики для малышей» • Упражнение «Прогулка в лес» • Игра «Будь внимателен!» • Упражнение «Передай движение» • Коммуникативное упражнение «Маска» • Релаксация «Кулачки» • Заключительный этап. Прощание
2.	<p>Снятие психоэмоционального напряжения, развитие эмпатических способностей.</p> <p>Развитие внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.</p> <p>Развитие мелкой моторики, развитие межполушарного взаимодействия, расслабление мышц тела.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы, элиминация агрессии и импульсивности.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Подвижная игра «Светофор» • Упражнение «Лягушка», «Замок» • Функциональное упражнение «Крик в пустыне» • Упражнение «Опиши игрушку» • Когнитивное упражнение «Чаша доброты». • Релаксация «Кораблик» • Заключительный этап. Прощание
3.	<p>Снижение нервно-психического напряжения, обогащение восприятия и воображения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Дыхательная

	<p>Развитие зрительной и двигательной памяти; развитие слухового восприятия и внимания; создание положительного эмоционального фона.</p>	<p>гимнастика»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пальчиковая игра «Улыбнемся солнышку»: • Игра с модулем «Солнышко» • Упражнение «Волшебная дорожка» • Упражнение «Дождь превращений» • Игра с модулем «Тучка». • Физминутка «Дождь» • Массаж спины «Дождь» • Игра «Клеевой дождик» • Игры с игровым пособием «Парашют» • Релаксация в шатре • Заключительный этап. <p>Прощание</p>
4.	<p>Формирование произвольной регуляции собственной деятельности, развитие вербального восприятия. Развитие внимания, произвольности и самоконтроля. Развитие и совершенствование коммуникативных навыков, формирование навыков совместной деятельности. Развитие координации движений и формирование тактильных ощущений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. <p>Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Флажок» • Функциональное упражнение «Послушать тишину» • Упражнение «Потягушечки» • Телесно-ориентированное упражнение «Пластилиновая кукла» • Коммуникативное упражнение «Золотая рыбка» • Игра «Составь пары картинок» • Игра «Самолеты» • Упражнение «Найди неточности в моём суждении» • Заключительный этап. <p>Прощание</p>
5.	<p>Развитие умения согласовывать действия, формирование мотивов соподчинения. Формирование внимания и произвольной регуляции собственной</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. <p>Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Запретные движения»

	<p>деятельности. Развитие мелкой моторики, освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук. Развитие коммуникативных навыков, двигательного контроля и взаимодействия со сверстниками. Развитие межполушарного взаимодействия.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Коммуникативное упражнение «Сиамские близнецы» • Упражнения для развития мелкой моторики рук • Упражнение «Одно большое животное» • Функциональное упражнение с правилами «Костер» • Релаксация «Олени» • Заключительный этап. Прощание
6.	<p>Развитие умения определять внутреннее эмоциональное состояние человека по визуальному восприятию, элиминация агрессивности. Развитие внимания, памяти, мышления, формирование тактильных ощущений. Расслабление мышц тела, снятие психоэмоционального напряжения. Развитие эмоциональной сферы. Элиминация агрессивности и импульсивности. Развитие произвольности и самоконтроля</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Телесно-ориентированное упражнение «Слепой и поводырь» • Упражнение «Волшебный мешочек» • Когнитивное упражнение «Фотография» • Игра «Слушай и отвечай» • Функциональное упражнение «Рубка дров» • Релаксация «Любопытная Варвара» • Заключительный этап. Прощание
7.	<p>Учить контролировать свои эмоции и действия в совместной деятельности со сверстниками. Развитие внимания и наблюдательности, памяти, мышления. Развитие самоконтроля и произвольности. Развитие коммуникативной сферы и взаимоотношений в группе. Коррекция и развитие эмоционально-аффективной сферы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Телесно-ориентированное упражнение «Камень и путник» • Функциональное упражнение с правилами «Шалуны» • Упражнение «Эмоции» • Совместное рисование человека и игра «Что изменилось?» • Релаксация «Ковёр-самолет»

		<ul style="list-style-type: none"> • Заключительный этап. Прощание
8.	<p>Развитие памяти восприятия и произвольного внимания.</p> <p>Развитие восприятия, памяти, воображения, концентрации внимания.</p> <p>Развитие координации движений и двигательного контроля.</p> <p>Развитие самоконтроля и произвольности, элиминация импульсивности.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков и взаимодействия со сверстниками.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Растяжка «Кошка» • Функциональное упражнение «Руки—ноги» • Игра «Забавная мозаика» • Коммуникативное упражнение с правилами «Путаница» • Подбери три рифмы к каждому слову • Телесно-ориентированное упражнение «Кораблик» • Заключительный этап. Прощание
9.	<p>Развитие умения пользоваться «обратной связью» в совместной деятельности.</p> <p>Развитие концентрации внимания, памяти и мышления.</p> <p>Закрепление позы покоя, умения расслаблять мышцы ног и всего тела.</p> <p>Развитие произвольности и самоконтроля.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков, двигательного контроля и взаимодействия со сверстниками.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Растяжка «Дерево» • Функциональное упражнение «Кто летает?» • Игра «Паровозик с именем» • Игра «Испорченный телефон» • Коммуникативное упражнение «Неожиданные картинки» • Релаксация «Загораем» • Заключительный этап. Прощание
10.	<p>Развитие умения управлять своими эмоциями через совместные действия, элементы юмора и шутки.</p> <p>Развитие внимания, воображения, памяти. Формирование тактильных ощущений.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы.</p> <p>Элиминация импульсивности и агрессии.</p> <p>Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.</p> <p>Развития самоконтроля и</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Игра «Жмурки» • Игра: «Да» и «нет» не говори» • Функциональное упражнение «Тух-тиби-дух» • Игра «Угадай фигурку» • Коммуникативное упражнение «Компас» • Релаксация «Шарик»

	произвольности.	<ul style="list-style-type: none"> • Заключительный этап. Прощание
11.	<p>Развитие умения руководить своими действиями, регулировать их в соответствии со звуковым сигналом.</p> <p>Развитие координации движений и двигательного контроля, развитие произвольности и самоконтроля.</p> <p>Развитие и совершенствование коммуникативных навыков и взаимоотношений со сверстниками.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы.</p> <p>Развитие концентрации внимания и воображения, памяти.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Телесно-ориентированное упражнение «Насос и мяч» • Функциональное упражнение «Что слышно?» • Упражнение «Надоедливая муха» • Функциональное упражнение «Дракон» • Коммуникативное упражнение с правилами «Животные» • Релаксация «Море» • Заключительный этап. Прощание
12.	<p>Развитие концентрации внимания.</p> <p>Формирование умения контролировать образец.</p> <p>Развитие мышления, воображения, памяти, внимания.</p> <p>Развитие волевых качеств.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков и взаимодействия со сверстниками.</p> <p>Развитие мышц тела, координации движений</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Черепашки» • Упражнение «Комплименты» • Игра «Город» • Коммуникативное упражнение «Тачка» • Упражнение «Срисуй» • Растяжка «Медуза» • Заключительный этап. Прощание
13.	<p>Формирование умения занимать «Двойную позицию» во взаимоотношениях и совместной деятельности.</p> <p>Развитие внимания и координации движений, мелкой моторики.</p> <p>Развитие межполушарного взаимодействия.</p> <p>Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.</p> <p>Снятие психоэмоционального напряжения, расслабление мышц рук, ног, корпуса.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Расскажем и покажем» • Упражнение «Колечко», «Змейки» • Игра «Броуновские движения» • Игра «Изобрази явление» • Коммуникативное упражнение «Мост дружбы» • Релаксация «Штанга» • Заключительный этап.

		Прощание
14.	<p>Элиминация агрессии и импульсивности.</p> <p>Развитие самоконтроля и произвольности и внимания.</p> <p>Развитие эмоциональной сферы, элиминация агрессии и импульсивности.</p> <p>Развитие и совершенствование навыков взаимоотношений со сверстниками.</p> <p>Развитие мелкой моторики, расслабление мышц тела.</p> <p>Формирование тактильных ощущений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Упражнение «Давайте поздороваемся» • Упражнение «Замок», «Рисующий слон» • «Функциональное упражнение «Танцы-противоположности» • Упражнение «Прошепчи ответ» • Когнитивное упражнение «Пуантизм» • Релаксация «Пляж» • Заключительный этап. <p>Прощание</p>
15.	<p>Развитие умения подчинять свои действия инструкции взрослого.</p> <p>Формирование тормозных процессов.</p> <p>Расслабление мышц тела, развитие мелкой моторики и межполушарных связей.</p> <p>Развитие произвольного внимания и наблюдательности, самоконтроля деятельности.</p> <p>Снятие психоэмоционального напряжения.</p> <p>Развитие навыков взаимодействия со сверстниками.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Растяжка «Снеговик» • Упражнения для развития мелкой моторики рук • Упражнение «Солнечный лучик» • Коммуникативное упражнение «Сороконожка» • Игра «Не спеши» • Релаксация «Раскачивающееся дерево» • Заключительный этап. <p>Прощание</p>
16.	<p>Развитие зрительной памяти, наблюдательности и сообразительности.</p> <p>Развитие памяти, мышления, произвольного внимания и наблюдательности.</p> <p>Развитие координации движений, обучение приемам расслабления мышц тела.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков и взаимоотношений со сверстниками.</p> <p>Развитие самоконтроля.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. Приветствие • Игра «Расставить посты!» • Когнитивное упражнение «Ритм по кругу» • Упражнение «Запомни и нарисуй фигуры по памяти» • Упражнение «Я кубик несую и не уроню» • Упражнение «Нелепости в картинках» • Релаксация «Росток»

		<ul style="list-style-type: none"> • Заключительный этап. Прощание
--	--	---

Завершающий этап

Тема	Цель, задачи	Содержание
Путешествие на планету Добра	Создание условий для развития навыков взаимодействия в группе. Формирование навыков взаимопомощи. Развитие навыков рефлексии и вербализации эмоционального состояния. Создание условий для формирования положительного эмоционального отношения к совместной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • Вводный этап. • Упражнение-приветствие "Давайте поздороваемся". • Вхождение в сказку • Динамическая пауза «Ракета» • Эстафета «Невесомость» • Упражнение «Путь вслепую» • Упражнение «Интервью с планеты» • Рисунки на прозрачном мольберте «Животный и растительный мир планеты» • Упражнение «Отгадай сказочного героя» • Изготовление сказочных атрибутов • Упражнение пловцы • Заключительный этап. Прощание

2.2. Технологии, методы, приемы, используемые в Программе.

Реализация Программы обеспечивается на основе разнообразных форм, способов, методов и средств, соответствующих принципам и целям ФГОС ДО и выбираемых педагогом с учетом возраста воспитанников, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей), а также на основе использования оборудования сенсорной комнаты.

Для обеспечения эмоционального благополучия педагог:

-общается с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;

-внимательно выслушивает детей, показывает, что понимает их чувства, помогает делиться своими переживаниями и мыслями;

-создает ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям.

Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагог устанавливает понятные для детей правила взаимодействия. Для реализации Программы используются средства, направленные на развитие деятельности детей: двигательной, игровой, коммуникативной, продуктивной.

Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

- релаксационные тренинги для детей, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции;
- использование стимулирующих упражнений, направленных на активацию развитие у детей сенсорных функций: зрительного и слухового восприятия осязания и пространственного восприятия;
- использование кинезиологических упражнений, направленных на развитие межполушарного воздействия, способствующее активизации мыслительной деятельности;
- общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития учащегося, развития его самооценки и становления как личности;
- сказкотерапия, сказка помогает ребенку понять то, чего хотят до него донести взрослые, и что как ни «волшебство» сенсорной комнаты поможет сделать сказку яркой, волнительной, наполненной чудесами и фантастическими образами

Технологии и методы, используемые в программе

Технологии и методы	Цель	Особенности методики проведения, использование оборудования
Релаксация	Снятие психоэмоционального напряжения	Релаксационный уголок «Отражение» с пузырьковой колонной и фиберволокном, комплект мягких форм, подвесные фиброоптические модули «Гроза», «Солнышко», «Сухой душ»
Пальчиковая гимнастика	Развитие внимания, речи, моторики	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.
Дыхательная гимнастика	Психоэмоциональная разгрузка, снятие	Используется на каждом занятии

	напряжения	
Коммуникативные игры	Развитие навыков общения, формирование бесконфликтного поведения, сплочение коллектива, развитие эмоциональной сферы	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности
Арт-терапия (сказкотерапия)	Гармонизация развития личности через самопознание, повышение самооценки, снятие агрессии	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Световой стол для рисования песком, прибор интерактивный световой «Радость», волшебный шатер
Музыкотерапия	Коррекция нарушений в эмоциональной сфере, снятие напряжения	Музыкальный центр
Психогимнастика	Развитие\коррекция эмоциональной сферы	Использование пантомимических этюдов, игр, психомышечной тренировки
Ортопедическая гимнастика	Формирование психомоторных функций	Тактильная дорожка, ортопедическая дорожка

Методы коррекции эмоционально-волевой сферы детей

<i>Направление коррекционной работы</i>	<i>Методы и техники коррекции</i>
1. Обучение ребенка приемам саморегуляции, самообладанию	1) Релаксационные техники - мышечная релаксация, глубокое дыхание, визуализация ситуации; 2) ролевая игра, включающая провоцирующую ситуацию для наработки навыков контроля; 3) осознание гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев?)
2 Снижение уровня личностной тревожности	Релаксационные техники: глубокое дыхание, визуальные образы, свободное движение под музыку; работа со страхами; ролевые игры.
3. Формирование осознания собственных	1) Рисование, лепка эмоций; 2) пластическое изображение эмоций;

эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии	3) работа с карточками (фотографиями), отражающими различные эмоции; 4) разыгрывание сценок (этюдов), отражающих различные эмоциональные состояния
4.Расширение поведенческих реакций в проблемной ситуации и снятие деструктивных элементов в поведении	1) Работа с картинками, отражающими проблемные ситуации (придумывание различных вариантов выхода из ситуации); 2) разыгрывание сценок вымышленного конфликта; 3) игры на сотрудничество и соперничество
5. Развитие позитивной самооценки	1) Разработка системы поощрений и наград за успехи; 2) упражнения «Мне в тебе нравится...», «Копилка хороших поступков».
6. Работа с родителями и педагогами	1) Информирование об особенностях поведения ребенка; 2) индивидуальное консультирование; 3) помощь семье в плане выработки единых требований и правил воспитания; 4) обучение высказываниям «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений»

2.3. Структура проведения занятий

Общее правило проведения занятий - обязательное инструктирование, включающее:

- предварительное объяснение детям назначения сенсорной комнаты;
- стимулирование рассказа каждого ребенка о своих ассоциациях, возникающих по ходу проведения занятий;
- заключительная беседа с детьми о том, что им понравилось, что не понравилось и почему;

Структура занятия:

1.Ритуал приветствия.

2.Основная часть.

В нее входят упражнения функциональные, когнитивные, коммуникативные и релаксация.

3.Заключительная часть. Подведение итогов, обратная связь (рефлексия занятия).

Не обязательно включать в занятие все игры и упражнения, в зависимости от поставленных задач, возрастной категории и особенностей

ребенка игры и упражнения можно пропустить или наоборот повторить необходимые.

Программа предназначена для подгруппового проведения (не более 4-6 человек), рассчитана на детей 5-6 лет, имеющих эмоциональные проблемы и трудности волевого самоконтроля. Занятия по данной программе проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия составляет до 25 минут.

Каждое занятие включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции:

Упражнения на мышечную релаксацию	снижает уровень возбуждения, снимают напряжение.
Дыхательная гимнастика	действует успокаивающе на нервную систему.
Мимическая гимнастика	направлена на снятие общего напряжения, играет большую роль в формировании выразительной речи детей.
Двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку	способствует межполушарному взаимодействию.
Чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи.	способствует развитию произвольности

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.

Программа реализуется в сенсорной комнате и предполагает использование следующего оборудования:

Название оборудования	Цель использования
Релаксационный уголок «Отражение» с пузырьковой колонной и фиберволокном	Создание успокаивающего релаксационного эффекта; развитие наблюдательности, внимания; стимуляция зрительных и тактильных ощущений
Комплект мягких форм «Зебра»	Создание успокаивающего релаксационного эффекта
«Сухой душ»	Снятие психоэмоционального напряжения, тревожности; ленты стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве
Подвесные модули «Солнышко», «Разноцветная гроза»	Создание успокаивающего релаксационного эффекта, снятие психоэмоционального напряжения
Мягкие развивающие подушки	Релаксация и проведения развивающих занятий на звуковое, зрительное и тактильное восприятие; развитие когнитивных умений и навыков, таких как внимание, память, мышление
Волшебный шатер	Формирование положительного эмоционального состояния; развитие позитивного общения детей
Двусторонний прозрачный мольберт	Снятие психоэмоционального напряжения
Тактильная дорожка	Развитие тактильного восприятия, создание массажного эффекта стоп
Двусторонняя панель	Развитие мелкой моторики; нормализация эмоционального состояния

Методическое обеспечение

1. Арцишевская И.Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду.-М.: ООО Национальный книжный центр, 2013.

2. Гуткина Н.И. Диагностика психологического развития детей шестого года жизни// Психолог в детском саду 2007г., №4

3. Данилина Т.А. Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций – М.: Айрис- Пресс, 2004.
4. Диагностическое обследование детей раннего и младшего дошкольного возраста / под ред. Н.В. Серебряковой – СПб: КАРО, 2005.
5. Денисова Н.Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет.-Волгоград: Учитель, 2012.
6. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста: Конспекты занятий. Картотека игр. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017.
7. Зеленцова-Пешкова Н.В. Игротерапия для дошкольников. –Ростов н/Д: Феникс, 2014.
8. Игнатова Л.В. Индивидуальная коррекционно-развивающая программа для гиперактивных детей//Психолог в детском саду 2004,№3
9. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми: в 2 ч. Ч.1, Ч.2. – М.: АЙРИС-пресс, 2015.
10. Моница Г. Гиперактивные дети: психолого-педагогическая помощь. Монография / Г. Моница, Е. Лютова-Робертс, Л. Чутко. – СПб.: Речь, 2007. – 186 с.
11. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 240 с.
12. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. -М.: «Издательство ГНОМиД», 2001.
13. Психодиагностика детей в дошкольных учреждениях (методики, тесты, опросники)/авт.-сост. Е.В.Доценко.- Изд. 2-е. – Волгоград.: Учитель, 2013.
14. Психологическая служба в дошкольном учреждении / авторы – составители: Н.П. Смелянская, Е.И. Кравцова. - Луганск: Янтарь, – 2003.
15. Развивающие игры для детей 2-7 лет/авт.-сост. Е.Н.Михина. - Волгоград: Учитель, 2013.
16. Саранская О.Н. Психологический тренинг для дошкольников «Давайте дружить!». – М.: «Национальный книжный центр», 2013.
17. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. М.: АРКТИ, 2000. — 208 с.: илл. (Биб-ка психолога-практика).
18. Сиротюк А.Л., Сиротюк А.С. Методика коррекции и развития детей периода интенсивного роста (базальный и когнитивный уровни). – М.: АРКТИ, 2019.
19. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и

педагогам / А.Л. Сиротюк. - М.: ТЦ Сфера, 2003 / серия «Практическая психология»

20. Справочник педагога-психолога. №8, 2014. – М.: ЗАО «МЦФЭР», 2014.

21. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушин И.М. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольника – М.: Апрель-ПРЕСС, ЭКСМО-Пресс, 2001.

22. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 1 / К. Фопель. — М.: Генезис, 1998. — 160 с, ил.

23. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 2 / К. Фопель. — М.: Генезис, 1998. — 160 с, ил.

24. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 3 / К. Фопель. — М.: Генезис, 1998. — 160 с, ил.

25. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 4 / К. Фопель. — М.: Генезис, 1998. — 160 с, ил.

Диагностические методики

1. Метод наблюдения

Метод является незаменимым при первичной ориентировке в реальности детских отношений. При наблюдении обращают внимание на следующие показатели поведения детей:

-инициативность (отражает желание ребенка привлечь к себе внимание сверстника, побудить к совместной деятельности, разделить радость и огорчение);

-чувствительность к воздействиям сверстника (отражает желание и готовность ребенка воспринять его действия и откликнуться на предложения; проявляется в ответных на обращения сверстника действиях ребенка, в умении замечать пожелания и настроения сверстника и подстраиваться под него);

-преобладающий эмоциональный фон (проявляется в эмоциональной окраске взаимодействия ребенка со сверстниками: позитивной, нейтрально-деловой или негативной).

Шкалы оценки параметров и показателей

Критерии оценки параметров	Выраженность в баллах
ИНИЦИАТИВНОСТЬ	
-отсутствует: ребенок не проявляет никакой активности, играет в одиночестве или пассивно следует за другими	0
-слабая: ребенок крайне редко проявляет активность и предпочитает следовать за другими детьми	1
-средняя: ребенок часто проявляет инициативу, однако он не бывает настойчивым	2
-ребенок активно привлекает окружающих детей к своим действиям и предлагает различные варианты взаимодействия	3
ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ К ВОЗДЕЙСТВИЯМ СВЕРСТНИКА	
-отсутствует: ребенок вообще не отвечает на предложения сверстников	0
-слабая: ребенок лишь в редких случаях реагирует на инициативу сверстников, предпочитая индивидуальную игру	1
-средняя: ребенок не всегда отвечает на предложения сверстников	2
-высокая: ребенок с удовольствием откликается на инициативу сверстников, активно подхватывает их идеи и действия	3

ПРЕОБЛАДАЮЩИЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ФОН	
-негативный	
-нейтрально-деловой	
-позитивный	

Регистрация поведения детей с помощью данной шкалы позволит более точно определить характер отношения ребенка к сверстникам. Так, отсутствие или слабо выраженная инициативность (0-1 балл) может говорить о неразвитости потребности в общении со сверстниками или о неумении найти подход к ним. Средний и высокий уровни инициативности (2-3 балла) говорят о нормальном уровне развитии потребности в общении.

Отсутствие чувствительности к воздействиям сверстника (0-1 балл) говорит о неспособности видеть и слышать другого, что является существенной преградой в развитии межличностных отношений.

Важной качественной характеристикой общения является преобладающий эмоциональный фон. В случае, если преобладающим является негативный фон (ребенок постоянно раздражается, кричит, оскорбляет сверстников или даже дерется), требуется особое внимание. Если же преобладает положительный фон или положительные и отрицательные эмоции по отношению к сверстнику сбалансированы, то это свидетельствует о нормальном настрое по отношению к сверстнику.

2. Методика «Домик» (Гуткина Н.И., 2007)

Методика разработана Н.И. Гуткиной и представляет собой задание на срисовывание картинки, изображающей домик, отдельные детали которого составлены из элементов прописных букв. (рис.) Методика применяется для детей 6-7 лет, имеет клинический характер и не предполагает получение нормативных показателей. В случае специального использования ее для определения сенсомоторного развития ребенка возрастной диапазон данной методики может быть расширен от 5,5 до 10 лет.

Цель. Методика позволяет выявить умение ребенка ориентироваться в своей работе на образец, умение точно скопировать его, выявляет особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки, а также произвольную регуляцию деятельности.

Процедура обследования и инструкция.

Инструкция испытуемому: «Перед тобой лежит лист бумаги и карандаш. На этом листе я прошу тебя нарисовать точно такую картинку, какую ты видишь на этом рисунке (перед испытуемым кладется листок с «Домиком»). Не торопись, будь внимателен, постарайся, чтобы твой рисунок

был точно такой же, как этот, на образце. Если ты что - то не так нарисуешь, то стирать резинкой или пальцем ничего нельзя (необходимо проследить, чтобы у испытуемого не было резинки), а надо поверх неправильного или рядом нарисовать правильно. Тебе понятно задание? Тогда приступай к работе».



По ходу работы ребенка необходимо зафиксировать следующее:

- 1) какой рукой ребенок рисует (правой или левой);
- 2) как он работает с образцом: часто ли смотрит на него, проводит ли воздушные линии над рисунком-образцом, повторяющие контуры картинki, сверяет ли сделанное с образцом или, мельком взглянув на него, рисует по памяти;
- 3) быстро или медленно проводит линии;
- 4) отвлекается ли во время работы;
- 5) высказывания и вопросы во время рисования;
- 6) сверяет ли испытуемый после окончания работы свой рисунок с образцом.

Когда ребенок сообщает об окончании работы, ему надо предложить проверить, все ли у него верно. Если он увидит неточности в своем рисунке, он может их исправить, но это должно быть зарегистрировано экспериментатором. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов, начисляемых за ошибки.

Ошибками считается:

- 1) отсутствие какой-либо детали рисунка;
- 2) увеличение отдельных деталей рисунка более чем в два раза при относительно правильном сохранении размера всего рисунка;
- 3) диспропорция деталей рисунка;
- 4) неправильно изображенный элемент рисунка;
- 5) неправильное расположение деталей в пространстве рисунка;
- 6) отклонение прямых вертикальных и горизонтальных линий от заданного направления;
- 7) изображение прямых линий не просто не ровными, а в виде изломанных и волнистых;
- 8) разрывы между линиями в тех местах, где они должны быть соединены;

9) «залезание» линии одна за другую.

Все ошибки можно разделить на две группы: грубые (приводящие к изменению гештальта) и не грубые (не изменяющие гештальт). К грубым ошибкам относятся 1,2,3,4,5. Ошибки 6,7,8,9 могут быть грубыми, так и не грубыми. При интерпретации результатов эксперимента необходимо учитывать возраст испытуемых. Так, дети 5.5-6 лет редко выполняют задания без ошибок в связи с недостаточностью функционального созревания структур головного мозга, отвечающих за дифференцирование восприятия (включающее выделение из фона), концентрацию внимания, развитие тонких движений руки и сенсомоторную координацию. Наличие грубых ошибок после 7 лет говорит о том, что ребенок плохо справляется с работой по образцу. Причиной может быть неблагополучие в развитии одного или нескольких исследуемых методикой психологических параметров.

При анализе рисунка необходимо обратить внимание на характер линий: очень жирные или «лохматые» линии могут свидетельствовать, согласно имеющейся по этому вопросу литературе, тревожности ребенка. Возникшее подозрение необходимо проверить специальными экспериментальными методами по определению тревожности. (А.М.Прихожан, 2000).

Поскольку данная методика носит клинический характер и не имеет нормативных показателей, то полученные по ней результаты интерпретируются не с точки зрения нормальности-аномальности развития ребенка, а с точки зрения особенностей его сенсомоторного развития.

3. Методы исследования произвольного поведения из четырех бытовых ситуаций.

Первая ситуация «Сон»

Следующая методика помогает ребенку регулировать засыпание.

Взрослый объясняет: «Чтобы поскорее заснуть, надо выполнить три действия:

- лежать, не разговаривая и не шевелясь;
- глазки должны быть закрытыми;
- лечь лучше на правый бок, ладошку можно положить под щечку.

В это время можно подумать о приятном.

После этого воспитатель отходит и наблюдает за поведением детей примерно в течение 15 мин. Записывает, какие действия производят дети, следит, кто и как выполнил правило.

Дети, которые послушно следуют правилу, быстро засыпают, так как у них получилось регулировать свое поведение, выполнить указания воспитателя.

Вторая ситуация «Конструктор»

Малыши играют в стройку парами. Воспитатель показывает каждой паре конструкторный набор и дает задание что-нибудь выстроить. Но соблюдать правила:

- делать постройку по очереди;
- кто не строит, тот охраняет детальки, дает детали по одной штучке товарищу, который в данный момент занят строительством, если тот попросит.

Есть и ограничительные рекомендации:

- нельзя дотрагиваться до деталек конструктора до тех пор, пока второй ребенок не запросит их;
- нельзя вмешиваться в строительство напарника, ничего ему нельзя подсказывать, не помогать, даже если ну очень хочется;
- давать строго по одной детальке.

К «строителю» тоже рекомендации имеются. Он имеет право выстроить все, что угодно, но не должен брать без разрешения детали, а попросить вежливо, взять одну, которую ему даст товарищ.

Дети должны выполнять правила данной ситуации и следить, как напарник выполняет инструктаж воспитателя. Игра продолжается 5 мин., затем дошкольники меняются ролями.

Воспитатель следит, следуют ли дети правилам.

Ситуация «Рисунок»

состоит в том, что шесть детей с альбомными листами должны нарисовать то, что им хочется. Но карандашей у них только один набор. Первый ребенок в течение одной минуты рисует, а остальные ждут свою очередь.

В выполняемой ситуации есть аналогичные правила:

- не мешать другому рисовать;
- не дотрагиваться до листа, лежащего перед ним;
- нельзя брать карандаши, пока не подойдет очередь;
- не торопить товарищей, пока те не нарисуют;
- рисовать незамедлительно, как только подошла очередь;
- когда время истекает, прекращать рисование.

Воспитатель замечает особенности поведения испытуемых.

В ситуации «Игрушка»

участвуют тоже шесть испытуемых. На стол раскладываются игрушки в количестве шесть штук. Детям устанавливают порядковый номер очередности выполнения задания. По сигналу дети разбирают игрушки и показывают интересную сценку с выбранной игрушкой.

Требования к данной ситуации:

- взять игрушку по сигналу, соблюдая доставшийся номер;
- положить игрушку, не держать ее в руках, подумать, что с ней можно продемонстрировать;
- не показывать сценку до того момента, когда дойдет очередность;
- по очереди показывать, как можно играть со своей игрушкой;
- не повторять сценки другого ребенка, обыгрывание должно быть новым и интересным.

Наблюдение ведется за последним ребенком, ведь ему приходится ждать очереди больше всех, целых 5 минут, и он должен иметь очень хорошую саморегуляцию.

Данные методы исследования произвольного поведения подытоживаются подсчитыванием баллов по всем заданиям.

Складываются все показатели по всем методикам. Суммарная цифра показывает, какой уровень произвольности имеет каждый дошкольник.

Дети с высоким уровнем осознают свои действия и способы их выполнения, правильно воспроизводят задания, сдерживают свои желания нарушить правила и инструкции, даже если это очень трудно.

4. Задание «Шифровка»

Цель. Выявление сформированности произвольной регуляции деятельности (удержание алгоритма деятельности), возможностей распределения и переключения внимания, работоспособности, темпа и целенаправленности деятельности.

Время на выполнение данного задания жестко ограничивается 2 минутами.

Через 2 минуты, вне зависимости от объема выполненного, все дети должны закончить задание. Задача специалиста заключается в том, чтобы отследить этот момент.

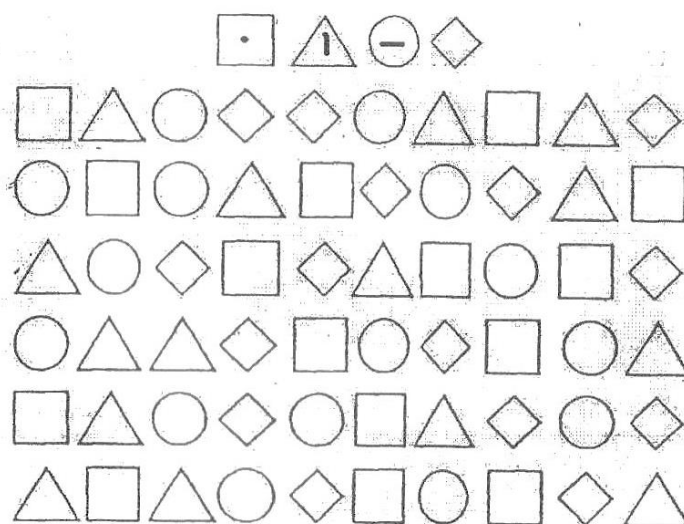
Инструкции:

Найдите задание под цифрой 5. В левом верхнем углу нарисованы фигуры, подчеркнутые жирной линией. В каждой из них стоит свой знак. Сейчас вы будете ставить в пустые фигуры знаки. Это надо делать так: в каждом квадрате поставить крестик (сопровождается показом и постановкой крестика в середине квадрата на доске), в каждом треугольнике точку, кружочек остается пустым, в нем вы ничего не рисуете, а в ромбике вы будете рисовать горизонтальную палочку. Все фигуры нужно заполнять по очереди, начиная с самого первого ряда. Не спешите, будьте внимательны. Теперь возьмите простой карандаш. Внимание, приготовились, начали!»

Основную часть инструкции можно повторить дважды: «В каждой фигуре ставьте свой знак, заполняйте все фигуры по очереди».

По истечении двух минут педагог просит всех детей остановиться и перестать работать: « А теперь, даже если вы не закончили задание, отложите карандаш и посмотрите на меня».

Важно, чтобы все дети закончили выполнение задания одновременно, вне зависимости от того, сколько они успели сделать.



Обработка полученных результатов

Задание «Шифровка».

3 балла - ребёнок безошибочно заполняет геометрические фигуры в соответствии с образцом за период до 2 минут. В работе имеются собственные единичные исправления или единичный пропуск заполняемой фигуры.

2 балла - ребёнок допускает более двух пропусков заполняемых фигур. В работе имеются исправления, более двух ошибок в заполнении, плохая графика заполнения (выход за пределы фигуры).

1 балл - ребёнок допускает более двух ошибок в сочетании с плохой графикой заполнения и пропусками. Задание выполнено не полностью.

0 баллов - ребёнок отказался от выполнения задания, или оценить результаты невозможно.

Описание игр, упражнений

1. Коммуникативные упражнения

Приветствие «Знакомство»

Дети совместно с педагогом разучивают приветствие. Доброе утро, Саша (улыбнуться и кивнуть головой; по кругу называются имена детей). Доброе утро, солнце (все поднимают и опускают руки). Доброе утро, небо (все поднимают и опускают руки). Доброе утро всем нам (разводят руки в стороны).

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Звучит спокойная музыка, дети ходят по залу. Если психолог хлопает в ладоши один раз, дети здороваются за руку, если два — плечиками, если три раза — спинками.

Игра «Мое имя»

Цель – способствовать идентификации ребенком себя со своим именем, формировать позитивное отношение ребенка к своему «Я».

Педагог задает вопросы по кругу, дети отвечают на них.

– Тебе нравится твое имя?

– Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

Педагог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие, и имена у вас маленькие. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например: Ваня – Иван, Маша – Мария».

Коммуникативное упражнение «Маска»

Дети садятся в круг. Первый участник упражнения фиксирует на своем лице какое-нибудь выражение (маску), демонстрирует его всем детям и «передает» соседу справа (слева). Сосед должен в точности повторить это выражение, поменять на новое и «передать» следующему участнику упражнения. Так же делают все остальные. Выражение лица может быть страшным, смешным, комическим, угрожающим и т.д.

Упражнение «Передай движение»

Дети стоят в кругу и по сигналу психолога делают вид, что передают друг другу большой мяч, тяжелую гирю, горячий блин, цветочек и др.

Упражнение выполняется молча.

Подвижная игра «Иголка и нитка»

Один из детей становится ведущим — «иглой», а все остальные — «ниткой». Ребенок, выполняющий роль иглой, бежит по залу, меняя направление, а все остальные дети бегут за ним.

Ведущий меняется, игра повторяется.

Каждый ребенок должен побывать в роли иголки.

Коммуникативное упражнение «Золотая рыбка»

Участники встают в круг, взявшись за руки и прижимаясь друг к другу плечами, бедрами, ногами. Это — сеть. Водящий «золотая рыбка» стоит в кругу. Его задача — выбраться из круга, а задача сети — не выпустить рыбку. Если водящему долго не удастся выбраться из сети, то дети ему помогают.

Коммуникативное упражнение «Сиамские близнецы»

Дети разбиваются на пары и встают как можно ближе к своему партнеру. Инструктор бинтом обматывает правую руку одного партнера с левой рукой другого. Аналогично соединяются и ноги. Затем детям даются различные задания: пройти по комнате, станцевать, нарисовать рисунок и т.д. Для оживления упражнения одному из партнеров можно завязать глаза.

Упражнение «Одно большое животное»

Дети и психолог встают в круг и берутся за руки. Психолог говорит: — Представьте себе, что мы — одно большое животное. Будем дышать все вместе: шаг вперед — вдох, шаг назад — выдох.

Упражнение повторяется 3 раза.

Упражнение «Эмоции»

Дети садятся на стульчики.

Психолог поочередно показывает детям карточки с изображением лиц.

Дети, определив эмоциональное состояние человека, изображенного на рисунке, молча поднимают руку. Психолог произносит: «Раз, два, три». На счет «три» дети все вместе должны прошептать ответ.

По окончании этого упражнения психолог предлагает детям изобразить при помощи пантомимики следующие эмоциональные состояния: грусть, обиду, радость, злость, удивление, спокойствие.

Дети выполняют задание.

Совместное рисование человека и игра «Что изменилось?»

Дети сидят на стульчиках. Перед ними стоит мольберт, на котором установлена небольшая доска (или прикреплен большой лист плотной бумаги).

Психолог рисует голову человека. Затем дети по очереди подходят к мольберту, шепотом называют часть тела, которую нужно дорисовать (шея, плечи и т.д.), и дополняют рисунок.

По окончании совместного рисования мольберт переворачивается, психолог вносит в рисунок какую-нибудь деталь и вновь показывает изображение детям.

Дети должны «воды в рот набрать» и молчать. Психолог дает указку сидящему спокойно ребенку, тот подходит к доске и показывает появившуюся деталь.

Дополнения в рисунок вносятся несколько раз.

Игра «Забавная мозаика»

Каждый ребенок получает изображение мордочки какого-либо животного (поросенка, лягушонка, ежа и т.д.) и такой же рисунок, разрезанный на 10 частей в виде квадратов и прямоугольников.

Необходимо сложить из частей целое изображение животного. В зависимости от уровня развития каждого отдельного ребенка допустимо выполнение задания приемом наложения.

Игра развивает восприятие, внимание.

Коммуникативное упражнение с правилами «Путаница»

Дети встают в круг и берутся за руки. Водящий должен выйти из комнаты или отвернуться. Не отпуская рук, дети «запутываются» в кругу, кто как может. Задача водящего распутать детей в круге.

Игра «Паровозик с именем»

Дети сидят на стульчиках, расположенных возле стены в один ряд. Ребенка, который первым будет изображать паровозик, выбирают с помощью считалки.

«Паровозик отправляется в путь» — ребенок встает со стульчика и медленно бежит по кругу, попеременно работая согнутыми в локтях руками и произнося: «Гух-гух-гух». Сделав круг, «паровозик» останавливается возле одного из детей и произносит его имя.

Названный по имени ребенок становится «паровозиком» и встает впереди, а первый ребенок становится «вагончиком». Теперь они вдвоем «едут» по кругу со словами «Гух-гух-гух» и, «подъезжая» к детям, выбирают новый «паровозик».

Игра заканчивается после того, как последний из детей изобразит «паровозик».

При необходимости психолог просит «паровозик» двигаться медленнее, чтобы «вагончики» не отцепились.

Игра «Жмурки»

С помощью считалки выбирается водящий. Психолог завязывает ему глаза шарфом. Задача водящего — поймать кого-нибудь из игроков. Пойманный ребенок становится новым водящим, игра продолжается.

Эта известная игра рекомендуется детям, испытывающим страх темноты, она учит ориентироваться в пространстве, способствует лучшему

ощущению своего тела, развивает координацию движений, произвольное поведение.

В роли водящего должен побывать каждый ребенок. Если игрок «попался» во второй раз, ему предлагают сесть на стульчик, а нового водящего выбирает психолог.

Коммуникативное упражнение «Сороконожка»

Участники группы встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде инструктора «Сороконожка» начинает двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями и т.д. Главная задача участников — не разорвать цепочку и сохранить «Сороконожку».

Коммуникативное упражнение «Компас»

Дети выстраиваются друг за другом «паровозиком» и кладут руки на плечи впереди идущего. Глаза должны быть закрыты. Ведущий «компас» идет самый первый с открытыми глазами по комнате, меняя направление. Он должен так вести группу, чтобы все находились в безопасности. Успешность выполнения упражнения зависит от каждого участника. В роли ведущего поочередно могут быть все играющие. В конце упражнения обсуждаются ощущения детей в роли ведущего и в роли ведомого.

Упражнение «Комплименты»

Дети встают в круг. Психолог, отдавая мяч одному из детей, говорит ему комплимент. Ребенок должен сказать «спасибо» и передать мяч соседу, произнося при этом ласковые слова в его адрес. Тот, кто принял мяч, говорит «спасибо» и передает его следующему ребенку.

Дети, говоря комплименты и слова благодарности, передают мяч сначала в одну, потом в другую сторону.

Коммуникативное упражнение «Тачка»

Дети разбиваются на пары. Один из партнеров принимает «упор лежа», другой берет его за ноги и приподнимает. Первый начинает движение на руках, второй идет за ним, поддерживая его ноги и регулируя скорость движения.

Коммуникативное упражнение «Неожиданные картинки»

Участники садятся в круг, получают восковые мелки и подписанный лист бумаги. По команде инструктора дети начинают рисовать какую-нибудь картинку, затем, по следующей команде, передают ее соседу справа. Получают от соседа слева недорисованную картинку и продолжают ее рисовать. Передача недорисованных картинок продолжается до тех пор, пока они не сделают полный круг и дети не получат картинку, которую начали

рисовать. Каждый участник имеет возможность увидеть, какой вклад вложен им в каждую картинку. Игру можно оживить музыкальным сопровождением.

Коммуникативное упражнение с правилами «Животные»

Дети встают в круг. Инструктор каждому участнику шепотом на ушко говорит название какого-либо животного: собака, корова, кошка и т.д. Название животного держится в секрете. Дети закрывают глаза и «превращаются» в это животное, издавая соответствующие звуки: гав-гав, му-му, мяу-мяу и т.д. Дети должны медленно передвигаться по комнате и прислушиваться к голосам всех «животных», объединяясь в родственные группы. Нашедшие друг друга «собаки», «коровы», «кошки» берутся за руки и передвигаются вместе. Во время выполнения упражнения глаза должны оставаться закрытыми.

Коммуникативное упражнение «Мост дружбы»

Инструктор просит детей по желанию образовать пары, придумать и показать какой-нибудь мостик (при помощи рук, ног, туловища), например, соприкоснувшись головами или ладошками. Затем он спрашивает, кто из детей хотел бы «построить» мостик втроем, вчетвером и т.д., до тех пор, пока будут находиться желающие. Заканчивается упражнение тем, что все берутся за руки, поднимают руки вверх, изображая «мост дружбы».

4. Упражнения для развития познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, воображения и др.), самоконтроля

Упражнение «Волшебный мешочек»

Дети рассматривают 7-8 мелких игрушек. Психолог незаметно для детей кладет одну из игрушек в матерчатый мешочек и говорит:

— Потрогайте мешочек и догадайтесь, что в нем лежит.

Дети поочередно ощупывают игрушку, находящуюся в мешочке, и высказывают свои предположения. Психолог вынимает игрушку и показывает детям.

Игра проводится несколько раз.

Когнитивное упражнение «Фотография»

И.п. — сидя на полу. Инструктор показывает детям фотографию с изображением человека с определенным настроением. Один из участников должен воспроизвести заданную ему фразу с интонацией, соответствующей эмоции на фотографии. Необходимо сопроводить высказывание соответствующей мимикой и жестами. Остальные дети должны оценить правильность выполнения задания.

Игра «Слушай и отвечай»

Дети встают в круг. Психолог берет мяч и входит в центр круга. Он, поочередно бросая мяч детям, просит назвать какое-нибудь растение, животное, игрушку, марку автомобиля и т.п.

Игра проводится в быстром темпе.

Функциональное упражнение «Рубка дров»

И.п. — стоя. Каждый участник должен представить себе, что он рубит дрова из нескольких чурок. Он должен пантомимически поставить чурку на пень, высоко над головой поднять топор и с силой опустить его на чурку. Всякий раз при опускании топора он должен громко выкрикнуть: «Ха!» Затем поставить перед собой следующую чурку и рубить вновь. Через 2 минуты каждый участник говорит, сколько чурок он разрубил.

Игра «Запретные движения»

Дети стоят полукругом напротив психолога. Психолог говорит:

— Я буду показывать различные движения. Вы будете повторять все движения, кроме одного.

Психолог называет и показывает «запрещенное» движение (например, подпрыгивание) и дает сигнал к началу игры.

Ошибки обычно вызывают бурные эмоциональные реакции, смех, но выводить детей из игры не следует.

Упражнения для развития мелкой моторики рук

И.п. — сидя на полу.

«Колечко». Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

Функциональное упражнение с правилами «Костер»

Дети садятся на ковер вокруг «костра» и выполняют соответствующую команду инструктора. По команде (словесной инструкции) «жарко» дети должны отодвинуться от «костра», по команде «руки замерзли» — протянуть руки к «костру», по команде «ой, какой большой костер» — встать и махать руками, по команде «искры полетели» — хлопать в ладоши, по команде «костер принес дружбу и веселье» — взяться за руки и ходить вокруг «костра». Затем игра выполняется с ведущим ребенком.

Игра «Составь пары картинок»

Разложить на столе перед детьми 30-36 предметных картинок. Предложить каждому ребенку по очереди выбрать любую картинку и подобрать ей пару, объяснить свой выбор. Например, душ — полотенце:

после душа человек вытирается полотенцем; яйцо — хлеб: они съедобные и т.п.

Игра развивает логическое мышление, дискурсивную речь.

Игра «Самолеты»

Дети сидят на корточках далеко друг от друга — «самолеты на аэродроме». Психолог говорит:

— Самолеты загудели, загудели, загудели, поднялись и полетели.

Дети гудят вначале тихо, потом все громче, поднимаются и начинают бегать по залу, разведя руки в стороны.

— Полетели, полетели и сели.

Дети садятся на корточки, ждут команды психолога. Так делается несколько раз. В конце игры «самолеты прилетают к морю» — дети садятся на стульчики или ложатся на ковер так, чтобы не задевать друг друга.

Упражнение «Найди неточности в моём суждении»

Предложить детям сказать, что неверно в суждении взрослого; объяснить, почему они так считают.

1. Когда человеку весело, он плачет.
2. Если нужно что-нибудь купить, теряют деньги.
3. Мама убрала в квартире, и стало грязно.
4. Чем больше продуктов в сумке, тем она легче.
5. Если у ребенка болит горло, он должен есть мороженое.

На следующем занятии предложить детям самим придумать суждения с неточностями.

Упражнение «Нелепости в картинках»

Показать детям по очереди несколько картинок. Предложить определить, в чем заключается нелепость каждой картинки. Например, водолаз на дне моря поливает из лейки водоросли и т.п.

Упражнение развивает наблюдательность, сообразительность, дискурсивную речь.

Упражнение «Запомни и нарисуй фигуры по памяти»

Показать детям лист, на котором нарисованы 9 разнообразных фигур и их комбинаций: треугольник в круге, молниеобразная линия, крестик и т.д. Предложить рассмотреть их и запомнить. Затем убрать этот лист и показать другой с изображением 15 фигур. Предложить узнать среди них знакомые, зарисовать их на чистом листе. Побеждает тот, кто зарисует больше фигур из 9 виденных ранее.

Когнитивное упражнение «Ритм по кругу»

Дети садятся полукругом. Инструктор отстукивает несложный ритм. Дети внимательно слушают и по команде инструктора его повторяют (по

отдельности или все вместе). Когда ритм освоен, дети получают команду: «Давайте прохлопаем этот ритм следующим образом». Каждый по очереди отбивает по одному хлопку из заданного ритма. Слева направо. Когда ритм закончится, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала. Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок — получает штрафное очко или выбывает из игры. Возможные пути усложнения задачи: удлинение и усложнение ритма, отстукивание ритма каждым игроком обеими руками по очереди и т.д. Детям также могут предлагаться для воспроизведения звуки разной громкости внутри ритмического рисунка, например: тихие и громкие.

Подвижная игра «Светофор»

Дети кладут руки на плечи друг другу, ходят по залу и гудят, изображая автобус. Психолог, изображая светофор, показывает «автобусу» круги разного цвета. При показе красного круга дети должны остановиться, желтого — «гудеть» и маршировать на месте, зеленого — продолжать движение.

По окончании упражнения психолог говорит:

— А теперь каждый из вас будет водителем собственного автомобиля. Внимательно следите за сигналами светофора и выполняйте правила дорожного движения.

Упражнение «Лягушка», «Замок»

И.п. — сидя на полу.

- «Лягушка». Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно (реципрочно) менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

- «Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук. В дальнейшем дети могут выполнять упражнение в парах.

Упражнение «Опиши игрушку»

Психолог складывает все игрушки в мешочек. Каждый ребенок поочередно подходит к мешочку, достает одну из игрушек и составляет о ней рассказ-описание.

Когнитивное упражнение «Чаша доброты».

И.п. — сидя на полу. Инструктор: «Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей добротой. Представьте рядом другую чужую чашку, она пустая. Отлейте в нее из своей чашки доброты. Рядом еще одна пустая чашка, еще и

еще... Отливайте из своей чашки доброту в пустые. Не жалейте! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей доброты. Вы можете делиться своей добротой с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной. Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите: «Это я! У меня есть такая чашка доброты!».

Игра «Не спеши»

Дети сидят на стульчиках. На расстоянии 5-6 шагов от них ставится стул. Дети поочередно подходят (не подбегают!) к стулу, огибают его и, не торопясь, возвращаются на свое место.

После того как каждый обогнет стул, дается задание идти спиной.

Игра «Расставить посты!»

Дети строятся в колонну. Психолог, исполняющий роль командира, встает впереди. Колонна начинает движение по залу. Когда психолог хлопает в ладоши, ребенок, идущий последним, должен остановиться. Так «командир» расставляет всех детей в задуманном им порядке (линейка, круг, квадрат и т.п.). В роли командира может выступать один из детей.

Упражнение «Я кубик несу и не уроню»

На расстоянии 5-6 метров друг от друга ставятся два ряда стульчиков (по количеству детей). Дети делятся на две команды. Каждая команда занимает ряд стульчиков. Психолог кладет кубики на ладони детей, входящих в одну из команд. Дети должны, маршируя, как роботы, донести кубики, передать их участникам другой команды и вернуться на место. Дети, получившие кубики, выполняют те же действия.

Упражнение повторяется несколько раз.

Если дети легко справляются с заданием, кубик кладется на тыльную сторону ладони или на голову. Характер движений при этом меняется — дети должны двигаться плавно.

Упражнение «Прогулка в лес»

Психолог приглашает детей прогуляться в воображаемый лес. Дети повторяют движения психолога: идут тихо, на цыпочках, чтобы не разбудить медведя, перешагивают через валежник, боком движутся по узкой дорожке, вокруг которой растет крапива, осторожно ступают по шаткому мостику, перекинутому через ручеек, прыгают по кочкам в болоте, наклоняются, собирая грибы и цветы, тянутся вверх за орехами и пр.

Можно спросить детей, какие они знают грибы, цветы, деревья и т.д.

Игра «Будь внимателен!»

Дети встают в круг. Психолог берет мяч и входит в центр круга. Он называет имена детей и бросает мяч. Ребенок, услышав свое имя, должен поймать мяч и бросить его обратно.

Игра проводится в быстром темпе.

Функциональное упражнение «Крик в пустыне»

Участники садятся в круг, скрестив ноги «по-турецки», и по сигналу инструктора начинают громко кричать. При этом необходимо наклоняться вперед, доставая руками и лбом пола.

Игра «Флажок»

Звучит музыка. Дети маршируют по залу. По сигналу психолога (поднятый флажок) они должны прекратить движение и зафиксировать позу, в которой их застал сигнал, на 5-7 секунд. По повторному сигналу движение возобновляется.

Функциональное упражнение «Послушать тишину»

И.п. — сидя на полу. Закрывать глаза и последовательно послушать звуки на улице за окном, затем в комнате, свое дыхание, биение сердца.

Упражнение «Раз, два, три — говори!»

Дети сидят на стульчиках. Перед ними стоит мольберт, на котором установлена небольшая доска (или прикреплен большой лист плотной бумаги). Психолог рисует морской берег, волны, чаек, пароходик. Затем он вызывает одного из детей и шепотом предлагает ему внести в рисунок дополнение (изобразить облако, лодочку, камешек на берегу, еще одну птицу и т.п.). Мольберт переворачивается, вызванный ребенок выполняет инструкцию, и рисунок вновь демонстрируется детям. Психолог просит детей определить, какая новая деталь появилась на картине, и назвать ее, но только после того, как прозвучит команда: «Раз, два, три — говори!». Картина дополняется поочередно всеми детьми.

Игра «Съедобное — несъедобное»

Дети строятся в ряд. Психолог берет мяч и встает напротив детей. (Расстояние между психологом и детьми — 5 шагов.)

Психолог, называя какой-либо предмет, поочередно бросает мяч детям. Если прозвучало название съедобного предмета, ребенок ловит мяч, несъедобного — отталкивает. При правильном выполнении задания ребенок делает шаг вперед. Тот, кто первым дойдет до психолога, становится ведущим.

Игра повторяется.

Функциональное упражнение с правилами «Шалуны»

Инструктор по сигналу (удар в бубен, колокольчик и т. д.) предлагает детям пошалить: бегать, прыгать, кувыркаться. По второму сигналу ведущего все шалости должны прекратиться. Упражнение повторяется несколько раз.

Функциональное упражнение «Руки—ноги»

И.п. — стоя. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Ноги вместе — руки врозь. Ноги врозь — руки вместе. Ноги вместе — руки вместе. Ноги врозь — руки врозь.

Цикл прыжков повторить несколько раз.

Подбери три рифмы к каждому слову

Объяснить детям, что такое рифма; привести пример, прочитав какое-нибудь четверостишие и в нем, вместе с детьми, выделить созвучные слова. Затем предложить детям подобрать рифмы к словам бочка (точка, кочка, ночка, дочка, почка), палка (галка, скалка, скакалка, балка, мочалка) и т.д.

Функциональное упражнение «Кто летает?»

Дети садятся на полу полукругом, инструктор называет предметы. Если предмет летает — дети поднимают руки, если не летает — руки у детей опущены. Когда инструктор сознательно ошибается, детям необходимо своевременно удержаться и не поднять руку. Ребенок, который не удержался, должен заплатить фант и выкупить его в конце игры, выполнив какое-либо задание.

Игра «Испорченный телефон»

Дети и психолог берут стульчики и садятся в круг.

Психолог говорит:

— Давайте еще немного пошепчемся — поиграем в «Испорченный телефон».

Детям объясняются правила игры: психолог придумывает слово и шепотом произносит его на ушко ребенку, сидящему справа от него, тот тоже шепотом передает услышанное соседу справа и т.д. Последний ребенок произносит слово вслух.

Обычно последнее слово не совпадает с первоначальным вариантом, что вызывает бурную реакцию детей. Психолог дает детям время для проявления эмоций и продолжает игру.

Игра: «Да» и «нет» не говори»

Дети садятся на стульчики.

Психолог говорит:

— Я задам каждому из вас вопрос. Отвечая на него, вы не должны употреблять слова «да» и «нет».

Психолог поочередно задает детям следующие вопросы:

— Ты сейчас дома?

— Тебе 6 лет?

— Ты учишься в школе?

— Ты любишь смотреть мультфильмы?

— Кошки умеют лаять?

— Яблоки растут на елке?

— Сейчас ночь? И т.п.

Если ребенок употребляет при ответе слова «да» или «нет», психолог повторяет вопрос. В ходе игры каждому ребенку можно предложить ответить на 1—3 вопроса.

Функциональное упражнение «Тух-тиби-дух»

В этом ритуале заложен комичный парадокс. Дети произносят заклинание против плохого настроения, обид и разочарований. Они, не разговаривая, хаотично двигаются по комнате и, останавливаясь напротив одного из участников, должны сердито произнести волшебное слово «Тух-тиби-дух». Другой участник может промолчать или трижды произнести волшебное слово «Тух-тиби-дух». После этого продолжать движение по комнате, время от времени останавливаясь перед кем-нибудь и сердито произнося волшебное слово. Важно говорить его не в пустоту, а определенному человеку, стоящему, напротив. Через некоторое время дети не смогут не смеяться.

Игра «Угадай фигурку»

Дети садятся на стульчики и закрывают глаза. Психолог берет конверт, в котором находятся разные геометрические фигуры, и говорит:

— Глаза не открывай, а какую фигурку на ладонь положу, угадай.

Психолог кладет на ладонь каждого ребенка по одной фигурке. Ребенок на ощупь определяет, какая фигурка ему досталась, называет ее, затем открывает глаза.

Игра проводится дважды: вначале психолог кладет фигурку на правую, затем на левую ладонь ребенка. При необходимости перед началом игры уточняются названия геометрических фигур.

Функциональное упражнение «Что слышно?»

И.п. — сидя на полу. Инструктор предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит в комнате, за дверью, на улице. Затем он просит рассказать, какие звуки они слышали. Можно подсчитать услышанные звуки и выбрать победителя.

Функциональное упражнение «Дракон»

Участники стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего ребенка. Первый ребенок — это «голова дракона», последний — «кончик хвоста». Дракон будет ловить свой хвост. Остальные дети должны цепко держаться друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост за определенное время, то на место головы дракона встает другой ребенок.

Игра «Город»

Рассмотреть с детьми схематическую карту «Города», с разветвленной сетью дорог, в конце каждой — домик, на всех поворотах — влево, вправо, вверх, вниз — изображение дерева, елочки, ромашки, грибочка и т.п. Объяснить: представьте, что новый друг пригласил кого-то из вас в гости, а, чтобы легко было найти дом, в котором он живет, предложил карточку-схему, по которой легко это сделать (показать, как по карточке-схеме найти нужный домик на карте «Города»). Предложить каждому ребенку по 2-3 разным карточкам-схемам отыскать соответствующие домики на большой карте.

На первом занятии разрешается пользоваться сопровождающим жестом, на втором — словами, на третьем — задание выполняется в визуальном, ребенок знакомит всех только с результатом поиска: вот этот домик. На четвертом занятии предложить детям самостоятельно подготовить карточки-схемы для поиска домиков на карте города их товарищами

Упражнение «Срисуй»

Выложить перед детьми по очереди 3-5 вариантов рисунка «Домик». Например:

– трапециевидный, с полукруглой крышей, треугольной дверью, с елочкой слева и заборчиком в виде ромбиков справа, солнышком и облаками в небе;

– треугольный с круглым окошком, прямоугольной трубой, антенной, косым дождем и т.п.

Предложить срисовать каждый рисунок. Проанализировать готовые работы: есть ли неточности и какие. Побеждает тот, кто допустил наименьшее количество ошибок.

Развивает внимание.

Упражнение «Расскажем и покажем»

Дети встают полукругом напротив психолога и повторяют за ним слова и движения.

Один, два, три, четыре, пять!

Можем всё мы показать!

Это локти — их коснемся.

Вправо, влево мы качнемся.

Это плечи — их коснемся.

Вправо, влево мы качнемся.

Если мы вперед качнемся, то коленей

Поочередно загибают пальцы правой руки.

Ритмично хлопают в ладоши.

Обхватывают ладонями оба локтя.

Выполняют наклоны вправо и влево.

Кладут кисти рук на плечи.

Выполняют наклоны вправо и влево.

Выполняют наклоны вперед, касаются коленей.

Поочередно загибают пальцы левой руки.

мы коснемся.

Ритмично хлопают в ладоши.

Один, два, три, четыре, пять!

Можем всё мы показать!

Упражнение «Колечко», «Змейки»

«Колечко». Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

«Змейки». Предложите ребенку представить, что его пальцы -это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу-вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала «смотрят» от ребенка, потом — друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

Игра «Броуновские движения»

Дети ходят по залу, стараясь не задевать друг друга. Услышав команду психолога «Глаза закрыть», дети закрывают глаза и медленно идут к центру зала. Когда дети приблизятся друг к другу, психолог произносит:

– Раз-два-три, того, кто рядом, за руку возьми. Глаз не открывай, а кто это, отгадай.

Дети на ощупь определяют, кто стоит рядом, называют имена друг друга и открывают глаза.

Игра «Изобрази явление»

Психолог и дети перечисляют приметы осени: дует ветер, качаются деревья, падают листья, идет дождь, образуются лужи.

Психолог показывает движения, которые соответствуют этим явлениям:

«Дует ветер» — дует, вытянув губы.

«Качаются деревья» — покачивает вытянутыми вверх руками.

«Падают листья» — выполняет плавные движения руками сверху вниз.

«Идет дождь» — выполняет мелкие движения руками сверху вниз.

«Появляются лужи» — смыкает руки в кольцо перед собой.

Когда дети запомнят показанные движения, объясняются правила игры: пока звучит музыка, дети бегают, танцуют, как только музыка прекращается, дети останавливаются и слушают, какое явление назовет психолог. Дети должны выполнить движения, которые соответствуют данному явлению.

Упражнение «Замок», «Рисующий слон»

«Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук, в дальнейшем дети могут выполнять упражнение в парах.

«Рисующий слон». Сесть, на колени. Наклониться головой к плечу, вытянуть руку вперед и рисовать ею горизонтальную восьмерку (знак бесконечности) большими мазками. Затем повторить то же другой рукой.

Функциональное упражнение «Танцы-противоположности»

Участники разбиваются на пары. Под ритмичную музыку один ребенок в паре изображает грустный танец, другой — веселый. Через 1 — 2 минуты участники меняются ролями. Затем предлагаются другие пары чувств: смелый — трусливый, спокойный — агрессивный, злой — добрый.

Упражнение «Прошепчи ответ»

Дети садятся на стульчики.

Психолог говорит:

— Я буду задавать вам вопросы. Каждый, кто знает ответ, протягивает вперед руку, сжимает пальцы в кулак, а большой палец поднимает вверх. Покажите эти движения.

Дети выполняют задание.

— Когда я увижу много поднятых вверх пальцев, то начну считать: «Раз, два, три». На счет «три» вы все вместе должны будете прошептать ответ.

Психолог задает следующие вопросы:

- Какое сейчас время года?
- Какой сегодня день недели?
- Как называется город (поселок), в котором вы живете?
- Какое число следует за числом пять?
- Как называется детеныш коровы?
- Сколько лап у собаки?
- Сколько лап у двух собак? И т.п.

Когнитивное упражнение «Пуантизм»

И.п. — сидя на полу. Детям предлагаются чистые листы бумаги, гуашевые краски, свобода творчества и возможность рисовать пальцами обеих рук без использования кисточек. Для каждого пальца правой и левой руки выбирается свой цвет краски. Рисунок можно начать одной рукой, затем продолжить другой и обеими одновременно.

Упражнения для развития мелкой моторики рук

«Змейки». Предложите ребенку представить, что его пальцы — это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу-вверх и сверху-вниз. При двуручном выполнении ладони сначала «смотрят» от ребенка, потом—друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

«Лягушка». Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно (реципрокно) менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

«Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук, в дальнейшем дети могут выполнять упражнение в парах.

5.Телесно-ориентированные упражнения, растяжки

Упражнение из «Йоговской гимнастики для малышей»

1. Дети ходят по кругу друг за другом и гудят, как паровозики.
2. Останавливаются, встают в круг.
3. «Заводят будильник» — сжимают ладонь в кулачок, выполняют круговые движения у солнечного сплетения.
4. «Будильник зазвонил»: «З-з-з». Мы его остановим — дети слегка ударяют ладошкой по голове.
5. «Лепят личико» — проводят руками по краю лица.
6. «Лепят волосики» — нажимают подушечками пальцев на корни волос.
7. «Лепят бровки» — проводят кончиками пальцев по бровям.
8. «Лепят глазки» — трогают кончиками пальцев веки, проводят указательным пальцем вокруг глаз. Моргают глазами.
9. «Лепят носик» — проводят указательным пальцем от переносицы по крыльям носа вниз.
10. «Лепят ушки» — пощипывают мочки ушей, поглаживают уши.
11. «Лепят подбородок» — поглаживают подбородок.
12. «Рисуют носиком солнышко» — крутят головой, рисуют носиком лучики — выполняют соответствующие движения.
13. Произносят хором: «Я хороший, добрый, красивый», гладят себя по голове.

Телесно-ориентированное упражнение «Насос и мяч»

Психолог предлагает детям разделить на пары. Один из детей изображает мяч, другой — насос. Каждый ребенок выполняет движения в соответствии с полученной ролью.

«Мяч сдутый» — ребенок сидит на корточках.

«Насос надувает мяч» — ребенок делает соответствующие движения руками, сопровождая их звуками «С-с-с...».

«Мяч становится все больше» — ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх.

«Насос прекращает работу» — ребенок делает вид, что выдергивает шланг.

«Мяч вновь сдувается» — ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки.

Упражнение повторяется несколько раз, затем дети меняются ролями.

Упражнение «Надоедливая муха»

Психолог говорит:

— Представьте, что вы лежите на пляже, солнышко вас согревает, шевелиться не хочется. Вдруг муха прилетела и на лобик села. Чтобы прогнать муху, пошевелите бровями. Муха кружится возле глаз — поморгайте ими, перелетает со щеки на щеку — надувайте по очереди каждую щеку, уселась на подбородок — подвигайте челюстью и т.д.

Упражнение «Солнечный лучик»

Дети садятся на корточки и закрывают глаза. Психолог говорит:

— 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 — приподнимите и опустите плечи;
- коснулся рук — потрясите руками;
- коснулся ног — лягте на спину и подрыгайте ногами.

Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся — вставайте, ребята.

Растяжка «Медуза»

Сидя на полу, совершать плавные движения руками, подражая медузе, плавающей в воде.

Растяжка «Кошка»

Каждый участник должен встать на четвереньки, опираясь на колени и ладони. На каждый шаг правой руки и левой ноги делать вдох, отводить голову назад, прогибать позвоночник вниз. На каждый шаг левой руки и правой ноги делать выдох, шипеть, опускать подбородок к груди, выгибать спину вверх.

Телесно-ориентированное упражнение «Кораблик»

Дети встают в круг. Психолог говорит:

— Представьте, что мы находимся на палубе корабля. Чтобы не упасть, расставьте ноги по шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной.

Налетел ветер, поднялась волна, кораблик качнулся. Прижмите к полу правую ногу, левую немного согните в колене, касайтесь пола только ее носком.

Ветер утих — выпрямитесь, расслабьтесь.

Внимание! Новая волна. Кораблик качнуло в другую сторону — прижмите к полу левую ногу, правую расслабьте.

Море успокоилось — выпрямитесь, расслабьтесь, глубоко вдохните и выдохните.

Растяжка «Дерево»

И.п. — сидя на корточках. Ребенку предлагается спрятать голову в колени, колени обхватить руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Пусть ребенок медленно поднимается на ноги, затем распрямляет туловище, вытягивает руки вверх. Затем нужно напрячь мышцы тела и вытянуть его вверх. Подул ветер: пусть ребенок раскачивает тело, имитируя дерево.

Телесно-ориентированное упражнение «Слепой и поводырь»

Психолог расставляет по залу несколько стульев и объединяет детей в пары.

Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль слепого, другой — поводыря.

«Слепому» завязывают глаза, «поводырь» берет его за руку и ведет по залу, обходя стулья.

Затем дети меняются ролями.

Остальные дети («зрители») наблюдают за парой.

После того как каждый ребенок побывает в разных ролях, выбирается лучший «поводырь».

Телесно-ориентированное упражнение «Клоуны»

Дети встают в круг и поднимают руки вверх. По команде психолога последовательно выполняют следующие движения:

кисти рук опускаются вниз;

руки сгибаются в локтях;
руки расслабляются и падают вниз;
туловище сгибается, голова опускается вниз;
колени сгибаются, дети приседают на корточки.

Телесно-ориентированное упражнение «Пластилиновая кукла»

Психолог делит детей на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль скульптура, другой — пластилина. «Скульптор» должен лепить «куклу», придавая «пластилину» определенную позу. «Пластелин» должен быть мягким и податливым.

После того как каждый ребенок побывает в разных ролях, психолог спрашивает: «Кем больше понравилось быть: скульптором или пластилиновой куклой? Почему? Удобно ли было кукле находиться в той позе, которую придумал для нее скульптор? Почему?» и т.д.

Телесно-ориентированное упражнение «Камень и путник»

Психолог говорит, что после прогулки нужно отдохнуть. Предлагает кому-то из детей стать «камнями», а другим — «путниками». Дети, которые изображают камни, опускаются на пол, обхватывают колени руками и сидят неподвижно, напряженно. Каждый из «путников» садится, облачаясь спиной на спину ребенка, изображающего камень. Потом дети меняются ролями.

По окончании упражнения психолог спрашивает детей: какие были «камни» — удобные или неудобные, твердые или мягкие?

Упражнение «Черепашки»

Дети садятся на корточки. Психолог говорит:

— Представьте, что вы 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 лапках, 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!

Растяжка «Снеговик»

И.п. — стоя. Ребенку предлагается представить, что он только что слепленный снеговик. Тело должно быть напряжено, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т.д. В конце

упражнения ребенок мягко падает на пол и лежит как лужица воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

6.Релаксационные упражнения

Релаксация «Штанга»

И.п. — стоя. Инструктор: «Встаньте. Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Мы готовимся к рекорду,
Будем заниматься спортом
(наклониться вперед).
Штангу с пола поднимаем
(выпрямиться, руки вверх).

Крепко держим...

И бросаем!

Наши мышцы не устали. И еще послушней стали.

Во время выполнения упражнения можно прикоснуться к мышцам плеча и предплечья ребенка и проверить, как они напряглись.

Нам становится понятно: расслабление приятно.

Релаксация «Пляж»

И.п. — лежа. Предложите ребенку закрыть глаза и представить, что он лежит на теплом песке. Ласково светит солнышко и согревает его. Веет легкий ветерок. Он отдыхает, слушает шум прибоя, наблюдает за игрой волн и танцами чаек над водой. Пусть прислушается к своему телу. Почувствует позу, в которой он лежит. Удобно ли ему? Пусть попытается изменить свою позу так, чтобы ему было максимально удобно, чтобы он был максимально расслаблен. Пусть представит себя всего целиком и запомнит возникший образ. Затем нужно потянуться, сделать глубокий вдох и выдох, открыть глаза, медленно сесть и аккуратно встать.

Релаксация «Загораем»

Инструктор: «Представьте себе, что ноги загорают на солнышке (вытянуть ноги вперед, сидя па полу). Поднимите ноги, держите на весу. Ноги напряглись (можно предложить ребенку самому потрогать, какими твердыми стали его мышцы). Напряженные ноги стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Мы прекрасно загораем!
Выше ноги поднимаем!
Держим... Держим... Напрягаем...
Загораем! Опускаем (ноги резко опустить на пол).
Ноги не напряжены, расслаблены».

Релаксация «Море»

И.п. — сидя на полу или стоя. Ребенок вместе с инструктором рассказывает историю и сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной, а затем другой рукой в воздухе рисует маленькие волны; руки сцеплены в замок — рисует в воздухе большую волну). По волнам плывут дельфины (совершает волнообразные движения всей рукой вперед). Они сначала вместе, а потом по очереди ныряют в воду — один нырнул, другой нырнул (совершает поочередные волнообразные движения руками). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Они ныряют вместе и по очереди (выполняет одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах).

Релаксация «Ковёр-самолет»

Инструктор: «Мы ложимся на волшебный ковёр-самолёт; ковер плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает, убаюкивая; ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей комнате (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся».

Релаксация «Шарик»

Инструктор: «Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Сделайте спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи не поднимайте. Вдох — пауза, выдох — пауза. Мышцы живота расслабились. Стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. И выдох свободный, ненапряженный!

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (вдох).
Шарик лопнул, выдыхаем,
Наши мышцы расслабляем.
Дышитесь легко... ровно... глубоко...»

Упражнение «Потягушечки»

Дети собираются в круг, садятся на корточки и закрывают глаза.

Психолог говорит:

— Вот мы и проснулись, сладко потянулись

Дети открывают глаза, медленно встают, вытягивают руки вперед, затем поднимают их вверх, отводят за голову и поднимаются на носочки.

— Сладко потянулись, друг другу улыбнулись. Дети встают на ступни, опускают руки вниз. Упражнение повторяется несколько раз.

Релаксация «Любопытная Варвара»

а) инструктор: «Поверните голову влево, постарайтесь это сделать так, чтобы увидеть, как можно дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа, мышцы стали твердые, как каменные. Вернитесь в исходное положение. Аналогично в другую сторону. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Любопытная Варвара

Смотрит влево...

Смотрит вправо...

А потом опять вперед —

Тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена».

Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

б) инструктор: «Теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Больше откиньте голову назад! Как напряглась шея! Неприятно! Дышать трудно. Выпрямьтесь. Легко стало, свободно дышится. Вдох — пауза, выдох — пауза.

А Варвара смотрит вверх!

Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно —

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена».

в) инструктор: «Сейчас медленно опустите голову вниз. Напрягаются мышцы шеи. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею. Она расслаблена. Приятно, хорошо дышится. Вдох — пауза, выдох — пауза.

А теперь посмотрим вниз — Мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно —
Расслабление приятно!
Шея не напряжена
И расслаблена».

Релаксация «Олени»

Инструктор: «Представьте себе, что вы — олени. Поднимите руки над головой, скрестите их, широко расставив пальцы. Напрягите руки. Они стали твердыми! Нам трудно и неудобно держать так руки, уроните их на колени. Расслабьте руки. Спокойно. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Посмотрите: мы — олени,
Рвется ветер нам на встречу!
Ветер стих,
Расправим плечи,
Руки снова на колени.
А теперь немножко лени...
Руки не напряжены
И расслаблены. Знайте, девочки и мальчики,
Отдыхают ваши пальчики! Дышится легко, ровно, глубоко».

Релаксация «Кулачки»

И.п. — сидя на полу. Инструктор: «Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки положите на колени. Сожмите их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем. Кисти рук потептели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно! Вдох — пауза, выдох — пауза!

Это и каждое последующее упражнение повторяется 3 раза.

Релаксация «Кораблик»

Инструктор: «Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямьтесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямьтесь. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Стало палубу качать!
Ногу к палубе прижать!
Крепче ногу прижимаем,
А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени,
А теперь немного лени...
Напряженье улетело,
И расслаблено все тело...
Наши мышцы не устали
И еще послушней стали.
Дышится легко, ровно, глубоко...».

Релаксация «Раскачивающееся дерево»

И.п. — стоя. Предложите ребенку представить себя каким-нибудь деревом. Корни — это ноги, ствол — туловище, крона — руки и голова. Начинает дуть ветер, и дерево плавно раскачивается — наклоняется вправо и влево (3—5 раз), вперед и назад. Во время выполнения движений необходимо стремиться соблюдать ритмичность дыхания. В результате выполнения упражнения усиливается деятельность внутренних органов, улучшается эластичность легких, особенно нижних отделов, и кровообращение головного мозга.

Релаксация «Росток»

И.п. — дети сидят на корточках в кругу, нагнув голову к коленям и обхватив их руками. Инструктор: «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста». В начале освоения этого упражнения на каждый счет детям называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности, расслабленности других: «один» — медленно выпрямляются ноги, «два» — ноги продолжают выпрямляться и постепенно расслабляются руки, висят, как «тряпочки», «три» — постепенно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам), «четыре» — разводим плечи и выпрямляем шею, поднимаем голову, «пять» — поднимаем руки вверх, смотрим вверх, тянемся к солнышку. Усложняя в будущем это упражнение, педагог может увеличивать продолжительность «роста» до 10—20 «стадий». После этого упражнения полезно сразу перейти к упражнению «Потянулись — сломались».

Примеры релаксации с использованием сенсорного оборудования

При проведении релаксации желательно использовать зеркальный шар и аудиозаписи.

Дети располагаются на мягком напольном покрытии и мягком кресле.

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.

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 – по всему телу... Ваши руки отдыхают...Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легко 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!

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 травинок, шелест листьев деревьев.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Вам хорошо и спокойно.

Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

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 тепло, унесет прочь все страхи и неприятности. Пусть все ваши беды уплывут вместе с водой.

Ваши страхи, беды смысла и унесли с собой вода. Чистая теплая вода омыла вас.

Возьмите хорошее настроение с собой на весь день.

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.

Примеры упражнений по мышечной релаксации

Ноги

Подними левую ногу, поверни ее носком к себе и напряги ее. Отметь места, где вы чувствуете максимальное напряжение (верхняя и нижняя часть бедра, колено, икра, передняя и задняя часть стопы и носок). Медленно расслабь ногу и опускай ее, пока стопа не окажется на полу. Убедись, что нога полностью расслаблена. Заметь и запомни разницу в мышечных ощущениях. Повтори упражнение с правой ногой.

Живот

Напряги живот, поджав его и сделав твердым, как доска. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабь живот.

Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь и запомни разницу в мышечных ощущениях.

Спина

Наклонись вперед. Отведи локти максимально назад и попробуй свести лопатки. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабься, выпрямись в кресле и вытяни руки до тех пор, пока они не лягут на колени в расслабленном состоянии. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью.

Грудная клетка

Напряги грудную клетку. Попытайся сжать ее. Отметь места, где чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабь грудь. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Ниже пояса

Напряги нижнюю часть тела, включая бедра и ягодицы. Ты должен почувствовать, как будто слегка приподнялся над креслом. Ты можешь заметить, что твои ноги тоже немного напряглись. Отметь места, где чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабься в кресле. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Руки

Выпрями правую руку, сожми кулак и напряги руку от плеча до кисти. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (бицепсы, предплечье, тыльная часть ладони, локоть, сверху и снизу запястья и пальцы). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь руку, начиная с предплечья до тех пор, пока она не ляжет на колени в расслабленном состоянии. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях. Повтори упражнение с левой рукой.

Шея

Напряги шею. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (кадык, мышцы по бокам и сзади шеи). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь шею. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Лоб

Наморщи лоб. Отметь те места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (над переносицей и под каждой бровью). Медленно расслабь лоб и особо внимательно следи за теми областями, которые напряжены больше всего. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся

мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Глаза

Очень плотно закрой глаза. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Твои глаза должны быть напряжены в верхней и нижней частях век и по внешним и внутренним границам глаза. Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Постепенно расслабь глаза, медленно открывая их. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Нос

Наморщи нос. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (переносица и ноздри). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Постепенно расслабь нос, сняв все напряжение. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Улыбка

Широко улыбнись. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (верхняя и нижняя губа, щеки). Губы должны быть широко растянуты. Постепенно расслабь лицо. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью.

Язык

Крепко прижми язык к небу. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (между нёбом и языком и мышцы под нижней челюстью). Медленно расслабь эти мускулы, опуская язык вниз. Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Челюсти

Напряги челюсти. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (мускулы с обеих сторон лица и виски). Медленно разожми челюсти и отметь ощущение освобождения. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Губы

Подожми губы. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (верхняя и нижняя губа и уголки губ). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь губы.

Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

7. Примеры игр и упражнений с прозрачным мольбертом

1. Рисование листьями.

Дети окунают листья (лепестки) в краску и оставляют на мольберте красочные неповторимые оттиски.

2. Штампы и печати.

Дети делают отпечатки с помощью штампов из набора или самодельными штампами, сделанными, например, из картофеля. (Разрезать крупную картофелину пополам, при помощи острого ножа убрать со среза лишнюю мякоть таким образом, чтобы осталась выступающая поверхность в виде какой-нибудь фигурки: звездочки, ромбика, рыбки).

3. Поролоновые рисунки.

Из поролона сделать разнообразные маленькие геометрические фигурки, прикрепить их тонкой проволокой к палочке или карандашу (не заточенному).

4. Метод монотопии.

Это изображение на целлофане, которое переносится на бумагу или стекло. На гладком целлофане нарисовать краской с помощью кисточки, или ватной палочкой, или пальцем рисунок. Краска должна быть густой и яркой. И сразу же, пока не высохла краска, переворачивают целлофан изображением вниз на стекло и как бы промокают рисунок, а затем поднимают. Получается два рисунка. Иногда изображение остается на целлофане, иногда на стекле. В такой технике можно делать не весь рисунок, а отдельные его части, дополняя другими художественными приемами.

5. Рисование маркером

Виды рисования: обводка, штриховка, дорисовка недостающих деталей или одновременное рисование по замыслу.

6. Рисование кремом

– Зимние пейзажи: сугробы снега или небо можно рисовать, используя густой крем.

– На оргстекло наносится любой крем (лучше детский), равномерно распределяется пластмассовым «шпателем» (можно использовать обычную школьную пластмассовую линейку). Теперь рисунок будет хорошо заметен. Такой рисунок имитирует рисование на запотевшем стекле, и стекло можно использовать неограниченное количество раз.

7. Точечный рисунок.

Берется ватная палочка и окунается в густую краску. Затем нужно поставить ее перпендикулярно к стеклу и начать изображать рисунок точками.

8. Рисуем по очереди.

Если ребёнок не хочет рисовать, его можно увлечь собственным примером. Возьмите краску и начинайте рисовать что-нибудь близкое ребёнку. Может, это гараж с машинами, или роботы, или инопланетяне, или прекрасная принцесса и ее дворец. Очень скоро он подсядет к вам и будет с интересом наблюдать, подсказывать, а потом и сам захочет добавить на рисунок что-нибудь свое.

9. Рисунок плюс.

Очень интересно совмещать рисование и аппликацию: ребёнок рисует рисунок, а некоторые детали приклеивает из ткани, ваты, цветной бумаги.

10. Рисуем с натуры.

Предложите ребенку нарисовать что-нибудь с натуры, что-то такое, что ему по-настоящему интересно. Например, кошку или любимую игрушку. Такое рисование развивает наблюдательность, учит ребёнка изображать что-либо не как захочется, а чтобы было похоже на оригинал. Для этого нужно правильно передать и форму, и цвет, и пропорции. Для начала рассмотрите игрушку вместе, обращая внимание на характерные детали, а потом пусть ребенок попробует ее изобразить.

11. Юный портретист.

Можно рисовать портреты: автопортрет, глядя на себя в зеркало, портрет друга, или портрет мамы, рассматривая ее фотографию. Вспомните вместе с ребёнком, какие у мамы волосы: длинные или короткие, светлые или темные. Какие глаза, рост.

12. Игра для самых маленьких «Дождик, дождик, кап, кап, кап».

Задачи: обучать приемам «пальцевой живописи»; развивать зрительно – двигательную координацию; формировать умения адекватно относиться к изобразительному материалу (не есть краски, не разбрызгивать воду и краски, не размазывать краски по телу или по столу), подражать действиям педагога, принимать помощь с его стороны.

Оборудование: мольберт, гуашь синего цвета, пластиковая тарелочка, влажные салфетки для вытирания пальцев руки, халат.

Ход игры:

1. Обмакнем один палец в синюю краску
2. Нарисуем капельки дождя, используя краску синего цвета.
3. Вместе радуемся полученному изображению

13. Игра «Гусеница».

Задачи: 1.формировать умения дорисовывать изображения до целостного образа, используя традиционную технику рисования кистью (прием "примакивание", рисование кончиком кисти, рисование волнистых линий);

2. расширять активный и пассивный словарный запас ребенка;

3. развивать желание украсить формы узором.

Оборудование: мольберт, гуашь желтого, красного, синего, зеленого цвета, пластиковые тарелочки, баночка с водой, влажные салфетки, халат, беличьи кисточки № 1, 3; широкие кисти.

Ход игры:

1. Обмакнем ребро ладони в краску или используем кисть для окрашивания его в нужный цвет. Оттиснем отпечаток ребра ладони несколько раз на стекле мольберта

2. Дорисуем с помощью тонкой кисточки полученное изображение, используя краски красного, зеленого и синего цвета.

14.Игра «Рисуем вместе».

Задачи: развивать навыки ориентирования на вертикальной плоскости, сотрудничества; формировать творческую активность.

Оборудование: мольберт, гуашь, кисти, непроливайка, салфетка, образец рисунка

Ход игры: дети с разных сторон рисуют одинаковые предметы, после чего объединяют рисунки совместным сюжетом. Например: «у кошки день рождения» - дети рисуют шарики для кошки, а затем проводят ниточки к ее лапкам. Воспитатель, побуждает детей работать совместно, формирует у них коммуникативные навыки, развивает творческие способности.

15.Игра «Догони».

Задачи: 1.формировать навыки работы в паре, по определенным правилам

2. развивать зрительно - моторную координацию.

Оборудование: мольберт, гуашь, кисти, стакан непроливайка, салфетка, образец рисунка

Ход игры: девочка рисует круги («бутоны»), мальчик подрисовывает к ним линии («стебли»). Выполняется в быстром темпе.