

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ № 38
В.И. Синягаева
Приказ № 90 о/д от «31» августа 2023г.



**Программа коррекционно - развивающей
работы педагога - психолога Муниципального
бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада комбинированного
вида № 38 «Золотой улей»
Бугульминского муниципального района
Республики Татарстан
на 2023 - 2024 учебный год
Кирюшкиной Натальи Сергеевны**

Бугульма, 2023

ВВЕДЕНИЕ

Программа разработана в соответствии:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (в ред. от 29.12.2022г.);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155 (в ред. от 8.11.2022г.);
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 25.11.2022г. № 1028;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

Дошкольный возраст - важнейший этап в развитии ребенка. Это период его приобщения к миру общечеловеческих ценностей, время установления первых отношений с людьми. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью.

Число новорожденных детей с различными недостатками в развитии неуклонно растёт. Всё чаще наблюдаются нарушения психического здоровья, нервно - психические расстройства у детей. Среди причин этого:

- аномальное, травматичное течение родов, грубые родовспомогательные процедуры, при которых травмируются различные отделы центральной нервной системы ребёнка; биологически и социально незрелые родители;
- низкий уровень психологической грамотности, явная невротизация и психопатизация определённого числа взрослых - родителей, педагогов, нередко не умеющих вести себя гибко, ситуативно и доброжелательно, от которых дети «заражаются» тревогой и напряжением;
- кризисное, переходное состояние нашего общества, ощущение неопределённости и беспокойства у значительной части населения, большое количество стрессов и накапливающиеся эмоциональные нагрузки;
- раннее начало обучения, усложнение учебных требований, особенности межличностной коммуникации в детском коллективе.

Распадается практически каждый второй из вновь заключенных браков. За этим стоит психическая травматизация детей, различные нарушения в развитии их характера и формировании личности. Современная семья стала малодетной, и в полной семье на одного ребёнка, как правило, приходится несколько взрослых, далеко не всегда воспитывающих его согласованно и последовательно.

Все эти факторы, по отдельности и вместе, могут способствовать развитию нервно - психических расстройств.

По данным некоторых исследований (Захаров А. И. «Неврозы у детей»), в возрасте одного - трёх лет заметно нервным является каждый четвёртый ребёнок без особых различий по полу. В дошкольном возрасте нервным определяется каждый третий мальчик и каждая четвёртая девочка (под понятием «нервность» при исследованиях понимался комплекс характеристик повышенной, заметной внешне возбудимости и раздражительности, двигательного беспокойства, неустойчивого настроения, вспыльчивости, замкнутости т.д.).

Перед детьми, страдающими нервно - психическими расстройствами, встаёт проблема социально - психологической адаптации: нет контакта, общения со сверстниками, ребёнок не принят, изолирован или отвергнут. А между тем успешное становление отношений ребёнка со сверстниками - основное условие его развития, важнейший фактор формирования личности. Неразвитые же навыки общения приводят к множеству психологических проблем и нервно - психическим заболеваниям.

Чрезвычайная актуальность вышеизложенной проблемы психического здоровья детей и поиски путей оказания помощи детям до поступления их в школу привели к созданию «Программы комплексного развития и коррекции различных сторон психики детей», которая включает в себя курс специальных занятий - игротренингов. Программа разработана для детей 5 - 7 лет.

ЦЕЛЬ КУРСА

Раскрытие творческого, нравственного, интеллектуального потенциала детей, развитие у них навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

1. Развитие чувства сопереживания, лучшего понимания себя и других, обучение умению быть в мире с самим собой.
2. Создание возможностей для самовыражения, формирование у детей умений и навыков

практического владения выразительными движениями - средствами человеческого общения (мимикой, жестом, пантомимикой).

3.Коррекция нежелательных личностных особенностей, поведения, настроения.

4.Развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях и формирование адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

5.Выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию при общении.

6.Повышение уровня самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния в ходе общения, формирование терпимости к мнению собеседника.

7.Совершенствование памяти, внимания, мышления, развитие восприятия, творческих способностей, воображения, речи.

8.Обучение приёмам саморасслабления, снятие психомышечного напряжения.

9.Помощь ребёнку в осознании своего реального «Я», повышении самооценки, развитии потенциальных возможностей, отреагировали и внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.

10.Обучение детей правилам хорошего тона.

ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

1.Этюды.

2.Упражнения (творческого и подражательно - исполнительского характера).

3.Игры с правилами: сюжетно - ролевые, словесные, подвижные, музыкальные.

4.Творческие игры сюжетно - ролевые, игры - драматизации.

5.Дидактические, развивающие игры.

6.Чтение художественных произведений.

7.Беседы.

8.Мини - конкурсы.

9.Моделирование и анализ заданных ситуаций.

10.Импровизации.

11.Рассказ взрослого и рассказы детей.

12.Сочинение историй.

13.Дискуссии.

14.Свободное и тематическое рисование.

15.Аутотренинг (с использованием стихов, записи звуков природы, релаксационной музыки).

ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕ - КОРРЕКЦИОННЫХ ГРУПП

В целях выявления особенностей психического развития детей, установления нарушений интеллектуальной, эмоционально - волевой, мотивационно - личностной сфер, особенностей взаимоотношений детей со сверстниками и взрослыми в одном из дошкольных учреждений Санкт-Петербурга проводилось обследование старших и подготовительных к школе групп.

В результате обследования были выявлены дети с нарушениями в общении, страхами, агрессивностью, психомоторной гиперактивностью, неустойчивым настроением, неуверенностью, амимией, общим уровнем психического развития ниже нормы и другими проблемами.

Кроме того, результаты повторного обследования показали, что уровень тревожности некоторых детей по мере пребывания в детском саду имеет тенденцию к росту, а самооценка - к понижению.

Все это привело к необходимости создания в дошкольном учреждении развивающе - коррекционных групп для детей, нуждающихся в психологической помощи. Группы были сформированы на основе результатов, полученных в ходе обследования, анамнестических сведений о детях, наблюдений за ними, информации от воспитателей и родителей.

Каждая развивающе - коррекционная группа состоит из 6 - 8 детей (самих групп от 4 до 6). Группы составляются не по одному какому - то признаку (только боязливые, только с неустойчивым вниманием и т.п.), напротив, дети с разными проблемами занимаются вместе, в одной группе.

В журнале кратко фиксируется причина назначения того или иного ребенка на занятия, что в дальнейшем помогает при планировании игр, определения основных воспитательных и психотерапевтических целей для данной группы в целом.

ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ В РАЗВИВАЮЩЕ - КОРРЕКЦИОННЫХ ГРУППАХ

1.Отношение к детям, их потребностям уважительное, доброжелательное. Не допускается малейшее пренебрежение их настроением, самочувствием.

2.Каждый ребёнок принимается таким, какой он есть, признаётся его ценность, значимость,

уникальность.

3. Недопустимы менторская позиция, упрёки и порицание за неуспех.

4. Занятия проходят в игровой форме, что вызывает у детей живой интерес.

5. Успех переживается детьми как радость, этому способствует положительная эмоциональная оценка любого малейшего достижения ребёнка.

6. Большое внимание на занятиях уделяется развитию у детей способности к самостоятельной оценке своей работы, т.к. самооценивание позволяет спокойнее относиться к результату своей деятельности и оценке со стороны взрослых.

7. У детей создаётся чувство безопасности и дозволенности в системе отношений, благодаря чему они могут свободно исследовать и выражать своё «Я», безопасно проявлять свои эмоции и чувства.

8. Ценится постепенность развивающе - коррекционного процесса, не предпринимается попыток его ускорить. У каждого ребёнка свой срок и свой час постижения.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Занятия в развивающе - коррекционных группах начинаются по мере формирования групп. Курс состоит в среднем из 30 занятий, которые проводятся 2 раза в неделю. Каждое занятие включает в себя этюды, игры, упражнения и т.д. Они коротки, разнообразны, доступны детям по содержанию. В дошкольном возрасте внимание детей ещё не устойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, нуждаются в частой смене заданий. С этой целью используется спонтанный танец, подвижные шумные игры, где много смеха и движений (ими перемежаются основные занятия).

Занятие длится от 25 минут до 1 часа. Продолжительность его зависит от качества внимания, возраста, поведения детей. Процесс проведения занятий предполагает гибкость и творчество. И хотя автором разработаны примерные конспекты занятий, представленные практические материалы не должны восприниматься как жесткая система. Задания можно дополнять, менять, можно самим придумывать игры и упражнения. Виды заданий, составляющих занятие, могут повторяться, усложняться, упрощаться, группироваться в зависимости от проблем и успехов детей, составляющих группу.

Каждое занятие состоит из 3 частей.

1 - я часть занятия. Развитие и коррекция эмоционально - личностной сферы психики.

Возможные темы и виды занятий 1 части:

- упражнения на развитие мимических движений;
- игры на определение и передачу эмоциональных состояний человека при помощи жестов и мимики;
- игры по обучению выразительным движениям;
- этюды на распознавание различных жестов, на развитие выразительности жеста;
- этюды по изучению поз, походки и других выразительных движений;
- игры на развитие умения выражать интерес, внимание, сосредоточенность, удивление, радость, удовольствие, печаль, страдание, презрение, отвращение, гнев, страх, вину, стыд;
- этюды и игры на выражение и сопоставление отдельных черт характера - отрицательных и положительных;
- сюжетно - ролевые игры по развитию коммуникативных навыков, коррекции взаимоотношений детей;
- снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги;
- обучение правилам этикета («волшебные слова», правила общения по телефону, правила хорошего тона в различных ситуациях - на улице, в театре, в транспорте и др.).

Важную роль в процессе общения играет умение внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника. Восприятие внешнего выражения эмоций возбуждает ответные эмоциональные переживания и реакции. Владя собственными жестами и выразительными движениями, ребенок способен тонко понимать все оттенки и нюансы в выражении лица, жеста и движения тела другого человека. Неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимики - жестовой речи затрудняет общение детей между собой и со взрослыми. Непонимание другого человека - причина страха, отчужденности, враждебности. Активные мимические и пантомимические проявления чувств помогают предотвращать перерастание некоторых эмоций в патологию. Благодаря работе мышц лица и тела обеспечивается активная разрядка эмоций, нервного напряжения.

Мимика, жесты, пантомимика - первые помощники в общении. Овладение языком жестов и движений поможет детям не только быть интересными в общении, но и познавать людей, обретать друзей.

Познание детьми самих себя, лучшее понимание эмоционального состояния и поступков других людей приводит к возникновению чувства симпатии, уважения и сопереживания, что является непременным условием живого общения с окружающими детьми. Способность поставить себя на место другого ребенка помогает лучше понять возможного партнера по общению, выделить отдельные черты его характера и их проявление, выражающееся в поступках и действиях. Дети учатся быть терпимыми к чужим недостаткам, учатся сопереживанию, а это - прямой путь к полноценному общению.

Для коррекции поведения агрессивных детей, для улучшения их взаимоотношений с окружающими людьми проводятся коммуникативные игры, упражнения на сплоченность группы. Кроме того, для эмоционального сближения и взаимодействия детей на занятии предлагается выполнить какую-нибудь совместную работу, например, сделать общий рисунок на большом листе бумаги, который расстилается прямо на полу. Это могут быть совместные рисунки «Чудесный лес», «Чудесное море», «Чудесная поляна», «Чудесный парк» и т. п. Предварительно на большом листе бумаги рисуются фигурки и неопределенные небольшие линии в нескольких местах. Затем вместе с детьми дорисовываются все неоконченные изображения (каждый дорисовывает свою фигурку), которые превращаются во что угодно: в бабочек, птиц, цветы, деревья, животных, морских обитателей, людей, в невиданные растения, пришельцев и т. д. Совместное рисование сопровождается записью звуков природы (в зависимости от названия совместного рисунка). Эта работа способствует формированию творческого воображения детей, помогает в развитии у них коммуникабельности. Кроме того, сам процесс рисования влияет на поведение детей, они становятся спокойнее.

Для снятия мнимых, неадекватных страхов используются такие приемы, как разыгрывание этюдов на выражение страха, рисование на тему «Мои страхи», пантомимическое разыгрывание ситуации, в которой ребенок испытывал страх, беседа «Кто чего или кого боится на самом деле».

Рисование направлено на выявление и «графическое отреагирование» различных страхов у детей. После рисования детям предлагается разорвать, уничтожить свой рисунок (уничтожить свой страх). Кроме уничтожения рисунка детям иногда предлагается выполнить штриховку, символизирующую клетку, в которую ребенка посадил то, чего боится.

Содержание рисунков детей может стать темой для разыгрывания ситуации, в которой ребенок испытал страх. В разыгрываемых ситуациях, этюдах при изображении эмоции страха, несмотря на очень выразительное их внешнее воспроизведение и некоторое возбуждение, у детей всегда остается понимание, что они переживают страх понарошку. Этот нюанс используется для обесценивания некоторых реальных страхов у детей. Принимая участие в этюдах, где действуют страшные персонажи и маски, ребенок побеждает этих злых, неприятных персонажей, а на самом деле дезактуализирует, нейтрализует свой страх, свою тревогу. Это работа со страхом: выявление его, осознание, обыгрывание, «общение» с ним, нейтрализация, преодоление.

Кроме того, если страшная маска черта, бабы - яги, кикиморы болотной, смерти и т. п. надевается ребенком, который обычно представляется другим детям слабым, жалким, которого можно пнуть и над которым можно посмеяться, то прямо здесь, сейчас к нему меняется отношение и на какой-то миг возникает понимание, что этот ребенок может быть страшным. Но в маске не прорезаны глаза, и ребенок, надевший её, не видит, как меняется отношение к нему, он видит это только тогда, когда снимает маску.

Надетая маска - это также преодоленный страх темноты. В масках можно поиграть в разные игры (например, ориентирование в пространстве - попытка найти заданный предмет).

Дети обязательно подготавливаются к таким играм, иначе последствия первой встречи со страшной маской могут быть непредсказуемы.

При обучении детей правилам этикета они учатся понимать, что живут среди людей, и что каждый их поступок и желание отражается на людях. Дети знакомятся с правилами, существующими в обществе, усваивают такую манеру поведения, без которой общение их с другими людьми будет затруднено.

2 - я часть занятия. Развитие и коррекция познавательной сферы психики.

В этой части занятия проводятся игры и упражнения на развитие общей осведомленности, восприятия, воли, внимания, наблюдательности, мышления, памяти, воображения, творческой фантазии, речи.

Все эти игры направлены на умственное развитие детей через совершенствование их органов чувств.

В процессе обучения одни дети воспринимают информацию в основном визуально, другие - аудиально, третьи - кинестетически, потому что в зависимости от врожденных особенностей, окружения, воспитания у детей по-разному развиваются и используются зрение, слух, осязание,

обоняние. Что - бы обеспечить комплексное развитие познавательных способностей детей, необходимо использовать все сенсорные каналы восприятия, уделять достаточное внимание развитию органов чувств детей.

Кроме того, при проведении этой части занятия используется множество различных дидактических, развивающих игр.

Еще 2500 лет назад китайский философ Конфуций сказал:

«Что я слышу - я забываю,

Что я вижу - я помню,

Что я делаю - я понимаю».

Таким образом, все, что должно быть хорошо изучено, прежде всего, должно быть познано чувствами - обонянием или зрением - или сделано руками.

3 - я часть занятия. Обучение детей приемам саморасслабления. Снятие психомышечного напряжения у детей с такими невротическими проявлениями, как истощение нервной системы, возбудимость, страхи, агрессивность, навязчивые состояния, истерические реакции и др.

В этой части занятия используются игры и этюды на тренировку (напряжение и расслабление) отдельных групп мышц - рук, ног, туловища, лица, шей, комплекс психомышечной тренировки «На берегу моря», аутотренинг «Волшебный сон».

Важную роль в процессе общения играет умение управлять своим поведением, контролировать свою речь и поступки, сосредоточиваться на высказываниях собеседника. Одним из компонентов такого умения является способность к произвольному расслаблению, которая включает в себя следующие составляющие:

- осознание телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением;
- снятие напряжения и входение в состояние расслабленности с помощью релаксационных упражнений;
- погружение в чувство спокойствия в игровых ситуациях.

При обучении детей ауторелаксации используется релаксационная музыка, запись природных звуков - пение птиц, шум моря, водопада и др. Формулы внушения чувства покоя, безопасности, расслабления подаются в стихотворной форме.

После проделанных упражнений на напряжение - расслабление с детьми проводится обсуждение того, что они чувствовали, какие испытывали ощущения. Высказывания детей при напряжении: «Я понял, что если сжаться, то мне неприятно, я ощущаю себя маленьким, ничтожным, колючим, мне хочется кого -нибудь ударить» и т. п. При расслаблении: «Я понял, что если расслабиться, то мне становится приятно, тепло, у меня хорошее настроение, я - добрый, мне не хочется никого обижать» и т.п.

Таким образом, во время третьей части занятия детям предоставляется возможность почувствовать, что мышечное напряжение по их воле может смениться приятным расслаблением, спокойным состоянием, необходимым для нормального дружеского общения.

Аутотренинг - один из лучших методов коррекции личностных нарушений. Расслабляющие упражнения рекомендуется вводить в повседневную жизнь детей. Психический и физический покой, достигаемый в результате этих упражнений, восстанавливает силы детей, у них возникает приятное расслабление, дремотность. Этот момент можно использовать для мысленного прокручивания детьми не разрешенных до этого переживаний, конфликтов, которые в расслабленном состоянии перерабатываются, «разрешаются» головным мозгом.

Большую помощь в подборе и планировании игр (особенно для первой и третьей части занятий) может оказать использование книги М.И. Чистяковой «Психогимнастика».

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

У многих детей, прошедших курс развивающе - коррекционных занятий, вырабатываются положительные черты характера (смелость, уверенность, доброта и др.), им становится легче общаться со сверстниками, они лучше понимают чувства других и легче выражают свои. У детей изживается неуверенность, агрессивность, страх, формируется чувство сопереживания, сотрудничества, самоуважения, уверенность в своих силах и в себе, повышается самооценка. Дети знакомятся с правилами этикета, изучают приёмы и методы психомышечной релаксации и могут их применять.

С детьми, проблемы которых после проведенного курса занятий исчезли не полностью, проводятся дополнительные индивидуальные занятия.

Результативность, эффективность программы можно выявить путем обследования, проводимого 2 раза в год: до начала развивающе - коррекционных занятий и после прохождения курса. Анализ

результатов включает в себя следующие моменты:

- оценку детьми своих эмоционально - личностных качеств, навыков общения (тесты «Рисунок семьи», «Дом, дерево, человек», методика «Полярный профиль»);
- оценку детей воспитателями, родителями (путем анкетирования);
- обследование детей психологом (изучение познавательной сферы психики - пакет методик, изучение эмоционально - личностной сферы - методика «Полярный профиль», «Цветовой тест» по Дорофеевой, методика «Социометрия» и др.).

Тематический план занятий

Тема и цель	Содержание	Количество часов
<p>Занятие 1 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоление двигательного автоматизма у гипер - и гипоактивных детей. Психомышечная тренировка. Цель: Создание возможностей для самовыражения, преодоление барьеров в общении. Совершенствование внимания. Регулирование поведения в коллективе. Снятие психического напряжения.</p>	<p>1. Знакомство с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, походкой. 2. Развитие умения быстро сосредотачиваться. 3. Преодоление двигательного автоматизма. 4. Этюды на расслабление мышц. 5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 2 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоление двигательного автоматизма. Психомышечная тренировка. Цель: Развитие лучшего понимания себя и других, снятие барьеров в общении. Развития внимания. Регулирование поведения в коллективе. Обучение приемам саморасслабления.</p>	<p>1. Этюды на выразительность жеста. 2. Стимулирование внимания. 3. Преодоление двигательного автоматизма. 4. Этюды на тренировку отдельных групп мышц. 5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 3 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоление двигательного автоматизма. Психомышечная тренировка. Цель: Развитие умения правильно выражать свои чувства, правильно оценивать отношение к себе других людей. Развития внимания. Регулирование поведения в коллективе. Обучение приемам саморасслабления.</p>	<p>1. Этюды на выразительность жеста. 2. Развитие активного внимания. 3. Преодоление двигательного автоматизма. 4. Тренировка отдельных групп мышц. 5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 4 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие внимания. Преодоление двигательного автоматизма. Психомышечная тренировка. Цель: Преодоление барьеров в общении. Совершенствования внимания. Регулирование поведения. Снятия психического напряжения.</p>	<p>1. Этюды на выразительность жеста. 2. Развитие внимания. 3. Игры на преодоление двигательного автоматизма. 4. Этюды на расслабление мышц. 5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 5 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие внимания. Подвижные игры для детей с психомоторными, эмоциональными расстройствами, пониженным настроением, робостью, страхами.</p>	<p>1. Этюды на выразительность жеста. 2. Развитие внимания. 3. Подвижные игры. 4. Тренировка отдельных групп мышц.</p>	1

<p>Психомышечная тренировка. Цель: Развитие лучшего понимания себя и других, способности к самовыражению. Совершенствование внимания. Пробуждение активности, умения подчиняться определенным правилам, организация, дисциплина, сплоченность играющих, развитие ловкости, быстроты реакции, создание здорового эмоционального возбуждения, бодрого настроения. Снятие психического напряжения.</p>	<p>5.Рефлексия занятия.</p>	
<p>Занятие 6 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализатора. Подвижные игры. Психомышечная тренировка. Цель: Развитие выразительной моторики, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умения адекватно выразить свое. Коррекция эмоциональной сферы. Совершенствование внимания, быстрота реакции. Создание здорового эмоционального возбуждения, бодрого настроения. Снятие психического напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение внимания, интереса, сосредоточения. 2.Развитие внимания. 3.Подвижные игры. 4.Психомышечная тренировка. 5.Рефлексия занятия.</p>	<p>1</p>
<p>Занятие 7 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие внимания. Подвижные игры для детей психомоторными и эмоциональными расстройствами. Психомышечная тренировка. Цель: Развитие выразительной моторики, способности адекватно выражать свое эмоциональное состояние, понимать состояние других людей. Совершенствование внимания, развитие быстроты реакции. Снятие психического напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение внимания, интереса, сосредоточения. 2.Развитие внимания. 3.Подвижные игры. 4.Психомышечная тренировка. 5.Рефлексия занятия.</p>	<p>1</p>
<p>Занятие 8 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоция удивления. Развитие моторно - слуховой памяти. Подвижные игры для детей с психомоторными и эмоциональными расстройствами. Психомышечная тренировка. Цель: Коррекция эмоциональной сферы психики детей. Совершенствование памяти. Создание бодрого настроения, здорового эмоционального возбуждения. Снятие психического напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение удивления. 2.Развитие моторно - слуховой памяти. 3.Подвижные игры. 4.Психомышечная тренировка. 5.Рефлексия занятия.</p>	<p>1</p>
<p>Занятие 9 Тема: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции удовольствия и радости. Развитие памяти. Игры, способствующие</p>	<p>1.Этюды на выражение удовольствия и радости. 2.Развитие памяти. 3.Успокоение возбужденных детей и их организация.</p>	<p>1</p>

<p>успокоению и организации возбужденных детей. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Тренаж эмоционально - волевой сферы психики. Развитие памяти. Снятие психического напряжения. Успокоение и организация возбужденных детей.</p>	<p>4.Психомышечная тренировка.</p> <p>5.Рефлексия занятия.</p>	
<p>Занятие 10</p> <p>Тема: Эмоции удовольствия и радости. Развитие памяти, наблюдательности. Игры, способствующие успокоению и организации возбужденных детей. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Коррекция эмоциональной сферы. Развитие памяти, наблюдательности. Успокоение, организация гиперактивных детей. Обучение приемам саморасслабления.</p>	<p>1.Этюды на выражение удовольствия и радости.</p> <p>2.Развитие памяти, наблюдательности.</p> <p>3.Игры, способствующие успокоению.</p> <p>4.Психомышечная тренировка.</p> <p>5.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 11</p> <p>Тема: Эмоции страдания и печали. Развитие памяти, наблюдательности. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Коррекция, развитие эмоциональной сферы психики. Совершенствование памяти. Обучение приемам саморасслабления детей с различными невротическими проявлениями (истощение нервной системы, возбудимость, страхи, истерические реакции, навязчивые состояния, избирательный мутизм и др.).</p>	<p>1.Этюды на выражение страдания и печали.</p> <p>2.Развитие памяти, наблюдательности.</p> <p>3.Психомышечная тренировка.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 12</p> <p>Тема: Эмоции отвращения и признания. Развитие памяти. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Развитие, коррекция эмоциональной сферы психики детей. Развитие памяти. Обучение приемам саморасслабления для сброса психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение отвращения и признания.</p> <p>2.Развитие памяти.</p> <p>3.Психомышечная тренировка.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 13</p> <p>Тема: Эмоции гнева. Развитие памяти. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Развитие и коррекция эмоциональной сферы психики. Развитие памяти. Обучение приемам саморасслабления для сброса психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение гнева.</p> <p>2.Развитие памяти.</p> <p>3.Психомышечная тренировка.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 14</p> <p>Тема: Эмоции страха. Память ощущений. Психомышечная тренировка.</p> <p>Цель: Коррекция, развитие эмоциональной сферы психики. Развитие памяти ощущений. Обучение приемам саморегуляции, саморасслабления для сброса напряжения.</p>	<p>1.Этюды на выражение страха.</p> <p>2.Упражнения на развитие памяти ощущений.</p> <p>3.Психомышечная тренировка.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 15</p>	<p>1.Этюды на выражение вины и стыда.</p>	1

<p>Тема: Эмоции вины и стыда. Развитие умения классифицировать, обобщать, систематизировать. Аутотренинг.</p> <p>Цель: Развитие и коррекция эмоциональной сферы психики. Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Снятие психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов.</p>	<p>2. Развитие умения классифицировать, обобщать.</p> <p>3. Аутотренинг.</p> <p>4. Рефлексия занятия.</p>	
<p>Занятие 16</p> <p>Тема: Тренинг узнавания эмоций по внешним сигналам. Тренинг социальных навыков. Релаксация.</p> <p>Цель: Закрепление понятия «эмоции». Развитие способности понимать эмоциональное состояние окружающих людей, возможности к самовыражению, снятие барьеров в общении. Формирование моральных представлений, коррекция поведения. Снятие психомоторного напряжения.</p>	<p>1. Тренинг узнавания эмоций по внешним сигналам.</p> <p>2. Игры в воображаемые ситуации.</p> <p>3. Этюды на отображение положительных черт характера.</p> <p>4. Релаксация.</p> <p>5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 17.</p> <p>Тема: Развитие мышления. Тренинг социальных навыков. Релаксация.</p> <p>Цель: Коррекция и развитие познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, регулирование поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1. Этюды на отображение положительных черт характера.</p> <p>2. Развитие мышления.</p> <p>3. Релаксация.</p> <p>4. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 18.</p> <p>Тема: Развитие мышления. Тренинг социальных навыков. Релаксация.</p> <p>Цель: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1. Этюды на отображение положительных черт характера.</p> <p>2. Развитие мышления.</p> <p>3. Релаксация.</p> <p>4. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 19.</p> <p>Тема: Развитие мышления, способности к анализу, синтезу и комбинированию. Тренинг социальных навыков. Релаксация.</p> <p>Цель: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1. Этюды на отображение отрицательных черт характера.</p> <p>2. Развитие познавательных способностей.</p> <p>3. Релаксация.</p> <p>4. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 20.</p> <p>Тема: Развитие мышления. Развитие творческих способностей. Тренинг социальных навыков. Релаксация.</p> <p>Цель: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Развитие творческих способностей. Снижение психоэмоционального напряжения.</p>	<p>1. Этюды на отображение отрицательных черт характера.</p> <p>2. Развитие мышления.</p> <p>3. Развитие творческих способностей.</p> <p>4. Релаксация.</p> <p>5. Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 21.</p> <p>Тема: Игры на сопоставление различных черт характера, их моральную оценку. Развитие творческого воображения. Психомышечная тренировка.</p>	<p>1. Игры на сопоставление различных черт характера.</p> <p>2. Развитие творческих способностей.</p> <p>3. Психомышечная тренировка.</p>	1

<p>Цель: Закрепление и расширение полученных детьми моральных представлений. Развитие творчества. Снятие психомышечного напряжения.</p>	4.Рефлексия занятия.	
<p>Занятие 22. Тема: Игры на сопоставление различных черт характера, их моральную оценку. Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять. Релаксация. Цель: Закрепление и расширение полученных детьми ранее сведений, относящихся к их социальной компетентности. Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Снятие психомышечного напряжения.</p>	<p>1.Игры на сопоставление различных черт характера. 2.Развитие воображение, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать. 3.Релаксация. 4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 23. Тема: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие смекалки, фантазии, умения рассуждать, доказывать, быстро ориентироваться на плоскости, воображения, пространственного мышления. Релаксация. Цель: Коррекция эмоционально - личностной сферы психики детей. Развитие познавательных способностей. Закрепление приемов релаксации.</p>	<p>1.Коммуникативные игры. 2.Развитие познавательных способностей. 3.Релаксация. 4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 24. Тема: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие творческого воображения, умения устанавливать логические связи и закономерности. Аутотренинг. Цель: Коррекция нежелательных черт характера, поведения детей. Развитие познавательной сферы психики. Снижение психического напряжения.</p>	<p>1.Коммуникативные игры. 2.Развитие познавательной сферы психики. 3.Аутотренинг. 4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 25. Тема: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие логического мышления, комбинаторных способностей, умение анализировать и синтезировать, творческого воображения. Аутотренинг. Цель: Коррекция эмоционально - личностной сферы психики. Развитие познавательных способностей, творчества. Закрепление приемов саморасслабления.</p>	<p>1.Коммуникативные игры. 2.Развитие познавательной сферы. 3.Аутотренинг. 4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 26. Тема: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги. Развитие познавательной сферы. Аутотренинг. Цель: Нейтрализация страхов, тревоги. Умственное развитие детей. Релаксация, достижение психофизического покоя.</p>	<p>1.Снятие страхов. Этюды на выражение страха. 2.Развитие логики мышления. 3.Аутотренинг. 4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 27. Тема: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги.</p>	<p>1.Снятие страхов. 2.Развитие мышления.</p>	1

<p>Развитие мышления, общей осведомленности, быстроты реакции, внимания. Аутотренинг.</p> <p>Цель: Обесценивание страхов. Умственное развитие детей. Достижение психофизического покоя, релаксации.</p>	<p>3.Аутотренинг.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	
<p>Занятие 28.</p> <p>Тема: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги. Развитие умения сравнивать, сопоставлять, видеть положительные и отрицательные свойства предмета и явлений. Развитие мышления по ассоциации, творческого воображения. Аутотренинг.</p> <p>Цель: Обесценивание страхов детей. Умственное развитие. Психофизический покой, релаксация.</p>	<p>1.Снятие страхов.</p> <p>2.Развитие мышления.</p> <p>3.Аутотренинг.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 29.</p> <p>Тема: Обучение детей правилам этикета («За столом»). Развитие пространственного воображения, цветоощущения, умения анализировать, систематизировать, комбинировать. Развитие внимания. Аутотренинг.</p> <p>Цель: Формирование навыков культурного поведения за столом. Развитие познавательных способностей. Релаксация.</p>	<p>1.Обучение правилам этикета.</p> <p>2.Игры на развитие внимания, пространственного воображения.</p> <p>3.Релаксация.</p> <p>4.Рефлексия занятия.</p>	1
<p>Занятие 30.</p> <p>Тема: Обучение детей правилам этикета, вежливости («Поведение в общественных местах», «Разговор по телефону», «Волшебные слова»). Аутотренинг.</p> <p>Цель: Обобщение правил вежливого поведения, обучение детей технике общения в различных жизненных ситуациях, воспитание потребности проявлять предупредительность, доброту, уважение к окружающим взрослым и сверстникам. Закрепление приемов саморасслабления, саморегуляции.</p>	<p>1.Обучение правилам этикета.</p> <p>2.Психомышечная тренировка.</p> <p>3.Рефлексия занятия.</p>	
Итого		30

ЗАНЯТИЕ 1

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоления двигательного автоматизма у гипер - и гипоактивных детей, психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Создание возможностей для самовыражения, преодоление барьеров в общении. Совершенствование внимания. Регулирование поведения в коллективе. Снятие психического напряжения.

ЗНАКОМСТВО С ЭЛЕМЕНТАМИ ВЫРАЗИТЕЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ: МИМИКОЙ, ЖЕСТОМ, ПОЗОЙ, ПОХОДКОЙ

- Ведущий предлагает детям выполнить следующие движения: поднять брови вверх, сдвинуть их, сильно зажмуриться, широко раскрыть глаза, надуть щеки, втянуть щеки в ости рта (обследование развития лицевой моторики).

- Ведущий предлагает детям показать жестом слова «высокий», «маленький», «там», «я», «здесь», «он», «толстый» и т.д. (обследование умения распознавать эмоционально - выразительные движения рук).

- Ведущий предлагает детям произвольно принять условную позу: показать, как мы выглядим, как нам холодно, когда у нас болит живот, когда мы несем тяжелую сумку и (обследование моторики).

РАЗВИТИЕ УМЕНИЯ БЫСТРО СОСРЕДОТОЧИВАТЬСЯ

Игра «Что слышно»

Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем просит рассказать, что они слышали. Далее он по сигналу переводит внимание детей с двери на окна, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что там исходило.

ПРЕОДОЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО АВТОМАТИЗМА

Игра «Флажок»

Дети ходят по комнате под музыку. Когда ведущий поднимает флажок, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

ЭТЮДЫ НА РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ

Этюд «Штанга»

Ребенок поднимает «тяжелую штангу», потом бросает ее и отдыхает.

Этюд «Все спят»

В комнату входит ведущий и видит...

На дворе встречает он

Тьму людей, и каждый спит:

Тот как вкопанный стоит,

Тот, не двигаясь, идет,

Тот стоит, раскрывши рот.

В. А. Жуковский

Ведущий подходит к детям, застывшим в различных позах. Он пытается их разбудить, беря за руки и тормоша, но все бесполезно: дети не просыпаются.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 2.

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоления двигательного автоматизма у гипер - и гипоактивных детей. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие лучшего понимания себя и других, снятие барьеров в общении. Развития внимания. Регулирование поведения в коллективе. Обучение приемам саморасслабления.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА

Этюд «Это я! Это мое!»

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук, потому что она ничего не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?» и т.д. мальчик отвечает выразительным жестом: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь.

Этюд «Заколдованный ребенок»

Ребенка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает жестами, показывая рукой на различные предметы и указывая направления: шкаф, стол, внизу, вверх, там.

Этюд «Сколько звуков»

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

Этюд «Вот он какой!»

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

СТИМУЛИРОВАНИЕ ВНИМАНИЯ

Игра «Будь внимателен!»

Дети шагают по кругу. Затем ведущий произносит какое-нибудь слово, и дети должны начать выполнять определенное действие: на слове «зайчики» - прыгать, на слове «лошадки» - ударять «копытом» об пол, «раки» - пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «аист» - стоять на одной ноге.

Этюд «Слушай звуки!»

Дети идут по кругу. Звучит нота нижнего регистра (звуковые стимулы можно придумать самим) - и дети становятся в позу «плакучей ивы»: ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу. На звук, взятый в верхнем регистре, дети становятся в позу «тополя»: пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончике пальцев рук.

ПРЕОДОЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО АВТОМАТИЗМА

Игра «Запретный номер»

Играющие становятся в круг и считают вслух, по очереди произносятся числа. Перед этим выбирается одно какое-то число, которое нельзя произносить, вместо него играющий хлопает в ладоши соответствующее количество раз.

ЭТЮДЫ НА ТРЕНИРОВКУ ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП МЫШЦ

Этюд «Сосулька»

У нас под крышей
Белый гвоздь висит.

Солнце взойдет -
Гвоздь упадет.

В. Селиверстов

Во время произведения первой и второй строчек дети держат руки над головой, во время третьей и четвертой - роняют расслабленные руки и приседают

Этюд «Шалтай - болтай»

Шалтай - Болтай

Сидел на стене.

Шалтай - Болтай

Свалился во сне.

С. Маршак.

Ребенок поворачивает туловище вправо - влево, при этом руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» ребенок резко наклоняется вперед.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 3

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие внимания. Преодоления двигательного автоматизма. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие умения правильно выражать свои чувства, правильно оценивать отношение к себе других людей. Развития внимания. Регулирование поведения в коллективе. Обучение приемам саморасслабления.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА

Этюд «Тише!»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!».

Выразительные движения: шея вытянута вперед, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови «идут вверх».

Этюд «Отгадай!»

Ребенок требует отдать ему игрушку. Выразительные движения: руки протянуты вперед ладонями

кверху.

Этюд «Иди ко мне»

Мальчик манит к себе малыша, который учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения: сидя на корточках, обе руки вытянуты навстречу малышу.

Этюд «Уходи!»

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движения: кисти рук расположены вертикально ладонями наружу.

РАЗВИТИЕ АКТИВНОГО ВНИМАНИЯ

Игра «Слушай хлопок!»

Дети идут по кругу. На один хлопок в ладоши они должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, вторая поджата, руки - в стороны), на два хлопка - позу «лягушки» (присесть на корточки), на три хлопка - возобновить ходьбу.

Игра «Канон»

Играющие стоят по кругу и по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т.д.

Игра «Зеваки»

Играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Допустивший ошибку выходит из игры.

ПРЕОДОЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО АВТОМАТИЗМА

Игра «Стоп»

Дети идут под музыку. Внезапно музыка обрывается, но дети должны идти дальше в прежнем темпе до тех пор, пока ведущий не скажет: «Стоп!».

Игра «Замри»

Дети прыгают под музыку, ноги в сторону - вместе, сопровождая прыжки хлопками рук над головой и по бедрам. Внезапно музыка обрывается, и играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. Не успевшие «замереть» выходят из игры, оставшиеся продолжают игру под музыку. Играют до тех пор, пока не останется только один играющий, который признается победителем.

ТРЕНИРОВКА ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП МЫШЦ

Этюд «Винт»

Пятки и носки вместе, корпус поворачивается влево и вправо, руки свободно следуют за корпусом.

Этюд «Насос и мяч»

Играют двое. Один изображает большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. «Мяч» стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки и шея расслаблены, корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). По мере надувания «мяча» он постепенно выпрямил ноги, туловище, голову, надувает щеки, руки отходят от боков. «Мяч» надут, и насос перестает накачивать. Шланг из насоса выдергивается, и из «мяча» с сильным шипением выходит воздух. Тело вновь обмякает, возвращается в исходное положение. Затем играющие меняются ролями.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 4

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие внимания. Преодоления двигательного автоматизма. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Преодоление барьеров в общении. Совершенствования внимания. Регулирование поведения. Снятия психического напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА

Этюд «До свидания!»

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

Этюд «Не покажу!»

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

Этюд «Я не знаю!»

Мальчика - незнайку о чем-то спрашивают, а он только пожимает плечами да разводит руками: «Не

знаю», «Не имею понятия», «Ничего не видел».

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

Этюд «Игра в снежки»

Зима. Дети играют в снежки.

Выразительные движения: нагнуться, схватить двумя руками снег, слепить снежок, распрямится и бросить снежок резким коротким движением, широко раскрывая пальцы.

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

Игра «Пишущая машинка»

Каждому играющему присваивается название буквы алфавита. Затем придумывается слово или фраза. По сигналу дети начинают «печатать»: первая «буква» слова хлопает в ладоши, затем вторая и т.д. Когда слово будет «напечатано», все дети хлопают в ладоши.

Игра «Четыре стихии»

Это игра на развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Играющие сидят по кругу. Если ведущий говорит слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» - вытянуть руки вперед, слово «воздух» - поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

ИГРЫ НА ПРЕОДОЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО АВТОМАТИЗМА

Игра «Пожалуйста!»

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий показывает разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавил слово «пожалуйста». Кто ошибается, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например: улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т. п.

Игра «Запрещенное движение»

Дети стоят лицом к ведущему и повторяют движения рук, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое повторять запрещается. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

ЭТЮДЫ НА РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ

Этюд «Качели»

Ребенок стоя качается на качелях.

Выразительные движения: ноги слегка расставлены, обе ступни касаются пола, но вес тела перенесен на одну из ног. Тяжесть тела переносится с одной ноги на другую.

Этюд «Петрушка прыгает»

Играющий изображает Петрушку, который мягко и легко прыгает на двух ногах одновременно. Колени, корпус и руки мягкие, расслабленные, голова опущена.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 5

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие внимания. Подвижные игры для детей с психомоторными, эмоциональными расстройствами, пониженным настроением, робостью, страхами. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие лучшего понимания себя и других, способности к самовыражению. Совершенствование внимания. Пробуждение активности, умения подчиняться определенным правилам, организация, дисциплина, сплоченность играющих, развитие ловкости, быстроты реакции, создание здорового эмоционального возбуждения, бодрого настроения. Снятие психического напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА

Этюд «Игра с камушками»

Дети гуляют по берегу моря. Они то останавливаются, нагибаясь за приглянувшимся камушком, то входят в воду и брызгаются, зачерпывая воду руками. Затем садятся на песок и начинают играть с камушками: то подбрасывают их вверх и ловят, то кидают вдаль.

Этюд «Дружная семья»

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, кто-то шьет или вяжет и т. п. Дети должны производить руками манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.

Этюд «Возьми и передай!»

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу, и передают друг другу из рук в руки какой -нибудь воображаемый предмет. Со стороны должно создаться впечатление, что они действуют с реальными предметами.

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

Игра «Что изменилось?»

Ведущий ставит перед детьми от трех до семи игрушек, дает сигнал, чтобы они закрыли глаза, и в это время убирает одну игрушку. Открыв глаза, дети должны угадать, какая игрушка спрятана.

Игра «Найди отличия»

Ведущий показывает детям два почти одинаковых рисунка и просит найти, чем один рисунок отличается от другого. Примеры картинок для сравнения можно найти в детских журналах, пособиях или придумать и нарисовать самим.

Игра «Найди одинаковые»

Ведущий предлагает детям найти на рисунке два одинаковых предмета.

Игра «Ухо - нос»

По Команде «Ухо!» дети должны схватиться за ухо, по команде «Нос!» - за нос. Ведущий выполняет вместе с детьми действия по команде, но через некоторое время «ошибается». Дети, не обращая внимания на «ошибки» ведущего, должны показывать только ту часть лица, которая называется ведущим.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Игра «Поссорились два петушка»

Двое детей сцепляют за спиной пальцы рук, становятся на одну ногу и, подпрыгивая, пытаются толкнуть друг друга резкими движениями плеч вперед.

Игра «Иголка и нитка»

Дети становятся друг за другом. Первый из них - «иголка» - бегаёт, меняя направление. Остальные бегут за ним, стараясь не отставать.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Играющие стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок - это голова дракона, последний - кончик хвоста. Пока звучит музыка, первый играющий пытается схватить последнего - дракон ловит свой хвост. Остальные дети цепко держатся друг за друга. Если, дракон не поймает свой хвост, то в следующий раз на роль головы дракона назначается другой ребенок.

ТРЕНИРОВКА ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП МЫШЦ

Этюд «Кукушонок кланяется»

Кукушка кукушонку

Купила капюшон,

Кукушкин кукушонок

В капюшоне смешон.

Во время этюда ребенок наклоняет корпус вперед - вниз без всякого напряжения, как бы бросая его, затем выпрямляет корпус.

Этюд «Спать хочется»

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

Выразительные движения: зевота, верхние веки опущены, брови приподняты, голова клонится вниз, руки опущены.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 6

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Подвижные игры. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие выразительной моторики, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умения адекватно выразить свое. Коррекция эмоциональной сферы. Совершенствование внимания, быстрота реакции. Создание здорового эмоционального возбуждения, бодрого настроения. Снятие психического напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ВНИМАНИЯ, ИНТЕРЕСА, СОСРЕДОТОЧЕНИЯ

Этюд «Собака принохивается»

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застывает в напряженной позе. Морда у нее вытягивается вперед, уши наостряются, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный дразнящий запах.

Этюд «Лисичка подслушивает»

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят. Выразительная поза: голова наклонена в сторону (слушает, подставляя ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот полуоткрыт, нога выставлена вперед, корпус слегка наклонен вперед.

Этюд «Что там происходит?»

Дети стоят в тесном кружке, и что-то рассматривают, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них останавливается девочка. «Что там происходит?» - думает она, но ближе подойти не решается. Выразительная поза: голова повернута в сторону происходящего, взгляд пристальный, одна нога выдвинута вперед и вес тела перенесен на нее, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

Этюд «Кузнечик»

Девочка гуляет в саду и вдруг видит большого зеленого кузнечика. Она подкрадывается к нему, протягивает руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг - и вот уже стрекочет совсем в другом месте.

Выразительные движения: шея вытянута вперед, взгляд пристальный, туловище слегка наклонено вперед, ступать на цыпочках.

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

Игра «Карлики и великаны»

По команде «Карлики» дети приседают, по команде «Великаны» встают. Ведущий выполняет движения вместе со всеми. Команды даются вразбивку и в разном темпе.

Игра «Замри»

По сигналу ведущего все дети должны замереть в той позе, в которой были в момент сигнала. Тот, кто шевелится, проигрывает: его забирает к себе дракон или он выбывает из игры.

Игра «Повторяй за мной»

Под любую считалку ведущий ритмично выполняет простые движения, например, хлопает в ладоши, по коленям, топает ногой, кивает головой. Дети повторяют его движения. Неожиданно для них ведущий меняет движение, и тот, кто вовремя не заметил этого и не сменил движение, выбывает из игры.

Игра «Платочек»

Дети встают в круг. Водящий бежит или ходит сзади круга с платочком в руке и незаметно кладет платочек у кого - то за спиной. Затем он делает еще один круг. Если за это время новый владелец платочка не объявится, считается, что он проиграл. Если он заметит платочек у себя за спиной, то должен догнать водящего и осалить. Если это удастся, водящий остается прежний. Если нет - водит другой.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Игра «Скучно, скучно так сидеть»

Играющие сидят на маленьких стульях. У противоположной стены тоже стоят стулья, но их на один меньше, чем играющих. Ведущий говорит:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть;

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Как только ведущий кончает говорить, дети должны быстро побежать и сесть на стулья, стоящие у противоположной стены. Проигрывает тот, кто остался без стула.

Игра «Ловишки»

Ведущий выбирает ловишку. Ловишка стоит, повернувшись к стене лицом: Остальные дети - у противоположной стены. Под музыку дети подбегают к ловишке. хлопают в ладоши и говорят:

Раз - два - три,

Скорее нас лови!

Затем бегут на свои места. Ловишка поворачивается и догоняет ребят. Игра повторяется, но теперь ловишкой становится тот, кого поймали.

Игра «Лисонька, где ты?»

Дети становятся в круг, поворачиваются спиной к центру круга и закрывают глаза. Ведущий ходит по середине круга и незаметно для ребят условленным заранее прикосновением назначает кого-то лисой.

Остальные дети - зайцы. По сигналу все открывают глаза, но никто не знает, где же лиса. Ведущий зовет: «Лисонька, где ты? Лиса не должна выдавать себя ни словом, ни движением, то же и во второй раз, а в третий лиса отвечает: «Я здесь» - и бросается ловить зайцев. Зайца, присевшего на Корточки, ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Этюд «Фея сна»

Дети сидят на полу (на ковре) на достаточно большом расстоянии друг от друга. К ним подходит девочка с тоненькой палочкой в руке - фея сна (если мальчик, то волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой, смотрит на детей (все спят), улыбается и тихонько уходит (играет тихая, спокойная музыка).

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

Занятие 7

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие внимания. Подвижные игры для детей с психомоторными и эмоциональными расстройствами. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие выразительной моторики, способности адекватно выражать свое эмоциональное состояние, понимать состояние других людей. Совершенствование внимания, развитие быстроты реакции. Снятие психического напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ВНИМАНИЯ, ИНТЕРЕСА, СОСРЕДОТОЧЕНИЯ

Этюд «Любопытный»

По улице идет мужчина и несет в руке спортивную сумку, из которой что-то выпирает. Мальчику очень хочется узнать, что лежит в сумке. Мужчина идет большими шагами и не замечает мальчика. А мальчик прямо - таки вьется около прохожего: то с одной стороны подбежит к нему, то с другой и, вытягивая шею, заглядывает в полуоткрытую сумку. Вдруг мужчина остановился, положил сумку на землю, а сам зашел в телефонную будку. Мальчик присаживается на корточки около сумки, слегка приоткрывает молнию и заглядывает внутрь сумки. Там лежат всего-навсего две обыкновенные ракетки. Мальчик разочарованно машет рукой, встает и не спеша, идет к своему дому.

Этюд «Раздумье»

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

Выразительная поза: ребенок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

Игра «Съедобное - несъедобное»

Водящий бросает мяч, называя какой - либо предмет. Дети должны ловить мяч только в том случае, если предмет съедобный.

Игра «Игра с флажками»

Когда ведущий поднимает красный флажок, дети должны подпрыгнуть, зеленый - хлопнуть в ладоши, синий - шагать на месте.

Игра «Тут что - то не так»

Ведущий достает куклу Тимошу. Тимоша обращается к детям: «Здравствуйте, ребята! Что я вам расскажу! Иду я вчера по дороге, солнышко светит, темно, листочки синие под ногами шуршат. И вдруг из - за угла как выскочит собака, как зарычит на меня: «Ку-ка-ре-ку!» - и рога уже наставила. Я испугался и убежал».

«Иду я по лесу. Кругом машины ездят, светофоры мигают. Вдруг вижу - гриб! На веточке растет, среди листочков зеленых спрятался. Я подпрыгнул и сорвал его». Пришел Я на речку. Смотрю, сидит на берегу рыба, ногу на ногу закинула и сосиску жует. Я подошел, а она прыг в воду и уплыла». Дети должны сказать, что было неправильно в рассказах Тимоши.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Игра «Сова»

Дети выбирают Водящего - сову, которая садится в гнездо и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит: «Ночь!». Сова открывает глаза и начинает летать. Все играющие сразу должны замереть. Кто пошевелится или засмеется, становится совой. И игра продолжается.

Игра «Белые медведи»

Намечается место, где будут жить белые медведи. Двое детей берутся за руки - это белые медведи.

Со словами «Медведи идут на охоту» они бегут, стараясь окружить и поймать кого-нибудь из играющих. Затем снова идут на охоту. Когда они переловят всех играющих, игра кончается.

Игра «Самый ловкий наездник»

По комнате расставляются в случайном порядке стулья. Наездники садятся на стулья лиц к спинке. Когда заиграет музыка, все встают со стульев и начинают скакать по комнате, подражая движениям лошади. В это время ведущий убирает один стул. С окончанием музыки дети должны сесть на стулья, но обязательно лицом к спинке. Оставшийся без стула выходит из игры.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Этюд «Факиры»

Дети садятся на ковер, скрестив по-турецки ноги, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена (подбородок касается груди), глаза закрыты. Пока звучит тихая, спокойная музыка, факиры отдыхают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 8

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоция удивления. Развитие моторно - слуховой памяти. Подвижные игры для детей с психомоторными и эмоциональными расстройствами. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Коррекция эмоциональной сферы психики детей. Совершенствование памяти. Создание бодрого настроения, здорового эмоционального возбуждения. Снятие психического напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ УДИВЛЕНИЯ

Этюд «Удивление»

Мальчик очень удивлен: он видел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было, а из чемодана выпрыгнула собака! Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

Этюд «Круглые глаза»

Однажды первоклассник подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы, зашел в подъезд и увидел, что бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок». Ведущий предлагает детям показать, какие круглые глаза были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.

РАЗВИТИЕ МОТОРНО - СЛУХОВОЙ ПАМЯТИ

Игра «Повтори за мной»

Дети стоят возле стола ведущего. Ведущий предлагает одному ребенку прохлопать все, что ему простучит карандашом ведущий. Остальные дети внимательно слушают и оценивают исполненные движения: поднимают вверх большой палец, если хлопки правильные, и опускают его вниз, если неправильные.

Игра «Запомни движение»

Дети повторяют движения рук и ног за ведущим. Запомнив очередность упражнений, повторяют их в обратном порядке.

Игра «Запомни свое место»

Дети стоят в кругу или в разных углах комнаты. Каждый должен запомнить свое место. Под веселую музыку все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Игра «Реченька»

В игре участвуют две группы детей. На полу обозначена не широкая речка. К ней подходят два игрока - по одному от каждой группы и пытаются ее перепрыгнуть. Кто перепрыгнул, тот возвращается к своей группе. А кому это не удалось, тот должен перейти в соседнюю. Выигрывает та группа, в которой под конец игры окажется больше детей. Игра сопровождается веселой музыкой.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Этюд «Пылесос и пылинки»

Пылинки весело танцуют в луче солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг и, кружась, все медленнее и медленнее, оседают на пол. Когда ребенок - пылинка садится на пол спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед - вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает. Пылесос собирает пылинки: кого он коснется, тот встает и уходит.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 9

ТЕМА: Обучение элементам техники выразительных движений: эмоции удовольствия и радости. Развитие памяти. Игры, способствующие успокоению и организации возбужденных детей. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Тренаж эмоционально - волевой сферы психики. Развитие памяти. Снятие психического напряжения. Успокоение и организация возбужденных детей.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ И РАДОСТИ

Этюд «Золотые капельки»

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым. Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь! Выразительная поза: голова запрокинута, рот полуоткрыт, глаза закрыты, мышцы лица расслаблены, плечи опущены.

Этюд «Цветок»

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

Выразительные движения: сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем, глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

Этюд «Ласка»

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

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ

Игра «Запомни свою позу»

Дети стоят в кругу или в разных местах комнаты, каждый ребенок должен встать в какую-нибудь позу и запомнить ее. Когда начинает звучать музыка, все дети разбегаются, а с ее окончанием они должны вернуться на свои места и встать в ту же позу.

Игра «Слушай и исполняй!»

В этой игре кроме памяти развивается и внимание.

Ведущий один-два раза называет несколько различных движений, не показывая их. Дети должны произвести движения в той же последовательности, в какой они были названы ведущим.

Игра «Вот так позы»

Играющие принимают различные позы. Ведущий, посмотрев на них, должен запомнить и воспроизвести их, когда все дети вернутся в исходное положение.

УСПОКОЕНИЕ ВОЗБУЖДЕННЫХ ДЕТЕЙ И ИХ ОРГАНИЗАЦИЯ

Игра «Слушай»

Дети под музыку идут друг за другом по кругу. Когда музыка прекращается, все останавливаются, слушают команду ведущего, произнесенную шепотом, и тотчас же ее выполняют. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа хорошо слушает и точно выполняет задание.

Игра «Смотри на руки»

Дети стоят друг за другом, первый - командир. Во время спокойного марша по кругу командир показывает различные движения рук, остальные дети повторяют эти движения. Затем выбирается новый командир. Он должен придумать другие движения.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Ведущий предлагает детям удобно устроиться, расслабиться и слушать с закрытыми глазами тихую, спокойную музыку. С окончанием музыки дети открывают глаза и тихо встают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 10

ТЕМА: Эмоции удовольствия и радости. Развитие памяти, наблюдательности. Игры, способствующие успокоению и организации возбужденных детей. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Коррекция эмоциональной сферы. Развитие памяти, наблюдательности. Успокоение, организация гиперактивных детей. Обучение приемам саморасслабления.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ И РАДОСТИ

Этюд «Встреча с другом»

У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а

его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу! Выразительные движения: объятия, улыбки.

Этюд «Новая кукла»

Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой (мальчик - с новой машинкой). Звучит веселая музыка.

Этюд «После дождя»

Жаркое лето. Только что прошел дождь. Дети осторожно ступают вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ноги. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ, НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ

Игра «Запомни порядок!»

Дети выстраиваются друг за другом в произвольном порядке. Водящий, посмотрев на детей, должен отвернуться и перечислить, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой.

Игра «Кто что делал?»

Четверо играющих стоят рядом друг с другом. Под веселую музыку они делают по очереди различные движения и повторяют их по четыре раза. Пятый ребенок должен запомнить, что они делали, и воспроизвести их движения.

Игра «Художник»

Ребенок играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, кого будет рисовать, потом отворачивается и дает его словесный портрет.

ИГРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ УСПОКОЕНИЮ

Игра «Кто за кем?»

По комнате расставлены в случайном порядке стулья. Звучит музыка. Один ребенок, которого вызвал ведущий, ходит между стульями и, услышав остановку в музыке, садится на ближайший стул. Ведущий вызывает другого, и тот повторяет действия предыдущего ребенка. Когда все дети сядут на стулья, можно поиграть в следующую игру.

Игра «Мимика в рисунках»

Дети рассматривают карточки с изображением различных эмоциональных состояний и называют настроение, которое они символизируют.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Ведущий сообщает детям название пьесы, которую они будут слушать, и предлагает им принять удобную позу и закрыть глаза.

Звучит музыка (К. Сен - Санс. «Лебедь»). С окончанием музыки дети открывают глаза, тихо встают и подходят к ведущему.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 11

ТЕМА: Эмоции страдания и печали. Развитие памяти, наблюдательности. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Коррекция, развитие эмоциональной сферы психики. Совершенствование памяти. Обучение приемам саморасслабления детей с различными невротическими проявлениями (истощение нервной системы, возбудимость, страхи, истерические реакции, навязчивые состояния, избирательный мутизм и др.).

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ СТРАДАНИЯ И ПЕЧАЛИ

Этюд «Остров плакс»

Путешественник попал на волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить то одного, то другого, но все дети-плаксы отталкивают его и продолжают реветь. Мимика: брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

Этюд «Ой-ой-ой, живот болит»

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

Ой-ой-ой, живот болит!

Ой-ой-ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим!

М. Клокова

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

Этюд «Я так устал»

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

Я так устал,

Я очень устал.

Выразительная поза: руки висят вдоль тела, плечи опущены.

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ, НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ

Игра «Тень»

Два ребенка идут по дороге через поле: один впереди, а другой на два - три шага сзади. Второй ребенок - это «тень» первого. Тень должна точно повторять все действия первого ребенка, который то сорвет цветок на обочине, то нагнется за красивым камушком, то поскачет на одной ноге, то остановится и посмотрит из-под руки и т. п.

Игра «В магазине зеркал»

В магазине стоит много больших зеркал. Туда входит человек, на плече у него обезьянка. Она видит себя в зеркалах, думает, что это другие обезьянки, и начинает корчить им рожицы. Отражения отвечают ей тем же. Она грозит им кулаком, и ей грозят из зеркал; она топает ногой, и все обезьянки в зеркалах топают ногой. Что ни делает обезьянка, отражения в зеркалах точно повторяют ее движения (один ребенок - обезьянка, остальные - зеркала).

Игра «Разведчики»

В комнате в произвольном порядке расставлены стулья. Один ребенок (разведчик) идет через комнату, обходя стулья с любой стороны, а другой ребенок (командир), запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путем. Затем разведчиком и командиром отряда становятся другие дети. Разведчик прокладывает новый путь, а командир ведет по этому пути весь отряд и т. д.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Комплекс «На берегу моря»

Игра с песком (на напряжение и расслабление мышц рук). Набрать в руки воображаемый песок. Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках. Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы. Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно вдоль тела (лень двигать тяжелыми руками).

Повторить игру с песком 2 - 3 раза.

Игра с муравьем (на напряжение и расслабление мышц ног). На пальцы ног залез муравей и бегаёт по ним. С силой потянуть носки ног на себя, ноги напряженные, прямые. Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей. Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног. Носки идут вниз - в стороны, ноги расслабляются и отдыхают.

Повторить игру 2 - 3 раза.

«Солнышко и тучка» (на напряжение и расслабление мышц туловища). Солнце зашло за тучку, стало свежо - сжаться в комок, чтобы согреться. Солнце вышло из-за тучки, стало жарко - расслабиться, потому что разморило на солнце.

Повторить 2 - 3 раза.

«В уши попала вода» (на напряжение и расслабление шеи). Дети купались, и им в уши попала вода. В положении лежа на спине ритмично покачивать головой, вытряхивая воду из одного уха, потом из другого.

«Лицо загорает» (на напряжение и расслабление мышц лица). Подбородок загорает - подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы. Летит жучок, собирается сесть кому -нибудь из детей на язык - крепко закрыть рот. Жучок улетел - слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух. Прогоняя Жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает - подстав нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей нос сесть, - сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым. Бабочка улетела - расслабить мышцы губ носа. Снова прилетела бабочка, качается па качелях - двигать бровями вверх - вниз. Бабочка улетела совсем - спать хочется, расслабление мышц лица. Не открывая глаз, принять удобную позу. Звучит тихая, спокойная музыка.

С окончанием музыки в дети тихо встают и подходят к ведущему.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 12

ТЕМА: Эмоции отвращения и презрения. Развитие памяти. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛИ: Развитие, коррекция эмоциональной сферы психики детей. Развитие памяти. Обучение приемам саморасслабления для сброса психоэмоционального напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ОТВРАЩЕНИЯ И ПРЕЗРЕНИЯ

Этюд «Соленый чай»

Бабушка потеряла очки и поэтому не заметила, что насыпала в сахарницу вместо сахарного песка мелкую соль. Внук захотел пить. Он налил себе в чашку горячего чая, не глядя положил в него две ложечки сахарного песка, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту! Выразительные движения: голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен.

Этюд «Гадкий утенок»

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе. В нем птицы демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не похож на других утят. Они считают его безобразным и гадким.

Выразительные движения:

1.Отвращение: голова откинута назад, брови нахмурены, глаза прищурены; ноздри раздуты и сморщены, углы губ опущены.

2.Униженность: голова наклонена вниз, плечи сведены вперед.

Этюд «Грязь»

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

Выразительные движения: походка должна производить впечатление, что ребенок идет по грязи, осторожно ступая на цыпочках и выбирая более чистое место.

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ

Игра «Опиши по памяти»

Ведущий на короткое время показывает детям куклу, а затем они по памяти должны ответить на вопросы: какие у куклы волосы, какое платье, какие глаза, были ли банты, туфельки, носочки. Стоит она или сидит и т. д.

Игра «Найди картинку»

Ведущий на короткое время (считая до пяти) показывает детям картинку, а затем из набора похожих картинок предлагает выбрать ту, которую им показали.

Игра «Запомни картинку»

Карточка с нарисованными на ней в разных местах буквами (5 - 7 букв) или цифрами (от 0 до 9) демонстрируется детям столько времени, сколько они сочтут нужным. После этого они по памяти, каждый на своем листочке бумаги, воспроизводят картинку.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 13

ТЕМА: Эмоция гнева. Развитие памяти. Психомышечная тренировка.

ЦЕЛЬ: Развитие и коррекция эмоциональной сферы психики. Развитие памяти. Обучение приемам саморасслабления для сброса психоэмоционального напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ГНЕВА

Этюд «Огненная гиена»

Гиена стоит у одинокой пальмы (специально поставленный стул). В Листьях пальмы прячется обезьянка. Гиена хочет съесть обезьянку и ждет, когда обезьянка обессилеет от голода и жажды и спрыгнет на землю. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке.

Я страшная гиена,

Я гневная гиена.

От гнева та моих губах
Всегда вскипает пена.
Этюд «Король Боровик не в духе»
Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.
Шел король Боровик
Через лес напрямик.
Он грозил кулаком
И стучал каблуком.
Был король Боровик не в духе:
Короля покусали мухи.
В. Приходько

Этюд «Хмурый орел»
Ведущие читают стихотворение:
Вот за решеткой, хмур и зол,
Сидит орел.
Могучих крыльев гордый взмах
Внушает страх.
Давно ль громады грозных скал
Он облетал
и камнем падал свысока
На врага?
Он был свободный властелин
Седых вершин.
Теперь в неволе, хмур и зол,
Сидит орел.
В. Виктор

Затем дети по очереди изображают орла, который, медленно взмахивая крыльями, взбирается на камень (стул) и хмуро разглядывает детей из-за решетки.

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ

Игра «Запомни фигуры»

Ведущий некоторое время показывает детям лист бумаги с изображенными на нем в произвольном порядке фигурами. Затем дети должны по памяти воспроизвести фигуры, каждый на своем листочке.

Игра «Запомни буквы»

Ведущий в течение 2 - 3 секунд показывает детям лист бумаги с разбросанными на нем в беспорядке крупными буквами, после чего показывает лист бумаги с другими буквами, а затем дает задание восстановить первое изображение на листочках бумаги.

Игра «Что изменилось?»

Ведущий ставит перед детьми три - семь игрушек и дает посмотреть на них несколько сек. Затем просит детей отвернуться и меняет местами несколько игрушек. Повернувшись и посмотрев на игрушки, дети должны сказать, что изменилось.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 14

ТЕМА: Эмоция страха. Память отпущений. Психомышечная тренировка

ЦЕЛЬ: Коррекция, развитие эмоциональной сферы психики. Развитие памяти ощущений. Обучение приемам саморегуляции, саморасслабления для сброса напряжения.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ СТРАХА

Этюд «Лисенок боится»

Лисенок видит на другом берегу ручья свою маму, но не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут. Выразительные движения: поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать, встряхивание с ноги вообразяемых капелек воды.

Этюд «Собака лает и хватается за пятку»

Ребенок гуляет. Мимо него на поводке идет собака. Она лает на ребенка и пытается, натягивая

поводок, достать мордой до его ног. Ребенок сжимается от страха.

Этюд «Потерялся»

На вокзале ребенок отстал от родителей. Мальчик выходит на привокзальную площадь, он в смятении, не знает, куда идти.

УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ ОЩУЩЕНИЙ

На столе лежит несколько разноцветных кусков картона, немного отличающихся по фактуре. Легкими прикосновениями подушечек пальцев дети знакомятся с поверхностью листа, стараются запомнить ощущение. Отвернувшись, на ощупь отгадывают цвет (по очереди).

Начинать нужно с 3-4 картонок, постепенно увеличивая количество.

Несколько разноцветных листов картона отличаются по запаху. При отгадывании (с закрытыми глазами) дети тоже должны назвать цвет.

На столе разбрасывается некоторое количество (лучше несколько десятков) ключей. Упражнение в двух вариантах:

а) запомнить 2 - 3 ключа, выбранные ведущим, и после этого найти их в заново перемешанной куче;

б) то же самое, но найти ключи на ощупь.

«Игра с колокольчиками». Ведущий звонит последовательно в три колокольчика разного тона. Дети запоминают их, потом производят при их звучании разные действия (по договоренности):

а) хлопают в ладоши;

б) хлопают по столу;

в) встают и садятся.

Колокольчиков дети не видят.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 15

ТЕМА: Эмоции вины и стыда. Развитие умения классифицировать, обобщать, систематизировать. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Развитие и коррекция эмоциональной сферы психики. Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Снятие психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов.

ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ВИНЫ И СТЫДА

Этюд «Провинившийся»

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

Этюд «Стыдно»

Мальчик случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет, и сказал, что переключатель крутил его маленький брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно. Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было старшему брату.

РАЗВИТИЕ УМЕНИЯ КЛАССИФИЦИРОВАТЬ, ОБОБЩАТЬ

Каждому ребенку предлагается набор карточек, на которых изображены чайники, тарелки, кастрюли, трамваи, троллейбусы, машины, платья, юбки, брюки, сапоги, туфли, тапки, бабочки, гусеницы, жуки, медведи, лисы, волки, козы, коровы, овцы, чайки, журавли, воробьи, пилы, молотки, отвертки и т. д. Дети должны разложить свои карточки на группы так, чтобы каждую группу можно было назвать одним словом («Посуда», «Транспорт», «Одежда» и т. д.).

Детям предлагается на ощупь с закрытыми глазами рассортировать камешки на легкие и тяжелые; разложить предметы на мягкие и твердые; отделить тонкие ткани от плотных; из коллекции различных материалов выделить образцы дерева, металла, пластмассы и т. д.

АВТОТРЕНИНГ

«Волшебный сон»

Дети ложатся на пол, на ковер. Руки немного согнуты в локтях, лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги немного разведены в стороны. Ведущий обращается к детям: «Сейчас, когда я начну читать стихи и

заиграет тихая, спокойная музыка, вы закроете глаза и начнется игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему и будете все слышать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится тогда, когда я громко скажу: «Открыть глаза! Встать!». Внимание... Наступает «Волшебный сон»...

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем... (2 раза)

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко... ровно... глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают... засыпают... (2 раза)

Шея не напряжена

И рас-сла-а-аб-ле-на...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется... (2 раза)

Дышится легко... ровно... глубоко... '

Напряженье улетело...

И расслаблено все тело... (2 раза)

Греет солнышко сейчас...

Руки теплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги теплые у нас...

Дышится легко... ровно... глубоко...

Губы теплые и вялые,

Но несколько не усталые...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется... (2 раза)

Нам понятно, что такое...

Состояние покоя... (2 раза).

Долгая пауза (до конца медленной музыки).

Начинает звучать бодрая, веселая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами. Ведущий обращается к детям:

«Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали...

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!»

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 16

ТЕМА: Тренинг узнавания эмоций по внешним сигналам. Тренинг социальных навыков. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Закрепление понятия «эмоции». Развитие способности понимать эмоциональное состояние окружающих людей, возможности к самовыражению, снятие барьеров в общении. Формирование моральных представлений, коррекция поведения. Снятие психомоторного напряжения.

ТРЕНИНГ УЗНАВАНИЯ ЭМОЦИЙ ПО ВНЕШНИМ СИГНАЛАМ

Каждый ребенок по очереди задумывает эмоцию и показывает ее с помощью мимики. Остальные должны узнать эмоцию.

Каждый ребенок выбирает себе одну карточку с изображением какого-либо эмоционального состояния и рассказывает, когда, в какой ситуации он бывает таким («Я радуюсь, когда...», «Я злюсь, когда...», «Я огорчаюсь, когда...» и т. д.).

Дети вспоминают что -нибудь веселое и стараются выразить это мимикой, жестами, пластикой - всем телом. Наблюдают, как это делают другие.

Дети вспоминают что -нибудь печальное.

Дети вспоминают что -нибудь, вызывающее злость.

ИГРЫ В ВООБРАЖАЕМЫЕ СИТУАЦИИ.

Производится физическое действие, которое связано с определенной эмоцией, т. е. с обыгрыванием своего «отношения» к происходящему:

- переход по узенькому мостику или бревну через глубокую канаву;
- прогулка в одиночку по ночному лесу или улице, а еще лучше по кладбищу или какому-нибудь другому страшному месту; раскапывание ямы, поиски клада;
- катание на воображаемых каруселях и т. д.

ЭТЮДЫ НА ОТОБРАЖЕНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

Этюд «Смелый заяц»

Заяц любит стоять на пеньке, громко петь песни и читать стихи. Он не боится, что его может услышать волк.

Выразительная поза: положение, стоя, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят. Мимика: уверенный взгляд.

Этюд «Часовой»

Ребенок изображает пограничника. Ведущий читает стихотворение:

Стоит он в дозоре,

И зорек, и смел,

Чтоб мир потревожить

Никто не посмел.

Выразительная поза: голова держится прямо и немного откинута назад, взгляд устремлен вперед, ноги слегка расставлены, руки держат воображаемый автомат.

Этюд «Добрый мальчик»

Зима. Маленькая девочка, играя со снегом, потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это видел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руку свою рукавичку.

Этюд «Внимательный мальчик»

По улице шла женщина с покупками, у нее упал сверток. Мальчик, увидев это, подбежал, г л сверток и подал женщине. Женщина поблагодарила мальчика.

Настольная игра «Оцени поступок»

Игра состоит из 10 больших карт, на которых изображены различные жизненные ситуации. К каждой большой карте прилагается по 4 маленькие карточки, на двух из которых представлены модели желательного поведения в данной ситуации, а на двух - нежелательного. Детям предлагается рассказать, в каких случаях ребята, изображенные на картинках, поступили хорошо, а в каких - плохо, и объяснить почему. Игра способствует формированию у детей моральных представлений, используется в тренинге социальной компетентности, при коррекции поведения и нежелательных черт характера. Дети учатся понимать, какое поведение, какой черте характера соответствует и как оно оценивается. Содержание картинок:

Семья за обеденным столом:

- а) мальчик помогает папе готовить обед;
- б) мальчик помогает маме накрывать на стол;
- в) мама убирает комнату, она очень устала, мальчик играет, не обращая внимания на нее;
- г) мальчик играет с котом, в его комнате беспорядок, грязь.

Дети занимаются спортом:

- а) дети играют в шахматы;
- б) дети идут в поход с рюкзаками;
- в) мальчик в одежде и обуви лениво развалился на кровати, на полу валяется книга;
- г) мальчик притворяясь, что спит, поглядывает на брата, который делает утреннюю гимнастику.

Дети играют в футбол. Один из них падает, он сильно ушибся:

- а) дети помогают мальчику встать;
- б) дети забинтовывают мальчику ногу;
- в) дети продолжают игру, не обращая внимания на упавшего;
- г) дети смеются над плачущим от боли мальчиком.

Девочка идет по улице. Навстречу ей старушка с тяжелой сумкой:

- а) девочка поднимает упавшую у старушки тросточку;
- б) девочка помогает бабушке донести до дома тяжелую сумку;
- в) из бабушкиной сумки выпадает и разбивается бутылка с молоком, девочка, смеясь, проходит мимо;

г) бабушка сама поднимает упавшую трость.

Дети играют:

а) они дружно строят дом из конструктора;

б) они вместе чинят сломавшуюся машину;

в) мальчики ссорятся, отнимая друг у друга машину;

г) один из детей, прижимая к себе игрушки, не подпускает к ним других детей.

Дети, играя в комнате с мячом, разбили мамину любимую вазу:

а) мальчик просит прощения у мамы, честно признав свою вину;

б) дети пытаются склеить разбившуюся вазу;

в) мальчик говорит маме, что вазу разбил кот, мама наказывает кота;

г) мальчик говорит, что он тут ни при чем, а вазу разбила его младшая сестра.

Мальчик встречает на улице заблудившуюся маленькую девочку. Она плачет:

а) мальчик успокаивает девочку, угощает ее конфетой;

б) мальчик берет девочку за руку, узнает, где она живет, и отводит домой;

в) мальчик смеется над плачущей девочкой, дразнит ее;

г) мальчик достает рогатку и целится в девочку.

Дети рисуют и мастерят:

а) мальчик делает аппликацию;

б) девочка рисует;

в) мальчик вырезает картинки из книги;

г) мальчик вырезает узоры из скатерти, лежащей на столе.

Девочка играет с мячом. Мяч укатился, рядом с ним - собака. Девочка не решается подойти к мячу, боясь собаку:

а) мальчик подходит к собаке, берет мяч и отдает его девочке;

б) мальчик загораживает собой девочку от собаки;

в) мальчик смеется над девочкой и науськивает на нее собаку;

г) мальчик дразнит девочку, вырывает у нее из рук куклу и ломает ее.

Дети видят на улице собаку с занозой в лапе:

а) дети вытаскивают занозу, забинтовывают лапу;

б) дети кормят собаку;

в) мальчик замахивается на собаку, кидает в нее камни;

г) мальчик привязал к хвосту собаки консервную банку и смеется, когда собака убегает.

Ситуации и модели желательного и нежелательного поведения можно придумать самим и словесно изложить детям, предложив выбрать модели желательного поведения и обосновать выбор.

Предложенные ситуации можно инсценировать с детьми.

РЕЛАКСАЦИЯ

«Сон на берегу моря»

Дети слушают шум моря (аудиозапись). Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). Пауза. Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснутся (по счету, когда заиграет дудочка и т. п.). Пауза. Звучит сигнал. Дети спокойно встают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 17

ТЕМА: Развитие мышления. Тренинг социальных навыков. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Коррекция и развитие познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, регулирование поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.

ЭТЮДЫ НА ОТОБРАЖЕНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

Этюд «Посещение больного»

Мальчик заболел. К нему пришел друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, заботливо поправляет одеяло.

Этюд «Любящий сын»

Мальчик потихоньку входит в комнату с подарком, спрятанным за спиной. Он идет на носочках и улыбается. Мама не знает, что мальчик в комнате и сейчас сделает ей подарок.

Этюд «Честный шофер»

В такси (специально поставленные стулья) сел мужчина, у него был фотоаппарат. Он сказал шоферу, куда ему надо ехать, и они быстро прибыли на место. Пассажир расплатился с водителем, вышел из

машины и направился к дому. Шофер посмотрел на то место, где сидел пассажир, и увидел оставленный на сидении фотоаппарат. Он остановил машину, взял забытую пассажиром вещь и пошел к подъезду, в который вошел владелец фотоаппарата. Водитель не знал, в какой квартире живет рассеянный пассажир, поэтому он стал звонить во все квартиры подряд. Наконец на втором этаже одну из дверей открыл сам хозяин фотоаппарата. Таксист, улыбаясь, протянул ему потерю. Мужчина поблагодарил водителя.

Настольная игра «Оцени поступок» (продолжение)

См. занятие 16.

РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

Игра «Четвертый лишний»

1 - й вариант. Каждому ребенку по очереди называются 4 слова. Ребенок должен выбрать лишнее слово, которое не подходит к трем остальным (например: чашка, миска, ботинки, тарелка).

2 - й вариант. Каждому ребенку выдаются 4 карточки. Необходимо закрыть белой карточкой то изображение, которое не подходит к остальным.

Игра «Угадай, что я загадал»

Перед детьми выкладываются несколько карточек с изображением разных предметов. Водящий загадывает один из них. Дети должны угадать, какой предмет он загадал, задавая любые вопросы, кроме прямого вопроса о названии.

РЕЛАКСАЦИЯ

«Сон на берегу моря»

См. занятие 16.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 18

ТЕМА: Развитие мышления. Тренинг социальных навыков. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.

ЭТЮД НА ОТОБРАЖЕНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

Этюд «Так будет справедливо»

Мама уходит в магазин. Как только за нею закрывается дверь, братья начинают баловаться: они бегают вокруг стола, борются, кидают друг другу диванную подушку. Вдруг щелкнет замок - это вернулась мама. Старший брат, услышав, что дверь отрывается, быстро садится на диван. А младший не заметил мамино прихода и продолжает играть с подушкой. Вот он подбрасывает подушку вверх и попадает ею в люстру, которая начинает раскачиваться. Мама, рассердившись, ставит провинившегося в угол. Старший брат поднимается с дивана и встает рядом с братом.

- Почему ты встал в угол, ведь я тебя не наказывала? - спрашивает мама.

- Так будет справедливо,- серьезно отвечает ей старший сын. - Ведь это я придумал кидаться подушкой. Мама растроганно улыбается и прощает обоих братьев.

Этюд «Вежливый ребенок»

На стульях сидят дети. Входит ребенок и вежливо здоровается с каждым сидящим (дети по очереди играют роль вежливого ребенка).

РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

Игра «Собери цветок»

Каждому ребенку выдается Круглая карточка - серединка будущего цветка (одному - платье, второму - слон, третьему - пчела и т. д.). Затем игра проводится так же, как в лото: ведущий раздает карточки с изображением различных предметов. Каждый участник должен собрать из карточек цветок, на лепестках которого изображены предметы, Относящиеся к одному понятию (одежда, животные, насекомые и т. д.).

Игра «На что похоже?»

Каждый ребенок выбирает в качестве образца какую-либо геометрическую форму и собирает изображения предметов, имеющих сходную форму. Набор: круг - пуговица, тарелка, таблетка, часы, мяч, яблоко; прямоугольник - чемодан, кирпич, портфель, телевизор, книга, дом, окно; треугольник - крыша дома, сложенная из газеты шапка, воронка, елка, египетская пирамида; овал - огурец, слива, яйцо, рыба, лист.

Игра «Логические концовки»

Лимоны кислые, а сахар... (сладкий).

Ты ходишь ногами, а бросаешь... (руками).

Если стол выше стула, то стул... (ниже стола).
Если два больше; одного, то один... (меньше двух).
Если Саша вышла из дома раньше Сережи, то Сережа... (вышел позже Саши).
Если река глубже ручейка, то ручеек... (мельче реки).
Если сестра старше брата, то брат... (младше сестры).
Если правая рука справа, то левая... (слева).
Мальчики вырастают и становятся мужчинами, а девочки... (женщинами).
Нож и кусок стекла - оба... (острые).

РЕЛАКСАЦИЯ

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

РЕ ФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 19

ТЕМА: Развитие мышления, способности к анализу, синтезу и комбинированию. Тренинг социальных навыков. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Снижение психоэмоционального напряжения.

ЭТЮДЫ НА ОТОБРАЖЕНИЕ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

Этюд «Робкий ребенок»

Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница им недовольна, а дети вот-вот его обидят. Выразительные движения: сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуты, Пятки и носки сомкнуты, локти прижаты к телу, ладони лежат на коленях, голова опущена.

Этюд «Жадный пес»

Ведущий читает стихотворение Василия Квитка:

Жадный пес
Дров принес,
Воды наносил,
Тесто замесил,
Пирогов напек,
Спрятал в уголок
И съел сам -
Гам - гам - гам!

Затем один ребенок имитирует действия, о которых говорится в стихотворении.

Этюд «Эгоист»

Мама приносит к чаю три пирожных. Мальчик берет себе одно пирожное и показывает на два других: «А эти я съем вечером». Мама огорчена: «Мой сын - эгоист».

Этюд «Наглец»

Мальчик садится на скамейку под окнами и громко играет на гармошке. Из подъезда выходит женщина и просит мальчика перейти на другое место:

- Ты играешь как раз под нашими окнами, а у меня только-только заснула больная дочка!
- А мне-то что - говорит сквозь зубы мальчик и играет еще громче.

Этюд «Ябедник»

Мальчик мешает рисовать сидящим за столом ребятам. Он то забирает себе все карандаши, то портит чужие рисунки, чиркая в них карандашом. Дети прогоняют его. Мальчик, плача, бежит к своей маме (к воспитателю) и говорит, что его обидели.

РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Игра «Сложи узор» (по Б. П. Никитину)

(Можно использовать кубики Косса - тест Д. Векслера для измерения интеллекта детей.)

Игра состоит из 16 одинаковых кубиков. Все 6 граней каждого кубика окрашены по-разному: передняя грань - белая, задняя грань - желтая, правая грань - синяя, левая грань - красная, верхняя грань - желто-синяя, нижняя грань - красно-белая.

Дети учатся по образцам складывать точно такой же узор из кубиков. Затем ставится обратная задача: глядя на кубики, нарисовать узор, который они образуют.

Игра «Смысловые ряды»

Ведущий строит смысловый ряд и предлагает детям догадаться, каким будет четвертое слово.

Например: карандаш - бумага, мел - ... (доска), то есть карандаш пишет по бумаге, а мел пишет по доске.

Смысловые ряды: Дом - крыша, книга - ... (обложка).

2. Птица - яйцо, растение - ... (семья).
3. Квадрат - куб, круг - ... (шар).
4. Хорошо - лучше, медленно - ... (медленнее).
5. Электричество - выключатель, вода - ... (кран).
6. Одежда - голый, обувь - ... (босой).
7. Школа - обучение, больница - ... (лечение).
8. Человек - ребенок, собака - ... (щенок).
9. Птица - гнездо, человек - ... (дом).
10. Пальто - пуговицы, ботинок - ... (шнурок).

РЕЛАКСАЦИЯ

«Волшебный сон»

См. занятие 15.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 20

ТЕМА: Развитие мышления. Развитие творческих способностей. Тренинг социальных навыков. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Формирование моральных представлений, коррекция поведения и характера. Развитие творческих способностей. Снижение психоэмоционального напряжения.

ЭТЮДЫ НА ОТОБРАЖЕНИЕ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

Этюд «Притвора»

Мальчики играют в пятнашки, они догоняют и пятнают друг друга. Неожиданно один из мальчиков падает и не поднимается. Мальчики подходят к нему, осматривают ногу, усаживают его на скамью. Внезапно мальчик отталкивает товарища, вскакивает, пятнает ближайшего и бежит. Товарищи пытаются его поймать, но он спасается бегством.

Этюд «Кривляка»

Когда кто -нибудь чужой входит в комнату, мальчик начинает гримасничать и кривляться, совсем как паяц из кукольного театра. Ему хочется, чтобы новый человек смотрел только на него одного.

Этюд. «Упрямый мальчик»

Уже вечер. Пора идти ужинать и ложиться спать. Мама берет мальчика за руку, чтобы отвести его домой, а он упирается, вырывает руку да еще топает ногой: «Не хочу! Не пойду!».

Этюд «Злюка»

Ребенок изображает злоку. Он сидит на стуле, смотрит на каждого присутствующего со злостью и недовольством.

Мимика: брови сдвинуты, верхняя губа закушена.

Этюд «Вова - растеряшка»

Вова-растеряшка,

Где твоя рубашка?

Может, серые коты

Унесли ее в кусты?

Может, заяц приходил?

Может, ежик утащил?

Может, плюшевый медведь

Захотел ее надеть?

Стал рубашку примерять

Взял и сунул под кровать.

Вова - растеряшка,

Вот твоя рубашка!

Л. Варбас

Ведущий читает стихотворение, делая паузы после каждого вопроса. Ребенок, исполняющий роль Вовы - растеряшки, во время этих пауз всем своим видом как бы говорит: «Я не знаю» (этиод «Я не знаю» из занятия 4).

РАЗВИТИЯ МЫШЛЕНИЯ

Игра «Последовательные картинки»

Рассказы в картинках разрезаются на отдельные карточки и перемешиваются. Дети должны разложить их в нужной последовательности, чтобы получился осмысленный, рассказ.

Игра «Числовые ряды»

Дети должны продолжить числовые ряды еще на два числа, предварительно выяснив закономерность построения каждого ряда:

1. 10, 9, 8, 7, 6, 5,...
2. 5, 10, 15, 20, 25,...
3. 6, 9, 12, 15, 18, 21,...
4. 2, 1, 3, 1, 4, 1, 5, 1,...
5. 2, 3, 5, 6, 8, 9,...

РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Игра «Дополни фигуру»

Детям предлагается 5 кругов или 5 квадратов. К каждому из них они должны что-то пририсовать, чтобы получилось 5 законченных рисунков. (Например, из первого кружка делают солнце, из второго - часы и т. п.) Поощряется нетрадиционное решение поставленной задачи.

Игра «Нарисуй с помощью фигур»

Используя только круг, прямоугольник, треугольник, трапецию (эти фигуры кладутся перед детьми для образца), дети должны нарисовать: лицо, настольную лампу, клоуна. При выполнении задания фигуры можно увеличивать и уменьшать, использовать в любом количестве.

Игра «На что похоже?»

Нужно приготовить несколько листочков, на каждом из которых нарисована какая-нибудь фигурка. Она должна быть похожа одновременно на несколько предметов. Дети должны постараться дать как можно больше ответов про каждую фигурку, разобрать, как выглядит каждая вещь, придумать, чья она, сочинить небольшую историю про то, что случилось с каждым из названных предметов.

РЕЛАКСАЦИЯ

«Сон на берегу моря»

Дети слушают шум моря. Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). Пауза.

Ведущий сообщает, по какому сигналу дети должны проснуться (по счету, когда заиграет дудочка и т. п.). Пауза. Звучит сигнал. Дети спокойно встают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 21

ТЕМА: Игры на сопоставление различных черт характера, их моральную оценку. Развитие творческого воображения. Психомышечная тренировка

ЦЕЛЬ: Закрепление и расширение полученных детьми моральных представлений. Развитие творчества. Снятие психомышечного напряжения.

ИГРЫ НА СОПОСТАВЛЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

«Молчок»

Ведущий читает стихотворение А. Бродского «Новичок»:

В детский сад пришел Молчок -

Очень робкий новичок.

Он сначала был несмел,

С нами песенку не пел.

А потом, глядим, привык:

Словно зайка - скок да прыг.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

Ребенок, исполняющий роль Молчка, сначала робко сидит на стуле, затем преобразуется в смелого: прыгает вокруг стула и поет какую-нибудь знакомую песенку.

«Страшный зверь»

Ведущий читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь», а дети, получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков, действуют согласно тексту.

Прямо в комнатную дверь

Проникает страшный зверь!

У него торчат клыки
И усы топорщатся.
У него горят зрачки -
Испугаться хочется!
Хищный глаз косится,
Шерсть на нем лоснится...
Может, это львица?
Может быть, волчица?
Глупый мальчик крикнул:
- Рысь!
Храбрый мальчик крикнул:
- Брысь!

«Повар - лгун»

Ведущий читает стихотворение:

Идет кисонька из кухни.
У ней глазоньки опухли.
- О чем ты, кисонька, плачешь?
- Как же мне, кисоньке, не плакать?

Повар пеночку слизал

И на кисоньку сказал.

Ребенок изображает повара. Он делает вид, что лижет пенку с молока, разливая его по воображаемым кружкам. Повар идет к ребятам и раздает им кружки с молоком. Дети спрашивают: «Где пеночка?». Повар отвечает: «Кисонька слизала». Они выпивают молоко и отдают свои кружки вару. Повар уходит. Входит ребенок, изображающий плачущую кисоньку. От нее дети узнают, повар - лгун. Повар слышит это и прячется. Дети ищут повара, находят его и ведут к кисоньке. Повар просит прощения у кисоньки.

«Просто старушка»

По улице шли мальчик и девочка. А впереди них шла старушка. Было очень скользко. Старушка поскользнулась и упала.

- Подержи мои книжки! - крикнул мальчик, передал девочке свою сумку и бросился на помощь старушке. Когда он вернулся, девочка спросила его:

- Это твоя бабушка?

- Нет,- ответил мальчик.

- Мама? - удивилась подружка.

- Нет

- Ну, тетя? Или знакомая?

- Да нет же, нет! - ответил мальчик.- Это просто старушка».

Дети, прослушав рассказ В. Осеевой «Просто старушка», разыгрывают ситуацию: как бы поступила девочка, если бы она была одна и увидела упавшую старушку. После этого разыгрывается ситуация, данная в рассказе. Затем этюд проигрывается еще раз: мальчик и девочка вместе помогают старушке.

РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Игра «Магнитная мозаика»

Игра состоит из различных геометрических фигур на магнитной основе. Дети соревнуются, кто из своего набора сложит больше разных предметов. Это могут быть домики, машинки, поезда, столы, стулья и т. д.

Игра «Чего на свете не бывает»

Дети должны придумать и нарисовать то, чего на свете не бывает. После рассказа детей о нарисованном с ними проводится обсуждение, действительно ли это не встречается в жизни.

Игра «Чудесный лес»

На большом листе бумаги нарисованы несколько деревьев и еще в нескольких местах - небольшие неопределенные фигурки и линии. Теперь можно приступать к созданию леса. Необходимо дорисовать все неоконченные изображения (каждый ребенок дорисовывает свою фигурку), превращая их во что угодно: в бабочек, птиц, цветы, деревья, людей - и даже в то, чего не бывает на самом деле: в невиданные растения, животных, пришельцев.

После окончания рисования дети пробуют разгадать рисунки друг друга и вместе сочиняют историю про одного из обитателей чудесного леса. Так же можно нарисовать «Чудесное море», «Чудесную поляну», «Чудесный парк» и т. п. Важно только, чтобы рисунки включали в себя заранее

заготовленные фигурки.

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Этюды «Штанга», «Все спят», «Сосулька», «Шалтай - Болтай»

См. занятия 1 и 2.

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 22

Тема: Игры на сопоставление различных черт характера, их моральную оценку. Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять. Релаксация.

Цель: Закрепление и расширение полученных детьми ранее сведений, относящихся к их социальной компетентности. Развитие и коррекция познавательной сферы психики. Снятие психомышечного напряжения.

ИГРЫ НА СОПОСТАВЛЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА

«Чертеночек, или мальчик - наоборот»

Мальчик - чертеночек жил на болоте. Иногда по тропинке мимо болота проходили люди. Чертеночку очень нравились люди, и он тоже хотел им понравиться, поэтому как увидит он кого -нибудь, тотчас вспрыгнет на кочку и давай плясать на ней - только грязная вода во все стороны летит. Проходящие почему - то ускоряли шаг, зажимали себе нос, отворачивали от чертеночка лицо... Чертеночек не знал, что запах тухлой воды неприятен, что кривляние и гримасы пугают, а его мокрая драная одежда, усеянная пиявками и улитками, вызывает у всех тошноту.

Но вот однажды по этой тропинке шел добрый человек. Он не отвернулся от чертеночка, не зажал нос, хотя все это ему очень хотелось сделать, а позвал его к себе. Добрый человек вытащил из кармана волшебную булавку и пристегнул ее к одежде чертеночка. И в тот же миг не стало болота, а перед ним стоял красивый и чистенький мальчик.

Мальчик - бывший чертеночек - попросился жить к доброму человеку. Вот стали они жить вместе. Добрый человек говорит: «Открой дверь», а мальчик ее плотнее закрывает; «Причешись» - мальчик лохматит себе волосы; «Делай уроки» - мальчик бежит на улицу. Добрый человек понял, что из чертеночка получился мальчик - наоборот. Он не ругает мальчика, а сам говорить все наоборот: «Поклооти эту плаксу - девочку» - мальчик начинает ее ласкать и успокаивать; «Включи свет, когда пойдешь гулять» - мальчик его выключает и т. д. Так они и живут.

«Вредное колечко»

Злой волшебник решил превратить хорошего доброго мальчика в противного и злого. Он бросает перед мальчиком колечко. Если надеть это колечко на палец, сразу же станешь вредным, драчливым и злым. Но хороший мальчик об этом не знает. Он наклоняется за колечком, надевает его на палец и превращается в скверного мальчишку. Ему хочется всех бить, все ломать, что он и начинает делать. Наконец, устав, он засыпает. К ребятам, обиженным злым мальчиком, подходит добрый волшебник. Он предлагает одному из детей снять у спящего с пальца вредное колечко. Все неслышными шагами идут к злему мальчишке. Колечко снято, мальчик просыпается, он снова хороший и добрый. Мальчик просит у всех прощения. Добрый волшебник ломает колечко - злой волшебник гибнет.

Колечко может быть воображаемым или сделанным из мягкой проволоки.

«Дети спасены»

«Пограничник Сергей Сенин прибыл домой в краткосрочный отпуск. Его дом находился рядом с небольшой железнодорожной станцией.

Однажды Сергей шел к своим школьным друзьям. Переходя железнодорожное полотно, увидел: по шпалам, взявшись за руки, идут две девочки - дошкольницы, а сзади к ним стремительно приближается пассажирский поезд. Увлеченные игрой, они не замечали опасности. Не раздумывая, пограничник бросился к детям и буквально из - под колес столкнул старшую девочку с полотна, а с младшей упал между рельсов. Все, кто видел происходящее, замерли. Когда поезд прошел, все увидели: Сергей поднялся, а с ним и ребенок».

Прослушав рассказ В. Шпандырева «Дети спасены», дети вместе с ведущим думают над тем, какие качества характера помогли пограничнику Сергею Сенину не растеряться, а спасти маленьких девочек. Затем дети распределяют между собой роли и проигрывают данную ситуацию.

РАЗВИТИЕ ВОООБРАЖЕНИЯ, УМЕНИЯ ВИДЕТЬ ХАРАКТЕРНЫЕ ПРИЗНАКИ ПРЕДМЕТОВ, СРАВНИВАТЬ

Игра «Назови как можно больше отличий»

Детям предлагаются разные пары картинок, но с одинаковым количеством признаков отличия во всех парах. Например, в одной паре картинок 6 - 7 признаков отличия и в другой столько же. Названные детьми отличия фиксируются. При дальнейшем использовании подобных упражнений возможно ограничение времени поиска до 2 - 3 минут.

Упражнение «Свободный танец»

Детям предлагается придумать и выразить в танце какой - либо образ - станцевать птицу, лошадку, зайчика, цветок, тесто и т. д. Используется любая танцевальная или джазовая музыка. Упражнение развивает воображение и эффективно как средство самовыражения, психологической разгрузки.

Игра «Придумай сказку»

Детям предлагается рассмотреть несколько сюжетных картинок и сочинить по ним сказку.

Каждому ребенку предлагается картинка. Дети соединяют все картинки в единый рассказ с переходом от одной картинке к другой. Каждый внимательно слушает рассказ предыдущего, чтобы затем продолжить этот рассказ по своей картинке. В конце дети придумывают название сказки.

РЕЛАКСАЦИЯ

«Волшебный сон»

См. занятие 15.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 23

ТЕМА: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие смекалки, фантазии, умения рассуждать, доказывать, быстро ориентироваться на плоскости, воображения, пространственного мышления. Релаксация.

ЦЕЛЬ: Коррекция эмоционально - личностной сферы психики детей. Развитие познавательных способностей. Закрепление приемов релаксации.

КОММУНИКАТИВНЫЕ ИГРЫ

Игра «Газета»

На пол кладется газетный лист. На него должны встать четверо детей. Далее газета складывается пополам, и дети должны опять поместиться на ней. Газета складывается и уменьшается до тех пор, пока на ней могут уместиться четверо детей. (Для этого надо обняться, уменьшив таким образом физическую дистанцию.)

Упражнение «Ток»

Дети встают в круг, держась за руки, и передают по кругу «ток» (по цепочке, друг за друга пожимают руку стоящего справа).

Игра «Пожелание»

Дети сидят в кругу и, бросая друг другу мячик, говорят добрые пожелания.

Упражнение «Напряжение - расслабление»

Дети садятся на пол, сгибают ноги в коленях, подбородок к коленям, руки обнимают колени - напряжение. Расслабление - свободная поза.

После проделанных упражнений дети обсуждают, что они чувствовали, каковы их ощущения. Например, при напряжении: «Я понял, что, если сжаться, мне неприятно, я ощущаю себя маленьким, ничтожным, колючим, мне хочется кого -нибудь ударить» и т. п. При расслаблении: «Я понял, что, если расслабиться, мне становится приятно, тепло, у меня хорошее настроение, я добрый, мне не хочется никого обижать» и т. п.

Игра «Ура победителю»

Стулья расставляются по кругу спинками внутрь. Стульев на один меньше, чем участников игры. Все бегают вокруг стульев, пока ведущий не хлопнет в ладоши. Как только это произошло нужно успеть занять стул. Участник, оставшийся без стула, выходит из игры. При этом он дол издавать звуки, имитируя какое - либо животное (хрю - хрю, или му - му, или мяу - мяу и т. п.). Бегающие по кругу оставшиеся участники игры опять должны по сигналу ведущего успеть занять стулья, которых снова на один меньше, чем участников (ведущий убирает лишний стул). Игра продолжается, пока не останется один победитель. Он залезает на стул и кричит: «Ура победителю», а все проигравшие хором издают звуки, которые они издавали во время игры.

РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Задачи - шутки

Детям предлагается решить задачу-шутку: «Ты да я, да мы с тобой. Сколько нас всего?». Выслушав

ответы, ведущий предлагает детям встать парами напротив друг друга и поочередно проговорить задачу, соотнося слова с соответствующими действиями.

Примерные задачи - шутки:

Едет тележка: два колеса впереди, два - сзади, два - слева, два - справа. Сколько всего колес?

Тройка лошадей пробежала три километра. Сколько пробежала каждая лошадь?

Решил петух проверить свой вес. Встал он на весы двумя ногами и увидел, что весит два килограмма.

Сколько весит петух на одной ноге?

Весело шагает ежик под дождем. Он решает задачку: может ли дождь идти два дня подряд?

У бабушки Даши внучка Маша, кот Пушок, собака Дружок. Сколько у бабушки внуков?

Над рекой летели птицы:

голубь, щука, две синицы,

два стрижа и пять угрей.

Сколько птиц? Ответь скорей!

Игра «Сложи узор» (Б. П. Никитин)

Дети продолжают учиться складывать узоры из кубиков по образцу и по замыслу.

«Монгольская игра»

Дети берут конверты с элементами монгольской игры - квадрата, разрезанного определенным образом. Называют геометрические фигуры, группируют их по форме: прямоугольники, квадраты, треугольники. Составляют из имеющихся фигур новые фигуры путем присоединения одного элемента к другому.

«Лабиринты»

Дети получают по несколько изображений лабиринтов, покрытых калькой (примеры лабиринтов можно найти также в детских журналах, сборниках головоломок и т. п.). Карандашной линией дети показывают путь прохождения лабиринта. Детям предлагается выразить в речи направление движения.

РЕЛАКСАЦИЯ

Комплекс «На берегу моря»

См. занятие 11.

«Сон на берегу моря»

Дети слушают шум моря. Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). Пауза. По сигналу дети просыпаются.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 24

ТЕМА: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие творческого воображения, умения устанавливать логические связи и закономерности. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Коррекция нежелательных черт характера, поведения детей. Развитие познавательной сферы психики. Снижение психического напряжения.

КОММУНИКАТИВНЫЕ ИГРЫ

«Доброе слово»

Дети сидят в кругу. Каждый по очереди говорит что-то приятное о своем соседе. Условие: говорящий смотрит в глаза тому, о ком говорит.

«Ток»

См. занятие 23.

«Хромой ведет слепого»

«Хромому» подвязывают ногу веревкой. У «слепого» глаза завязаны повязкой. На полу - газетные обрывки («трясина»), стулья («препятствия»). «Хромой» должен провести «слепого», так, чтобы тот не попал в трясины и не наткнулся на препятствия. После игры оговариваются ощущения «слепых» Что они чувствовали?

«Газета»

См. занятие 23.

«Чей голос?»

Дети сидят в кругу. Все закрывают глаза повязками. Ведущий пересаживает несколько человек. Затем тот, до кого ведущий дотрагивается рукой, произносит слова: «Я здесь» Все должны угадать, чей это голос.

«Инсценировка»

Дети по очереди инсценируют фразы, которые произносит ведущий. Возможные фразы: «Я съел шоколадку», «У меня болит зуб», «Мне купили велосипед», «Я поссорился с другом» и т. п.

«Молекула»

Все бегают по комнате. При слове «молекула», которое произносит ведущий, все собираются в кучу, плотно прижимаясь друг к другу.

«Что и когда я чувствую»

Ведущий спрашивает у детей, какие чувства могут испытывать люди. Дети отвечают: злость, огорчение, удивление, радость, страх и т. п. Далее каждому ребенку предлагается выбрать из набора карточек со схематичным изображением эмоционального состояния одну карточку и рассказать, когда он бывает таким («Я радуюсь, когда...», «Мне бывает страшно, когда..» и т. п.).

РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ ПСИХИКИ

Занимательные вопросы

Подарил утятам ежик восемь кожаных сапожек.

Кто ответит из ребят, сколько было всех утят?

(4)

Яблоки в саду поспели, мы отведали их успели.

Два румяных наливных, два с кислинкой.

Сколько их?

(2 или 4)

На столе лежат три карандаша разной длины. Как удалить из середины самый длинный карандаш, не трогая его?

(Переложить один из тех, что короче.)

У стены стоит кадушка, а в кадушке той лягушка. Если б было семь кадушек, сколько было бы лягушек?

(Возможно, ни одной.)

Дети обосновывают ответ и решение каждой из занимательных задач, пользуясь при этом предметами и рисунками.

«Дорисуй и назови предмет»

Каждый ребенок выбирает себе лист с 5 схематичными рисунками. Требуется дорисовать каждый из них и назвать получившийся предмет.

По окончании дорисовки дети рассматривают изображения, оценивают их с точки зрения содержания и сходства с реальными объектами.

«Пустой квадрат»

В пустом квадрате ребенку предлагается нарисовать недостающую фигуру, используя найденную закономерность.

Фигуры можно придумывать самим, с каждым разом усложняя задание.

АУТОТРЕНИНГ

«Волшебный сок»

Лежа с закрытыми глазами, дети слушают тихую, спокойную музыку. Ведущий сообщает, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видели во сне то, они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков).

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 25

ТЕМА: Коррекция взаимоотношений детей. Коррекция поведения агрессивных детей. Развитие логического мышления, комбинаторных способностей, умения анализировать и синтезировать, творческого воображения. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Коррекция эмоционально - личностной сферы психики. Развитие познавательных способностей, творчества. Закрепление приемов саморасслабления.

КОММУНИКАТИВНЫЕ ИГРЫ

Упражнение на сплоченность группы

Руки всех детей вытянуты вперед. На счет «три» все должны одновременно хлопнуть в ладоши.

«Колокол»

Все встают в круг, один ребенок - в центре. Стоящему в центре нельзя переступать с ноги на ногу, отрывать ноги от пола. Все толкают его от себя, и он свободно падает из стороны в сторону, как язык - колокола.

«Оцени поступок»

Ведущий сообщает детям конфликтную ситуацию. Ситуация инсценируется детьми, после чего они с помощью ведущего определяют, какая норма поведения была нарушена. Далее этюд, в котором отражена та или иная отрицательная черта характера конкретного ребенка, должен быть повторен так, чтобы в нем была показана модель желательного поведения в такой же ситуации. (На занятиях с детьми, отличающимися чрезмерной застенчивостью, эгоизмом, упрямством, жадностью, притворством, трусостью, склонностью к ябедничеству и т. п., знающими моральные предписания, но не следующими им, упор делается на эмоциональное осознание детьми отрицательных черт своего характера).

«Пословицы»

Ведущий читает детям и раскрывает смысл пословиц, связанных с поведенческим аспектом, например:

Не рой другому яму - сам в нее попадешь.

Кто свой гнев одолевает, тот крепок бывает.

Гнев человеку сушит кости, крушит сердце.

Добро творить - себя веселить.

Злой человек - как уголь: если не жжет, то чернит.

Чего в другом не любишь, того и сам не делай.

Деревья смотри в плодах, а людей - в делах.

В согласном стаде волк не страшен.

Сам не ест и другим не дает.

Друга ищи, а найдешь - береги.

Шелудивый баран все стадо портит.

Умей взять, умей и дать.

«Доброе слово»

См. занятие 24.

«Сороконожка»

Все встают в затылок друг другу, берут впереди стоящего за пояс, садятся на корточки и двигаются по кругу. Задача - не упасть.

«Ток»

См. занятие 23.

РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ

«Чем похожи эти загадки?»

Четыре брата по улицам бродят, один другого не обгоняет, один от другого не отстает. (Колеса автомобиля)

Как только с места тронусь я, все четверо начнут кружиться. (Телега)

У него четыре лапки, лапки цап - царапки, пара чутких ушей, он - гроза всех мышей. (Кот)

Спинка, доска и четыре ноги - что я задумал, скорей назови. (Стул)

После анализа загадок и отгадок к ним взрослый просит детей нарисовать одну из отгадок.

Игра «Разрезные картинки»

Картинка с изображением любого предмета, известного ребенку (машина, человек, собака, чашка и т. п.), разрезается на несколько частей (количество частей постепенно увеличивается от двух до десяти). Сначала ребенку предъявляется сложенная картинка. Затем ее части раздвигаются, перемешиваются и ребенку предлагается сложить картинку заново. Задачу можно усложнить, разрезав картинку не по прямым линиям.

«Составь фигуру из счетных палочек»

Отсчитывая каждый раз по шесть палочек, дети составляют из них фигуру, каждый раз новую, и называют ее.

Решение простых головоломок

Детям предлагается составить два равных треугольника из пяти палочек; два равных квадрата из семи

палочек.

«Чего не хватает в изображении?»

По принципу субтеста «Недостающие детали» - тест Д. Векслера для измерения интеллекта детей.

Дети рассматривают карточки с изображением предметов, находят недостающие в изображении детали. Карточки: девочка без рта, гребень без зубчика, стол без ножки, лиса без уха, кошка без усов с одной стороны, дверь без петли, тапок без шнурков, рука без ногтя на мизинце, ножницы без винта, пиджак без петель, рыба без спинного плавника.

АУТОТРЕНИНГ

«Волшебный сон»

Дети, лежа с закрытыми глазами, слушают тихую, спокойную музыку. У детей возникает приятная дремотность, психофизический покой. Этим моментом ведущий пользуется для мысленного прокручивания детьми некоторых переживаний, в результате чего не разрешенные до этого конфликты перерабатываются головным мозгом - «разрешаются».

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 26

ТЕМА: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги. Развитие познавательной сферы. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Нейтрализация страхов, тревоги. Умственное развитие детей. Релаксация, достижение психофизического покоя.

СНЯТИЕ СТРАХОВ. ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ СТРАХА

Этюд «Страх»

Мальчик (или девочка) боится одиночества. Он (- а) неподвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь: а вдруг в другой комнате кто-то притаился? Во время этюда звучит музыка Н. Маяковского «Тревожная колыбельная»

Выразительная поза: голова откинута назад и втянута в плечи. Мимика: брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт как бы для восклицания.

Этюд «Гром»

За окном гроза. Хлещет дождь, сверкают молнии, грозно гремит гром. Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно.

Звучит музыка М. Раухвергера «Гром»

Выразительные движения: голова запрокинута и втянута в плечи, глаза широко распахнуты, рот открыт, ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище.

Этюд «Ночные звуки»

Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застает его в лесу. Идет дождь, завывает ветер. Деревья громко скрипят и гнутся под напором ветра почти до земли, а утенку кажется, что его хватают большие темные и мокрые лапы. Перекликаются филины, а утенок думает, что это кто - то кричит от боли. Мечется утенок по лесу, пока не находит себе местечко в маленькой пещерке (под столом), где можно спрятаться. Он собирается в комочек и дрожит.

В комнате, где происходит инсценировка, притемняется свет. Все дети, кроме ребенка-утенка, изображают деревья, коряги, пеньки. Из стульев делается бурелом. Пока звучит музыка Ф. Бургмюллера «Баллада», дети, не сходя со своих мест, принимают угрожающие позы и издают громкие, пугающие звуки: завывают, ухают и т. п.

Когда перестает звучать музыка, включают свет. Этюд закончен. Все дети подходят к ребенку, изображавшему утенка, и по очереди слушают, как сильно и гулко бьется у него сердце.

Беседа «Кто чего или кого боится на самом деле»

Дети сообщают о своем опыте переживания страха.

Рисование на тему «Мои страхи». Инсценировка

Рисование направлено на выявление и «графическое отреагирование» различных страхов у детей. После рисования детям предлагается разорвать, уничтожить свой рисунок (уничтожить свой страх). Содержание рисунков детей может стать темой для разыгрывания той или иной пантомимической сценки, ситуации, в которой ребенок испытал страх. В разыгрываемых ситуациях: этюдах при изображении эмоций страха, несмотря на очень выразительное их внешнее воспроизведение и некоторое возбуждение, у детей всегда остается понимание, что они переживают страх понарошку. Этот нюанс используется для обесценивания некоторых реальных страхов у детей.

РАЗВИТИЕ ЛОГИКИ МЫШЛЕНИЯ

«Ответь на вопросы»

Детям по очереди предлагается ответить на вопрос ведущего. Возможные вопросы:

Учитель наказал мальчика. Кто провинился?

Собаку укусила оса. Кто кусался?

Мама зовет домой дочку. Кто дома? Кто на улице?

Витю слушал учитель. Кто говорил?

Петю ударил Ваня. Кто драчун?

Володю ждет Лена. Кто задержался?

Ваня шел впереди Пети. Кто шел позади?

Лес позади дома. Что впереди?

Автобус впереди грузовика. Что позади?

Кошка больше собаки. Кто меньше?

Мальчик ниже девочки. Кто выше?

Дедушка старше бабушки. Кто моложе?

Дуб выше березы. Что ниже?

«Ответь, что я сделала раньше»

Я позавтракала после того, как приняла душ.

Я выпила чаю после того, как пришла с улицы.

Я много тренировалась, прежде чем выступить на соревнованиях.

Прежде чем пойти на работу, я позавтракала.

Я поздоровалась, прежде чем начать разговор.

Я зашла в магазин, прежде чем поехать домой.

АУТОТРЕНИНГ.

Дети слушают с закрытыми глазами спокойную, тихую музыку, окончанием музыки дети открывают глаза и тихо встают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 27

ТЕМА: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги. Развитие мышления, общей осведомленности, быстроты реакции, внимания. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Обесценивание страхов. Умственное развитие детей. Достижение психофизического покоя, релаксации.

СНЯТИЕ СТРАХОВ

Этюд «Змей Горыныч»

Разыгрывание этюдов по содержанию рисунков детей, сделанных на занятии 26.

Этюд «Змеи Горыныч»

В сказочном городе (поставленные по кругу стулья) живут царевич, царевна и ремесленники. Сторожит город стражник. Иван - царевич уходит на охоту, царевна вышивает, ремесленники заняты каждый своим делом (кузнец кует, маляр красит и т. д.). Стражник обходит город. Налетает Змей Горыныч. (Звучит музыка П. Чайковского «Баба Яга».) Он смертельно ранит стражника, убивает ремесленников, а царевну уносит (уводит) в свою пещеру (специально поставленные стулья). Змей Горыныч летает перед входом в пещеру, сторожит царевну. Иван - царевич возвращается с охоты. Стражник приподнимается, показывает направление, куда Змей Горыныч унес царевну, и бессильно падает. Иван - царевич берет меч, идет сражаться со Змеем Горынычем и побеждает его. Как только Змей Горыныч падает, стражник и ремесленники оживают, а из пещеры выходит царевна. Иван - царевич ведет царевну в город. Царевна снова вышивает, ремесленники работают. Стражник обходит город, а Иван - царевич собирается на охоту.

Выразительные движения у исполнителя роли Змея Горыныча: голова и кисти рук - это головы Змея Горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана - царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые).

Иван - царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом. После победы над Змеем Горынычем - поза и мимика победителя: плечи развернуты, ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты, губы тронуты улыбкой.

По такому же принципу могут разыгрываться любые этюды, где действуют страшные персонажи и маски и где ребенок побеждает этих злых, неприятных персонажей, а на самом деле дезактуализирует, нейтрализует свой страх, свою тревогу.

РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

Логические задачи

Перед Чиполлино стоят предметы: ведро, лопата, лейка. Как сделать, чтобы лопата стала крайней, не переставляя ее с места?

Вини - Пух, Тигра и Пятачок вырезали три флажка разного цвета: синий, зеленый, красный. Тигра вырезал не красный, а Вини - Пух не красный и не синий флажок. Какого цвета флажок вырезал каждый?

На столе лежат четыре яблока. Одно яблоко разрезали и положили обратно. Сколько яблок на столе?

Расставьте в комнате два стула так, чтобы у каждой стены стояло по стулу (надо поставить стулья в двух противоположных углах).

Сложите на столе треугольник из одной палочки и квадрат из двух палочек (надо положить палочки на углу стола).

«Выбери нужное»

У сапога всегда есть: пряжка, подошва, ремешки, пуговицы.

В теплых краях живут: медведь, олень, волк, верблюд, пингвин.

В году: 24 месяца, 12 месяцев, 4 месяца, 3 месяца.

Месяцы зимы: сентябрь, октябрь, декабрь, май.

Отец старше своего сына: часто, всегда, редко, никогда.

Время суток: год, месяц, неделя, день, понедельник.

У дерева всегда есть: листья, цветы, плоды, корень, тень.

Времена года: август, осень, суббота, каникулы.

Пассажирский транспорт: комбайн, самосвал, автобус, тепловоз.

Эту игру можно продолжить.

«Замри»

Дети бегают по комнате. По команде ведущего останавливаются и принимают позу, которая изображена на показываемой ведущим карточке. Ребенок, допустивший неточность в передаче позы, выходит из игры. Дети объясняют ему, какую позу надо было принять, ведущий следит за правильным употреблением в речи пространственных терминов.

«Противоположности»

Ведущий называет детям слово и предлагает ответить противоположным по значению. Примеры называемых слов: большой, старый, мокрый, тяжелый, грустный, умный, сложный, сильный, злой, внутри, над, сверху, открытый, длинный, чистый, тихий, богатый, быстро, начало и т. п.

АУТОТРЕНИНГ

«Волшебный сок»

См. занятие 25.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 28

ТЕМА: Снятие мнимых, неадекватных страхов, неосознанной тревоги. Развитие умения сравнивать, сопоставлять, видеть положительные и отрицательные свойства предметов и явлений. Развитие мышления по ассоциации, творческого воображения. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Обесценивание страхов детей. Умственное развитие. Психофизический покой, релаксация.

СНЯТИЕ СТРАХОВ

Игра «Чертик, чертик, кто я?»

Ребенок, надевший страшную маску, узнает остальных членов группы, либо ощупывая протянутые руки бегущих вокруг него детей, либо по голосам, лучше даже измененным.

РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

Игра «Хорошо - плохо»

Дети едут на автобусе в цирк. Почему это хорошо? (Быстро приедут.) Почему плохо, что быстро приедут? (Им придется долго ждать начала представления.) А почему хорошо, что им придется сдать? ит. д.

Игра «Чем похожи, чем отличаются»

Ведущий предлагает детям два предмета, дети должны провести их сравнение и указать сходство и различие. Например:

слива и персик;

маленькая девочка и кукла;
птица и самолет;
кошка и белка;
апельсин и оранжевый мячик такого же размера;
фломастер и мел.

Игра «Разные функции»

Ведущий называет предмет, а дети должны придумать как можно больше вариантов использования этого предмета в разных целях. Например: кирпич - строительный материал, подставка, спортивный снаряд, средство самообороны, подпорка и т. д.

Игра «Ассоциации»

Дети делятся на две группы. Одна группа предлагает другой рас сказать о каком-либо предмете, используя в своем рассказе слова, обозначающие другие предметы. Например, рассказать о морковке, используя слова: утка, апельсин, кубик, Снегурочка. (Она такого же цвета, как апельсин. Ее можно нарезать кубиками. Верхнюю ее часть любят утки. Если ее не есть, то будешь такой же бледной, как Снегурочка). Затем группы меняются ролями. Предмет для описания и слова - характеристики задаются ведущим.

АУТОТРЕНИНГ

«Волшебный сон»

Ведущий внушает детям чувство безопасности, покоя, закрепляет полученные на занятии впечатления и навыки.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 29

ТЕМА: Обучение детей правилам этикета («За столом»). Развитие пространственного Сражения, цветоощущения, умения анализировать, синтезировать, комбинировать. Развитие внимания. Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Формирование навыков культурного поведения за столом. Развитие познавательных способностей. Релаксация.

ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛАМ ЭТИКЕТА.

Дидактическая игра «Что хорошо и что плохо»

Дети рассматривают картинки, на которых изображены ребята, ведущие себя в соответствии с правилами этикета, и ребята, не знающие этих правил или знающие их, но не следующие им. Одновременно с рассматриванием дети слушают пояснения к картинкам и рассказ ведущего об этикете, его правилах и нормах, отвечают на вопросы ведущего о том, как смотрятся со стороны дети, изображенные на картинках.

Игра содержит несколько серий сюжетных картинок: «За столом», «Волшебные слова», «Разговор по телефону». Поведение в общественных местах».

В данное занятие можно включить одну из серий, например. За столом». Анализ сюжетных картинок помогает закрепить необходимые правила поведения:

- за столом нужно сидеть прямо, ноги под столом ставить рядом одна с другой;
- поднося ложку или вилку ко рту, не следует поднимать локоть;
- нельзя держать столовый прибор в кулаке;
- хлеб нужно подносить ко рту маленькими кусочками, отламывая их от отрезанного ломтя;
- разговаривать за столом можно, но жестикулировать при этом не следует, особенно вилкой, ножом, ложкой;
- как правило, руками есть нельзя, для этого существует столовый прибор;
- прежде чем подносить стакан или чашку ко рту, надо вытереть губы салфеткой;
- при питье не следует запрокидывать голову и поднимать локоть;
- не полагается сразу нарезать всю порцию мяса в тарелке, надо отрезать кусочек, съесть его, затем отрезать второй и т. д.;
- косточки от ягод или фруктов из компота нужно осторожно сплевывать в чайную ложку и класть на блюдце;
- жевать следует только с закрытым ртом, не издавая при этом никаких звуков;
- нельзя облизывать тарелку.

Эти правила можно дополнить.

Полученные детьми навыки необходимо ежедневно закреплять во время еды в группе детского сада и дома.

Разминка «Дракон кусает свой хвост»

См. занятие 5.

Игра «Сложи квадрат» (по Б. П. Никитину)

Игра состоит из квадратов разного цвета, разрезанных на части различным образом. Дети знакомятся с игрой, пробуют собирать квадраты.

Игра «Шифровка слов»

Детям предлагаются карточки с условным изображением букв алфавита (например, букве «А» соответствует изображение елочки, букве «Б» - грибочка, «В» - мячика и т. д.) И листы бумаги, на которых печатными буквами написаны слова (из 3 - 5 букв).

Дети должны «зашифровать» каждое слово, пользуясь условными обозначениями букв (вместо букв рисовать соответствующие им изображения).

Игра «Выполни указание»

Ведущий предлагает детям выполнить его указания: встать слева от стула; положить книгу между ручкой и карандашом: встать впереди ведущего; разложить карандаши так, чтобы синий оказался справа от красного, но слева от зеленого; положить на столе ручку так, чтобы она лежала под карандашом, но над книгой и т. п.

Игра «Мышка»

Игра состоит из карты, расчерченной на 9 одинаковых квадратов (как для игры в «Крестики нолики»). В центральном квадрате помещается фигура медвежонка (другого животного, персонажа мультфильма или сказки). Это исходное положение. Детям предлагается задавать направление движения мишки по его домику, используя только слова «вверх», «вниз», «направо», «налево» (из исходного положения мишка по команде детей передвигается в соседний квадрат). Если кто - то из детей ошибается в команде (например, вместо «налево» говорит «направо», когда мишка находится в крайнем правом квадрате), мишка выскакивает из домика и ребенок считается проигравшим. Игру можно усложнить, предложив детям давать команды мишке, не видя карты (мысленно представляя его передвижения), а затем попросить их сказать, в каком квадрате остановился мишка.

РЕЛАКСАЦИЯ

После проведения комплекса психомышечной тренировки дети слушают тихую спокойную музыку, лежа с закрытыми глазами. По окончании музыки - спокойно встают.

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

ЗАНЯТИЕ 30

ТЕМА: Обучение детей правилам этикета, вежливости. («Поведение в общественных местах», «Разговор по телефону», «Волшебные слова»). Аутотренинг.

ЦЕЛЬ: Обобщение правил вежливого поведения, обучение детей технике общения в различных жизненных ситуациях, воспитание потребности проявлять предупредительность, доброту, уважение к окружающим взрослым и сверстникам. Закрепление приемов саморасслабления, саморегуляции.

ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛАМ ЭТИКЕТА

Предварительно, до проведения занятия, дети слушают произведения В. Осеевой «Волшебное слово», «Три сына», мексиканскую сказку «Вежливый кролик» и другие. Ведущий обсуждает с детьми прочитанные произведения, анализирует поведение их героев, предлагает детям вспомнить, правильно ли они поступили в той или иной ситуации, побуждая детей к самостоятельным суждениям, упражняя их в анализе своих поступков, в понимании того, соответствуют ли эти поступки правилам вежливости.

Дидактическая игра «Что хорошо и что плохо» (продолжение)

Детям раздается по несколько сюжетных картинок из игры. Рассмотрев их, дети рассказывают, кто из ребят, изображенных на картинках, ведет себя в соответствии с правилами этикета, вежливо, а кто - нет, и объясняют почему. Анализ сюжетных картинок помогает закрепить необходимые правила поведения:

- всегда нужно быть вежливым; пусть слова «здравствуйте», «до свидания», «будьте добры», «благодарю», «простите», «спасибо», «пожалуйста,» и т. п. звучат как можно чаще;
- разговаривая со взрослыми или сверстниками, надо уметь слушать, не перебивая;
- сидеть развалившись неприлично и некрасиво; сидеть надо свободно, непринужденно, но ровно;
- по телефону следует обращаться к собеседнику вежливо;
- нельзя показывать пальцем на что-либо или на кого - либо;
- бумажки, огрызки, корки и другой мусор нужно бросать только в урны;
- если вы, обгоняя прохожего, задели его, извинитесь; обязательно извинитесь и проходя к своему

- месту в кино, в театре по ряду, где уже сидят люди;
- в транспорте нужно уступать место пожилым людям и инвалидам;
 - не надо ждать, пока пожилой человек сам поднимет упавшую вещь;
 - в общественных местах неприлично разговаривать громко;
 - мальчики должны пропускать вперед девочек в транспорт, в помещение;
 - нужно заботиться о младших, помогать старшим, внимательно относиться к больным и пожилым.

Эти правила можно дополнить.

Беседа о вежливости (продолжение)

Ведущий читает стихотворение и предлагает детям ответить на вопросы: «Какие волшебные слова помогло вспомнить стихотворение? Какие слова приветствия и прощания говорят родителям, воспитателям, знакомым, взрослым, а какие употребляют, когда встречают своего друга или прощаются с ним?»

«Будьте добры» или «Будьте любезны» -

Эти слова в разговоре полезны.

С ними легко на прогулке и дома:

Будет приятно их слышать любому.

Друзья, вот вам на всякий случай

Стихи о школьнике одном.

Его зовут... а впрочем, лучше

Мы здесь его не назовем.

«Спасибо», «здравствуйте», «простите»

Произносить он не привык.

Простого слова «извините»

Не одолел его язык...

Ему бывает часто лень

Сказать при встрече «добрый день!»

Казалось бы, простое слово,

А он стесняется, молчит.

И в Лучшем случае «здорово»

Он вместо «здравствуйте» бубнит.

И даже вместо «до свиданья»

Не говорит он ничего

Или заявит на прощанье:

«Ну, Я пошел... Пока! Всего!»

В. Масс, М. Червинский

Ведущий читает отрывок из стихотворения Л. Каминского «Про Вову Костина» и задает детям вопрос: «Можно ли оправдать поведение Вовы тем, что он читал книгу?».

Вова Костин как - то в мае

Ехал в гости на трамвае...

Вот с авоськой продуктовой

Тетя встала рядом с Вовой,

Дядя в шапке с козырьком

И старушка с узелком.

Вова их не замечает.

Вова книжку изучает...

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку К. И. Чуковского «Муха-Цокотуха» И отвечают на вопросы ведущего: «Какие гости пришли к имениннице? Какие они принесли подарки? Представьте, что вы у мухи на именинах. Как вы поздравите муху?».

Детям предлагается ситуация: «Представьте, что друг или подруга подарили вам мяч. Что вы скажете, если он вам понравился? А если не понравился?».

Ведущий читает детям стихотворение и задает вопрос: «Где нельзя громко разговаривать и почему?»

В какое бы общественное место

Судьба сегодня вас ни привела,

Учтите, никому не интересно
Все знать про ваши личные дела.
Про то, что к вам приехал дядя Коля,
Что кошка утатила пять котлет,
Что вы немножко пошалили в школе,
А маму вызывает педсовет.
Пожалуйста, потише!
Пожалуйста, потише!
Совсем не обязательно кричать.
Ведь вас и так услышат,
Ведь вас и так услышат -
Попробуйте все тихо рассказать:
О том, что мы вчера ходили в гости,
Что папа подарил велосипед,
У дедушки к дождю разнылись кости,
А, между прочим, дождика все нет.
В музее, кинозале и трамвае
О том, о сем друг другу говорим,
Но часто одного не замечаем,
Что, как в лесу дремучем, мы кричим.
Песенка из радиопередачи
«Веселые уроки радионяни»

Детям предлагается разобрать следующую ситуацию. Мальчик крикнул прохожему: «Скажите, сколько сейчас часов?» Обращаясь к прохожему, мальчик сделал три ошибки. Какие именно?

Ведущий обращается к детям: «Слова благодарности мы слышим часто, но не все ребята вспоминают о них в нужный момент. Давайте послушаем стихи про девочку Машу и подумаем, какое слово она забывала».

Маша знала слов немало,
Но одно из них пропало,
И оно-то, как на грех,
Говорится чаще всех.
Это слово ходит следом
За подарком, за обедом,
Это слово говорят,
Если вас благодарят.

«А о каком правиле вежливого поведения во время разговора говорится в отрывке из стихотворения С. Маршака «Ежели вы вежливы?»».

...И ежели вы
Вежливы.
То в разговоре с тетей,
И с дедушкой,
И с бабушкой Вы их не перебьете...

«Одни и те же ребята встречаются друг с другом в разное время - утром, днем и вечером. Как они могут поздороваться?»

«Послушайте телефонный разговор. Правильно ли начал его Саша? А можно начинать разговор так, как начал его Володя? Как надо начинать разговор по телефону?»

Саша: «Юра дома?»
Володя: «Позовите Мишу!»

Детям предлагается следующая ситуация: «Ты звонишь по телефону, и оказывается, что номер набран неправильно. Тебе, допустим, говорят так:

- Вы ошиблись номером.

- Вы, к сожалению, набрали не тот номер.

- Здесь таких нет.

- Глядеть надо, когда набираете.

Какой из ответов самый вежливый, а какой не хотелось бы услышать? Почему?»

Ведущий предлагает детям дополнить рассказ:

«Однажды Саша поехал к товарищу. На остановке в трамвай вошла старушка. Саша вскочил и сказал: Старушка обрадовалась и ласково поблагодарила мальчика: «...»».

Детям предлагается послушать стихотворение и подумать, почему оно названо «Перестарался»

Вот кто вежливость у нас

Проявил на деле:

Он в полночный тихий час

Мать поднял с постели.

- Что с тобой? - вскричала мать. -

Заболел, сыночек?

- Я забыл тебе сказать:

«Мама, доброй ночи».

С. Погореловский

Детям предлагается послушать стихотворение и подумать, только ли о вежливом тоне и вежливых словах в нем говорится или еще о чем - то. Затем дети отвечают на вопрос: «Что бы вы сказали (посоветовали) такому «вежливому» слону?»

Вышел слон на лесную дорожку,

Наступил муравью на ножку

И вежливо - очень - сказал муравью:

- Можешь и ты наступить на мою!

В. Лунин

ПСИХОМЫШЕЧНАЯ ТРЕНИРОВКА

Комплекс «На берегу моря». Аутотренинг «Волшебный сон»

Во время саморасслабления путем внушения укрепляются приобретенные детьми на игротренинге новые знания о себе.

«Доброе слово и камень растопит»

Ведущий читает детям пословицы и раскрывает их смысл. Например:

Слово пуще стрелы разит.

С добрым словом и черная корка сдобой пахнет.

Доброе слово сказать - посошок в руку дать.

Доброе слово человеку, что дождь в засуху.

Ведущий напоминает о том, как хорошо говорить друг другу что - то доброе, обращаться друг к другу ласково, по имени, и предлагает сидящим в кругу детям сказать друг о друге что - то приятное. Затем, обращаясь к каждому ребенку по очереди, ведущий говорит ему: «Спасибо тебе за ...» (за то, что хорошо играл; за то, что помогал мне во время занятий; за то, что хорошо улыбаешься и т. д.).

РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

Список литературы:

Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валери СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002. – 112с., илл.