

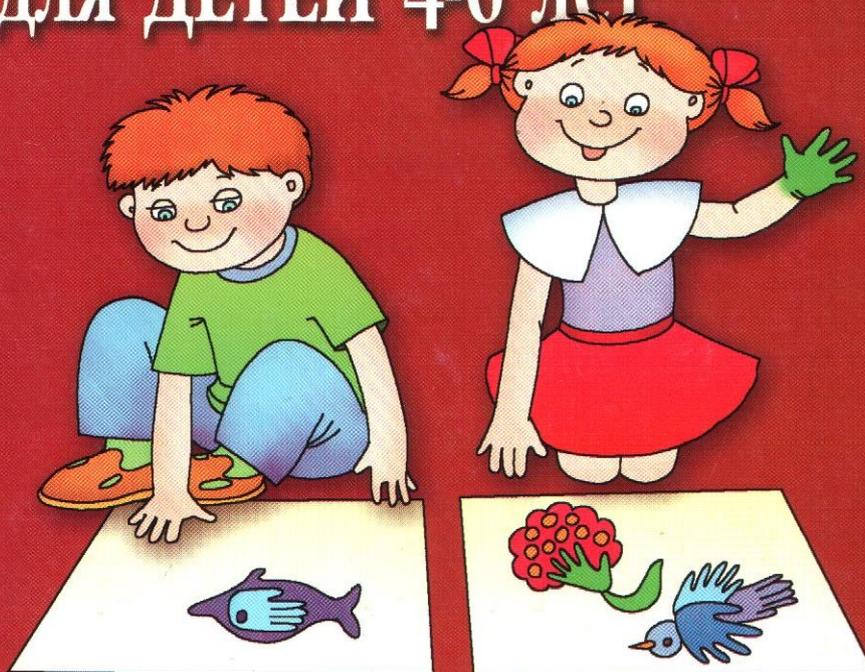


серия

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

Л.Д. Постоева, Т.А. Лукина

**ИНТЕГРИРОВАННЫЕ
КОРРЕКЦИОННО-
РАЗВИВАЮЩИЕ
ЗАНЯТИЯ
для ДЕТЕЙ 4-6 лет**



Постоева Л.Д., Лукина Г.А. Интегрированные коррекционно-развивающие занятия для детей 4-6 лет. - М.: Книголюб, 2006. - 64 с.

Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества.

В.А. Сухомлинский

Ведение

У детей рано складывается своя «картина мира». При всем несовершенстве она имеет важное преимущество - целостность.

В.А. Сухомлинский считал, что детство - это каждодневное открытие мира, и нужно сделать так, чтобы это открытие стало, прежде всего, познанием природы, человека и Отечества. Он также считал, что знакомить детей с каждым предметом окружающего мира надо в связях с другими предметами, «открыть его так, чтобы кусочек жизни заиграл перед детьми всеми красками радуги».

Познавательная деятельность ребенка возможна лишь там, где созданы определенные условия для ее развития. И в этом огромную роль играет интеграция воспитательного процесса.

В интегрированном занятии объединяются блоки знаний двух и более различных предметов, поэтому чрезвычайно важно правильно определить главную цель такого занятия. Если общая цель определена, то из содержания предметов берутся только те сведения, которые необходимы для ее реализации.

Практика подтверждает, что для проведения интегрированных коррекционно-развивающих занятий наиболее эффективно сочетание музыкотерапии и изобразительного искусства. Что это дает? Во-первых, у ребенка появляется возможность реализовать свои творческие способности, так как он фантазирует, думает; во-вторых, в интересной, игровой форме происходит обогащение словаря детей, а главное - развиваются коммуникативные умения, т.е. умения свободно высказать свою мысль, поделиться впечатлением; в-третьих, у детей развивается познавательная активность.

Занятия, представленные в пособии, построены на синтезе нескольких видов восприятия и воображения. Детям предлагается «шагнуть» в глубь изображения, к звенящему ручью или на лесную поляну, представить себя бабочками, вдыхающими аромат цветов; гусеницами, пробирающимися сквозь траву; птицами, парящими в воздухе...

На занятиях постоянно создается ситуация успешности каждого ребенка. Такой подход помогает детям свободно выражать свои мысли и чувства.

Рисование - мощное средство самовыражения. Составной частью занятий является содействие нормальному развитию и личностному росту ребенка. Независимо от методов, приемов и техник, используемых на занятиях, цель - помочь ребенку начать осознавать себя и свое место в окружающем мире. Научившись выражать свои чувства на бумаге, ребенок начинает лучше понимать других, учится преодолевать робость, страх перед тем, что не получается.

Педагогу нужно принимать ребенка с уважением и вниманием, таким, каков он есть, это поможет установить контакт с ребенком и добиться успеха. Дети открывают свои души только тогда, когда чувствуют себя в безопасности.

Пояснения к организации занятий и проведению диагностики

Курс состоит из 16 коррекционно-развивающих занятий. Структура занятий разработана с учетом возрастных особенностей детей 4-6 лет.

Основные задачи занятий

- Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
- Снижение импульсивности, тревоги, агрессии.

- Совершенствование коммуникативных навыков и творческих способностей.
- Воспитание межличностного доверия и группового сотрудничества.
- Развитие познавательных процессов.
- Развитие чувственного аппарата на основе сенсорных эталонов.
- Расширение эмоционального опыта. Развитие способности к построению ассоциативных аналогий между образами действительности и звуковыми, художественными образами.
- Обучение новым приемам рисования и развитие умения экспериментировать.

Численность детей, посещающих занятия, составляет 5-6 человек. Поводами для зачисления ребенка в коррекционную группу служат: заключение психолога, наблюдение и отзывы воспитателей, специалистов (преподавателя ИЗО и др.), пожелания родителей. В первую очередь в группу зачисляются дети, испытывающие состояние повышенной тревожности.

Каждое занятие состоит из нескольких частей

Часть 1. Вводная.

Основная цель - настроить группу на совместную работу, создать положительный эмоциональный настрой в группе.

Часть 2. Основная или рабочая. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия.

Часть 3. Завершающая. Основная цель - создание у каждого ребенка чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы. В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Поскольку дети любят смотреть одни и те же мультфильмы, читать одни и те же сказки по многу раз, занятия с повторами становятся близкими и понятными для них.

Приветствие и прощание обычно проводятся по одному и тому же сценарию, предложенному психологом.

Занятия желательно проводить в первой половине дня.

Продолжительность занятия 20-25 мин.

Перед тем как приступить к курсу занятий, необходимо провести диагностику.

Как выявить тревожного ребенка? Опытный педагог, конечно, в первые же дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Но прежде чем делать выводы, необходимо понаблюдать за ребенком, вызывающим опасения, в разные дни недели, во время обучения и в свободной деятельности, в общении с другими детьми.

Чтобы понять ребенка, узнать, чего он боится, можно попросить родителей, воспитателей заполнить бланк опросника. Ответы взрослых прояснят ситуацию, помогут проследить семейную историю. А наблюдения за поведением ребенка подтвердят или опровергнут предположение педагога.

П. Бейкер и М. Алворд советуют присмотреться, характерны ли для поведения ребенка следующие признаки.

Критерии определения тревожности у ребенка

1. Постоянное беспокойство.
2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.
3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).
4. Раздражительность.
5. Нарушения сна.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении. С целью выявления тревожного ребенка используется опросник Г.П. Лаврентьева, Т.М.

Титаренко (1992).

Признаки тревожности

1. Тревожный ребенок не может долго работать, не уставая.
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.
4. Во время выполнения он заданий очень напряжен, скован.
5. Смущается чаще других.
6. Часто говорит о напряженных ситуациях.
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.
8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.
9. У него обычно холодные и влажные руки.
10. у него нередко бывает расстройство стула.
11. Сильно потеет, когда волнуется.
12. Не обладает хорошим аппетитом.
13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.
14. Пуглив, многое вызывает у него страх.
15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.
16. Часто не может сдержать слезы.
17. Плохо переносит ожидание.
18. Не любит браться за новое дело.
19. Не уверен в себе, в своих силах.
20. Боится сталкиваться с трудностями.

Чтобы получить общий балл тревожности, следует суммировать количество «плюсов».

Высокая тревожность – 15 - 20 баллов;

Средняя тревожность – 7-14 баллов;

Низкая тревожность – 1- 6 баллов.

В детском саду дети часто испытывают страх разлуки с родителями. Необходимо помнить, что в возрасте двух-трех лет наличие этой черты допустимо и объяснимо. Но если ребенок и в подготовительной группе постоянно плачет при расставании, не сводит глаз с окна, ожидая каждую секунду появления родителей, на это следует обратить особое внимание.

Психологу необходимо не только правильно подобрать методики, но и провести исследование в соответствии с правилами, что позволит избежать ошибок в процедуре диагностирования и в составлении заключения об уровне тревожности испытуемого.

Поэтому необходимо соблюдать следующие основные правила:

- для получения надежного результата и составления более качественного заключения о личностном развитии ребенка, использовать не менее двух диагностических методик;
- строго следовать инструкции, приведенной в каждой методике. Не меньшее значение имеет понятное и доступное изложение инструкции испытуемому;
- строго придерживаться возрастной границы использования методики в работе с испытуемым;
- выбирать только тот стимульный материал, который содержится в самой методике. Здесь нужно помнить о порядке предъявления и способе подачи материала, оговоренных авторами методики.

Методики для диагностики тревожности у дошкольников

Методика «Рисунок человека»

Методика предназначена для определения уровня тревожности у детей среднего и старшего дошкольного возраста. для проведения исследования психолог предлагает ребенку лист бумаги и карандаш, затем

просит нарисовать человека. На все дополнительные вопросы ребенка следует отвечать: «Как хочешь».

Пояснения. На тревожность указывают следующие признаки:

- особенности самого процесса рисования. Тревожный ребенок часто обращается к психологу за поддержкой и одобрением, спрашивает, все ли он правильно делает, и т.п.;
- очень сильный нажим на карандаш. О нем судят по продавленности бумаги;
- использование при рисовании контуров косых штрихов, а не сплошной линии;
- тенденция исправлять рисунок. При этом исправления не приводят к улучшению;
- штриховка, которая, как правило, очень размашиста и выходит за контур. Если штрихуются руки человека, то можно предположить, что социальные контакты вызывают у ребенка наибольшее эмоциональное напряжение и являются источником его тревожности;

подчеркнутая прорисовка глаз, их преувеличенный размер, особенно если глаза зачернены;

- чрезмерное внимание к деталям. Ребенок как бы застревает на них, не решается закончить рисунок либо оттягивает момент рисования наиболее нагруженных для него деталей (например, рук). Многие тревожные дети пересчитывают на рисунке пальцы рук, рисуют большое количество пуговиц.

Только в том случае, если наблюдается большинство из перечисленных признаков в процессе рисования, можно говорить, что у ребенка высокий уровень тревожности. Если проявляются лишь некоторые из них, то скорее всего это реакция на обследование или эпизодическое проявление тревожности, связанное с неуверенностью в рисовании.

Методика «Выбери нужное лицо» (Проективный тест Р. Тэмбла, В. Амена, М. Дорки)

данная методика позволяет определить тревожность по отношению к ряду типичных для ребенка жизненных ситуаций взаимодействия с другими людьми, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени. Указанная методика предназначена для диагностики детей от 4 до 7 лет.

Подробное описание проведения методики и стимульный материал к ней можно найти во многих специальных изданиях, например, см.: Немов Р.С. Психология: Учеб. для студентов высших пед. учеб. заведений: В 3 кн.: Кн. 3: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. — М.: Просвещение; Владос, 1995.

Игра-диагностика «Кляксы»

Психолог предлагает ребенку взять краски нескольких цветов, сделать кляксу и получить отпечаток на другом листе (можно путем сложения одного листа пополам). Затем, посмотрев на кляксу, ребенку нужно представить, на что или на кого она похожа.

Пояснения:

- дети агрессивные или подавленные выбирают краску темных цветов. Они видят в кляксах агрессивные сюжеты: драку, страшное чудовище и др. (через обсуждение «страшного» рисунка агрессия ребенка выходит во вне, тем самым он от нее освобождается);
- дети спокойные берут для рисунков светлые краски и видят приятные вещи: бабочек, сказочные букеты и д.р.;
- дети, предрасположенные к гневу, выбирают черную или красную краску; дети с пониженным настроением выбирают лиловые и сиреневые цвета (цвета грусти); дети напряженные, конфликтные, расторможенные выбирают серые и коричневые цвета.

Это говорит о том, что ребенок нуждается в успокоении. Возможны такие ситуации, когда не прослеживается четкой связи между цветом и психическим состоянием ребенка.

Занятие 1. Дельфин

Оборудование: магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; магнитная доска, магнит, картина «Дельфин»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Океан»

Дети сидят на ковре

Психолог говорит: - Я рада вас видеть! Поздоровайтесь, улыбнитесь друг другу. (Дети выполняют задание.) А теперь закройте глаза и представьте, что мы находимся на берегу океана (Включает аудиозапись). Мы сидим на песке, волны набегают на берег и хотят с нами поговорить... Они шепчут имя каждого из нас... Сидите тихо и постарайтесь услышать в шуме волн свое имя... (Дети выполняют задание. Затем психолог просит детей открыть глаза и рассмотреть прикрепленную к доске картину «Дельфин». Если имеется возможность, то детям предлагается посмотреть видеосюжет «Волшебный мир дельфинов».) - Ребята, закройте глаза и представьте, что каждый из вас качается на волнах в голубом океане... Волны медленно и плавно поднимаются, и опускаются, поднимаются и опускаются... К вам подплыли дельфины. Они такие добрые! Дельфины бережно касаются вас. При этом они издают голосовые сигналы, извещая о том, как им приятно быть рядом с вами. Попробуйте ощутить прикосновения дельфинов... Качайтесь на волнах... Слушайте голос океана... Как приятно!.. Волны осторожно вынесли вас на берег... (Выключает аудиозапись.) Откройте глаза. Расскажите, что вы чувствуете. (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки.

Психолог предлагает детям сесть за столы и произносит:

- Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три.

Милый дельфин, к нам приплыви.

Психолог показывает детям руку, на которой изображен дельфин. «Дельфин» здороваается, знакомится с ребятами, задает вопросы: - Ребята, где я живу? Чем питаюсь? Дети отвечают на вопросы. - Я к вам приплыл не один, а с другом. Вот он.

Психолог показывает и поясняет: туловище - ладонь с соединенными пальцами (голубой цвет); хвост, глаз, нос - пальчик (голубой, черный цвет). - Вот какой у меня друг, он очень веселый и добрый! Где ваши ручки? Покажите дельфинчиков?

Психолог предлагает детям выполнять вслед за ним волнообразные движения рукой и повторять слова: Появился наш дельфин. Он медленно плывет под водой. Вот любопытному дельфину стало скучно. А что там творится наверху? Надо взглянуть! И он устремился вверх. Вынырнул дельфин, его подхватила волна и понесла на своем гребне по океану.

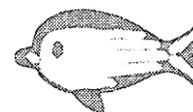
Психолог просит ребят нарисовать плывущего по волнам дельфина. Дети рисуют. Психолог оказывает индивидуальную помощь детям, а по окончании работы организует просмотр рисунков.

Упражнение «Дельфины тренируются»

Психолог предлагает детям встать в круг и говорит: - Ребята, прижмите локти к туловищу. Посмотрите на кисти рук. Представьте, что кисти рук - хвосты дельфинов. Сейчас дельфины будут тренироваться - бить хвостами по воде. Выполняйте движения вместе со мной. Поочередно работает то одна кисть, то другая... Быстрее, быстрее!.. Теперь можно отдохнуть. Опустили руки, расслабили их... Что вы ощущаете? Дети рассказывают о своих ощущениях. Упражнение повторяется 2-3 раза.

Игра «Раздуваем пузырь»

Психолог подходит к одному из детей и приглашает его поиграть: - Света, пойдём играть! Берет ребенка за руку, подходит вместе с ним к следующему участнику. Ребенок называет его по имени, приглашает поиграть, берет за руку и т.д.



Когда все участники будут приглашены, взрослые и дети встают в круг. Психолог говорит: - Посмотрите, как нас много! Какой большой круг получился, как огромный пузырь! А теперь давайте сделаем маленький кружок.

Все вместе становятся тесным кружком, а затем начинают «раздувать пузырь», делая шаги назад. При этом произносят следующие слова:

- Раздувайся, пузырь, раздувайся большой,

Оставайся такой да не лопайся! Когда получится большой круг, психолог входит в него и говорит: - Хлоп! Лопнул пузырь!

Все выполняют хлопок в ладоши, произносят слово хлопок и сбегаются к центру круга («пузырь сдулся»), или разбегаются по комнате («пузырьки разлетелись»).

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 2. осьминоги

Оборудование: игрушечный осьминог; магнитная доска, магнит, картина «Осьминоги»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; длинная лента на палочке, скакалка.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Морской аквариум»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечного осьминога и говорит:

- Сегодня нас приветствует необычная игрушка. Как вы думаете, кто это? (Дети отвечают.) давайте поздороваемся с осьминогом и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание. Психолог прикрепляет к магнитной доске картину осьминога.)

Рассмотрите внимательно картину. Расскажите, как выглядят осьминоги. (Дети выполняют задание.) А теперь лягте на ковер так, чтобы вам было просторно, и закройте глаза (включает аудиозапись).

Аквариум - место, где содержатся животные, обитающие в воде. Представьте себе современный морской аквариум... Он очень большой. Мы через стекла наблюдаем за жизнью обитателей моря... Вот к стеклу приближается семейство осьминогов. осьминоги - это морские моллюски.

На голове у них восемь щупалец. Щупальца длинные и гибкие, и на их нижней части располагаются присоски. Вы наблюдаете за их движениями... Попробуйте представить, как движутся осьминоги... (Выключает аудиозапись.) Откройте глаза и расскажите, что вы представляли. (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Детям предлагается сесть за столы.

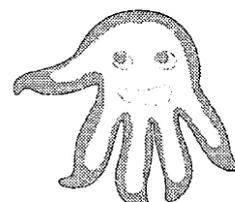
Воспитатель рукой изображает осьминога и загадывает загадку:

- Кто со мною не знаком? Я живу на дне морском.

Голова и восемь ног.

Кто я, дети? (осьминог.)

«осьминог» просит детей поставить локти и пальчики на стол и изображать движения осьминогов, слушая рассказ: - Путешествуя по морю, осьминоги осторожно и поочередно передвигают своими щупальцами-пальцами... осьминоги могут быстро всплывать вверх, опускаться на глубину, замираться... Вот встретились два осьминога, остановились... притаились... протянули друг другу щупальца... (ставят рядом большие пальцы) и пошли гулять вместе. Так веселее! осьминог знакомит ребят со своим другом. Воспитатель показывает и поясняет: окрашенную ладонь с раздвинутыми пальцами, нужно прижать к листу бумаги; дорисовывать пальчиком глазки и ротик. Воспитатель просит ребят приступить к рисованию. Сам наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и осьминог хвалят детей.



Упражнение «Игра с волной»

Детям предлагается встать из-за столов и подойти к берегу моря (к разложенной по полу скакалке).

Встав в ряд, дети наблюдают, как психолог изображает волну с помощью длинной ленты на палочке.

Как только «волна начинает накатывать на берег моря» (психолог движется к детям), дети отбегают. «Волна откатывается в море» (психолог отходит), и дети снова подбегают к «берегу моря».

Игра «Раздуваем пузырь» (см. Занятие 1)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 3. Ветка Рябины

Оборудование: ветка рябины; магнитная доска, магнит, картина «Ветка рябины» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; мягкие модули, большие мягкие игрушки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Чудесное дерево»

Дети встают в круг. Психолог говорит: - Ребята, давайте поприветствуем друг друга, передавая веточку рябины и улыбаясь. (Дети выполняют задание. Затем психолог включает аудиозапись и предлагает детям сесть на корточки.)

В волшебном саду, в заповедном месте, там, куда не каждый мог войти, добрая волшебница посадила чудесное дерево. Шло время, дерево подрастало... (Дети складывают руки над головой.) Его согревало солнышко. Добрая волшебница поливала дерево живой водой. И в один прекрасный день дерево выросло... (Дети встают, раскрывают руки и чуть откидывают голову назад.) Его красота была удивительна... А осенью произошло чудо. На ветвях рябины, так называлось наше волшебное дерево, созрели ягоды. Все обитатели волшебного сада приходили посмотреть на необыкновенное дерево. Ведь добрая волшебница наделила гроздь рябины удивительной силой... (Психолог касается каждого ребенка.) В них было столько добра и красоты, что они дарили радость любому, кто смотрел на них. Шло время, рябина становилась все краше, и сила ее возрастала... Волшебное дерево наделило радостью и добротой всех, кто мог войти в заповедное место... (Дети ходят по комнате и касаются друг друга. Психолог выключает аудиозапись.) Замечательно! А сейчас расскажите, что вы чувствовали. (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки.

Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

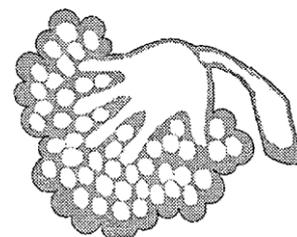
- В сенокос горька,
А в мороз сладка,
Что за ягодка? (Рябина.)

Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Ветка рябины», проводит беседу о рябине (строение дерева, форма листьев, цвет ягод и др.), уточняет значение слова «гроздь». Затем показывает и поясняет: гроздь - ладонь с раздвинутыми пальцами (коричневый цвет); ягоды - пальчики (красный или оранжевый цвет); ветка - ребро ладони (зеленый цвет); листики - ладони с соединенными пальцами (зеленый цвет).

Воспитатель просит ребят приступить к рисованию. Сам наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель хвалит детей.

Упражнение «Воздушные волны»

Детям предлагается выйти из-за столов, встать в круг и взяться за руки.



Психолог говорит: - Бегут воздушные волны одна за другой, вверх-вниз, вверх-вниз, качаются ветки рябины. Я приседаю, за мной следующий, за ним другой, и так далее, пока все не присядем. Потом я встаю, и по очереди встает каждый. Затем снова приседаем... Упражнение повторяется несколько раз.

Игра «Слушай свое имя»

На ковре, на некотором расстоянии друг от друга, располагаются мягкие модули и большие мягкие игрушки. Дети встают в стороне. Психолог включает аудиозапись и называет по имени любого ребенка. Тот начинает двигаться, обходя препятствия (модули, игрушки). Когда в музыке возникает пауза, ребенок садится на ковер. Затем вызывается по имени следующий ребенок, он тоже двигается между препятствиями и садится, когда музыка обрывается. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не сядут на ковер.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 4. Птичка

Оборудование: игрушечная птичка; магнитная доска, магнит, картина «Птичка» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; мягкие модули, большие мягкие игрушки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Полет»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечную птичку и говорит:

— У нас гостья. Кто Это? (Дети отвечают.) давайте поздороваемся с птичкой и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание.) А теперь лягте так, чтобы вам было удобно и просторно, закройте глаза (включает аудиозапись). Представьте, что вы находитесь около высокой горы... Вам очень хочется попасть на ее вершину... И вдруг вы почувствовали, как у вас растут крылья!.. С каждой секундой крылья становятся больше и сильнее. Попробуйте подвигать крыльями... Попробуйте представить, как вы прогуливаетесь с этими крыльями за спиной... А теперь вы почувствовали, что можете летать, как птица... Взлетайте, летите к вершине! Вы достигли вершины!.. Раскиньте пошире свои крылья и парите в воздухе... Вам приятно... А теперь пора возвращаться, вас ждут. Плавно опускайтесь... Вы приземлились. Ваши крылья исчезли, но они появятся, когда вы захотите вновь подняться к вершине (выключает аудиозапись). Откройте глаза, расскажите о том, что вы чувствовали. (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- Снится ночью пауку
Чудо-юдо на суку –
Длинный хвост и два крыла –
Прилетит, плохи дела.
И кого наук боится?
Ну, конечно, это ... (Птица.)



Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину Птичка, проводит беседу о птицах (части тела, где живут, чем питаются, перелетные или зимующие). Затем показывает и поясняет: туловище и хвост - ладонь с соединенными пальцами (коричневый цвет); голова - кулачок (коричневый цвет); крылья - ладони с раздвинутыми пальцами (желтый или коричневый цвет); клюв, эрачок - пальчик (черный цвет).

Воспитатель просит ребят приступить к рисованию. Сам наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и птичка хвалят детей.

Упражнение «Перелет»

Психолог предлагает детям выйти из-за столов и встать друг за другом.

Дети перекрещивают руки на уровне запястий и машут ими, как крыльями.

Упражнение длится до усталости. Психолог подбадривает детей, ссылаясь на то, что птичкам тоже бывает тяжело лететь в далекие страны.

Затем дети опускают кисти рук и расслабляют плечи.

Психолог просит детей определить, в каком месте ощущается усталость, тяжесть. Выслушав ответы детей, говорит: - Теперь руки отдыхают и освобождаются от усталости. Им становится легко и приятно.

Игра «Слушай свое имя» (см. Занятие 3)

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 5. Божья коровка

Оборудование: игрушечная божья коровка; магнитная доска, магнит, картина «Божья коровка» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; мягкие модули, большие мягкие игрушки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Божья коровка»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечную божью коровку и говорит: - К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотрите, какая она красивая! давайте поздороваемся с ней и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание.)

Ребята, а теперь лягте так, чтобы вам было удобно и просторно, закройте глаза и слушайте мой голос (включает аудиозапись). Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день... Теплый ветерок, шелестит высокой, густой травой, от луговых цветов пахнет медом, слышно стрекотание кузнечиков... Прямо перед собой на зеленом листике вы видите божью коровку... Она ползет не спеша. У нее красивые красные крылья с черными точками... (Выключает аудиозапись.) Откройте глаза... Потянитесь... Медленно встаньте... давайте попробуем превратиться в божьих коровок. (дети кружатся.)

Мы вокруг себя покружились

И в божьих коровок превратились.

Божьи коровки, покажите мне

Ваши головки, носики, ротики,

Ручки-крылышки, ножки, животики.

(Дети выполняют задание. Если психолог наблюдает у кого-то из детей скованные и резкие движения, то он может легким поглаживанием снять у ребенка излишнее напряжение.)

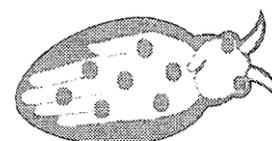
Подул теплый ветерок... Поднял божьих коровок в воздух, и они полетели... (дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, тихо жужжат.) давайте нарисуем в воздухе божью коровку, покажем ручками, какая она круглая. (дети вслед за психологом рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.) Замечательно! А теперь сядьте за столы.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Божья коровка», предлагает детям рассмотреть и описать ее. дети выполняют задание.

Затем воспитатель показывает детям свою руку, на которой изображена божья коровка и говорит: - Ребята, посмотрите, кто у меня на руке сидит? (дети рассматривают изображение божьей коровки и отвечают.)

Ребята, а что будет наша божья коровка делать зимой, когда наступят холода, выпадет снег? (дети рассуждают.) Какие части тела есть у божьей коровки? (дети называют части тела.) Божья коровка хочет оказаться на летней солнечной полянке среди цветов и друзей. Я предлагаю помочь божьей коровке. Божья коровка, а кто твои друзья? Божья коровка отвечает, что она дружит с божьими коровками, похожими на нее, и



просит детей нарисовать их. Воспитатель показывает и поясняет: головка - кулачок (черный цвет); туловище, крылышки - ладонь (красный цвет); пятна, глазки, усики, лапки - пальчик (черный цвет).

«Божья коровка». Предлагает ребятам приступить к рисованию. Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель произносит:

- Спинка в веснушках,

Ах, как неловко...

И покраснела божья коровка.

Упражнение «Божьи коровки, бабочки, кузнечики»

Психолог предлагает детям выйти из-за столов, затем называет то одно, то другое насекомое, а ребята выполняют характерные для этого насекомого движения: кузнечики - длинные прыжки из глубокого приседа; божьи коровки. - Полет (бег) и взмахи широко разведенными в стороны руками; (бабочки) - взмахи кистями рук. Руки соединяются в области локтей и запястий. Ладони с раскрытыми веером пальцами то смыкаются, то разводятся в стороны.

Игра «Слушай свое имя» (см. Занятие 3)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 6. Гусеница

Оборудование: игрушечная гусеница; магнитная доска, магнит, картина «Гусеница»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; воздушные шары, мягкие модули, большие мягкие игрушки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Божья коровка»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечную гусеницу и говорит:

- Ребята, давайте поздороваемся с гусеницей и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание. Психолог включает аудиозапись.) Сегодня вы попробуете превратиться в гусениц. Вспомните, как ползают гусеницы... Представьте себе, что вы на лесной полянке, кругом зеленая трава, цветы... Покажите, как ползают гусеницы... Медленно, извиваясь, пробирайтесь сквозь траву... Гусенички увидели друг друга, улыбнулись и легли отдохнуть... Кар-кар-кар! Прилетели вороны. Гусенички замерли, спрятались на листиках, их не видно... Походили, походили вороны, но никого не заметили и улетели. Гусеницы облегченно вздохнули, зашевелились и дальше поползли... Солнышко греет, им хорошо... (Выключает аудиозапись.)

Но вот перестала звучать волшебная музыка, и мы вновь в комнате.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы, затем прикрепляет к магнитной доске картину Гусеница, просит детей рассмотреть и описать ее. Дети выполняют задание. Появляется игрушечная гусеница. Гусеница рассказывает ребятам о разновидностях гусениц, об их защитной и отпугивающей окраске. Отвечает на вопросы. После беседы воспитатель показывает и поясняет: туловище – 5-6 кулачков (темнозеленый и светло-зеленый цвет); голова - кулачок (светло-зеленый) глазки, усики, носик - пальчик (черный цвет).

Гусеница просит ребят приступить к рисованию. Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все вместе рассматривают рисунки. Воспитатель и гусеница хвалят детей.

Упражнение «Гусеница»

Психолог предлагает детям выйти из-за столов и лечь на



ковер. Дети ложатся на живот, касаясь подбородком пола. Руки вытягивают вдоль туловища, ладонями вниз. Упираясь в пол руками, грудью и подбородком, дети поднимают прямые ноги вверх, а затем покачивают ими вправо-влево. Затем дети поворачивают голову так, чтобы одна щека касалась пола, и расслабляют все мышцы тела.

Упражнение повторяется 2-4 раза.

Игра «Большая гусеница»

Дети встают в колонну, кладут руки на плечи впереди стоящих участников, зажимают воздушный шар между животом одного ребенка и спиной другого. Ребенок, стоящий во главе колонны, держит шар в вытянутых руках. Психолог просит детей представить, что все они превратились в одну большую гусеницу.

«Гусеницу» просят походить по комнате, огибая препятствия (стулья, мягкие модули, большие мягкие игрушки).

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 7. Совушка

Оборудование: магнитная доска, магнит, картина «Сова» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Прогулка»

Дети стоят около психолога. Психолог говорит: - Сегодня к нам на занятие прилетела сова. Посмотрите, какая она. (Психолог прикрепляет к магнитной доске картину Сова, включает аудиозапись.) Давайте поздороваемся с совой и улыбнемся друг другу. (дети выполняют задание.)

Ребята, представьте, что мы идем в лес босиком... Земля бывает разная. Она бывает сухая и влажная, горячая и холодная. Встали друг за другом. Идем по ровной сухой тропинке... добрались до воды. Потрогали воду ногой. Очень холодная вода... Ступаем в воду, идем по воде... Вот и перебрались через ручей. Идем по песку... Песок теплый, становится все горячее... Выбрались из песка, бредем по траве... Какие заросли камыша! Раздвигаем камыш руками... Выходим к болоту. Прыгаем с кочки на кочку... Ура, выбрались! Вот и лес. Под ногами хвоинки, шишки... Вышли на поляну. Остановились...

В этом лесу живет много зверей и птиц. давайте попробуем превратиться в сов, их называют ночными птицами, так как днем они спят, а ночью летают. Ночь... Мы совьи... У нас сильные и крепкие крылья, мы летим свободно и легко... А теперь осторожно и плавно опускаемся на землю... Отдыхаем... (Выключает аудиозапись.) Прекрасно! Мы вновь в нашей комнате. Подойдите к столам.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель, привлекая внимание детей к картине «Сова», читает стихи:

- У совьи, у старой,
Не глаза, а фары –
Круглые, большие
Страшные такие!
Днем сова не видит,
Значит, не обидит.
Ночь вошла в свои права,
В путь отправилась она.
Ее глаза огромные
Видят ночью темною.



Воспитатель проводит беседу о сове (где живет, что делает днем, ночью; обращает внимание на части тела). Затем показывает и поясняет: туловище - ладонь с соединенными пальцами (коричневый цвет); глаза - кулачки (коричневый цвет); зрачки, клюв - пальчик (черный цвет); крылья - ребра ладоней (коричневый цвет).

Воспитатель просит ребят приступить к рисованию. Сам наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель хвалит детей и читает стихотворение:

Мудрейшая птица на свете сова,
Все слышит, но очень скупа на слова.
Чем больше услышит, тем меньше болтает,
Ах, этого многим у нас не хватает.

Упражнение «Филин»

Психолог предлагает детям встать из-за столов и пройти в игровую зону. После показа, дети приставляют ладони «рупором» к углам рта и низким голосом, но мягко, протяжно, произносят: У-у-у-ух, у-у-у-ух. Психолог наблюдает за тем, чтобы звукоподражание произносилось на одном выдохе, без дополнительного забора воздуха. Внимание детей концентрируется на выдохе и работе мышц живота (в конце выдоха живот слегка втянут).

Игра «Ласковая мама»

Выбирается водящий, который будет играть роль мамы-совы. Остальные дети становятся птенцами. «Мама» отходит и отворачивается. «Птенцы» садятся в тесный кружок.

Психолог выбирает одного из «птенцов». Его задача - пищать очень тихо, когда мама подойдет к птенцам. Затем птенцы зовут «маму». Она идет вдоль круга и ищет пищавшего «птенца». Обнаружив его, «мама» кладет руку птенцу на голову, гладит его и говорит: .Вот ты где, мой... (любое ласковое слово)!»

Водящий меняется, игра продолжается до тех пор, пока каждый не побывает в роли утешенного птенца.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 8. Роза

Оборудование: роза, леечка, шкатулка; магнитная доска, магнит, картина «Роза»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Волшебные цветы»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им розу и говорит: — Нас сегодня приветствует прекрасный цветок. Давайте поздороваемся и улыбнемся друг другу. (Дети передают цветок друг другу, здороваются и улыбаются.) Ребята, в волшебном саду растут волшебные цветы. Волшебные они потому, что умеют разговаривать и двигаться. Они, как дети, любят играть. Цветы эти очень красивые. А какие вы знаете цветы? (Дети отвечают.) Хотите стать волшебными цветами? Я полью вас из леечки волшебной водой, и вы превратитесь в цветы... (Включает аудиозапись, имитирует полив, можно посыпать немного конфетти.)

Ты, волшебная водица,
Лейся на головки.
Превращай скорее деток
В красивые цветочки.

Волшебство сработало! Ах, в какие красивые цветы вы превратились! Лепестки нежные, разного цвета, стебельки тонкие, гибкие, листья резные! Покачайте своими головками... Покажите, как гнется ваш стебелек... Пошевелите пальчиками-листочками...

Ветерок нас раскачивает... Солнышко прогревает... Цветочки улыбаются солнышку... Тянут к нему головки, листочки-ладошки... Как хорошо, как приятно!.. (Выключает аудиозапись.) А теперь вы снова мальчики и девочки. Скажите, что вы чувствовали, когда были волшебными цветами? (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- Нарядные сестрички
Весь день гостей встречают,
Медом угощают. (Цветы.)

Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Роза» и просит детей рассмотреть и описать ее. Дети выполняют задание. - Из каких частей состоит роза? (Дети отвечают.) Воспитатель уточняет значение слова бутон. Затем проводит пальчиковую гимнастику:

- Наши алые цветки распустили лепестки	Показывают ладони распустили лепестки с раздвинутыми пальцами.
Ветерок чуть дышит, лепестки колышет	Медленно покачивают ладонями вправо-влево
Наши алые цветы закрывают лепестки	Медленно сжимают пальцы в кулаках
Тихо засыпают, головой качают	Выполняют кулачками движения вверх-вниз.

Воспитатель предлагает начать рисование, показывает и поясняет: цветок - кулачок, ребра ладоней (коричневый цвет); стебель - ребро ладони (зеленый цвет); листики - ладони с соединенными пальцами (зеленый цвет).

Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель хвалит детей.



Упражнение «Аромат розы»

Психолог просит детей сесть в круг. Затем достает из плотно закрытой шкатулки надушенную искусственную розу. (Если есть возможность, можно использовать живую чайную розу.) Дети, расслабив плечи, спокойно, без напряжения вдыхают аромат розы и мягко, длительно выдыхают воздух. Внимание детей фиксируется не на запахе (он и так будет ощущаться), а на работе мышц живота. Во время вдоха живот втягивается, а на выдохе слегка выпячивается. Движения живота должны быть плавными и ритмичными.

Игра «Добрые слова»

Дети встают в круг. В центре круга - психолог с розой в руке. Все произносят слова:

- В круг ребята встали,
Розу увидали.
Цветок надо передать,
Добрые слова сказать.

Психолог передает розу одному из детей и говорит ему комплимент. Ребенок, получивший цветок, становится водящим... Он благодарит и отдает розу следующему участнику, произнося е добрые слова в его адрес.

Игра продолжается до тех пор, пока каждый не побывает в роли водящего.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 9. Котенок

Оборудование: магнитная доска, магнит, картина «Котенок» магнитофон, кассета с записью спокойной музыки; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Котенок»

Дети стоят около психолога. Психолог показывает им игрушечного котенка и говорит:
- К нам в гости пришел котенок. Посмотрите, какой он мягкий, пушистый. давайте поздороваемся с ним и улыбнемся друг другу. (Дети рассматривают игрушку, здороваются и улыбаются друг другу.)

Ребята, люди очень любят кошек. Они добрые, ласковые, игривые животные. Сейчас мы попробуем превратиться в ласковых, веселых и чуть озорных котят (включает аудиозапись). Лягте на ковер, покатайтесь, потянитесь, поиграйте с клубочком. Почешите за ушком... Сядьте на задние лапки, посмотрите на свой хвостик и весело поиграйте с ним... Ложитесь на бочок, свернитесь клубочком. Котенок поиграл и лег отдохнуть. Закройте глаза... Снится котенку сон. Он сидит у теплой печки, потрескивают дрова, пахнет теплым молоком и хлебом. Котенок принюхивается, облизывается, ему тепло, уютно и приятно... Мама-кошка нежно лижет его ушки, лобик, носик, щечки и приговаривает: «Ты красивый, добрый, тебя все любят, оберегают, радуются твоим успехам. Ты все понимаешь, много знаешь, любишь своих родителей и друзей, веришь в себя». Мама мурлычет, а котенок ровно, спокойно дышит. Вдох - выдох, вдох - выдох... Кошка гладит котеночку лапки, животик, спинку... Как хорошо!.. Уснул котенок, растянулся во сне... Сладко улыбается и мурлычет: «Мур-мур, мур-мур-р...» (Выключает аудиозапись.) Эй, котенок, просыпайся! Ты отдохнул, стал бодрым, тебя ждут друзья. (Дети открывают глаза, встают с ковра.) Ребята, подойдите, пожалуйста, к столам.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель загадывает загадку:

- Глазищи, усище, хвостище,
А моется всех чище. (Кошка.)

Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Котенок», просит детей рассмотреть ее и рассказать о котенке (внимание детей обращается на части тела). Дети выполняют задание.



Воспитатель демонстрирует прием складывания ладони и примакивания к листу. Поясняет, что это туловище котенка. Ребята повторяют прием. Затем воспитатель поочередно показывает приемы примакивания остальных частей: голова - кулачок (оранжевый цвет); лапки, хвостик - ребра ладоней (оранжевый цвет); ушки, глазки, носик - пальчики (черный цвет). Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и «котенок» хвалят детей.

Упражнение «Зарядка для котят»

Психолог предлагает детям встать из-за столов и расположиться на ковре. Исходное положение: стоя на четвереньках. Прогнуть спину - выгнуть. Почувствовать гибкость позвоночника, мышцы спины, их силу, упругость. Выполнить боковые наклоны туловища от одной лапы к другой. Растягивать мышцы тела по-кошачьи: мягко, плавно, медленно, с наслаждением. Выпускать и прятать «коготки». «Выпуская коготки» раскрывать веером пальцы, ощущая напряжение в кистях. Убирая «коготки» расслаблять пальцы: кисти свободно повисают.

Игра «Ласковая мама» (см. Занятие 7, игра проводится по аналогии, только вместо совы и птанцов дети изображают кошку и котят)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 10. Павлин

Оборудование: магнитная доска, магнит, картина «Павлин» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; веер.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Котенок»

Дети стоят около психолога. Психолог прикрепляет к магнитной доске картин у «Павлин» и говорит: - Ребята, посмотрите на картину. Вы знаете, что это за птица? (дети отвечают.) Это павлин. Давайте поздороваемся с этой чудесной птицей и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание.) Давайте пройдемся по комнате. Почувствуйте свои ступни, пальцы ног, ощутите свои руки, кисти, кончики пальцев, обратите внимание на голову, подбородок, веки... (Включает аудиозапись.) Теперь представьте себе, что вы превратились в очень-очень легкое маленькое перышко, которое подарил вам павлин. двигайтесь по комнате так, чтобы все ваше тело выражало эту легкость. Подул ветерок и подхватил перышко... Изобразите парение и танец перышка... Вот оно покрутилось и опустилось на пол... А вот очень легко поднялось вверх и зависло высоко... Перышко парит в воздухе и повторяет про себя: «Я невесомое, я могу двигаться очень легко, я наслаждаюсь полетом...»

Ветерок попрощался с перышком и улетел. Перышко плавно коснулось пола и замерло... Оно отдыхает... (Выключает аудиозапись.)

А теперь вы снова превратились в девочек и мальчиков. Подойдите, пожалуйста, к столам.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель начинает беседу с детьми с вопроса:

- Чем павлин отличается от других птиц? Дети рассуждают. Воспитатель читает стихотворение:

- Что красивее всего?

Ответить я не смогла на вопрос.

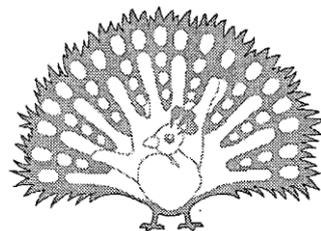
И вот решила послушать ответы других обитателей нашей планеты.

«Леса! - отвечали мне волк и лиса.

Орел с высоты прокричал: «Небеса».

«По-моему, море!» - ответил дельфин.

«Мой хвост, без сомнения», - ответил павлин.



Воспитатель предлагает ребятам нарисовать портрет павлина. Выясняет, с чего начнут работу, показывает и поясняет: хвост - ладони с раздвинутыми пальцами (желтый цвет); туловище - кулачок (красный цвет); голова, украшение хвоста, лапы - пальчики (любой цвет).

Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель хвалит детей.

Упражнение «Павлин»

Психолог с помощью веера объясняет детям, как павлин раскрывает и как складывает хвост. Затем просит детей встать друг за другом. Первый ребенок – «павлин». Он стоит прямо, положив на голову запястья с раскрытыми пальцами. Остальные дети – «хвост». Они кладут руки на бедра друг у друга и сгибаются в тали и под прямым углом. Пока звучит музыка, «павлин» идет важной походкой, «хвост» тянется за ним.

Как только музыка останавливается, павлин приседает и замирает. «Хвост» раскрывается веером: дети становятся в шеренгу, берутся за руки и поднимают их вверх. Причем крайние дети могут слегка отклониться в стороны.

Какое-то время дети стоят неподвижно. Затем психолог выбирает другого ребенка на роль павлина, включает аудиозапись, упражнение повторяется.

Игра «Ласковая мама»

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 11. Одуванчики

Оборудование: искусственный одуванчик (можно изготовить из бумаги); магнитная доска, магнит, картина «Одуванчики» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или

«Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Замечательные цветы»

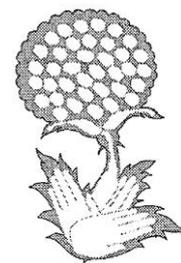
Дети стоят около психолога. Психолог показывает им искусственный одуванчик и говорит: - Сегодня нас приветствует необычный цветок. Давайте, ребята, поздороваемся и скажем, на что похож или, что нам напоминает этот цветок. (Дети здороваются, пере давая цветок из рук в руки, и отвечают на вопрос. Затем психолог включает аудиозапись и предлагает детям лечь на ковер.) Недалеко от большого города - лес, а в лесу - поляна. Ребята, закройте глаза и представьте, что вы находитесь на лесной поляне... Чудесное летнее утро, ласково пригревает солнышко, на поляну прилетели бабочки, в траве запели свои звонкие песни кузнечики... Цветы на этой поляне самые разные, и они умеют разговаривать. А теперь представьте, что вы превратились в веселую семейку одуванчиков, которые за одну ночь выросли на поляне... «Смотрите, смотрите, какие красивые цветы выросли на нашей поляне!» - зазвенели колокольчики.

«Они похожи на солнышко!» - заметили маки. «Они украсили нашу лесную поляну!» - улыбнулись ромашки. Услышав голоса цветов, прилетели птицы, которые стали щебетать: «Какие замечательные цветы, они принесли радость на нашу поляну!» Одуванчикам было очень приятно слышать такие слова. Они почувствовали доброту цветов и птиц. Они улыбнулись... (Выключает аудиозапись.) А теперь откроем глаза, вновь превратимся в мальчиков и девочек. Посмотрим, друг на друга и улыбнемся.

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- На зеленой, хрупкой ножке
Вырос шарик у дорожки.
Ветерок прошуршал
И развеял этот шар. (Одуванчик.)



Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Одуванчики», просит детей рассмотреть и описать ее (внимание детей обращается на части цветка). Дети выполняют задание. Воспитатель показывает и поясняет: стебель - ребро ладони (зеленый цвет); листья - ладони с соединенными пальцами примакиваются из одной точки в разные стороны (зеленый цвет); бутон - ладонь с соединенными пальцами (желтый цвет); лепестки бутона у цветка - согнутые ребра ладоней (зеленый цвет); раскрытый цветок - большой палец, примакивание по кругу (желтый цвет); «пушистый» цветок - указательный палец, примакивание по кругу и в середине (серый цвет).

Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель хвалит детей.

Игра «Одуванчик»

Психолог предлагает детям встать из-за столов и объясняет, что нужно слушать слова и выполнять определенные действия: «бутон» - дети встают в тесный круг, берутся за руки; «бутон раскрывается» - держась за руки небольшими шагами отступают назад; «одуванчик расцвел» - держась за руки образуют широкий круг; «одуванчик побелел» - поднимают руки вверх; по дул ветер разъединяют руки, разбегаются по комнате. Игра повторяется несколько раз.

Игра «Добрые слова»

Дети встают в круг. В центре круга - психолог с одуванчиком в руке. Все произносят слова:

- В круг ребята встали,
Одуванчик увидали.
Цветок надо передать,
Добрые слова сказать.

Психолог передает одуванчик одному из детей и говорит ему комплимент. Ребенок, получивший цветок, становится водящим. Он благодарит и отдает одуванчик следующему участнику, произнося добрые слова в его адрес.
Игра продолжается до тех пор, пока каждый не побывает в роли водящего.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 12. Петушок

Оборудование: магнитная доска, магнит, картина «Петушок» магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «На птичьем дворе»

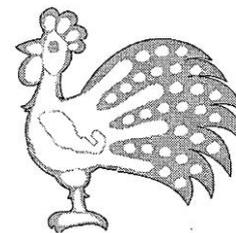
Дети стоят около психолога.

Психолог показывает им игрушечного петушка и говорит:

- К нам в гости с птичьего двора прилетел петушок. Посмотрите, какой он важный и красивый. Давайте поздороваемся с ним и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание.) «Петушок» зовет всех играть и поет песенку:

- Всех ребят зову, зову,
Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку!
Очень я играть люблю,
Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку!
Будем вместе мы играть
И ку-ка-ре-кать!

- Ребята, давайте представим, что мы находимся на птичьем дворе (включает аудиозапись). А там живет много разных птиц. Первыми мы встретили гусей. Гуси начали шипеть. Шею вытянули, крылья отвели назад и зашипели: «Ш-ш-ш» ... Шея напряжена, крылья напряжены... Появился индюк. Он надулся от важности, голову откинул назад и втянул в плечи, брови нахмурил, глаза прищурил... А вот важные тетушки-утки. Идут медленно, переваливаясь (ходьба гуськом в полуприседе)... Ой, кто это? да это же петушок! Петух начал бегать по двору, сильно размахивая крыльями и крича: «Ку-ка-реку! Замечательно! Мы познакомимся с обитателями птичьего двора (выключает аудиозапись). А теперь мы вновь в нашей комнате. И петушок нас приглашает к столам.



Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель загадывает загадку:

- Встает на заре,
Поет во дворе,
На голове гребешок,
Кто же это... (Петушок.)

Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Петушок», предлагает детям рассмотреть и описать ее. Дети выполняют задание.

Воспитатель просит детей изобразить пение петушка. Внимание детей обращается на то, что петушок, когда поет, вытягивает шею. Дети выполняют задание. Воспитатель показывает и поясняет: туловище, шейка, хвост - ладонь с раздвинутыми пальцами (желтый цвет); гребешок - косточки пальцев (красный цвет); крыло - ребро ладони или кулачок (зеленый цвет); борода - пальчик (красный цвет); недостающие детали - пальчики (любой цвет).

Затем петушок обсуждает с ребятами цвет частей тела и предлагает приступить к рисованию. Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и «петушок» хвалят детей.

Упражнение «Петушок»

Психолог говорит:

- У петуха на голове большой и красивый гребень. давайте покажем его. Дети широко расставляют пальцы рук, прижимают их к голове и напрягают. Психолог проверяет напряжение пальцев. Затем просит детей расслабить пальцы (сделать их «слабыми») и сравнить ощущения напряженности и расслабленности. Дети обмениваются впечатлениями.

Игра «Ласковая мама» (см. Занятие 7)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 13. лягушка

Оборудование: игрушечный лягушонок; магнитная доска, магнит, картина «Лягушка»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «На птичьем дворе»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечного лягушонка и говорит: - К нам в гости прискакал лягушонок. давайте поздороваемся с ним и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание. Психолог включает аудиозапись.)

Ребята, я буду рассказывать вам сказку, которая называется «Храбрый лягушонок», а вы постарайтесь изобразить чувства лягушонка.

«В теплой луже лежали икринки. И вот однажды из икринок появились головастики. А одна икринка лежала под листочком. Там было прохладнее, и головастик из этой икринки вылупился позднее. А когда он вылупился, то заметил, что другие головастики гораздо крупнее его и умеют быстро плавать. Боясь выглядеть смешным, головастик не решался двигаться и с грустью смотрел на остальных однолужников (дети мимикой изображают грусть).

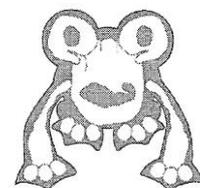
Пришло время, у головастиков отпали хвостики, и они превратились в маленьких симпатичных лягушат. Наш головастик тоже превратился в симпатичного лягушонка, но хвостик у него почему-то остался. Ему было обидно, что он не похож на других (мимикой изображают обиду). Поэтому лягушонок сидел в сторонке и тихо грустил (мимикой изображают грусть).

И вот однажды к луже подошла большая птица, которая искала себе сытный обед. Заметив лягушат, она уверенно направилась к ним. Лягушата попрыгали в разные стороны и вскоре уже были далеко от лужи. А один лягушонок не успел. Он зацепился лапкой за травинку и отчаянно брыкался. В это время хвостатый лягушонок находился на другом конце лужи. Вначале он сильно испугался (мимикой изображают испуг), а потом, справившись со страхом, решительно бросился на помощь (мимикой изображают решительность). Наш лягушонок плыл по луже, быстро-быстро работая лапками и хвостиком. Благодаря хвостику он стремительно пересек лужу, помог запутавшемуся лягушонку освободиться, и они удачно скрылись. Когда беглецы удалились на безопасное расстояние, их окружили другие лягушата и стали восхищаться быстротой и смелостью хвостатого лягушонка. И вдруг все обратили внимание, что хвостик отпал и лягушонок стал таким же, как все. Лягушонок почувствовал радость (мимикой изображают радость) - ведь теперь он находился в кругу друзей!»

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Психолог предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- Зеленая спинка,
Большая голова
Ест червей и мушек,
Кто это?.. (Лягушка.)



Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Лягушка», просит детей рассмотреть ее и рассказать, какие части тела есть у лягушки. Дети выполняют задание. Воспитатель показывает и поясняет: туловище, голова - ладонь со сжатыми пальцами (зеленый цвет); глаза - перевернутые кулачки (зеленый цвет); рот - ребро ладони (красный цвет); зрачки - пальчик (черный цвет); лапки - ребра ладоней (зеленый цвет); пальцы - пальцы (зеленый цвет).

Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и лягушонок хвалят детей.

Упражнение «Лягушата»

Психолог просит детей выйти из-за столов, расположиться на ковре, сесть на корточки в позу «лягушат» - раздвинуть в сторону колени и опереться ладонями в пол перед собой.

«Лягушата» очень широко улыбаются сжатыми губами, с напряжением раскрывают глаза. Некоторое время сохраняют это выражение, затем расслабляют лицо: глаза, веки, щеки, губы. Чередуют напряжение и расслабление два-четыре раза, наблюдая за изменениями в лице.

Затем дети садятся в удобную позу и выполняют хлопки с одновременным кваканьем в определенном ритме и темпе: КВА-ква-ква, КВА-ква-ква, КВА-ква-ква.

Психолог следит за тем, чтобы заключительная часть упражнения выполнялась согласованно - никто из детей не должен опережать других, отставать от других или произвольно менять ритм.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 14. Бабочка

Оборудование: игрушечная бабочка; магнитная доска, магнит, картина «Бабочки»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство Природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки; воздушные шары, мягкие модули, большие мягкие игрушки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Бабочка»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечную бабочку и говорит:

- Ребята, сегодня к нам на занятие прилетела бабочка. Посмотрите, какая она красивая! давайте поздороваемся с ней и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание. Психолог включает аудиозапись.)

Лягте на ковер, закройте глаза и слушайте мой голос. Медленно вдохните и выдохните... Представьте прекрасный летний день. Вы находитесь на лугу... Вы видите великолепную бабочку, порхающую над цветами... Проследите за движениями ее крыльев. Движения ее крыльев легки и свободны... Бабочка кажется невесомой... Вам тоже хочется летать. Каждый из вас превращается в прекрасную легкую бабочку... Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз... Наслаждайтесь ощущением полета... Подул ветерок, легко приподнял вас. Вы над лугом... Взгляните на пестрый луг, над которым вы летите... Посмотрите, сколько на нем ярких цветов... Выберите самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему... Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно садитесь на мягкие лепестки цветка... Вдохните еще раз его аромат... и откройте глаза (выключает аудиозапись). Расскажите о своих ощущениях. (Дети обмениваются впечатлениями.)

Рисование

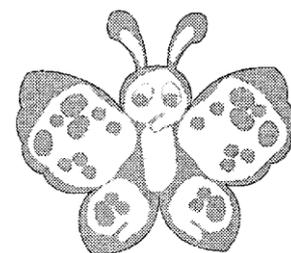
На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- Шевельнулись у цветка

Все четыре лепестка.

Я сорвать его хотел,
Он вспорхнул и улетел. (Бабочка.)

Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину «Бабочки», просит детей рассмотреть и описать ее. Дети выполняют задание. Воспитатель говорит: - Представьте, что к каждому из вас подлетела бабочка... Подставьте ей открытую ладонку... Бабочка устала. Опустилась на ладонку и уснула... Постарайтесь ее не разбудить... Вот она отдохнула и начинает медленно просыпаться... Осторожно подуйте на нее... Бабочка взлетела, порхает рядом... Вот она села на плечо, вот вспорхнула вверх... а затем села на колено... на носик... на голову... а теперь она подлетела к моему столу. Ребята, какие части тела есть у бабочки? Дети называют части тела. Воспитатель показывает и поясняет: большие крылья - ладони с соединенными пальцами (желтый цвет); маленькие крылья – кулачки (красный цвет); туловище - ребро ладони (черный цвет); голова - кулачок (желтый цвет); глазки, усики, украшение крыльев - пальчики (черный и любой цвет). Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и «бабочка» хвалят детей.



Упражнение «Гусеница превращается в бабочку»

Психолог просит детей выйти из-за столов, сесть на ковер и говорит:

- Вы уже знаете, что гусеницы превращаются в бабочек. давайте попробуем представить, как это происходит. Вначале выполним упражнение «Гусеница (см. Занятие б). А теперь с гусеницей начинают происходить удивительные превращения. Она чувствует, как вытягиваются и становятся сильными лапки... (Дети, напрягая руки и ноги, медленно садятся на корточки, пальцы рук опираются о пол), вырастают крылья... (приподнимаются). Бабочка медленно и осторожно расправляет крылышки... (медленно встают на носочки и разводят руки в стороны), делает первые взмахи... (плавные движения руками). Полетела бабочка!.. (Медленно бегут, выполняя плавные взмахи руками.) Молодцы!

Игра «Большая гусеница» (см. Занятие б)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 15. Медвежонок

Оборудование: игрушечный медвежонок; магнитная доска, магнит, картина «Медведи»; магнитофон, аудиокассета «Волшебство природы» или «Звуки природы»; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Медвежонок мечтает»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечного медвежонка и говорит:

- Ребята, к нам в гости пришел медвежонок. Посмотрите, какой он добрый, мягкий и красивый. давайте поздороваемся с ним и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание. Психолог включает аудиозапись).

Лягте на ковер, закройте глаза и слушайте мой голос. Раннее летнее утро... Кажется, что обитатели леса спят. Но вдруг из-за кустов, окруживших летнюю поляну, появился медвежонок... Он улыбался и думал: «Какое чудесное утро... Какие блестящие капельки росы... Какие вкусные ягоды малины... Какая мягкая трава...». Медвежонок лег на траву и стал смотреть на облака, которые не спеша плыли по небу... Солнышко поднялось выше, его теплые лучики коснулись медвежонка. И ему стало так приятно, что он потянулся и зажмурился от удовольствия... Медвежонок лежал и мечтал...

Представьте себе, что вы тот самый медвежонок, который умеет мечтать. Помечтайте ... Подумайте о чем-нибудь приятном ... Улыбнитесь (Выключает аудиозапись.) Медвежонок открыл глаза и потянулся. Ребята, откройте глаза, хорошо потянитесь... Расскажите, о чем вы мечтали. (Дети выполняют задание.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы и загадывает загадку:

- Я хозяин леса строгий,
Спать люблю зимой в берлоге,
И всю зиму напролет
Снится мне душистый мед.
Страшно я могу реветь...
Кто же я? Скажи... (Медведь.)



Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину. Медведи, просит детей рассмотреть и описать ее. (Внимание детей обращается на части тела животных.) Дети выполняют задание. Воспитатель показывает и поясняет: туловище - ладонь с соединенными пальцами (коричневый цвет); голова - кулачок или расположенная горизонтально ладонь со сжатыми пальцами (коричневый цвет); уши - лальчики или кулачки (коричневый цвет); лапы - кулачки (черный цвет); подушечки на лапах - пальчики (черный цвет); нос - пальчик (черный цвет); рот - ребро ладони (красный цвет). «Медвежонок» предлагает ребятам приступить к рисованию. Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и «медвежонок» хвалят детей.

Упражнение «Расскажи и покажи»

Психолог просит детей выйти из-за столов, встать полукругом и повторять за ним слова и движения:

Мишка, мишка косолапый,	Приподнимают плечи, округляют руки.
Мишка по лесу идет.	Поворачивают внутрь носки ног, идут переваливаясь.
Мишка хочет сладких ягод,	Гладят себя по животу, облизываются.
Да никак их не найдет.	Оглядываются по сторонам, пожимают плечами.
Вдруг увидел много ягод	Изображают мимикой восторг.
И тихонько зарычал.	Рычат.
Подошли к мишутке детки.	Маршируют.
Мишка ягодки им дал.	Протягивают вперед открытые ладошки.

Игра «Добрый медвежонок»

Дети встают в колонну. Психолог просит детей погладить впереди стоящих участников по голове, по плечам, по спине, по рукам. Затем детям предлагается положить руки на талию (на плечи) впереди стоящих и представить, что все они превратились в одного маленького доброго медвежонка. «Медвежонка» просят по дышать, походить по комнате, присесть, встать и т.п.

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.

Занятие 16. Грибы

Оборудование: игрушечный медвежонок; магнитная доска, магнит, картина «Грибы»; муляжи больших и маленьких грибов, две корзинки; краски для пальцеграфии или смешанная с зубной пастой гуашь, листы бумаги, салфетки.

Ход занятия

Приветствие. Упражнение «Примирение с другом»

Дети сидят на ковре. Психолог показывает им игрушечного медвежонка и говорит: — Нас сегодня приветствует медвежонок. давайте, ребята, поздороваемся с ним и улыбнемся друг другу. (Дети выполняют задание.) Послушайте сказку: «Жил-был на свете маленький медвежонок. Каждое утро мама-медведица отводила медвежонка в лесной детский сад. Он очень любил свой детский сад. Ведь там он узнавал много нового. Учился лепить, рисовать, плавать. С удовольствием пел, занимался физкультурой, играл с ребятами-зверятами.

Но вот однажды он поссорился со своим другом. Как вы думаете, из-за чего могли поссориться медвежата? (Дети отвечают.) Обиженный медвежонок убежал в чащу леса и заблудился. Он сел на пенек и горько-горько заплакал.

Крупные слезы капали на землю. Вокруг пня, на котором он сидел, образовалась лужа. И вдруг из-под земли появился гриб-боровик.

- «Уф-уф, кажется, дождь начинается», - сказал гриб. Затем он посмотрел на небо и увидел солнце:

- Странно, такой сильный дождь и такое яркое солнце.

Но тут он обернулся и увидел медвежонка:

- Ты чего плачешь?

Медвежонок сначала испугался говорящего гриба, но присмотрелся и понял, что гриб добрый. Медвежонок рассказал грибу о том, что поссорился со своим другом, убежал в лес и заблудился.

- Дорогу к дому тебе покажут мои братья - грибы-боровики. А вот с другом тебе надо помириться самому. Мириться сложнее, чем ссориться. Но если ты захочешь, то обязательно найдешь способ помириться.

- Ребята, помогите медвежонку, посоветуйте ему, как поступить. (Дети отвечают.) Медвежонок поблагодарил боровика и отправился в путь. Грибы показали ему самую короткую дорогу. На следующий день медвежонок помирился с другом.

- Как вы думаете, какой способ примирения выбрал медвежонок? (Дети отвечают.)

Рисование

На столах лежат краски, листы бумаги и салфетки. Воспитатель предлагает детям сесть за столы, затем показывает изображение Гриши на своей руке и произносит:

- Гриша шел, шел, шел,

Белый гриб нашел.

Замечательный грибок

Положил он в кузовок.

«Гриша» продолжает:

- Нам лето, нам осень

Чудеса всегда приносят,

Но грибы, что дарит лес, -

Это чудо из чудес. (З. Александрова)

Ребята, какие съедобные грибы вы знаете? (Дети отвечают.)

А вы знаете, какие грибы нельзя есть? (Дети отвечают.) Воспитатель прикрепляет к магнитной доске картину Грибы, просит детей рассмотреть и описать ее. Дети выполняют задание. Воспитатель показывает и поясняет: ножка — ладонь с соединенными пальцами (светло-коричневый цвет); шляпка — ладони внахлест друг на друга (темно-коричневый цвет); глазки — лальчик (черный цвет); брови — ребра ладоней (темно-коричневый цвет); нос — пальчик (темно-коричневый цвет); рот — пальчики (красный цвет); усы — ребро ладони (темно-коричневый цвет).

«Гриша» предлагает ребятам приступить к рисованию. Дети рисуют. Воспитатель наблюдает и помогает. По окончании работы все рассматривают рисунки. Воспитатель и Гриша хвалят детей.

Упражнение «Грибы»

Психолог просит детей выйти из-за столов и сесть на ковер. Дети закрывают глаза, психолог раскладывает муляжи больших и маленьких грибов на столах, на полках, на полу кабинета. Дети открывают глаза. Психолог делит их на две команды и предлагает одной команде собирать маленькие грибы, другой — большие. Команды выполняют задания.

Игра «Добрый медвежонок» (см. Занятие 15)

Прощание

Взрослые и дети, сидя на ковре или за столами, обмениваются впечатлениями от занятия, затем прощаются до следующей встречи.



Список литературы:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду. — М., 2003.
2. Безруких М.М. Сенсомоторное развитие дошкольников на занятиях по изобразительному искусству. — М., 2001.
3. Зинкевич-Евстигнеева ТД. Тренинг по сказкотерапии. — СПб., 2004.
4. Зинкевич-Евстигнеева ТД., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. — СПб., 2003.
5. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника. — СПб., 2001.
6. Кожохина С.К. Путешествие в мир искусства. — М., 2002. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. — СПб., 2002.
7. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, элюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. М., 2000.
8. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. — М., 2000.
9. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Лабиринт души: Терапевтические сказки. — М., 2003.
10. Шарохина В.Л. Коррекционно-развивающие занятия в старшей группе. — М., 2003.