

Игры для детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) в ДОУ

(методическое пособие для воспитателей, психологов, дефектологов)

Авторы:

воспитатели группы

«Эрэл» с детьми с ОВЗ

Андреева Рея Васильевна

Иванова Анна Евгеньевна

2022 год

Содержание

Введение	4 стр.
Теоретическая часть	5-9 стр.
Глава 1. Теоретические аспекты игровой деятельности у детей с расстройством аутистического спектра.....	5-8 стр.
1.1 Особенности развития игровой деятельности детей при расстройстве аутистического спектра.....	5-8 стр.
1.2. Рекомендации по организации игровой деятельности детей с расстройством аутистического спектра.....	8-9 стр.
Практическая часть: Разновидность игр для детей с РАС	
1.Игры на повышение эмоционального фона детей с РАС.....	9-25 стр.
2.Игры на уменьшение гиперактивности детей с РАС	25-31 стр.
3.Игры на подавление тревожности детей с РАС.....	32-38 стр.
4.Игры в адаптационный период.....	39-50 стр.
5.Арт-терапия для детей с аутизмом.....	50-66 стр.
6.Сенсорные игры с ребенком аутистом.....	66-79 стр..
Заключение.....	79-82 стр.
Список литературы.....	83-84 стр..

РЕЦЕНЗИЯ

Одну из основных проблем для родителей особых детей представляют трудности с освоением основных навыков, которые у обычных детей формируются естественным образом. Рея Андреева, опытный педагог по работе с детьми с аутизмом и трудностями обработки сенсорной информации, разработала сборник игр, который, опираясь на психофизиологические возможности ребенка, способствует поэтапному освоению ребенком навыков: от базовых до наиболее сложных.

Чтобы процесс занятий был психологически комфортным для каждого из участников, автор предлагает увлекательный игровой подход. Игры, сгруппированные по типам и уровням навыков, помогают развивать сенсорную систему, крупную и мелкую моторику, речевые и коммуникативные способности ребенка и тем самым создают условия для его адаптации в различных жизненных ситуациях, в том числе в общении с окружающими людьми и при обучении в школе.

Дети с РАС не интересуются ролевыми сюжетами – они не «примеряют» на себя социальные роли и не склонны копировать в играх реальные жизненные ситуации (семья, работа и т. д.). Поэтому в терапевтической практике широко используются специальные коррекционные (развивающие и обучающие) игры для детей с ранним детским аутизмом – именно они прокладывают для ребенка дорогу к внешнему миру с его сложными законами и разнообразием событий.

Пособие адресовано широкому кругу педагогов-дефектологов, психологов, а также родителям детей с аутизмом, воспитателям дошкольных образовательных учреждений.

Рецензент: А.А. Антонова, воспитатель высшей категории

МБДОУ ЦРР детский сад «Ромашка»

*Игра является важным средством формирования навыков,
необходимых для психофизического
и личностного развития (К.Грос).*

ВВЕДЕНИЕ

Последнее время стало все больше уделяться внимания проблеме изучения различных психических расстройств у детей. Остановимся на проблеме раннего детского аутизма (РДА), при которой нарушение общения преобладает во всем поведении ребенка и занимает доминирующее место в формировании его аномального развития в то время, как при других дефектах психического развития нарушения общения имеют вторичный характер и значительно уменьшаются или исчезают при коррекции основного расстройства.

На сегодняшний день учеными различных теоретических ориентаций признается тот факт, что расстройства аутистического спектра (РАС) характеризуются выраженным нарушением коммуникации и чрезвычайной сложностью формирования социальных навыков (Е.Р. Баенская, В.В. Лебединский, М.М. Либлинг, С.А. Морозов, О.С. Никольская, С. Baron-Cohen, G. Leisman, R. Melillo, L.Travis, M. Sigman и др.). Поэтому именно преодоление трудностей социально-коммуникативного взаимодействия детей с РАС, восполнение имеющегося у них дефицита вербальных и невербальных способов общения, который обусловлен нейробиологическими факторами, можно отнести к приоритетным целям социально-реабилитационной работы. Обзор психолого-педагогической литературы свидетельствует, что ученые рассматривали влияние игровой деятельности на развитие ребенка (Л. С. Выготский, С. П. Логачевська, А. С. Макаренко, В. С. Мухина, Н. Огаркова, С.Л. Рубинштейн, С. Русова, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский, Я.Ф. Чепига и др.), изучали мотивы игровой деятельности (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн), исследовали психологию игры детей разного возраста (Л. И. Божович, П.Я. Гальперин, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев, Ф. И. Фрадкина и др.), выделяли игру как средство познания действительности (П.И. Пидкасистый, Ж.С. Хайдаров и др.), как средство усвоения знаний, умений и навыков (П.Ф. Лесгафт, В. А. Сухомлинский и др.), как средство педагогического воздействия (А.С. Макаренко, К.Д. Ушинский и др.), выделяли игру как языковое упражнение (О.Е. Сергеева, М.Е. Сухолуцкая и др.), изучали значение игры для организации движений (Т.А. Гиневская, А.В. Запорожец), рассматривали игру как проявление воображения и фантазии (К. Бюлер, Дж. Стэнли, В. Штерн, К. Д. Ушинский), связывали игру с развитием мышления (А.И. Сикорский, Дж. Дьюи) изучали проявление творческих способностей в играх (А.П. Усова) проявляли взаимосвязь игры и общения (Н.П. Анিকেева, М.И. Лисина и др.).

Исследованию психологических основ игровой деятельности ребенка посвящены работы Л.И. Божовича, Л.С. Выготского, П.Я. Гальпериной, В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина, А. Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, С. Костюка, Ф.И. Фрадкина и их последователей.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ С РАС

1.1 Особенности развития игровой деятельности детей при расстройстве аутистического спектра

Общепризнано, что игра - ключевой фактор в развитии ребенка. Игровая деятельность имеет большое значение в формировании познавательных процессов. В ходе игры у ребенка активно развиваются основные формы мышления, речь и воображение; совершенствуются исследовательские навыки, формируется связь между образом, словом и его значением, расширяются творческие способности. В процессе игры в раннем и дошкольном возрасте происходит становление личностных качеств, формируются особенности характера, эмоционально-волевой сферы, эмпатия, волевая регуляция поведения. Огромное значение игры в становлении межличностных отношений, в общении, понимании аспектов социального взаимодействия, коммуникации и социальной перцепции. Во время игры происходит взаимодействие ребенка с окружающим миром, ребенок разыгрывает определенный сюжет и роли, в результате чего он начинает осознавать социальные нормы и правила. В ходе онтогенеза параллельно с развитием ребенка меняется и игра. Изменения игры, происходящие в ходе онтогенеза, с одной стороны, являются следствием уровня развития ребенка, а с другой - его индикатором. Нарушения развития, безусловно, сказываются на особенностях игры. Особенно грубо игра нарушается при аутизме. Первое систематическое описание аутистического синдрома было дано Л. Каннером в 1943 году, в котором он подчеркнул ограниченную способность аутичных детей к игре.

Современные литературные данные свидетельствуют о том, что аутичные дети, в большинстве случаев, используют предметы очень негибким и стереотипным способом. Игровая деятельность у этих детей в основном сводится к однообразным действиям: пересыпанию, кручению, верчению, переключиванию предметов, постукиванию предмета о предмет, обнюхиванию, облизыванию, обсасыванию предметов. Это однообразное повторение одних и тех же действий не несет в себе смысловой нагрузки. Игра детей с аутизмом часто описывается как механическая, с недостатком естественной тенденции исследовать, с отдельными действиями, которые кажутся изолированными от любого контекста. В игре отсутствует единство, внутренняя логика. Иногда игра сопровождается невнятной аутистической речью, не объединенной с игрой единым смысловым содержанием. Символическая игра встречается редко и когда появляется, в ней доминируют определенные темы, связанные с особыми интересами ребенка, например, с характерными телевизионными программами, которыми ребенок озабочен и которые он имитирует. Отмечается отсутствие сюжетности, усложнения игры. Навыки ролевой игры в дошкольном возрасте - слабые или отсутствуют совсем, проявляется неспособность к пантомиме.

По мнению ряда исследователей, игра аутичных детей обычно продиктована скорее привлекательностью объектов и их сенсорными свойствами или тем, как ими можно манипулировать, чем их культурным и символическим значением.

Многие авторы отмечают, что аутичные дети вовлекаются во множество повторяющихся стереотипных действий, комбинационные действия с объектами формируются позже положенного времени либо не формируются вовсе. Lewis V., Boucher J. считают, что даже аутичные дети с высоким уровнем интеллекта играют специфическими способами. Целенаправленная символическая игра у аутичных детей младшего дошкольного возраста находится на низком уровне или отсутствует. По мнению Hobson, те формы игры, которые

требуют участия воображения, оказываются нарушенными в связи с недостаточностью когнитивной сферы аутичного ребенка. Некоторые исследования указывают на отсутствие нарушений в «сенсомоторной» или «манипулятивной» игре детей с аутизмом. С другой стороны, авторы отмечают, что аутисты предпочитают повторяющиеся стереотипные действия, а не разнообразное исследовательское поведение с игрушками. Отечественные исследователи отмечают задержку и нарушения манипулятивной игры, которые проявляются в виде манипулирования лишь одной игрушкой, неигровыми предметами.

Исследование Tilton и Ottinger, в котором сравнивались аутичные, умственно отсталые и нормально развивающиеся дети, показало относительный недостаток комбинационного использования объектов у аутичных детей. Другие исследования не выявили специфических нарушений в «комбинационной» игре аутичных детей при сравнении с нормальными детьми приблизительно того же уровня когнитивного развития.

Таким образом, за последние десятилетия было проведено большое количество исследований, посвященных проблеме игры, которые показывают, что аутичных детей характеризуют специфические нарушения и низкий уровень развития игровых и символических навыков. В то же время, и для аутистов, так же как и для нормально развивающихся детей, игра имеет огромное значение. Она позволяет развить их исследовательские навыки, символические способности, гибкость мышления, воображения. Это оказывает существенное влияние на поведение ребенка, которое становится менее однообразным, стереотипным и более гибким. Недостаточная социальная направленность, порождаемая аутизмом, у этих детей проявляется в отсутствии интереса не только к ролевым играм, но и к просмотру кинофильмов и телепередач, отражающих межличностные отношения.

Развитие сюжетно-ролевой игры аутичного ребенка отличается рядом особенностей. Во-первых, обычно без специальной организации такая игра не возникает. Требуется обучение и создание особых условий для игр. Однако даже после специального обучения еще очень долго присутствуют лишь свернутые игровые действия - вот ребенок бежит по квартире с пузырьком; увидев мишку, быстро закапывает ему «капли» в нос, озвучив это действие: «Закапать нос», и бежит дальше; бросает в таз с водой кукол со словами «Бассейн - плавать», после чего принимается переливать воду в бутылку.

Во-вторых, развивается сюжетно-ролевая игра очень постепенно, и в своем развитии должна пройти несколько последовательных этапов. Игра с другими детьми, как обычно происходит в норме, сперва недоступна аутичному ребенку. На начальном этапе специального обучения с ребенком играет взрослый. И лишь после долгой и кропотливой работы можно подключать ребенка к играм других детей. При этом ситуация организованного взаимодействия должна быть максимально комфортна для ребенка: знакомая обстановка, знакомые дети.

Кроме сюжетно-ролевой игры в дошкольном возрасте для детей с аутистическими симптомами так же важны и другие виды игр.

Каждый вид игры имеет свою основную задачу:

- стереотипная игра ребенка - основа взаимодействия с ним; также она дает возможность переключения, если поведение ребенка выходит из-под контроля;
- сенсорные игры дают новую чувственную информацию, переживание приятных эмоций и создают возможность установления контакта с ребенком;

- терапевтические игры позволяют снять внутреннее напряжение, выплеснуть негативные эмоции, выявить скрытые страхи и в целом являются первым шагом ребенка к контролю над собственным поведением;

- психодрама - способ борьбы со страхами и избавления от них;

- совместное рисование дает замечательные возможности для проявления аутичным ребенком активности, для развития его представлений об окружающем.

Игры вводятся в занятия в определенной последовательности. Построение взаимодействия с аутичным ребенком основывается на его стереотипной игре. Далее вводятся сенсорные игры. В процессе сенсорных игр возникают терапевтические игры, которые могут вылиться в проигрывание психодрамы. На этапе, когда с ребенком уже налажен тесный эмоциональный контакт, можно использовать совместное рисование.

В дальнейшем на разных занятиях используются вы виды игр попеременно. При этом выбор игры часто зависит не только от целей, которые поставил педагог, но и от того, как протекает занятие, от реакций ребенка. Это требует гибкости в использовании различных игр.

Все игры взаимосвязаны между собой и свободно «перетекают» одна в другую. Игры развиваются в тесной взаимосвязи. Так, в ходе сенсорной игры может возникнуть игра терапевтическая. В этом случае спокойная игра перерастает в бурное выплескивание эмоций. Точно так же она может вернуться в прежнее спокойное русло. В терапевтической игре выявляются старые, скрытые страхи ребенка, что тут же может вылиться в разыгрывание психодрамы. С другой стороны, чтобы не допустить перевозбуждения ребенка во время терапевтической игры или психодрамы, в нужный момент у нас есть возможность переключить его на воспроизведение действий его стереотипной игры или предложить любимую сенсорную игру. Кроме этого, возможно развитие одного и того же игрового сюжета в разных видах игр.

Для всех видов игр характерны общие закономерности:

- повторяемость;

- путь «от ребенка»: недопустимо навязывать ребенку игру, это бесполезно и даже вредно;

- игра достигнет своей цели лишь в случае, если ребенок сам захотел в нее поиграть;

- каждая игра требует развития внутри себя - введения новых элементов сюжета и действующих лиц, использование различных приемов и методов.

Игра позволяет раскрыть коммуникативный потенциал аутичного ребенка, направить его развитие в русло социального взаимодействия. В процессе игрового взаимодействия ребенок испытывает эмоции, созвучные с эмоциями других людей. В результате у него формируется эмпатия, способность сопереживать. Это, в свою очередь, оказывает положительное влияние на развитие диалоговых навыков ребенка.

Кроме того, развитие игровой деятельности влечет за собой более глубокое понимание социального мира, формирует у аутичного ребенка способность к восприятию аспектов социального взаимодействия.

Таким образом, игра является источником развития когнитивной, эмоциональной и социально-коммуникативной сфер аутичного ребенка. В то же время стоит отметить, что на современном этапе развития отечественной специальной психологии и педагогики не существует общепринятых программ по формированию игровых навыков аутичных детей. В связи с этим, на наш взгляд, необходимо проводить дальнейшие исследования по данной проблеме.

1.2 Рекомендации по организации игровой деятельности детей с расстройством аутистического спектра

Игровая деятельность представляется дифференциально - диагностическим критерием отграничением расстройств аутистического спектра от других состояний. Интересы детей, игры, фантазии оторваны от реальности. Игровая деятельность носит стереотипный характер. Игра не выражена пантомимическими акцентами, лицо ребенка остается бесстрастным. Аутичный ребенок, находясь дома с родными или в детском коллективе, большей частью ведет себя так, как будто он один. Играет один или «около» детей, нередко разговаривает сам с собой, а чаще молчит.

Стереотипная игра аутичного ребенка станет основой построения взаимодействия с ним, другого пути просто нет. Надо принять это положение и на его основе выработать новое отношение к стереотипной игре.

У аутичного ребенка есть любимые игры, одна или может несколько. В этих играх ребенок может долгое время манипулировать предметами, совершая с ними странные действия.

Главные особенности стереотипных игр проявляются в следующем:

- логика и цель игры, сам смысл всех производимых действий является непонятным для окружающих;
- в игре иметься в виду один участник это ребенок;
- повторяемость действий - ребенок постоянно совершает одни и те же действия;
- неизменность - один раз установившись, постоянно, очень длительное время игра будет одинаковой;
- длительность игры - ребенок в такую игру может играть годами.

Обратите внимание на положительные стороны такой стереотипной игры:

- это является для ребёнка комфортной ситуацией, в которой он чувствует себя спокойно;
- если же поведение ребенка каким-то образом вышло из-под контроля, то есть произошла аффективная вспышка, именно с помощью включения стереотипа игры, ребенка, возможно, вернуть в прежнее уравновешенное состояние.

Для того, чтоб использовать все возможности стереотипной игры с ребёнком на занятиях, нужно понять ее истоки.

Почему же аутичный ребенок может долгое время повторять одно и то же действие? Проведя анализ наблюдений за детьми именно в такие моменты, возможно предположить, что для такого ребёнка сама ситуация бесконечного повторения знакомых ему действий достаточно комфортна, ведь ему все известно заранее. К тому же такой ребенок испытывает удовольствие.

Такие два тезиса, как: наличие комфорта и переживание удовольствия ложатся в основу использования стереотипной игры именно как основы взаимодействия с ребенком.

На начальном этапе игровой деятельности с аутичным ребенком каждый педагог должен наблюдать за игрой, а после, очень осторожно включается в игры детей. Педагог должен делать это ненавязчиво и тактично. Для начала необходимо просто присесть и провести наблюдение за его игрой. Если же ребёнок в этот момент не отвернется - уже очень хорошо. В данном случае не стоит торопиться взаимодействовать.

По истечению времени и когда привыкнет ребёнок к присутствию педагога, возможно, будет попробовать организовать взаимодействие с детьми внутри самой стереотипной игры. Зная весь порядок действий ребенка, в определённый момент, помочь и подать необходимую деталь, в результате чего обратить внимание ребёнка на присутствие взрослого. Необходимо тихо повторить за ребенком все его слова.

В следующий раз использовать его любимую игрушку, действовать постепенно.

Цель такого вида работы - дать ребенку возможность осознать, что взрослый не мешает ему играть, а помогает. Данный этап полностью направлен на завоевание доверия, потребует много времени, терпения и усилий.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

РАЗНОВИДНОСТЬ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАС

1. ИГРЫ НА ПОВЫШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФОНА ДЕТЕЙ С РАС

«ВЕТЕР ДУЕТ НА...»

(для детей 5—8 лет)

Со словами «Ветер дует на...» ведущий начинает игру. Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» — все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т. д. Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

«НАЙДИ ДРУГА»

(для детей с 5 лет)

Упражнение выполняется среди детей или же между родителями и детьми. Одной половине завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга (или своего родителя). Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.



«КЛУБОЧЕК»

(для детей с 4 лет)

Игра полезна в компании малознакомых детей. Дети садятся в круг, ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой, интересующий его вопрос участнику игры (Например: «Как тебя зовут, хочешь ли ты со мной дружить, что ты любишь, чего ты боишься» и т. д.), тот ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, сплачиваются.

замечание: Если ведущий вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубочек себе назад, подсказывает и опять кидает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, — у ведущего с ними будут двойные, тройные связи.

«СЕКРЕТ»

(для детей с 6 лет)

Всем участникам ведущий раздает по «секрету» из красивого сундучка (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т. д.), кладет в ладонку и зажимает кулачок. Участники ходят по помещению и, разъедаемые любопытством, находят способы уговорить каждого показать ему свой секрет.

замечание: Ведущий следит за процессом обмена секретами, помогает наиболее робким найти общий язык с каждым участником.

«РУКАВИЧКИ»

(для детей с 5 лет)

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, 'как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички.

замечание: Ведущий наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Победителей поздравляют.

«ДРАКОН»

(для детей с 5 лет)

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый участник — «голова», последний — «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до хвоста и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«УТКА, УТКА, ГУСЬ»

(для детей с 4 х лет)

Участники игры встают в круг. Ведущий — внутри круга. Он ходит по кругу, указывает рукой и приговаривает: «Утка, утка, утка... гусь». Гусь срывается с места, убегая в противоположную от ведущего сторону. Их обоим задача — быстрее занять освободившееся место. Вся сложность игры в том, что в месте встречи соревнующиеся должны взять друг друга за руки, сделать реверанс, улыбнуться и поприветствовать: «Доброе утро, добрый день, добрый вечер!», а затем снова броситься к свободному месту.

замечание: Взрослый следит за тем, чтобы каждый участник побывал в роли «гуся». Приветствия и реверансы должны выполняться четко и громко. «Сочиним историю» (для детей с 5 лет)

Ведущий начинает историю: «Жили-были...», следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.



«СОЧИНИМ ИСТОРИЮ»

(для детей с 5ти лет)

ведущий начинает историю: «Жили-были...», следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным и игра продолжается.

«ЛЕВ, РЫЧИ; ПОЕЗД, СТУЧИ»

Ведущий говорит: «Все мы — львы, большая львиная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «Рычи, лев, рычи!», пусть раздастся самое громкое рычание.»

«А кто может рычать еще громче? Хорошо рычите, львы». Нужно попросить детей рычать, как можно громче, изображая при этом львиную стойку.

Затем все встают друг за другом, положив руки на плечи впереди стоящего. Это — паровоз. Он пытит, свистит, колеса работают четко, в такт, каждый слушает и подстраивается под соседей. Паровоз едет по помещению в разных направлениях, то быстро, то медленно, то поворачивая, то изгибаясь, издавая громкие звуки и свист. Машинист на станциях меняется. В конце игры может произойти «крушение», и все валятся на пол.

«ДРУЖБА НАЧИНАЕТСЯ С УЛЫБКИ...»

(для детей с 4 лет)

Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую, какая есть, улыбку по очереди.

«ДОТРОНЬСЯ ДО...»

(для детей с 5 лет)

Все играющие одеты по-разному. Ведущий выкрикивает: «Дотронься до... синего!» Все должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета. Цвета периодически меняются, кто не успел — ведущий.

замечание: Взрослый следит, чтобы дотрагивались до каждого участника.

«ДОБРОЕ ЖИВОТНОЕ»

(для детей с 4 лет)

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь подышим вместе!» Вдох — все делают шаг вперед. Выдох — все делают шаг назад. Вдох — все делают 2 шага вперед, выдох — все делают 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед, выдох — 2 шага назад. «Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

«КОМПЛИМЕНТЫ»

(для детей с 4 лет)

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

1. Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово.

2. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрузит его сосед, скажите комплимент сами

«СТРОИМ ЦИФРЫ»

(для детей с 6 лет)

Играющие свободно двигаются по помещению. По команде ведущего: «Я буду считать до 10, а вы за это время должны выстроить все вместе из себя цифру 1 (2, 3, 5 и т. д.)», — дети выполняют задание.

«СТРОИМ ОТВЕТ»

(для детей с 7 лет)

Вариант предыдущей игры. Ведущий усложняет задание: «Пока я буду считать до 10, вы сделаете в уме сложение или вычитание и построите из себя все вместе цифру-ответ. Например: $5+2$, вы построите 7; $8-3$, вы построите цифру 5».

«НА ЧТО ПОХОЖЕ НАСТРОЕНИЕ?»

(для детей с 5 лет)

Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать сравнения лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» Упражнение проводится по кругу. Взрослый обобщает — какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т. д. Интерпретируя ответы детей, учтите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

«ВОРОНА»

(для детей с 4 лет)

Ведущий стоит в центре круга, приговаривает и имитирует полет вороны и ошипывание крыльев:

«Ворона сидит на крыше, Ошипывает она свои крылышки. Сирлалала, сирлалала!»

Затем очень быстро и неожиданно:

«А кто раньше сядет?» Затем:

«А кто раньше встанет?»

Кто опоздал выполнить команду — выбывает из игры.

«ЕСТЬ ИЛИ НЕТ?»

(для детей с 5 лет)

Играющие встают в круг и берутся за руки, ведущий — в центре. Он объясняет задание: если

они согласны с утверждением, то поднимают руки вверх и кричат «Да», если не согласны, опускают руки и кричат «Нет!»

Есть ли в поле светлячки? Есть ли в море рыбки? Есть ли крылья у теленка? Есть ли клюв у поросенка? Есть ли гребень у горы? Есть ли двери у норы? Есть ли хвост у петуха? Есть ли ключ у скрипки? Есть ли рифма у стиха? Есть ли в нем ошибки?.

«ЖИВАЯ СКУЛЬПТУРА»

(для детей с 6 лет)

Участники свободно стоят вместе. Ведущий предлагает одному ребенку выйти и принять какую-нибудь позу, в которой ему удобно стоять. Следующего участника просят присоединиться к нему какой-нибудь позой в том месте, где много свободного пространства, затем к ним в своей позе присоединяется третий, затем выходит осторожно из скульптуры первый и смотрит на общую композицию, а четвертый занимает любое пустое место в общей скульптуре и так далее. Тот, кто давно стоит, отходит, его место занимает следующий.

ЗАМЕЧАНИЕ:

1. Взрослый выполняет роль скульптора в течение всего упражнения
2. Следит, чтобы участники не застаивались в общей скульптуре и, выходя, обязательно смотрели на общую композицию, отслеживая, на что она похожа.

«ТЕНЬ»

(для детей с 5 лет)

Один играющий ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается в стороны, кивает головой, машет руками и т. д. Все остальные встают в линию за ним на небольшом расстоянии. Они — его тень и должны быстро и четко повторять его движения. Затем ведущий меняется.

«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЛЕПКА»

(для детей 5 лет)

В этом деле многое зависит от фантазии взрослого. Он просит детей слепить из своих тел одну общую фигуру: «морскую звезду» (можно лежа на ковре) — и показать, как она движется. Ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т. д. Дети не только «лепят» фигуру, но и «оживляют» ее, двигаясь плавно и синхронно, не нарушая ее целостности.

«ГУЛЯЕМ ПО ПАРКУ»

(для детей с 6 лет)

Участники упражнения делятся на «скульпторов» и «глину». Глина мягкая, податливая, послушная. Скульптор делает из глины свою статую: зверушку, цветок, рыбку, птичку, игрушку и т. д. Скульптура замирает, и все скульпторы дают ей название. Затем скульпторы гуляют по парку, рассматривая творения рук своих друзей, хвалят скульптуры, отгадывают их названия. Участники меняются ролями.

ЗАМЕЧАНИЕ:

1. Скульптуры не меняют свои позы и не умеют разговаривать.
2. Взрослый — главный эксперт, ему нравятся все скульптуры, и он их сильно нахваливает.

«ПЕРЕДАЙ МЯЧИК»

(для детей с 4 лет)

Сидя или стоя, играющие стараются, как можно быстрее, передать мячик, не уронив. Можно в максимально быстром темпе бросать мячик соседям. Можно, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину, передавать мяч. Кто уронил — выбывает.

замечание: Усложнить упражнение можно, попросив детей закрыть глаза.

«ПРОГУЛКА ПО РУЧЬЮ»

(для детей с 5 лет)

На полу мелом рисуется ручеек, извилистый, то широкий, то узкий, то мелкий, то глубокий. Туристы выстраиваются друг за другом в одну «цепь», кладут руки на плечи впереди стоящему, расставляют ноги на ширину ручья в том месте, где их путь начинается, и

медленно передвигаются все вместе, меняя ширину расставленных ног, ступая по берегам ручья. Оступившийся попадает ногой в ручей и встает в конец цепи. «Гнездышко» (для детей с 4 лет)

Дети присели в кругу, взявшись за руки — это гнездышко. Внутри сидит птичка. Снаружи летает еще одна птичка и дает команду: «Птичка вылетает!» Гнездо рассыпается и все летают, как птицы. Ведущий командует: «В гнездо!» Опять приседают. Кто не успел — ведущий.

«ЗАПРЕЩЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Ведущий показывает, какое движение делать нельзя. Затем выполняет разные движения руками, ногами, телом, головой, лицом, неожиданно показывая запрещенное. Кто повторил, становится ведущим, прибавляя еще одно, свое запрещенное движение. Игра продолжается дальше. замечание: Запрещенных движений может быть около 7.

«СИАМСКИЕ БЛИЗНЕЦЫ»

(для детей с 6 лет)

Дети разбиваются на пары, встают плечом к плечу, обнимают друг друга одной рукой за пояс, одну ногу ставят рядом. Теперь они сросшиеся близнецы: 2 головы, 3 ноги, одно туловище и 2 руки. Предложите им походить по помещению, присесть, что-то сделать, повернуться, лечь, встать, порисовать и т. д.

совет: Чтобы третья нога была «дружной», ее можно скрепить веревочкой.

«ЗЕРКАЛО»

(для детей с 5 лет)

Детям предлагается представить, что они вошли в магазин зеркал. Одна половина группы — зеркала, другая — разные зверушки.

Зверушки ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы — зеркала должны точно отражать движения и выражение лиц зверушек.

«ПОВОДЫРИ»

(для детей с 6 лет)

Играющие разбиваются на пары. Один с закрытыми глазами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. Поводырь сначала медленно начинает передвигаться по помещению, «слепой» следует за ним, стараясь не потеряться, затем траектория и скорость движения увеличиваются. Упражнение выполняется 5 минут, затем пары меняются ролями.

«КЛУБОЧЕК»

(для детей с 4 лет)

Игра полезна в компании малознакомых детей. Дети садятся в круг, ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой, интересующий его вопрос

участнику игры (Например: «Как тебя зовут, хочешь ли ты со мной дружить, что ты любишь, чего ты боишься» и т. д.), тот ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, сплачиваются.

замечание: Если ведущий вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубочек себе назад, подсказывает и опять кидает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, — у ведущего с ними будут двойные, тройные связи.

«ВОЗЬМИТЕ СЕБЯ В РУКИ»

(для детей с 5 лет)

Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди — это поза выдержанного человека».

«ТЫ — ЛЕВ!»

(для детей с 5 лет)

«Закрой глаза, представь льва — царя зверей сильного, могучего, уверенного в себе, спокойного и мудрого. Он красив и выдержан, горд и свободен. Этому льва зовут, как тебя, у него твое имя, твои глаза, твои руки, ноги, тело. Лев — это ты».

«ВРАСТИ В ЗЕМЛЮ»

(для детей с 5 лет)

«Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулачки, крепко сцени зубы. Ты — могучее, крепкое дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны. Это поза уверенного человека».

«ПРОСЫПАЙСЯ, ТРЕТИЙ ГЛАЗ!»

(для детей с 5 лет)

«Человек видит не только глазами. Мудрость и ум, выдержка и спокойствие могут проснуться в твоём третьем глазе. Вытяни указательный палец, напряги его и положи на лоб между бровей над носом. Здесь твой третий глаз, глаз мудрости. Помассируй эту точку, приговаривая: «Просыпайся, третий глаз, просыпайся, третий глаз...» 6—10 раз.

«СБРОСЬ УСТАЛОСТЬ»

(для детей с 5 лет, авторское)

«Встань, расставь широко ноги, согни их немного в коленях, согни тело и свободно опусти руки, расправь пальцы, склони голову к груди, приоткрой рот. Слегка покачайся в стороны, вперед, назад. А сейчас резко тряхни головой, руками, ногами, телом. Ты стряхнул всю усталость, чуть-чуть осталось, повтори еще».

«ДЫШИ И ДУМАЙ КРАСИВО»

(для детей с 5 лет)

«Когда ты волнуешься, попробуй красиво и спокойно дышать. Закрой глаза, глубоко вдохни:

- мысленно скажи: "Я - лев" выдохни, вдохни;
- скажи: «Я — птица», выдохни, вдохни
- скажи: «Я — камень» выдохни, вдохни
- скажи: «Я — цветок» выдохни, вдохни
- скажи: «Я спокоен» — выдохни "Ты обязательно успокоишься".

«ЗАРЯД БОДРОСТИ»

(для детей с 4 лет)

«Сядь свободно. Вытяни вперед руки и приготовь два пальчика: большой и указательный. Возьмись ими за самые кончики ушей — один сверху, другой снизу ушка. Помассируй ушки, приговаривая: «Ушки, ушки слышат все!» 10 раз в одну сторону и 10 — в другую. А теперь опусти руки, стряхни ладошки. Приготовь указательный палец, вытяни руку и поставь его между бровей над носом. Помассируй эту точку столько же раз со словами: «Просыпайся, третий глаз!» Стряхни ладошки. Собери пальцы руки в горстку, найди внизу шеи ямку, положи туда руку и со словами: «Я дышу, дышу, дышу!» — помассируй ямку 10 раз в одну сторону и 10 раз в другую. Молодец! Ты видишь, слышишь, чувствуешь!».

«СТОЙКИЙ СОЛДАТИК»

(для детей с 5 лет)

«Когда ты сильно возбужден и не можешь остановиться, взять себя в руки, встань на одну ногу, а другую подогни в колене, руки опусти по швам. Ты — стойкий солдатик на посту, ты честно несешь свою службу, оглянись по сторонам, заметь, что вокруг тебя делается, кто чем занят, кому надо помочь. А теперь поменяй ногу и посмотри еще пристальней. Молодец! Ты настоящий защитник!».

«ЗАМРИ»

(для детей с 5 лет)

«Если ты расшалился и тобой недоволены, скажи себе мысленно: «Замри!» Посмотри вокруг, что делают другие, найди себе интересное занятие, подойди к кому-нибудь и попроси поиграть с тобой. Кто-то обязательно согласится, и тебе будет интересно».

«СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК»

(для детей с 4 лет)

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай

аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот — погладь его и там. Он не озорник — он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

«СПАСИ ПТЕНЦА»

(для детей, с 4 лет)

«Представь, что у тебя в руках маленький беспомощный птенец. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей его, медленно, по одному пальчику сложи ладони, спрячь в них птенца, подыши на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложи ладони к своей груди, отдай птенцу доброту своего сердца и дыхания. А теперь раскрой ладони и ты увидишь, что птенец радостно взлетел, улыбнись ему и не грусти, он еще прилетит к тебе!».

«СЛОМАННАЯ КУКЛА»

(для детей с 5 лет)

«Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Изобрази куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, тело, ноги. Она вся «разболталась», с ней не хотят играть, потряси всеми разломанными частями одновременно. А сейчас собирай, укрепляй веревочки — медленно, осторожно соедини голову и шею, выпрями их, теперь расправь плечи и закрепи руки, подыши ровно и глубоко и на месте будет туловище, ну и выпрями ноги. Все — куклу починил ты сам, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть!».

«ГОРА С ПЛЕЧ»

(для детей с 5 лет, авторское)

Когда ты очень устал, тебе тяжело, хочется лечь, а надо еще что-то сделать, сбрось «гору с плеч». Встань, широко расставь ноги, подними плечи, отведи их назад и опусти плечи. Сделай это упражнение 5—6 раз, и тебе сразу станет легче.

«ПОРТРЕТ»

(для детей с 5 лет)

Ребенок садится напротив взрослого. Взрослый — художник. Все остальные — краски: синий, белый, красный, желтый, зеленый и другие цвета. «Сейчас я буду рисовать портрет». Художник прикасается рукой к овалу лица и говорит: «Сейчас я нарисую лицо». «Какую форму рисовать?» — спрашивает он у ребенка, — такую же, больше, меньше?» Ребенок отвечает. «Какие будут глазки — большие, маленькие или оставим, какие есть?» При этом он обводит контур глаз. «Какого они будут цвета?» Ребенок называет. Если есть такая краска, художник прикасается к ней своей кистью (к участнику, выбравшему этот цвет) и переносит цвет на лицо ребенка. Затем в таком же порядке рисуются брови, нос, щеки, губы, уши, волосы. Постарайтесь «смешать» краски и перенести на ребенка частичку каждого участника упражнения. В конце все любят портретом, говорят, как он хорош. замечание Упорное нежелание ребенком «сохранить» свое собственное лицо и стремление многое в нем изменить говорит о том, что ребенок недоволен собой, хочет измениться.

«ТОРТ»

(для детей с 4 лет)

Положите ребенка на коврик. «Сейчас мы из тебя будем делать торт». Один участник — мука, другой — сахар, третий — молоко, четвертый — масло и т. д. Взрослый — повар, сейчас он приготовит великолепное блюдо. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука — «мука» руками «посыпает» тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко — «молоко» «разливается» руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар — он «посыпает» тело, и немного соли — чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. Повар «замешивает» тесто, хорошенько разминая его. А теперь тесто кладется в печь и там поднимается — ровно и спокойно лежит и дышит, все составляющие его: и мука, и соль и др. — тоже дышат, как тесто. Наконец тесто испеклось. Чтобы торт был красивый, надо его украсить кремовыми цветами. Все участники, прикасаясь к «торту», дарят ему свой цветок, описывая его. Торт необыкновенно хорош!

ЗАМЕЧАНИЕ:

1. Следите за выражением лица «торта», оно должно быть довольным, смех только поможет упражнению.
2. Вместо «торта» можно готовить все, что угодно ребенку, — курицу, блины, компот и т. д.

«ТЕАТР ПРИКОСНОВЕНИЙ»

(для детей с 6 лет)

Ребенка просят свободно лечь в позу «звезды» на коврик и закрыть глаза. Включается спокойная музыка. Все участники склоняются, и взрослый объясняет, что они должны нежно и осторожно, необычным образом коснуться тела лежащего ребенка, показывая, как это делается. Можно одновременно прикоснуться одним пальцем ко лбу, а ладонью к ноге, ребром ладони к животу, кулачком — к груди, локтем — к животу и т. д. Все одновременно начинают и заканчивают прикосновение. Затем лежащего оставляют на некоторое время в расслабленном состоянии.

ЗАМЕЧАНИЕ:

1. Взрослый следит за силой прикосновений.
2. Наблюдает за лицом лежащего, оно должно быть спокойным и расслабленным.
3. Поглаживаний должно быть мало.

«ФОТОГРАФИЯ»

(для детей с 4 лет)

Рассмотрите с ребенком свой семейный альбом. Показывая фотографии его самого и близких, расспрашивайте, какое настроение было у них при этом, что они чувствовали: удивление, испуг, радость, грусть и т. д.

Там, где ребенок затрудняется, помогите ему, расскажите о ситуации, когда была сделана фотография. Упражнение позволяет ребенку развивать понимание чувств и эмоций, укрепляет семейные связи и привязанности.

«КОЛЕЧКО»

(для детей с 4 лет)

Дети садятся в круг. Ведущий прячет в ладонях колечко. Ребенку предлагается смотреть внимательно на лица соседей и постараться угадать, кто из них получил в свои ладошки колечко от ведущего. Угадавший становится ведущим.

«ТРЕНИРУЕМ ЭМОЦИИ»

(для детей с 4 лет)

Попросите ребенка: нахмуриться, как:

- осенняя туча;
- рассерженный человек;
- злая волшебница.

Улыбнуться, как:

- кот на солнце;
- само солнце;
- как Буратино;
- как хитрая лиса;
- как радостный ребенок;
- как будто ты увидел чудо.

Позлись, как:

- ребенок, у которого отняли мороженое;
- два барана на мосту;
- как человек, которого ударили.

Испугайся, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу;
- заяц, увидевший волка;
- котенок, на которого лает собака;
- Устань, как:
 - папа после работы;
 - человек, поднявший тяжелый груз;
 - муравей, притащивший большую муху.
- Отдохни, как:
 - турист, снявший тяжелый рюкзак;
 - ребенок, который много потрудился, но помог маме;
 - как уставший воин после победы.

«ГЛАЗА В ГЛАЗА»

(для детей с 5 лет)

Дети разбиваются на пары, берутся за руки. Ведущий предлагает: «Глядя только в глаза и чувствуя руки, попробуй молча передать разные эмоции:

«Я грустный, помоги мне!» «Мне весело, давай поиграем!» «Я не хочу с тобой дружить!»

Потом дети обсуждают, в какой раз какая эмоция передавалась и воспринималась.

«КАК ТЫ СЕБЯ СЕГОДНЯ ЧУВСТВУЕШЬ?!»

(для детей с 5 лет)

Ребенку предлагаются карточки с изображением различных оттенков настроений. Он должен выбрать ту, которая в наибольшей степени похожа на его настроение, на настроение мамы, папы, друга, кошки и т. д.

«ВСТРЕЧА ЭМОЦИЙ»

(для детей с 7 лет)

Использовать разложенные на 2 группы карточки и попросить ребенка представить, как встречаются разные эмоции: та, которая нравится, и та, которая неприятна. Ведущий (родитель) изображает «хорошую», ребенок «плохую». Затем они берут карточку из противоположной кучки и так меняются. Интересно пронаблюдать изменение выражений лица при «встрече эмоций» — это может быть удивление, смех, отвращение и т. д. — и обсудить, как можно «помирить» эмоции.

«КЛАССИФИКАЦИЯ ЧУВСТВ»

(для детей с 5 лет)

Ребенок рассматривает те же карточки и раскладывает их по следующим признакам:

— какие нравятся;

— какие не нравятся.

Затем необходимо назвать эмоции, изображенные на карточках, поговорить, почему он так их разложил.

«РАДУГА»

Продемонстрировать волшебную игру красок, обучая ребенка смешивать цвета, полезно, попросив его нарисовать радугу. Чтобы хорошо запомнить, как расположены в радуге цвета, расскажите ему считалку: «Каждый (красный) охотник (оранжевый) желает (желтый) знать (зеленой), где (голубой) сидит (синий) филин (фиолетовый)» — и вместе с ним прорисовывайте и радугу, смешивая краски.

«САМОЦВЕТЫ»

Упражнение дает возможность свободно экспериментировать с цветом. Мокрый лист бумаги — это сундук с драгоценными камнями. Все они имеют свой неповторимый цвет. Ребенку предлагается попробовать все возможные сочетания трех красок, разную яркость и насыщенность красочных смесей, наполнить сундук разными самоцветами, просто ставя разноцветные точки.

«РИСУЕМ НАСТРОЕНИЕ»

(для детей с 5 лет)

Приготовьте мокрый лист и краски. Попросите ребенка нарисовать свое настроение. Рядом пусть он изобразит настроение мамы, папы, сестры, кошки и т. д.

Взрослый наблюдает, но не вмешивается в процесс рисования. Интерпретация будет зависеть от яркости, густоты и цвета рисунка. Темные тона — это тревожные тона.

«ПОВАРЯТА»

(для детей с 4 лет)

Все встают в круг — это кастрюля. Сейчас будем готовить суп (компот, винегрет, салат). Каждый придумывает, чем он будет (мясо, картошка, морковка, лук, капуста, петрушка, соль и т. д.).

Ведущий выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя впрыгивает в круг, следующий, прыгнув, берет за руки предыдущего. Пока все «компоненты» не окажутся в круге, игра продолжается. В результате получается вкусное, красивое блюдо — просто объединение.

«РИСУЕМ СКАЗКУ»

Приготовьте все для рисования по мокрому листу. Предложите ребенку внимательно послушать сказку (любую) и, когда ему захочется, изобразить что-то или кого-то цветом. Пока ребенок смешивает краски и рисует, взрослый спокойно ждет, затем продолжает сказку. Рисунок покажет, насколько эмоционально воздействует сказка на ребенка. Темная гамма будет свидетельствовать о негативном переживании. Светлая — о радостном и легком.

«ВРЕМЕНА ГОДА»

Предложить ребенку на одном листе нарисовать весну, лето, осень и зиму, рассказав, что «у природы нет плохой погоды», что любое состояние души полезно человеку. Интерпретируя, обратите внимание, грустно или радостно малышу рисовать осень.

«РИСОВАНИЕ ПО ТОЧКАМ»

Взрослый заранее готовит схему рисунка, расставляя контурные точки. Ребенку говорят: «Хочешь удивиться? Тогда соедини точки друг с другом по порядку!» Получившийся контур предложите дорисовать, раскрасить, придумать сюжет и дать название.

«РИСУЕМ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ»

Выбрав тему рисунка (сказку, случай из жизни семьи и т. д.), подготовьте большой мокрый лист, сядьте вокруг него, разрешая подползать к любому месту и рисовать, что кому хочется.

А теперь несколько необычных способов рисования, развивающих умение удивляться, интересоваться и фантазировать.

«ЧУДО-РИСУНОК»

Предложите ребенку нарисовать что-то (портрет мамы, город, животное, человечков) из ... разных цветов (ромашки, колокольчики, розы и т. д.), из ... овощей (огурцы, морковки, арбузы и т. д.), из... зайчиков, белочек, птичек. Вот это будут чудо-картины! «Рисуем на асфальте»

Дайте ребенку мелки и расширьте зону рисования как можно больше. Предложите рисовать все, что ему хочется.

«СМЕШНОЙ РИСУНОК»

Прикрепите лист бумаги на дверь, стену. Играющие выстраиваются в одну линию. Ведущий завязывает первому глаза, подводит его к «мольберту», дает в руки фломастер и говорит, что сейчас все будут рисовать одну корову, слона, зайца, принцессу и т. д. Все по очереди подходят с завязанными глазами и дорисовывают недостающие детали. Ну и смешная же картина получается!

«РИСУЕМ ОТКРЫТКУ»

Чтобы сделать приятное человеку, ему можно подарить открытку и с чем-то поздравить, что-то доброе пожелать. Возьмите небольшие, но плотные (лучше картонные) листки. Предложите ребенку нарисовать что-то очень красивое, нежное, доброе, при этом постараться, ведь это подарок. Затем переверните открытку и со слов ребенка напишите пожелания тому, кому он хочет сделать приятное. Если он уже умеет писать, то помогите в орфографии.

Очень светлое появляется в душе чувство, когда даришь или получаешь такой подарок.

«КОЛЛЕКТИВНЫЙ РИСУНОК»

На одном листе каждый участник рисует деталь заранее выбранного сюжета (чей-то портрет, морское дно, утро в лесу, незнакомую планету и т. д.). Затем все называют картину и придумывают общую историю или сказку.

«РИСУЕМ ПОРТРЕТЫ»

Участники разбиваются на пары. Один — натурщик, он должен сосредоточиться и постараться не менять позу и выражение лица, пока «художник» работает над его портретом. Рисовать можно цветочками, звездочками, снежинками, шарами, морковками и т. д., лишь бы получился портрет именно того, кого рисуешь. «Художник» не показывает свое произведение «натурщику», пока тот не побывает в роли «художника». Затем пары обмениваются «шедеврами», обсуждают, что не так, как было бы лучше. Возможно повторное рисование, исправление недочетов.

Из полученных портретов собирается целая галерея.

«РИСУНОК НА СТЕКЛЕ»

Для этого способа рисования необходимо попросить папу сделать особый «мольберт». Кусок стекла или прозрачного пластика размером с альбомный лист аккуратно оклеить липкой лентой, а еще лучше вставить в деревянную рамочку, чтобы не пораниться. Рисовать можно красками, фломастерами, мелками. Все, что захочется. Всегда нужно время, чтобы рисунок высох. С обратной стороны стекла можно подложить белую или цветную бумагу, рисунок будет необычно изменяться в зависимости от тона. Когда хочется нарисовать что-то другое, стекло начисто протирается тряпочкой, и «мольберт» опять чист и ждет своего талантливого художника!

совет: Если нет мольберта, можно рисовать на оконном стекле.

«КЛЯКСЫ»

Взять альбомный лист, сложить пополам. На одной половине листа ребенок делает кляксу, потом лист перегибается, и на другой стороне получается отпечаток. Посмотрите на рисунок, назовите изображение и сочините историю.

«ВОСКОВОЙ РИСУНОК»

Лист бумаги натирается свечой или парафином. Затем разукрашивается красками или мелками. Рисунок получается необычно красивым!.

«ВОЛШЕБНЫЙ САЛЮТ»

На полу расстилают газету, кладут большой лист бумаги. Нужны жидкие краски, тазик с водой, тряпочки, кисти, либо старая зубная щетка. Манипулируя любым способом кистью или зубной щеткой, стараться брызгать на лист бумаги, устраивая «волшебный салют». Великолепное зрелище!

совет: Не пугаться, если частички «салюта» попадут на лицо и руки участников, одежду можно постирать.

2. ИГРЫ НА УМЕНЬШЕНИЕ ГИПЕРАКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ С РАС

ГИПЕРАКТИВНОСТЬ, встречающаяся в детском возрасте совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Трудно провести четкие границы этого синдрома (т.е. совокупности симптомов), но обычно он диагностируется у детей, отличающихся повышенной импульсивностью и невнимательностью; такие дети быстро отвлекаются, их равно легко и обрадовать, и расстроить. Часто для них характерны агрессивное поведение и негативизм. В силу подобных личностных особенностей гиперактивным детям трудно концентрироваться на выполнении каких-либо задач, например в учебной деятельности.

ГИПЕРАКТИВНОСТЬ характеризуется невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью в социальном поведении и интеллектуальной деятельности и

повышенной активностью при нормальном уровне интеллектуального развития. Причинами возникновения гиперактивности могут быть органические поражения центральной нервной системы (нейроинфекции, интоксикации, черепно–мозговые травмы), генетические факторы, приводящие к дисфункции нейромедиаторных систем мозга и нарушениям регуляции активного внимания и тормозящего контроля. Хотя порой бывает трудно отличить нормального подвижного ребенка от гиперактивного, существует ряд характерных критериев. Гиперактивный ребенок наверняка проявлял себя подобным образом и в младенческом возрасте: он много плакал, мало спал, имел сбитый режим сна, его трудно было успокоить, он страдал от коликов, плохо ел, был раздражителен, не любил, когда его жалели, вздрагивал от каждого звука, все время хотел пить, колотился головой в кровати...

КРИТЕРИИ ГИПЕРАКТИВНОСТИ (СХЕМА НАБЛЮДЕНИЙ ЗА РЕБЕНКОМ)

Дефицит активного внимания:

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
4. Испытывает трудности в организации.
5. Часто теряет вещи.
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
7. Часто бывает забывчив.

Двигательная расторможенность

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве.
4. Очень говорлив.

Импульсивность:

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
3. Плохо сосредоточивает внимание.
4. Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.
6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен, на других нет).



«ДАВАЙТЕ ПОЗДОРОВАЕМСЯ»

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

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

Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок - здороваемся за руку;
- 2 хлопка - здороваемся плечиками;
- 3 хлопка - здороваемся спинками.

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

«КОЛОКОЛЬЧИК»

Цель: развитие слухового восприятия, слухового внимания, снятие ситуативных страхов, застенчивости.

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

«НАЙДИ ОТЛИЧИЕ»

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

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

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

«ЗАПРЕЩЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое

нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять».

Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

«ПЕРЕДАЙ МЯЧ»

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину.

Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

ГВАЛТ»

Цель: развитие концентрации внимания.

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

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

«БРОУНОВСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Цель: развитие умения распределять внимание.

Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей.

Смысл игры - установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

СЛУШАЙ КОМАНДУ»

Цель: развитие внимания, произвольности поведения, контроль двигательной активности.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений.

Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание.

Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям - успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

«СЛУШАЙ ХЛОПКИ»

Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности.

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



«РАЗГОВОР С РУКАМИ»

Цель: контроль двигательной активности

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

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

«МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ...»

Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности, развитие воображения.

Дети становятся в произвольном порядке.

В: Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три; любая морская фигура замри!

Дети замирают, а воспитатель выбирает любую фигуру и просит показать её. Тот, кто правильно угадал, становится ведущим. Игра продолжается.

«МЕНЯЛКИ»

Цель: развитие коммуникативных навыков, активизация детей, контроль двигательной активности.

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

Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

«ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС «МОЖНО»

Цель: контроль двигательной активности, дать возможность ребенку сбросить накопившуюся энергию, а взрослому - научиться управлять его поведением.

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

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

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

«КРИЧАЛКИ-ШЕПТАЛКИ-МОЛЧАЛКИ»

Цель: Контроль импульсивности, развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, волевой регуляции.

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

По тому же принципу можно загадать невизуальные сигналы (хлопок, звонок колокольчика и т.д.).

«СИГНАЛ!»

Цель: развитие внимания, умения контролировать импульсивные действия.

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

Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

«СИАМСКИЕ БЛИЗНЕЦЫ»

Цель: научить детей гибкости в общении друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.

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

«ЗАМРИ»

Цель: развитие внимания и памяти.

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны - вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлось остановка музыки. Если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. Снова звучит музыка - оставшиеся продолжают выполнять движения.

Играют до тех пор, пока в круге ни останется лишь один играющий.

того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинками, головами и др.

3. ИРЫ НА ПОДАВЛЕНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ С РАС

Что такое тревожность?- “индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают”

Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности. Когда же человек боится чего-то конкретного, мы говорим о проявлении страха.

Тревожность развивается вследствие наличия у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван:

- 1. Противоречивыми требованиями, предъявляемыми родителями, либо родителями и детским садом:** родители не пускают ребенка в школу из-за плохого самочувствия, а учитель ставит “двойку” в журнал и отчитывает его за пропуск урока в присутствии других детей.
- 2. Неадекватными требованиями (чаще всего, завышенными):** родители неоднократно повторяют ребенку, что он должен быть отличником, не могут и не хотят смириться с тем, что сын или дочь не является лучшим в группе.
- 3. Негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение:** воспитатель говорит ребенку: “Если ты скажешь, кто плохо себя вел в мое отсутствие, я не скажу маме, что ты подрался”.

КАК ПОМОЧЬ ТРЕВОЖНОМУ РЕБЕНКУ

Работу с тревожными детьми рекомендуется проводить в трех направлениях:

1. Повышение самооценки.
2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.

3. Снятие мышечного напряжения.

КАК ИГРАТЬ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ

1. Включение ребенка в любую новую игру должно проходить поэтапно. Пусть он сначала ознакомится с правилами игры, посмотрит, как в нее играют другие дети и лишь потом, когда сам захочет, станет ее участником.
2. Необходимо избегать соревновательных моментов и игр, в которых учитывается скорость выполнения задания, например, таких как “Кто быстрее?”
3. Если вы вводите новую игру, то для того чтобы тревожный ребенок не ощущал опасности от встречи с чем-то неизвестным, лучше проводить ее на материале, уже знакомом ему (картинки, карточки). Можно использовать часть инструкции или правил из игры, в которую ребенок уже играл неоднократно.
4. Игры с закрытыми глазами рекомендуется использовать только после длительной работы с ребенком, когда он сам решит, что может выполнить это условие.

«КОМПЛИМЕНТЫ»

Цель: повышение самооценки, преодоление внутренних зажимов, развитие коммуникативных навыков.

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

1. Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово.
2. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрузит его сосед, скажите комплимент сами.

«ДРУЖБА НАЧИНАЕТСЯ С УЛЫБКИ...»

Цель: повышение самооценки, преодоление внутренних зажимов, развитие коммуникативных навыков.

Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую, какая есть, улыбку по очереди.

«НАСТРОЕНИЕ»

Цель: выявление эмоционального неблагополучия в группе, снятие тревожности посредством вербализации состояния.

Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать сравнения лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» Упражнение проводится по кругу. Взрослый обобщает — какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т. д. Интерпретируя ответы детей, учитите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

«СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК»

Цель: эмоциональная разрядка, снятие напряжения, релаксационные компоненты.

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот — погладь его и там. Он не озорник — он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

«ДРАКА»

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

«Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь : а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!»

Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

«ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»

Цель: снять напряжение, успокоить детей.

Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию:

«Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу». Упражнение можно повторить 3 раза.

«КОРАБЛЬ И ВЕТЕР»

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.

«Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!» Упражнение можно повторить 3 раза.

«ДУДОЧКА»

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ

«Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!».

«ШТАНГА»

ЭТЮД

Вариант 1

Цель: расслабить мышцы спины.

«Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз».

Вариант 2

Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.

«А теперь возьмем штангу полегче и будем поднимать ее над головой. Сделали вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи засчитали вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы все чемпионы. Можете поклониться зрителям. Вам все хлопают, поклонитесь еще раз, как чемпионы»

Упражнение можно выполнить несколько раз.

«ШАЛТАЙ - БОЛТАЙ»

ЭТЮД

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди

«Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется “Шалтай-Болтай».

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» — резко наклоняем корпус тела вниз”.

«ВОДОПАД»

Цель: эта игра на воображение поможет детям расслабиться.

«Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но это необычный водопад. Вместо воды в нем падает мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот белый свет струится по вашей голове,.. Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно

и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами... (30 секунд).

Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза». После этой игры стоит заняться чем-нибудь спокойным.

«ТАНЦУЮЩИЕ РУКИ»

Цель: если дети беспокойны или расстроены, эта игра даст детям (особенно огорченным, беспокойным) возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться.

«Разложите большие листы оберточной бумаги (или старые обои) на полу. Возьмите каждый по 2 мелка. Выберите для каждой руки мелок понравившегося вам цвета. Теперь ложитесь спиной на разложенную бумагу так, чтобы руки, от кисти до локтя, находились над бумагой. (Иными словами, так, чтобы у детей был простор для рисования). Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось» (2—3 минуты). Игра проводится под музыку.

«СЛЕПОЙ ТАНЕЦ»

Цель: развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения.

«Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет “слепой”. Другой останется “зрячим” и сможет водить “слепого”. Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом под легкую музыку (1—2 минуты). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку».

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, 1-2 минуты. Потом дети меняются ролями. Если тревожный ребенок отказывается закрыть глаза, успокойте его и не настаивайте. Пусть танцует с открытыми глазами.

По мере избавления ребенка от тревожных состояний можно начинать проводить игру не сидя, а двигаясь по помещению.

«ГУСЕНИЦА»

Цель: игра формирует чувство уверенности в себе и в окружающих (доверие)

Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

«Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи передистоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту”. Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение “живой гусеницы».

«СМЕНА РИТМОВ»

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

Если воспитатель хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать : раз, два, три, четыре,.. Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают : раз, два, три, четыре... Постепенно воспитатель, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

«ЗАЙКИ И СЛОНИКИ»

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.

«Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется “Зайки и слоники”. Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся” и т.д. Дети показывают.

“Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?” Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т.д. “А что делают зайки, если видят волка?...” Педагог играет с детьми в течение нескольких минут. “А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра...»

Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

«ВОЛШЕБНЫЙ СТУЛ»

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени.

Предварительно взрослый должен узнать “историю” имени каждого ребенка — его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и “Волшебный стул” — он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5—6 человек), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне.

В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

«ТОРТ»

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений

Положите ребенка на коврик. «Сейчас мы из тебя будем делать торт». Один участник — мука, другой — сахар, третий — молоко, четвертый — масло и т. д. Взрослый — повар, сейчас он приготовит великолепное блюдо. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука — «мука» руками «посыпает» тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко — «молоко» «разливается» руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар — он «посыпает» тело, и немного соли — чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. Повар «замешивает» тесто, хорошенько разминая его. А теперь тесто кладется в печь и там поднимается — ровно и спокойно лежит и дышит. Наконец тесто испеклось. Чтобы торт был красивый, надо его украсить кремовыми цветами. Все участники, прикасаясь к «торту», дарят ему свой цветок, описывая его. Торт необыкновенно хорош!

ЗАМЕЧАНИЕ:

1. Следите за выражением лица «торта», оно должно быть довольным, смех только поможет упражнению.
2. Вместо «торта» можно готовить все, что угодно ребенку, — курицу, блины, компот и т. д.

4. ИГРЫ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения и т.д.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно "пальчиковыми" играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений.

Приведенные ниже игры не только ободрят робкого и развеселят плачущего, но и успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.

Дети двух-трехлетнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день.

В значительной мере помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры.

«ИДИ КО МНЕ»

Ход игры. Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и манит его к себе, ласково приговаривая: "Иди ко мне, мой хороший!" Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает:

"Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!"

Игра повторяется.

«ПРИШЕЛ ПЕТРУШКА»

Материал. Петрушка, погремушки.

Ход игры. Воспитатель приносит Петрушку, рассматривает его с детьми.

Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой встряхивают погремушками, радуются.

«ВЫДУВАНИЕ МЫЛЬНЫХ ПУЗЫРЕЙ»

Ход игры. Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, а не дует в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри.

(Напрягать мышцы рта очень полезно для развития речи.)

«ХОРОВОД»

Ход игры. Воспитатель держит ребенка за руки и ходит по кругу, приговаривая:

Вокруг розовых кустов.

Среди травок и цветов.

Кружим, кружим хоровод.

До того мы закружились.

Что на землю повалились

При произнесении последней фразы оба «падают» на землю.

Вариант игры:

Вокруг розовых кустов.

Среди травок и цветов.

Водим, водим хоровод.

Как заканчиваем круг.

Дружно прыгаем мы вдруг.

ГЕЙ!

Взрослый и ребенок вместе подпрыгивают.

«ПОКРУЖИМСЯ»

Материал. Два игрушечных мишки.

Ход игры. Воспитатель берет мишку, крепко Прижимает его к себе и кружится с ним. Дает другого мишку малышу и просит также покружиться, прижимая к себе игрушку. Затем взрослый читает стишок и действует в соответствии с его содержанием. Ребенок вслед за ним выполняет те же движения.

Я кружусь, кружусь, кружусь.

А потом остановлюсь.

Быстро-быстро покружусь.

Тихо-тихо покружусь.

Я кружусь, кружусь, кружусь

И на землю повалюсь!

«ПРЯЧЕМ МИШКУ»

Ход игры. Воспитатель прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: "Где мишка?" ищет его вместе с ребенком.

Когда малыш найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы искать было сложнее.

После игры с мишкой прячется сам воспитатель, громко произнося "ку-ку" когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другом месте.

В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.

«СОЛНЫШКО И ДОЖДИК»

Ход игры. Дети присаживаются на корточки около стульев, расположенных на некотором расстоянии от края площадки или стены комнаты, и смотрят в "окошко" (в отверстие спинки стула).

Воспитатель говорит: "На небе солнышко! Можно гулять". Дети бегают по всей площадке.

По команде: "Дождик! Скорей домой!" - бегут на свои места и присаживаются за стульями.

Игра продолжается.

«ПОЕЗД»

Ход игры. Воспитатель предлагает поиграть в "поезд":

"Я - паровоз, а вы - вагончики".

Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. "Поехали", - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: "Чу-чу-чу".

Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, останавливается и говорит: "Остановка".

Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

Эта игра способствует отработке основных движений - бега и ходьбы.

«ХОРОВОД С КУКЛОЙ»

(проводится с двумя-тремя детьми)

Материал. Кукла средних размеров.

Ход игры. Воспитатель приносит новую куклу. Она здоровается с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла предлагает потанцевать. Воспитатель ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая простую детскую мелодию (например, "Веселую дудочку" М. Красева).

Вариант: игра проводится с мишкой.

«ДОГОНЯЛКИ»

(проводится с двумя-тремя детьми)

Ход игры. Кукла, знакомая детям по игре "Хоровод с куклой", говорит, что хочет поиграть в догонялки. Воспитатель побуждает детей убежать от куклы, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: "Вот мои ребятки".

Вариант: игра проводится с мишкой.

«СОЛНЕЧНЫЕ ЗАЙЧИКИ»

Материал. Маленькое зеркальце.

Ход игры. Воспитатель зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом:

Солнечные зайчики

Играют на стене.

Помани их пальчиком,

Пусть бегут к тебе!

По сигналу "Лови зайчика!" дети пытаются его поймать.

Игру можно повторить 2-3 раза.

«ИГРА С СОБАЧКОЙ»

Материал. Игрушечная собачка.

Ход игры. Воспитатель держит в руках собачку и говорит:

Гав-гав! Кто там? Это песик в гости к нам. Я собачку ставлю на пол. Дай, собачка, Пете лапу! Затем подходите собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносят миску с воображаемой едой, собачка "ест суп", "лает", говорит ребенку "спасибо!"

При повторении игры воспитатель называет имя другого ребенка.

"СОКРОВИЩА"

Материал. Корзина.

Ход игры. На прогулке воспитатель собирает вместе с ребенком "сокровища" (камешки, стручки, веточки, листья, раковины) и складывает их в корзину. Выясняет, какие "сокровища" вызывают у малыша наибольший интерес (это подскажет дальнейшие пути общения). Затем называет какое-либо "сокровище" и просит достать его из корзины.

«ДЕЛАЕМ КОЛЛАЖ»

Материал. Обрезки цветной бумаги, поздравительные открытки, веревочки, кусочки пенопласта, пряжи и т. п.

Ход игры. Воспитатель расстилает на столе большой лист плотной бумаги или картона. Кисочкой промазывает клеем с одной стороны кусочек пенопласта (открытку и т.д.) и передает ребенку, чтобы он наклеил его на бумагу. Разрешает малышу самому выбирать предметы, которые ему хотелось бы наклеить. Внимательно понаблюдав за действиями взрослого, ребенок сумеет сам намазывать клей. Завершенный коллаж можно повесить на видном месте, чтобы все могли им любоваться.

Игра способствует развитию творческих навыков.

«ЛОВИСЬ, РЫБКА»

Материал. Картонная коробка, металлические пробки от бутылок ("рыбки"), магнит, палочка и веревка (удочка).

Ход игры. В картонную коробку помещают несколько металлических пробок от бутылок, желая разного цвета. К одному концу привязывают палочку, а к другому - магнит. Воспитатель показывает ребенку, как ловить "рыбок", притягивая пробки магнитом. Если пробки разного цвета, то можно предложить вытянуть рыб одного цвета.

После того как будут извлечены все пробки, взрослый считает их ("Сколько рыб мы поймали"), и игра начинается сначала.

Игра способствует развитию согласованности движений.

«КТО В КУЛАЧКЕ?»

Ход игры. Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.

Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

«ИГРА С КИСТЯМИ РУК»

Ход игры. (Выполняя движения, воспитатель просит ребенка повторять их.) Взрослый опускает пальцы вниз и шевелит ими - это "струи дождя". Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцем - "кисточкой" кружки на щеках ребенка, проводит сверху вниз линию по его носу и делает пятнышко на подбородке.

Стучит кулаком о кулак и хлопает в ладоши. Чередуя такие действия, воспитатель создает определенную последовательность звуков, например: стук-хлоп, стук-стук-хлоп, стук-хлоп-хлоп и т.п.

«ПОКАТАЕМСЯ НА ЛОШАДКЕ»

Материал. Лошадка-качалка (можно посадить ребенка на колени).

Ход игры. Воспитатель сажает ребенка на лошадку-качалку и говорит: "Маша едет на лошадке, (произносит тихим голосом) нно-нно" . Ребенок повторяет тихо: "Нно-нно". Взрослый: "Чтобы лошадка бежала быстрее, громко скажи ей: "Нно-нно, беги, лошадка!" (Сильнее раскачивает ребенка.) Малыш повторяет фразу вместе с воспитателем, затем самостоятельно. Взрослый добивается, чтобы ребенок произносил звук "н" протяжно, а все звуко сочетание -громко и четко.

«ВЕТЕРОК»

Ход игры. Воспитатель дует на маленький воздушный шарик через соломинку, заставляя его перемещаться по комнате. Дует на все пальцы, затем на каждый отдельно. Сдувает листочек с ладони ребенка. Дует на цветок или травинку. Ребенок повторяет действия взрослого.

«ПОДУЙ НА ШАРИК, ПОДУЙ НА ВЕРТУШКУ, ПОДУЙ В РОЖОК»

Материал. Воздушный шарик, вертушка, рожок.

Ход игры. На уровне лица ребенка подвешивается воздушный шарик, а перед ним на стол кладут вертушку и рожок. Воспитатель показывает, как надо дуть на воздушный шарик, чтобы он высоко взлетал, и предлагает ребенку повторить действие. Затем взрослый дует на вертушку, чтобы она завертелась, дудит в рожок, ребенок повторяет.

Игра способствует развитию речевого аппарата

«КНИЖКА – УГАДАЙКА»

Материал: записная книжка с проволочной спиралью.

Ход игры. Наклеивают в записной книжке через страницу (на правой стороне) картинки с изображением известных ребенку предметов. Каждую страницу без картинок разрезают на несколько горизонтальных полосок, начиная с левого края. Рассматривая книжку вместе с малышом, воспитатель постепенно отворачивает полоску за полоской. Ребенок старается догадаться, что изображено на картинке.

Игра развивает воображение и логическое мышление.

«ЗАБАВА С УВЕЛИЧИТЕЛЬНЫМ СТЕКЛОМ»

Материал. Увеличительное стекло (предпочтительно пластмассовое).

Ход игры. На прогулке воспитатель дает ребенку травинку. Показывает, как смотреть на нее через лупу. Предлагает ребенку посмотреть сквозь увеличительное стекло на пальцы и ногти - это обычно зачаровывает малыша. Прогуливаясь по участку, можно исследовать цветок или кору дерева, рассмотреть кусочек земли: нет ли там насекомых и т.д.

Игра развивает наблюдательность.

«ПРОГУЛКИ ПО ОЧЕРТАНИЯМ ФИГУР»

Материал. Широкая тесьма.

Ход игры. С помощью ленты на полу изображают круги, квадраты, треугольники и т.д. Воспитатель показывает ребенку, как идти по ленте (начинают с круга). Взрослый берет малыша за руку, идет вместе с ним и поет на любой мотив: "Мы идем по кругу, тра-ля-ля, тра-ля-ля. Мы идем по кругу, тра-ля-ля, тра-ля-ля". Так проходят все фигуры. Затем воспитатель пробует вместе с ребенком пройти по ним пятясь назад, боком, на цыпочках, перепрыгивая через фигуру и т.д.

Игра способствует развитию представлений о предметах.

«ВМЕСТЕ С МИШКОЙ»

Материал. Игрушечный медвежонок.

Ход игры. Воспитатель беседует "на равных" с мишкой и ребенком, например: "Катя, тебе нравится пить из чашки?", "Миша, нравится

тебе пить из чашки?" Делает вид, что поит мишку чаем. Затем проделывает с мишкой другие манипуляции.

Такие действия формируют у ребенка навыки сюжетной игры.

«РАЗНЫЕ ФИГУРЫ»

Материал. Принадлежности для рисования (бумага, цветные карандаши).

Ход игры. Воспитатель садится с ребенком за стол или на пол. Рисует на бумаге круг. Затем дает ребенку карандаш и водит его рукой с карандашом по бумаге, стараясь нарисовать круг. Так же помогает малышу рисовать другие фигуры, проводить зигзагообразные линии, и повторяет: "Какая хорошая получилась картинка". Затем предлагает ребенку действовать карандашом самостоятельно.

Каждый раз, воспитатель берет карандаш другого цвета - научить различать цвета. Способствует развитию творческих навыков.

«ИГРА С КУКЛОЙ»

Материал. Кукла.

Ход игры. Дайте ребенку его любимую куклу (или мягкую игрушку), попросите показать, где у куклы голова, уши, ноги, живот и т. д.

Предложите причесать ее, умыть, накормить и т.д.

«СОБИРАЕМ ИГРУШКИ»

Пригласите ребенка помочь вам собрать разбросанные игрушки, в которые он играл.

Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с ним положите ее в коробку. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее в коробку.

Пока вы складываете игрушки, напевайте что-нибудь вроде: "Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем".

«ПЕРЕДАЙ КОЛОКОЛЬЧИК»

Материал. Колокольчик.

Ход игры. Дети сидят на стульях полукругом.

В центре стоит воспитатель с колокольчиком в руках. Он звонит в колокольчик и говорит: "Тот, кого я позову, будет звонить в колокольчик. Таня, иди, возьми колокольчик".

Девочка становится на место взрослого, звонит в колокольчик и приглашает другого ребенка, называя его по имени (или показывая рукой).

«ЗАЙКА»

Ход игры. Дети, взявшись за руки, вместе с воспитателем ходят по кругу. Один ребенок - "зайка" - сидит в кругу на стуле ("спит"). Педагог поет песенку:

Зайка, зайка, что с тобой?

Ты сидишь совсем больной.

Ты не хочешь поиграть.

С нами вместе поплясать.

Зайка, зайка, попляши

И другого отыщи.

После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши. "Зайка" встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг. Игра повторяется.

«ПОЗОВИ»

Материал. Мяч.

Ход игры. Дети сидят на стульях. Воспитатель рассматривает вместе с ними новый яркий мяч. Вызывает одного ребенка и предлагает поиграть - покатать мяч друг другу. Затем говорит: "Я играла с Колей. Коля, с кем ты хочешь поиграть? Позови". Мальчик зовет: "Вова, иди играть". После игры Коля садится на место, а Вова зовет следующего ребенка.

«МЯЧ В КРУГУ»

Ход игры. Дети (8-10 человек) садятся на пол в круг и прокатывают мяч друг другу.

Воспитатель показывает, как отталкивать мяч двумя руками, чтобы он катился в нужном направлении.

«ВСЕ ДАЛЬШЕ И ВЫШЕ»

Материал: Яркий мяч.

Ход игры, Ребенок сидит. Воспитатель, стоя на некотором расстоянии, бросает ему мяч и приговаривает: "Бросим дальше, бросим выше".

Малыш ловит мяч.

Упражнение повторяется с другим ребенком.

«БЕГОМ К ДЕРЕВУ»

Ход игры, В двух-трех местах участка - к дереву, к двери, к скамейке - привязаны цветные ленты. Воспитатель говорит ребенку: "Я хочу побежать к дереву". Берет его за руку и бежит вместе с ним. Затем бежит с ребенком в другое, отмеченное лентой место, всякий раз объясняя, что собирается делать.

После этого взрослый предлагает малышу самостоятельно побежать к дереву, к двери и т. д. Хвалит ребенка, когда он достигнет места назначения.

«ЕЛЕ-ЕЛЕ, ЕЛЕ-ЕЛЕ»

Ход игры. Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки. Воспитатель говорит или поет:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два.

Вот и кончилась игра!

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем медленнее и останавливаются.

«МЫ ТОПАЕМ НОГАМИ»

Ход игры. Играющие становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатель вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая им возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами.

Мы хлопаем руками.

Киваем головой.

Мы руки поднимаем.

Мы руки опускаем.

Мы руки подаем.

(Дети берутся за руки, образуя круг.)

Мы бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит: "Стой". Все останавливаются. Игра повторяется.

«МЯЧ»

Ход игры. Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает: "Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!" После этого "мячик" убегает, а взрослый ловит его.

«ОГУРЕЧИК-ОГУРЕЧИК...»

Ход игры. На одном конце площадки - воспитатель (ловишка), на другом - дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик,

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают, а воспитатель их догоняет.

5. АРТ-ТЕРАПИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ .

Расстройства аутистического спектра в современном мире все чаще рассматриваются как психолого-педагогическая проблема. Научные исследования отечественных ученых В.М. Башиной, В.В. Лебединского, К.С. Лебединской, О.С. Никольской, Е.Р. Баенской, М.М. Либлинг и др. относят аутизм к нарушениям психического развития, которое возникает вследствие биологической недостаточности нервной системы. Международная классификация определяет аутизм как общие нарушения, затрагивающие все стороны психического развития человека.

Цель оказания целостной медико-психолого-педагогической помощи детям с РАС — содействие более полной социализации ребенка. При использовании терапевтических методов в работе с детьми с РАС основной задачей специалиста является формирование определенных средств коммуникации, социальной адаптации и навыков, которые помогут ребенку в повседневной жизни и позволят ему вписаться в социум.

Оказание помощи людям с РАС предполагает использование различных методов терапии, которые сочетают в себе элементы творчества, искусства и психотерапии. Несомненно, одной из наиболее актуальных инновационных форм практической работы с детьми с расстройствами аутистического спектра является арт-терапия.

Арт-терапия основана на механизме сублимации. Сублимация – это подсознательный психический процесс, который открыл З. Фрейд в 1900г. Он заключается в перенаправлении психической энергии от травмирующего переживания к социально приемлемому выходу, чаще всего – творчеству.

Лечебный и коррекционный эффект использования средств арт-терапии подтверждается многими учёными, например польза изотерапии была подтверждена Захаровым А.И. и Бурно М.Е.. А Лебедева Л.Д. не раз указывала на то, что любой человек может быть участником данного процесса, что никто не имеет противопоказаний.

Арт-терапия отмечается как один из наиболее результативных методов помощи аутичным детям. Она способствует развитию коммуникативных навыков и формирует особое пространство, в котором ребенок с РАС может воспроизвести предшествующий опыт построения контакта с окружающей средой. Использование методов арт-терапии в психологической помощи при аутизме позволяет раскрыть внутренний мир такого «особенного» ребенка, помогает понять, о чем он думает.

Арт-терапия – метод психотерапии, использующий творческую активность человека для решения его психологических проблем. В арт-терапии широко применяется изотерапия, песочная терапия, сказкотерапия, музыкотерапия, двигательная терапия.

Особенностью творческого процесса является возможность повернуть проблемную и травмирующую ситуацию в новое русло, найти новые пути ее разрешения. Творчество как основной механизм арт-терапии помогает понять собственные чувства, дает выход внутренним конфликтам и переживаниям, повышает самооценку и оказывает релаксирующее воздействие. Кроме того, арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему страха настолько, насколько ребенок готов к ее переживанию.

Неотъемлемым компонентом становления самосознания и самопонимания ребенка является его творчество. Творчество позволяет ребенку сделать этот мир комфортным для себя и помогает лучше понять его. Ребенок учится видеть красоту этого мира и находить то неисследованное, незнакомое, которое необходимо заполнить своим творчеством для того, чтобы мир стал лучше и красивее.

Существуют и определенные педагогические условия, при которых арт-терапия будет наиболее эффективной. Именно про них говорит в своей статье Т.Ю.Киселёва. К ним относятся:

1. Разработка и реализация программы педагогической арт-терапии должна быть основана на комплексном воздействии различных видов искусства на личность ребенка. Т.е. все разделы художественного воспитания должны быть направлены на решение одних и тех же задач своими специфическими средствами и методами.
2. Занятия по арт-терапии должны быть разнообразными, интересными и насыщенными, а также эмоционально значимыми для ребенка, в которых он имеет возможность реализовать свои творческие возможности.
3. Использование методов, стимулирующих активную деятельность в различных видах арт-деятельности, строится на основе понимания и диалога.

Арт-терапия, как один из методов психологической коррекции, включает в себя основные принципы:

- отсутствие оценочности (арт-терапия не нацелена на получение результатов, поэтому такие понятия как «хорошо» или «плохо» данная методика исключает);
- взаимодействие ребенка с РАС с окружающим миром и новыми предметами (которые не являются частью мира аутиста) в наиболее благоприятной для него атмосфере;
- устранение барьерных установок, страхов.

Основной формой, используемой в организации и проведении арт-терапевтических занятий при аутизме, являются индивидуальные занятия. В том случае, если степень расстройств ребенка позволяет вовлечь его в творческую деятельность, тогда используется групповая форма занятий.

Создаваемая непринужденная атмосфера художественного самовыражения направлена на активизацию мелкой моторики и социальных навыков, а также на развитие внимания и языковых навыков. Кроме того, групповые занятия способствуют развитию уверенности в себе, повышению сплоченности детского коллектива, снятию напряжения, улучшению коммуникативных навыков и произвольного поведения, научению способам адекватного проявления различных эмоциональных состояний.

Арт-терапия признана сегодня одним из наиболее эффективных методов помощи детям с РАС. Изобразительные средства являются инструментом, которые позволяют детям найти социально приемлемый выход для агрессии и других негативных чувств.

Арт-терапия – это естественное и оптимально условие для формирования здоровых потребностей личности, развития мотивационной сферы, мотивов и интересов деятельности, активной социальной позиции.

Изотерапия - это воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством. Это выражение мыслей и чувств, способствующее прояснению и осознанию пациентами системы своих отношений, в том числе и к самим себе. Занятия по данной технике – эксперимент с ощущениями ребенка зрительными и тактильными, который активизирует воображение и насыщает его различными образами. Дети с расстройством аутистического спектра могут выразить свои эмоции и чувства с помощью данной терапии, а также сделать этот мир комфортным для себя. Для специалистов, работающих с людьми с аутизмом, использование этих средств поможет «войти в их мир» и правильно построить свою коррекционную работу.

Детям с расстройствами аутистического спектра сложно вербально выразить свои сильные переживания и убеждения. В данном случае арт-терапия является одним из наиболее результативных способов работы со страхами, так как данная методика обладает возможностями невербальной помощи и является средством доступного самовыражения для ребенка с РАС.

Особенностью творческого процесса является возможность повернуть проблемную и травмирующую ситуацию в новое русло, найти новые пути ее разрешения. Творчество как основной механизм арт-терапии помогает понять собственные чувства, дает выход внутренним конфликтам и переживаниям, повышает самооценку и оказывает релаксирующее воздействие. Кроме того, арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему страха настолько, насколько ребенок готов к ее переживанию.

Неотъемлемым компонентом становления самосознания и самопонимания ребенка является его творчество. Творчество позволяет ребенку сделать этот мир комфортным для себя и помогает лучше понять его. Ребенок учится видеть красоту этого мира и находить то неисследованное, незнакомое, которое необходимо заполнить своим творчеством для того, чтобы мир стал лучше и красивее.

Также стоит отметить, что арт-терапевтические занятия снижают эмоциональное напряжение и создают у ребенка с РАС ощущение комфорта, что способствует повышению толерантности ребенка к психотерапевтическим отношениям и снижению его тревожности. Ребенок становится более открытым, более раскрепощенным для контакта со специалистом. Творческая деятельность «особенного» ребенка способна рассказать нам о его внутреннем мире, страхах и переживаниях гораздо больше, чем привычный язык словесного общения.

В своей статье «Применение арт-терапевтических технологий в работе с детьми с расстройствами аутистического спектра во внешкольной деятельности» Селиванова Ю.В. и Лифанова Н.М. рассказывают о применении данного метода. Они отмечают, что наиболее подходящим для опилковой живописи являются дети младшего школьного возраста.

Пластилинография – это техника, основанная на принципе, с помощью которого на бумаге, картоне или иной поверхности создается лепная картина пластилином. Магомедова М.К. рассказывает о применении данного средства арт-терапии с детьми с РАС. Созданное изображение обычно получается выпуклым. Во время рисования пластилином формируется чувство координации и происходит осознание своих возможностей. Нет конкретной схемы ведения пластилинографии для детей с аутизмом. Все технологии и методики подбираются индивидуально и обычно представляют собой комплекс.

Еще одним интересным средством арт-терапии является опилковая живопись. Она представляет собой создание произведения с помощью заранее подготовленной опилковой крошки. Созданные с помощью древесной стружки картины имеют объем, рельеф и особую бархатистость. Размер картины может быть любой. Сюжеты картин могут быть любыми.

Создание таких картин - очень кропотливая работа. В первую очередь необходимо создать палитру, которой является опилковая крошка самых разнообразных цветов и оттенков. Для создания фона картины используется мелкая опилковая крошка, для некоторых деталей используется опилки самых крупных размеров. Такая живопись предлагает ребёнку познакомиться с природным материалом (дерево) и научиться с помощью него изображать и познавать окружающий мир.

Наблюдения, описанные Селивановой Ю.В. и Лифановой Н.М., показали, что с использованием средств арт-терапии в образовательном процессе, а именно опилковой живописи, у некоторых детей уменьшились проявления агрессии к окружающим, у других - исчезли многие беспорядочные стереотипии, так как они были вытеснены видами деятельности, сопровождающимися повторяющимися движениями.

Таким образом, подводя итог, можно сделать следующие выводы:

1. арт-терапия является одним из наиболее эффективных и оптимальных методов психологической помощи детям с расстройствами аутистического спектра;
2. принципы арт-терапии позволяют создать свободную и непринужденную обстановку на психокоррекционных занятиях, которая способствует полной эмоциональной свободе ребенка с РАС;
3. методы, используемые в арт-терапии, являются наиболее эффективными средствами социальной адаптации ребенка с РАС, формирования у него коммуникативных способностей и языковых навыков.

Картотека арт-терапевтических игр и упражнений для детей дошкольного возраста

Упражнение «Маски»

Цель: самовыражение, самосознание. Работа с различными чувствами и состояниями. Развитие навыков, активного слушания, эмпатии, умения без оценочно относиться друг к другу.

На заранее заготовленных трафаретах масок нарисовать те лица какими Вы бываете и те лица, какими хотели бы быть. Рассказать историю от лица каждой маски. По окончании работы устроить выставку масок. Найти среди всех масок похожие друг на друга маски.

Упражнение «Что такое мальчик? Что такое девочка?»

Цель: расширение представления о людях, социальном поведении людей.

Группа делится на подгруппы: взрослые и дети. Каждой группе дается задание – сделать совместный коллаж на тему: «Что такое мальчик? Что такое девочка?». По окончании работы проводится совместное обсуждение. По окончании обсуждения обе группы объединяются и создают единый коллаж на эту же тему. Особое внимание уделяется тому, чтобы мнение каждой группы учитывалось при создании единой работы.

Упражнение «Рисование себя»

Цель: самораскрытие, работа с образом «Я».

Нарисовать себя в виде растения, животного, схематично. Работы не подписываются. По окончании выполнения задания все работы вывешиваются на стенд и участники работ пытаются угадать, какая работа кому принадлежит. Делятся своими ощущениями и впечатлениями о работах.

Упражнение «Процарапывание»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Графическая работа на мыльной подкладке. Работа, выполненная таким образом, напоминает гравюру, так как создается линией разного направления длиной, плавностью и получается бархатистой за счет углубления процарапывания поверхности.

Материал: лист бумаги, заранее приготовленный (лист бумаги сначала намыливают, затем покрывают гуашью, тушью или краской), ручка с пером звездочкой.

Графическая работа на восковой подкладке. Для выполнения этой работы необходимы кусочек стеариновой свечи, акварельные краски, тушь.

Красками делают рисунок или закрашивают лист сочетаниями различных тонов, в зависимости оттого, что вы задумали. Затем тщательно протирают кусочком свечи так, чтобы стеарином была покрыта вся плоскость листа. После чего тушью покрывают всю работу (весь лист). Иногда два раза. Прощапывают после высыхания.

Упражнение «Соленые рисунки и зубная краска»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

А что если порисовать клеем, а сверху на эти участки посыпать солью? Тогда получатся удивительные снежные картины. Они будут выглядеть более эффектно, если их выполнять на голубой, синей, розовой цветной бумаге. Можно создавать зимние пейзажи, еще одним способом, рисуя зубной пастой. Наметьте карандашом легкие контуры деревьев, домов, сугробов. Медленно выдавливая зубную пасту, пройдите по всем намеченным контурам. Такую работу надо обязательно высушить и лучше не складывать в папку вместе с другими рисунками.

Упражнение «По сырому»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Рисунок тогда, получается, по сырому, когда в еще не засохший фон вкрапывается краска и разляпывается тампоном или широкой кистью.

Такой способ рисования помогает получить великолепные рассветы и закаты. Рисование животного, вернее его окраска, помогает достичь схожести с натурой. Объект получается, как бы пушистый. Этот способ рисования очень часто применял в своих работах художник-иллюстратор Чарушин.

Упражнение «Набрызгивание»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Материал: расческа обыкновенная, кисточка или зубная щетка, краски.

Используя в работе этот способ рисования, можно передать направление ветра – для этого необходимо стараться, чтобы брызги ложились в одном направлении на всем рисунке.

Ярко выразить сезонные изменения. Так, например, листья на ольхе желтеют, краснеют раньше, чем на березе или других лиственных деревьях. Они на ней желтые и зеленые и оранжевые. А поможет передать все это разноцветие способ набрызгивания.

Упражнение «Яичная мозаика»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

После того как на Вашем кухонном столе останется яичная скорлупа, не выбрасывайте ее. Отделите от пленочек, вымойте, высушите и истолките. В нескольких стаканчиках разведите краску и положите туда измельченную скорлупу. Через 15 минут скорлупа выдавливается вилкой и раскладывается для просушки. Вот и готов материал для мозаики. Рисунок обозначьте карандашным контуром и предварительно смазав клеем поверхность, засыпьте ее, определенным цветом скорлупы.

Упражнение «Монотипия»

Цель: развивает творчество, фантазию.

Материал: целлофан или стекло (размером с лист бумаги), краски любые, чистая вода, бумага.

Краска пятнами набрызгивается на стекло водой и кисточкой, разбрызгивается по стеклу. Затем прикладывается лист чистой бумаги и прижимается пальцами. В зависимости от пятен, от направления растирания – получаются различные изображения. Нельзя два раза – получить одно и то же изображение.

Этот способ можно использовать при тонировании бумаги для рисования лугов, пейзажей, фон можно получить одноцветный и разноцветный.

Упражнение «Невидимка. Рисование свечой»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Материал: бумага, свечи восковые, парафиновые, акварель или краски. Гуашь для этого способа рисования не подходит, т.к. не обладает блеском. Можно использовать тушь.

Сначала дети рисуют свечой все, что желают изобразить на листе (или согласно теме) На листе получается волшебный рисунок, он есть, и его нет. Затем на лист наносится акварель способом размыва. В зависимости от того, что вы рисуете, акварель может сочетаться с тушью.

Упражнение «Парное рисование»

Время проведения: 10-15 мин.

Цели: развитие саморегуляции, произвольности поведения, умения работать по правилам, развитие способности конструктивного взаимодействия. Техника проводится в парах.

Необходимые материалы: краски, кисточки, карандаши, мелки, бумага, стаканчики для воды, цветная бумага, журналы, ножницы, клей, фломастеры, маркеры. Ход работы: группа делится по парам, каждой паре раздается по листу бумаги, коробке красок, карандашей. Другие материалы могут лежать на отдельном столе, чтобы любой ребенок мог подойти и взять то, что ему может понадобиться.

Инструкция: «Сейчас мы будем рисовать в парах. Двое рисуют на одном листе бумаги какую-то единую композицию или образ. При этом есть очень важное условие: нельзя заранее договариваться о том, что это будет за рисунок, нельзя разговаривать в процессе работы. Кроме красок и карандашей разрешается дополнять образ цветной бумагой, использовать готовые образы из журналов, вырезая и приклеивая их в дополнение к композиции. Начинаем по сигналу».

После того, как рисунки будут готовы, проводится обсуждение и выставка работ. Можно выбрать самую гармоничную, самую необычную или самую конфликтную работу и задать вопросы авторам, что им помогало, как они действовали, как договаривались на невербальном уровне что именно будут рисовать и т.д.

Так же обсуждается и негативный опыт взаимодействия в процессе парного рисования.

Упражнение «Прогулка по лесу»

Цель: развитие воображения, и познания своих внутренних уголков души.

Материалы: бумага, краски, карандаши, кисточки, музыкальный проигрыватель, музыкальные записи.

Процедура: 1. Представьте, что вы в лесу. Небольшим словесным рассказом оживить воображение участников: «Жил-был Зеленый Лес. Это был не просто Зеленый Лес, а Поющий Лес. Березы там пели нежные песни берез, дубы – стародавние песни дубов. Пела речка, пел родничок, но звонче всех пели, конечно, птицы. Синицы пели синие песни, а малиновки – малиновые». Как прекрасно идти тоненькой ленточкой тропинки и, забывая обо всем, растворяться в величественной красоте леса! Он будто бы раскрывает для тебя

свое объятие, и ты замираешь в немом удивлении. Тишина восхищает тебя. Ты стоишь неподвижно, словно ждешь чего-то. Но вот налетает ветер, и все сразу оживает. Просыпаются деревья, сбрасывают из себя солнечную листву – письма Осени и Леса. Ты ждал их так долго! Перебирая каждый листок, в конце концов, находишь письмо, адресованное только тебе. О чем думает Лес? О чем мечтает? Вглядываясь в оранжевые прожилки Кленового письма, можно обо всем узнать: Лес пишет тебе о Лете с солнцем, которое смеется, и соловьиных трелях, о весне с ее первыми цветами, журавлями и цветущими деревьями. О волшебнице-зиме, которая в скором времени придет, накроет Лес своим снежным ковром, и он заблестит на солнце. Пока же Лес живет в Осени и радуется каждому мгновению, не обращая внимания, что плывут дни, месяцы... И Осень изменяется. Она все чаще грустит и плачет осенним дождем. А как чудесно сидеть в лесу под елкой и наблюдать за серебристыми каплями! Дождь наполняет лес неповторимой свежестью. Тебе совсем не грустно, наоборот – ты радуешься, когда вдруг видишь маленькие разноцветные грибы, которые незаметно появились под деревом. Твоя душа взлетает высоко к небесам. И это чувство полета ты прячешь глубоко в сердце, чтобы донести его к следующей Осени, а может, чтобы пронести через всю жизнь...

2. Участникам предлагается нарисовать запомнившийся лес.

3. Обсуждение и интерпретация рисунков.

Вопросы для обсуждения:

Как вы себя чувствуете?

Как бы вы назвали свой рисунок?

Что изображено расскажи?

Какие чувства вызывают рисунки других участников?

Постарайтесь найти в группе сходный с вашим образ или рисунок?

Упражнение «Рисуем круги...»

Для этой техники выбран именно круг как мифологический символ гармоний. Считается, что круг из-за отсутствия острых углов – самая «доброжелательная» из всех геометрических фигур, означающая одобрение, дружеское отношение, сочувствие, мягкость, чувственность. Работа в круге активизирует интегративное, эмоциональное, интуитивное (правополушарное) мышление, а также объединяет, стабилизирует группу, способствует формированию благоприятных межличностных отношений. Даже маленькие дети, по наблюдению Ш. Раис, предпочитают окружности всем другим фигурам. Это, видимо, связано с простотой круглой формы. Художник, как заметил Э. Бюлов в статье «И вот вам знак...», погруженный в процесс изображения самых разнообразных символов, заполняет всю поверхность листа до самого края, словно открывая их для себя. Множество листов, испещренных кругами то большего, то меньшего размера, соприкасающимися или пересекающимися друг с другом, а иногда и включенными один в другой, ставят вопрос о значимости круга как символа. Обычно, нарисованные круги далеки от совершенства с позиций геометрии. Однако они представляют собой самодостаточные сущности, для обозначения которых трудно подобрать слова. В сознании лишь возникают представления о некой форме, эстетические достоинства которой и удерживают внимание.

Цель: развитие спонтанности, рефлексии; позволяет прояснить личностные особенности, ценности, притязания, характер проблем каждого участника, его положение в группе; выявляет межличностные и групповые взаимоотношения, их динамику, имеет потенциал для формирования групповой сплоченности.

Материалы: два рулона (по одному на каждый стол) плотной бумаги. Разнообразные изобразительные материалы и средства в достаточном количестве: карандаши, фломастеры, краски, гуашь, кисти, баночки с водой, ластик, скотч.

Ход упражнения: группа садится вокруг стола, им предлагаются ватман, простые карандаши, краски, кисточки, глянцевые журналы и клей. Каждый из участников рисует фигуру круга, а так же может дорисовывать чужие рисунки, писать пожелания друг другу.

По окончании работы участники делятся впечатлениями о совместной работе, показывает собственные рисунки, рассказывает о замысле, сюжете, чувствах, зачитывает, при желании, вслух добрые пожелания, которые ему написали другие участники.

Инструкция: займите место за одним из столов. При желании свое местоположение можно изменить. Вы вправе свободно передвигаться вокруг стола и работать на любой территории. Нарисуйте кружок желаемого размера понравившимся цветом. Затем нарисуйте на листе еще один-два круга любого размера и цвета. Обведите контуры рисунков. Соедините линиями свои круги с теми кругами, которые вам особенно понравились. Представьте, что прокладываете дороги. Заполните пространство каждого из своих кругов сюжетными рисунками, значками, символами, т.е. придайте им индивидуальность. Далее походите вокруг листа-картины, внимательно рассмотрите рисунки. Если вам очень хочется дорисовать что-либо в кругах других участников, попробуйте с ними об этом договориться. С согласия авторов напишите добрые слова и пожелания около рисунков, которые вам понравились. Будьте бережны к пространству и чувствам других! Зарисуйте оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др. Прежде всего, договоритесь с другими участниками о содержании и способах создания фона для коллективного рисунка.

Вопросы для обсуждения:

«Как вы себя чувствуете?»

«Как ваше настроение сейчас?».

«Расскажите о своем рисунке?»

«Дополняли ли вы работы других участников?»

«Какие трудности возникали по ходу работы?» и др.

Упражнение «Сказка о бабочке сновидений»

Цель: актуализация эмоционального и когнитивного компонента переживания сновидений, изучение «ночных страхов», поиск внутреннего ресурса.

Материалы и оборудование: лист бумаги формата А4, фломастеры; материалы для изготовления коллажа: газеты, журналы, открытки, краски, карандаши, фломастеры, клей ПВА, ножницы, силуэтное изображение бабочки, музыкальный проигрыватель, музыкальные записи.

Процедура:

1. Психолог демонстрирует разнообразие материалов для изготовления коллажа. Психолог. Для выполнения следующего задания нам необходимо нарисовать бабочку. (Нижеследующий текст предназначен для взрослого: символическое значение бабочки можно объяснить для дальнейшей работы).

Бабочка во многих культурах – символ души, бессмертия, возрождения и воскресения, так как это крылатое небесное существо появляется на свет из обыкновенной гусеницы. У кельтов она олицетворяет душу и огонь, у китайцев – бессмертие, досуг в изобилии и радость. Сон также считался подобием кратковременной смерти, когда душа каждую ночь оставляет свою телесную оболочку и отправляется в своеобразное путешествие. Бабочки помогают душе «вернуться» в свое тело. А на крыльях они несут воспоминания о путешествии души.

2. Можно попросить участников закрыть глаза. Под медитативную музыку психолог рассказывает сказку.

В одной волшебной стране на огромном цветочном лугу живут бабочки снов. Днем они чаще всего спят, уютно устроившись в бутонах цветов. Но с наступлением ночи бабочки просыпаются и разлетаются по всему миру. Каждая бабочка спешит навестить своего человека – ребенка или взрослого.

У бабочки снов удивительные крылья. Одно крыло бабочки светлое. Оно пахнет цветами, летним дождем и сладостями. Это крылышко покрыто разноцветными пылинками

добрых и веселых снов, и если бабочка взмахнет над человеком этим крылышком, то ему всю ночь снятся добрые и приятные сны.

Но у бабочки есть и другое, темное крылышко. Оно пахнет болотом и покрыто черной пылью страшных и печальных снов. Если бабочка взмахнет над человеком темным крылом, то ночью ему приснится неприятный или печальный сон.

Каждому человеку бабочка снов дарит и добрые, и страшные сны.

Постарайтесь вспомнить свои самые приятные сны (пауза), а теперь – самые страшные сны. Открывайте глаза.

3. Изготовление коллажа.

Возьмите лист с нарисованным силуэтом бабочки. С помощью цветных карандашей, красок, любых других средств (вырезки из газет, журналов) на одном крыле постарайтесь отразить содержание своего страшного сна, а на другом крыле – содержание приятных снов. В цвете выразите свое эмоциональное отношение к своим снам. Нарисуйте лицо бабочки.

4. После изготовления коллажа клиент представляет свою работу. Дальнейшее взаимодействие психолога с клиентом осуществляется с учетом задач коррекции или консультирования, а также интеллектуальных и рефлексивных возможностей клиента.

Вопросы для обсуждения:

Ваши чувства и переживания в процессе выполнения упражнения?

Ощущали ли вы сопричастность группе, защищенность?

Понравилось упражнение, было ли ощущение комфорта?

Упражнение «Спонтанное рисование»

Цель: предоставить детям возможность осознать свои настоящие переживания, отреагировать свои чувства в отношении учителя.

Ход упражнения: после чтения сказки детям предлагается нарисовать рисунок – кто что хочет. Ведущий помогает участникам группы осознать свои настоящие переживания, раскрыть свои перспективы в процессе обсуждения рисунков. Детям предлагаются вопросы на понимание и уточнение. Что ты нарисовал? А что это? Что понравилось и не понравилось в сказке? Какое место в сказке особенно запомнилось? Тяжело или легко было рисовать? Примечание: рисунки не интерпретируются, не сравниваются, итоги по рисункам не подводятся.

Упражнение «Моя планета»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Инструкция: «Закрой глаза и представь себе планету в космосе. Какая планета? Кто населяет эту планету? Легко ли до неё добраться? По каким законам на ней живут? чем занимаются жители? Как твою планету зовут? Нарисуй эту планету»

Дети выполняют рисунки, после чего проводится обсуждение работ.

Игра «Двое с одним мелком»

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в группе.

Оборудование: лист А4, карандаши.

Ход игры: разбейтесь на пары и сядьте за стол рядом с партнёром. Теперь вы одна команда, которая должна нарисовать картину. Вам даётся один только карандаш. Вы должны по очереди рисовать одну картину, передавая, друг другу карандаш. В этой игре есть такое правило – нельзя разговаривать во время рисования. На рисунок вам отводится 5 минут.

Что ты нарисовал, работая в паре?

Сложно ли вам было рисовать молча?

Пришел ли ты к единому мнению со своим партнером?

Трудно ли тебе было оттого, что изображение постоянно менялось?

Упражнение «Рисунок на мятой бумаге»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Используйте в качестве основы для рисунка мятую бумагу. Предварительно изомните её хорошенько и настройтесь на работу. Рисовать при этом можно красками или карандашами (мелом), можно оборвать края рисунка, оформив его в виде овала, круга и т.д.

Упражнение «Чернильные пятна и бабочки»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Капните чернилами на тонкую бумагу и сверните лист трубочкой или сложите пополам, разверните лист и преобразуйте увиденный образ. Обсудите результаты работы в группе, найдите наиболее понравившиеся вам изображения других участников.

Упражнение «Рисунок угольными мелками»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Для создания изображения используйте угольные мелки, используя все возможности этого изобразительного материала. Можно использовать для работы большие форматы бумаги. Используйте уголь вместе с цветными карандашами или восковыми мелками. Обсудите ощущения и чувства, возникающие во время работы и её результаты.

Упражнение «Рисуем настроение»

Цель: развитие эмпатии.

Материал: краски, бумага.

Проведение: рисуем красками различные настроения (грустное, веселое, радостное и т.д.). Обсуждаем с детьми, от чего зависит настроение, как выглядит человек, когда у него хорошее настроение, грустное и т.д.

Упражнение «Радуга»

Цель: развитие эмоционального мира. Развитие навыков коммуникации.

Материал: ватман, краски, кисти.

Проведение: детям рассказывается о последовательности цветов радуги. На большом листе ватмана они по очереди каждый рисует одну полосу радуги. Когда все дети нарисуют по полоске рисунок можно украсить цветами, деревьями, птицами и т.д.

Упражнение «Групповое рисование по кругу»

Цель: развитие эмпатии, доброжелательного отношения друг к другу.

Материал: бумага, карандаши.

Проведение: на листе бумаги необходимо нарисовать незатейливую картинку или просто цветовые пятна, а затем передать эстафету следующему участнику для продолжения рисунка. В итоге каждый рисунок возвращается к своему первому автору. После выполнения этого задания обсуждается первоначальный замысел. Участники рассказывают о своих чувствах. Коллективные рисунки можно прикрепить к стене: создается своеобразная выставка, которая какое-то время будет напоминать группе о коллективной работе в «чужом пространстве».

Данная техника может вызвать агрессивные чувства, обиды. Поэтому психолог должен предупредить участников о бережном отношении к работам друг друга.

Упражнение «Рисование под музыку»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материал: краски акварельные или гуашевые, широкие кисти, бумага, аудиокассета Вивальди «Времена года».

Проведение: рисование под музыку Вивальди «Времена года» большими мазками.

Лето – красные мазки (ягоды)

Осень – желтые и оранжевые (листья)

Зима – голубые (снег)

Весна – зеленые (листья).

Упражнение «Рисунок пальцами»

Цель: развивать воображение, коммуникативные навыки, эмпатию.

Двое или несколько ребят становятся напротив друг друга и поочередно «рисуют» в воздухе различные предметы, животных, машины. Соперники должны угадать и назвать «рисунок».

Упражнение «Нарисуй свою мандалу»

Цель: снятие стресса, усталости, напряжения или внутреннего конфликта.

Нарисуйте простым карандашом круг диаметром, соответствующим размеру вашей головы. До края листа должно оставаться не меньше 3 см. Найдите в круге центральную точку, которая вызвала бы у вас ощущение равновесия. Это поможет вам достичь устойчивого состояния. Вспомните про те природные формы, которые растут и развиваются из центра, например, про цветы, снежинки или морские раковины. Вы являетесь частью природы, и поэтому у вас тоже есть некий центр, из которого вы можете расти и развиваться. Начните рисовать с этого центра – вашего центра – изображая определенную фигуру того или иного цвета, и пусть композиция вашего рисунка выстраивается сама собой, как бы без вашего непосредственного участия. С помощью этого рисунка вы сможете узнать о себе нечто новое, когда вы закончите рисовать, вы сможете обсудить вашу мандалу со своим психотерапевтом.

Упражнение «Волшебные краски»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Сейчас мы с вами будем творить Волшебные краски. Вот ваш поднос со всеми необходимыми вещами (мука в стаканчиках, гуашь, соль, подсолнечное масло, вода, клей ПВА.) Возьмите в руки с мукой, размешайте ее руками. Какая она на ощупь? Подарите ей частичку своего тепла, и она станет теплее. Теперь добавьте соль и смешайте все пальчиками. А теперь добавим масло. Затем добавляем воду, чтобы получилась настоящая волшебная краска. Чтобы наши картины были прочными, добавим клей ПВА. Вот уже почти все готово. Нам осталось придать нашей краске цвет. Выберите себе гуашь цвет, которой вас нравится, и добавьте немножко в краску. Молодцы вы изготовили настоящую волшебную краску. Это краски для всех давайте поставим их в центр стола. Сейчас мы попробуем наши волшебные краски и нарисуем волшебную страну. Детям предлагается картон разного цвета, включается спокойная музыка и дети рисуют руками. Готовые работы раскладываются на свободные места, организуя выставку, в это время продолжает играть музыка.

Обсуждение:

Что Вы чувствовали, когда выполняли работу? Что чувствуете сейчас?

Упражнение «История из жизни цветов»

Цель: развитие сенсорных способностей; развитие воображения.

Материалы: бумага формата А4; акварельные краски; кисточки; фотографии неба, солнца, моря, цветов, деревьев.

Описание упражнения:

«Сегодня я расскажу тебе одну интересную историю из жизни цветов. Но для начала давай с тобой вспомним, а какие цвета бывают. Я назову первый, а ты будешь продолжать, договорились? Итак, красный...»

Когда различные цвета будут названы, начинайте рассказывать историю.

«Жили-были два цвета: Жёлтый и Синий. Они не были знакомы друг с другом, и каждый считал себя самым нужным, самым красивым, самым-самым лучшим цветом! Но как-то они случайно встретились...Ой, что тут тогда началось! Каждый отчаянно пытался доказать, что именно он лучший!»

Жёлтый говорил:

- Посмотри на меня! Посмотри, какой я яркий, лучистый! Я цвет солнца! Я цвет песка в летний день! Я цвет, который приносит радость и тепло! Синий же отвечал:

- Ну, и что! А я цвет неба! Я цвет морей и океанов! Я цвет, который дарит покой!

- Нет! Всё равно я самый лучший! – спорил Жёлтый.

- Нет, лучший это я! – не сдавался Синий.

И так они спорили и спорили...Спорили и спорили...

Пока не услышал их пролетающий мимо ветер! Тогда он ка-а-ак дунул! Всё кругом закружилось, перемешалось! Перемешались и эти два спорщика...Жёлтый цвет и Синий....

А, когда ветер стих, то Жёлтый и Синий увидели рядом с собой ещё один цвет – Зелёный! А тот смотрел на них и улыбался. - Друзья! – обратился он к ним.

- Посмотрите, благодаря вам появился я! Цвет лугов! Цвет деревьев! Это настоящее чудо!

Жёлтый и Синий задумались на минутку, а потом улыбнулись в ответ.

- Да, ты прав! Это же действительно чудо! И мы не будем больше ссориться! Ведь каждый действительно красив и необходим по-своему! И есть небо и солнце, моря и луга, радость и умиротворение! Благодаря нам всем мир становится ярким, интересным и разноцветным!

И взявшись втроём за руки, они весело рассмеялись! Так им стало хорошо!».

После этого предложите ребёнку вместе сотворить чудо. Для этого возьмите один альбомный лист, краски и две кисточки. Спросите ребёнка: а каким цветом ты хотел бы сейчас рисовать - жёлтым или синим? После того как он выберет цвет, скажите:

«Отлично! Ты выбрал свой цвет, и будешь рисовать им. А я буду рисовать тем цветом, который остался. И вместе с тобой мы сотворим чудо! Ты помнишь, как получилось чудо в истории, которую я тебе рассказала? Да, правильно, там перемешались друг с другом два цвета: жёлтый и синий. И получился зелёный! Так и мы сейчас с тобой попробуем это сделать!»

Для этого ты начинай рисовать своим цветом с одного края листа, и тихонько продвигаться к середине. А я буду рисовать с другого края. А когда мы с тобой встретимся – то и получится чудо!».

Когда «чудо» произошло, и получился зелёный цвет:

- спросите ребёнка, сколько теперь всего цветов на листке бумаги;

- спросите из-за чего спорили жёлтый и синий цвет;

- почему потом они решили больше не ссориться;

- проговорите ещё раз, что понадобилось сделать для получения зелёного цвета;

- предложите поэкспериментировать со смешением других красок;

- нарисуйте общую картину, на которой бы присутствовали все найденные вами цвета. Придумайте ей название. Отметьте, как действительно здорово, что наш мир такой разноцветный, и всё в нём хорошо по-своему. Как важно жить дружно.

Примечание: будет в особенности хорошо, если рассказывая историю, вы будете ещё и показывать ребёнку фотографии или картинки соответствующей тематики. Допустим, когда идёт спор между жёлтым и синим, то покажите ребёнку фотографии неба, солнца, песка, моря и т.д. Когда появится зелёный, то покажите луга, различные растения. А в

конце повествования покажите фотографии, на которой бы ребёнок смог увидеть, как все эти цвета сочетаются друг с другом.

Упражнение «Карта моего внутреннего мира»

Цель: формирование представлений о себе; осознание и выражение своих чувств; эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: дети старшего дошкольного возраста.

Материалы: бумага разного формата; краски, кисточки; набор карандашей/фломастеров/мелков; различные географические карты.

Описание упражнения: покажите ребёнку различные географические карты.

«Перед тобой лежат различные географические карты. Как ты видишь, они нам могут рассказать о том, как располагаются материки, океаны, моря, горы; об особенностях природы; об устройстве и развитии городов; о различных народах. На карте находит отражение всё то, что смогли открыть и изучить люди. Хотя когда-то наша Земля была совсем неизведанной, люди мало чего знали о том, что их окружает. Но всё это мир внешний. А есть ещё особый мир. Мир внутренний. У каждого человека он свой – удивительный, неповторимый, и где-то неизведанный. Так давай с тобой создадим карты нашего внутреннего мира. Они будут похожи на карты, которые мы сегодня рассматривали, только все названия на них будут у нас особенные. Например, «океан любви», или «гора смелости». Обозначим сначала то, что уже открыли в себе, знаем. И оставим место для наших дальнейших открытий».

Когда карты будут готовы – устройте по ним «экскурсии» друг для друга.

При просмотре уделите внимание:

- что преобладает на ваших картах: какие чувства, состояния, цветовая гамма;
- какой был выбран «маршрут» продвижения по карте, с какого места началось путешествие и на каком закончилась;
- какие области были оставлены для дальнейших открытий; какие хотелось бы открытия сделать;
- спросите ребёнка, что ему было сложнее всего изобразить, а так же поделитесь и своими трудностями, если таковые были.
- по завершению экскурсии поинтересуйтесь, а всё ли получилось из того, что было запланировано? Хотелось бы что-то изменить? Что больше всего понравилось в своей карте, и карте другого? Чем ваши карты похожи, а чем отличаются?

Примечание: постарайтесь, что бы работа с картами продолжалась и в последующие дни. Пусть для этого они остаются на виду, что бы всегда можно было что-то дополнить, изменить. Будет хорошо, если вы периодически вновь будете проводить «экскурсии» друг для друга и уделять внимание тому, что изменилось в восприятии карты.

Упражнение «Конверты радости и огорчений»

Цели: развитие умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям, снятие напряжения, эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: старший дошкольный.

Материалы: почтовые конверты, бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей.

Описание упражнения:

«За целый день успевают произойти масса разных событий – что-то нас веселит, что-то нас удивляет, что-то нас радует, а что-то нас и огорчает. Давай с тобой сделаем конвертики, в которых сможем собирать всё то, что запомнилось за день. В один из них мы будем собирать свои радости, а в другой будем прятать огорчения».

Теперь предложите ребёнку изготовить конверты. Для этого можно использовать как обычные почтовые конверты (которые затем можно разрисовать, сделать на них

какую-либо аппликацию), так и изготовить самостоятельно. Для этого можно придумать свою форму, выбрать сам материал (альбомные листы, белый/цветной картон, фольгу и т.д.).

Когда конверт радости и конверт огорчений будет готовы – начинайте их заполнять.

Возьмите небольшие бумажки и попросить ребёнка написать на них, или нарисовать то, что обрадовало его, а что огорчило. И распределите это по соответствующим конвертам.

Затем предложите ему с помощью рук изобразить весы.

Пусть он положит один конверт на правую ладонь, а другой на левую. Как он считает, что перевешивает? Радость? Отлично, скажите, что завтра, когда мы вновь будем заполнять наши конвертики – её, наверно, станет ещё больше! Перевешивают огорчения? Скажите, что, конечно, это грустно. Но ведь мы их убрали в конверт, они больше не в тебе – а вот в этом конверте. А значит, они потеряли власть над тобой. А завтра мы вновь продолжим заполнять наши конвертики, и ещё посмотрим – кто ж перевесит!

В процессе заполнения конвертов можно с ребёнком периодически пересматривать их содержимое, что-то обсуждать, убирать или добавлять. Пусть ребёнок сам решит, как долго он будет «вести» такие конверты. Когда он захочет прекратить – проведите «полную ревизию» содержимого. Потом предложите конверт с накопившимися радостями хранить в надёжном месте, что бы всегда была возможность пересматривать его, если вдруг будет грустно. А вот с конвертом огорчений предложите «расправиться». Пусть ребёнок придумает способ, как огорчения навсегда уйдут из его жизни (скажем, конверт можно разорвать и затоптать; можно разрезать, или опустить в воду, и ждать пока размокнет и т.д.).

Примечание: хорошо, когда всё, что ребёнок складывает в конверты, проговаривается вместе с родителями. Родителям это даёт дополнительную возможность лучше узнать своего ребёнка, быть в курсе того, что его заботит в данный момент; Но случается и так, что ребёнок отказывается писать или рисовать то, что его огорчило. Возможно, что причиной этого является нежелание что-то «рассекретить». Не настаивайте. Значит пока он к этому не готов. Успокойте его, скажите, что вам это необязательно показывать. Или предложите ему вместо того, что бы писать или рисовать огорчения – сказать их шёпотом в сам конверт. А вы отвернётесь или не на долго выйдете из комнаты. В полнее вероятно, что потом ребёнок сам захочет поделиться с вами тем, что спрятал в конверт.

Упражнение «Наш семейный плакат»

Цель: эмоциональное сближение членов семьи, усвоение семейных ценностей.

Возраст: дошкольный, школьный.

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; различные конверты, ножницы, клей.

Описание упражнения:

«Когда семья собирается вместе, то хочется разделить друг с другом всё то, что близко сердцу. Хочется поговорить, поделиться новостями и планами. Так давай с тобой сделаем наш семейный плакат, на котором мы сможем отобразить всё то, что ценно для нас. И который мы сможем заполнять постепенно, словно семейный дневник!».

Лучше всего для изготовления плаката подойдёт бумага формата А3 или лист ватмана. Придумайте вместе с ребёнком приветствие, которое вы напишите на плакате, продумайте оформление. Возможно, вы захотите украсить плакат вашими семейными фотографиями, а может вы совместно что-то нарисуете.

Затем на плакате стоит разместить «кармашки». Для этого вы можете использовать готовые конверты, которые предварительно украсите и затем приклеите. Оговорите с ребёнком, сколько всего будет кармашков, и что в них будете собирать. Можно назвать один из кармашков «расскажи о себе» - тогда у всех членов семьи появится возможность поделиться какими-то своими мыслями, идеями, планами. Очень хорошо, когда мы друг друга поддерживаем, говорим тёплые слова. И для этого тоже можно отвести специальный

кармашек – «мои пожелания». А порой нам хочется кого-то предостеречь, что-то посоветовать, поделиться опытом. Кармашек «тебе на заметку» может в этом помочь.

В каждой семье свои традиции, свой ритм, своя атмосфера. Постарайтесь придумать кармашки, которые будут характеризовать именно вашу семью, чтобы чувствовалась «изюминка».

Примечание: постарайтесь, что бы эти кармашки заполнялись всеми членами вашей семьи. Благодаря этому ребёнок сможет быстрее понять и усвоить семейные ценности, и что особенно важно - почувствовать сплочённость своей семьи.

Упражнение «Моя эмблема»

Цель: формирование представлений о себе; осознание своих интересов, устремлений; формирование самоуважения; эмоциональное сближение ребёнка и родителей.

Возраст: дошкольный возраст.

Материалы: бумага разного формата; цветной/белый картон; краски; набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей, пластилин; изображения различных эмблем; семейные фотографии.

Описание упражнения: покажите ребёнку различные эмблемы, рассмотрите их.

«Как ты видишь, эмблема - это отличительный знак, на котором изображается то, что символизирует какую-то идею, человека, предметы. А, что символизирует тебя? Какие предметы наиболее ярко отражают твой образ жизни, интересы, планы?»

Попробуй создать свою собственную эмблему».

После изготовления эмблемы:

- рассмотрите её вместе с ребёнком;
- пусть он расскажет, почему изобразил именно эти предметы;
- понравилось ли ему то, как он воплотил задуманное?

Примечание: так же можно предложить ребёнку создать герб вашей семьи. Это задание лучше выполнять совместно с ним. Расскажите об истории вашего рода, если есть фотографии – покажите их. Спросите, что бы он хотел изобразить на гербе, и поделитесь своими замыслами. Постарайтесь найти то общее решение, которое бы наиболее полно отражало ваше с ним видение герба.

Упражнение «Цветок»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Материалы: бумага, кисти, краски, карандаши, фломастеры.

Закрой глаза и представь прекрасный цветок. Как он выглядит? Как он пахнет? Где он растет? Что его окружает? А теперь открой глаза и попробуй изобразить все, что представил. Какое настроение у твоего цветка? Давай придумаем историю про него.

Примечания: важно закончит упражнение на положительном настрое, если ребёнок сочинил грустную историю или у его цветка плохое настроение, то можно предложить изменить рисунок или историю так, чтобы настроение стало хорошим.

Арт-терапевтические техники для детей дошкольного возраста

Техника «Раздувания краски»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Нанесите на лист бумаги водорастворимую краску с большим количеством воды, используйте различные сочетания цветов, в самом конце работы раздуйте через тонкую трубочку цветочные пятна, образуя капельки, разбрызгивания и смешения цветов в причудливые каракули и кляксы; постарайтесь увидеть образ и развейте его.

Техника «Каракули»

Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Свободно водя по листу бумаги карандашом, нарисуйте каракули без какой-либо цели и замысла и передайте партнёру, который должен будет создать из них образ и развить его.

Варианты:

затем поменяйтесь с партнёром трансформированными каракулями и попытайтесь продолжить рисунок, не нарушая нарисованное им, затем обсудите вместе ваши ассоциации, связанные с рисунками друг друга;

после завершения рисунка, на основе каракулей сочините рассказ;

выразите в словах свои чувства и ассоциации, возникшие при восприятии каракулей партнёра;

размашистыми движениями различных частей тела создайте каракули на большом листе (ватмане, оборотной стороной обоев), можно закрыть глаза. После завершения найдите в изображённом образ и развейте его.

Техника «Рисование с помощью клубка»

Цель: развитие творческих способностей и повышение самооценки.

Оборудование: клубок ниток или веревочки любого цвета и толщины, лист ватмана, клей.

Можно использовать с целью повышения самооценки детей с симптомом «не умею рисовать», а также развития креативности, в целях диагностики.

Ход работы: родитель должен размотать клубок ниток и показать детям, как создать на полу или столе узоры или картины. Затем клубок ребенок и разматывая его, создает композицию, после чего проводится обсуждение. Можно задать следующие вопросы:

- какие буквы ты здесь видишь;
- какие фигуры ты здесь видишь;
- можешь ли ты разобрать здесь какие-либо цифры;
- какое блюдо здесь нарисовано;
- что напоминает тебе эти линии: людей, пейзажи.

Эта техника может быть использована с агрессивными детьми, гиперактивными, легко отвлекаемыми и замкнутыми.



6.ВИДЫ СЕНСОРНЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ.

Как установить контакт с ребенком аутистом через сенсорные игры?

Проведение сенсорных игр с аутичным ребенком может создать новые возможности для установления с ним контакта. Мы исходим из предположения, что мир предметов и свойств значим для малыша, привлекает его внимание, интерес. В момент получения сенсорных ощущений он испытывает удовольствие, проявляющееся во всем его облике и в степени целеустремленности (если попытаться переключить внимание на что-либо другое, он будет настаивать на продолжении этого понравившегося занятия, если попытаться запретить — то ответом станет бурно выражаемый протест).

Такое положение вещей отчасти имеет естественную природу. Ведь даже во взрослом состоянии люди получают удовольствие и радость от контакта с физическим миром: приятно ощущать в пальцах мягкое тесто, вдыхать его аромат, радостно шуршать осенней листвой и наблюдать за изменчивостью облаков.

Вот только аутичный ребенок прочно застревает на подобных ощущениях. Кроме того, он весьма избирателен, и чаще в его арсенале есть всего несколько ощущений, которые он путем повторения хочет пережить вновь и вновь.

Это часто беспокоит родителей, вызывает раздражение. Однако лучше не ругать ребенка, не запрещать, а использовать положительные стороны его действий с предметами и материалами. В данном случае, бесспорно, хорошо то, что ребенок переживает удовольствие.

Отсюда вытекает:

цель проведения с аутичным ребенком специально организованных сенсорных игр — создание эмоционально положительного настроения. Она подразумевает обязательное участие взрослого: во-первых, педагог (или мама) предлагают ребенку пережить новое приятное ощущение; во-вторых, взрослый проживает это ощущение вместе с ребенком.

Механизм проведения игры следующий: привлеченный новым ощущением, ребенок соглашается на участие в игре, а полученное удовольствие связывается у него с образом взрослого.

Если вы сумеете разделить с ребенком положительные эмоции, разнообразить их и сделать переживание удовольствия более насыщенным, то со временем ребенок станет вам доверять и, зная, что с вами интересно, с готовностью пойдет на сотрудничество. Кроме того, заручившись доверием ребенка, взрослый получает возможность посредством эмоционального комментария вносить в происходящее новый социально значимый смысл. А это уже следующий важный шаг в развитии ребенка.

Итак, проведение сенсорных игр решает следующие задачи:

— переживание приятных эмоций, что положительно сказывается на настроении и поведении ребенка;

- возникновение эмоционального контакта со взрослым, появление в жизни ребенка человека, который понимает его, открывает новые возможности для проведения коррекционной работы и влияния на сам ход дальнейшего развития ребенка;
- получение ребенком новой сенсорной информации, что важно для расширения его представлений об окружающем мире;
- внесение в игру новых социальных смыслов посредством введения сюжетов, что в целом приближает ребенка к миру людей, дает новые представления о социальных взаимоотношениях.

Аутичному ребенку требуется время, чтобы освоиться в новой ситуации общения, привыкнуть к педагогу. Проведение сенсорных игр позволяет завоевать доверие ребенка, наладить с ним контакт.

Играя с ребенком в такие игры, научите его радоваться и радуйтесь вместе с ним. Внутренний мир ребенка с синдромом аутизма часто окрашен мрачными тонами страха и дискомфорта или одиночества, отстраненности от людей. И если вам удастся наполнить его мир светлыми красками уверенности и радости, это может стать движущей силой, побуждающей ребенка на более активное исследование окружающего мира. При этом в вас он станет видеть помощника и союзника.

Если это произойдет, то следующим этапом работы с аутичным ребенком станет обучение различным формам взаимодействия, расширение его представлений о мире, постепенный отход от узких стереотипов поведения, организация проживания самых разнообразных ситуаций и вариантов одной и той же ситуации.

Для того чтобы педагог получил представление о ходе дальнейшей работы, при описании игр кратко упомянуты возможные варианты их развития (использование разнообразных материалов, внесение элементов сюжетно-ролевой игры, наблюдения за явлениями окружающей жизни и т.д.).

ВИДЫ СЕНСОРНЫХ ИГР

-игры с красками

- цветная вода

Для игры потребуются акварельные краски, кисточки, 5 прозрачных пластиковых стаканов (в дальнейшем количество стаканов может быть любым). Расставьте стаканы в ряд на столе и наполните водой. Возьмите на кисточку краску одного из основных цветов — красный, желтый, синий, зеленый (можете начинать с любимого цвета ребенка, если такой есть, это поможет вовлечь ребенка в игру) — и разведите в одном из стаканов. Комментируя свои действия, постарайтесь привлечь внимание ребенка, внесите элемент «волшебства»: «Сейчас возьмем на кисточку твою любимую желтую краску, вот так. А теперь... опустим в стакан с водой. Интересно, что получится? Смотри, как красиво!» Обычно ребенок заворожено следит за тем, как облачко краски постепенно растворяется в воде. Можно разнообразить эффект и в следующем стакане понять, какой из способов ему больше нравится.

В этой игре ребенок быстро может проявить желание более активно участвовать в происходящем — «заказывая» следующую краску или выхватывая кисточку и начиная действовать самостоятельно. После первой демонстрации ребенок играет в «Цветную воду» не только на занятии с психологом или педагогом, но может затеять игру в любой момент,

когда захочет. В этом случае на помощь приходит кто-нибудь из близких. Если же позволяет уровень развития бытовых навыков ребенка, он вполне может действовать самостоятельно.

Когда увлеченность чистым сенсорным эффектом станет ослабевать (разным детям требуется для этого разное время и число повторений), можно приступать к расширению игры. Возможный вариант развития игры — организация активного участия ребенка в ней и развитие бытовых навыков. Так, если ребенку нравится игра, скорее всего он согласится выполнить вашу просьбу инструкцию — предложите ему открыть кран, налить воду в пластиковую бутылку, затем наполнить водой стаканы. Если пролили воду на стол или на пол, попросите ребенка вытереть лужицу тряпкой. Инструкции должны быть четкими. В начале такой работы действуете вместе с ребенком: «Давай откроем кран. А где наша бутылка? Вот она, нальем в нее водичку — ух какая тяжелая теперь бутылка, понесем ее вместе. Теперь разольем воду по стаканам. Буль-буль-буль — течет водичка. Ой! Проплили воду на стол! Какая получилась лужа! Возьмем тряпку и вытрем стол. Вот теперь стало хорошо» и т.д. Когда же ребенок достаточно освоится в этой игре и четко усвоит некоторые несложные действия, предоставляйте ему все больше самостоятельности при выполнении заданий.

- СМЕШИВАЕМ КРАСКИ

Смешивая краски, мы можем создавать новые цвета. Для этого слейте воду разных цветов в один стакан либо растворите в стакане с чистой водой поочередно несколько красок. Так, из желтого и красного цветов получаем оранжевый, из синего и желтого — зеленый, из красного и синего — фиолетовый.

Яркие ощущения может подарить процесс рисования акварельными красками на мокром листе. Для этого на стол или на пол подложите клеенку. Намочите плотный лист бумаги для акварели (просто окунув в тазик с водой), и положите на клеенку, пригладив влажной губкой. Окуните кисточку в одну из красок и осторожно проведите по бумаге. Продолжайте другими красками.

Как бы случайно можно провести по бумаге кисточкой с водой, но без краски — вода смешивается с красками и на листе появятся нежные, размытые, светлые полутона. Экспериментируйте вместе с ребенком!

- КУКОЛЬНЫЙ ОБЕД

Накройте на стол, расставьте стаканы, усадите кукол и мишек и угостите их разными напитками. В игре красная вода превращается в томатный сок, белая — в молоко, оранжевая — в фанту, а коричневая — в кофе.

Можно затеять игру в «Ресторан» или «Кафе», учитывая опыт и возраст ребенка. Игра может стать поводом поупражняться в счете — посчитайте стаканы с напитками, чтобы они соответствовали количеству «гостей». Используя стаканчики разного размера, можно знакомить ребенка с понятием величины.

Возня с водой, переливание и брызгание особенно любимы детьми. Такие игры можно затевать не только купаясь, но при любой возможности: сунуть пальчик в бьющую струю фонтана и посмотреть, что получится; заглянуть в лужу на асфальте и попробовать разглядеть в ней свое отражение, облака, ветки; бросать камушки в пруд и наблюдать, как расходятся по воде круги.

Игры с водой имеют и терапевтический эффект. Сама фактура воды оказывает приятно-успокаивающее воздействие, дает эмоциональную разрядку. Поэтому полезно

посещать бассейн: ребенок не только учится плавать, закаляет здоровье, но и может сбросить отрицательные эмоции и получить положительный заряд энергии.

С учетом терапевтических свойств воды весьма вероятно, что сенсорная игра плавно перетечет в игру терапевтическую. Предлагаем следующие варианты игр с водой.



ПЕРЕЛИВАНИЕ ВОДЫ

Чтобы ребенку было удобнее достать до крана, подвиньте к раковине стул. Возьмите пластиковые бутылки, пузырьки, стаканчики, мисочки различных размеров. Теперь наполняйте их водой: «Буль-буль, потекла водичка. Вот пустая бутылочка, а теперь — полная». Можно переливать воду из одной посуды в другую.

ОТКРЫВАЙ! — ЗАКРЫВАЙ!

Переверните наполненную водой пластиковую бутылку. Затем подставьте ладонь под вытекающую из горлышка струю. Прокомментируйте свое действие словами: «Закрыли водичку! Как ты попросишь открыть воду? Скажи: "Лена (побуждайте ребенка использовать обращения), открывай!" Вот, открыла — снова потекла водичка буль-буль-буль!» В следующий раз действуйте ладонью ребенка, побуждая его закрыть и открыть воду.

ФОНТАН

Если подставить под струю воды ложку либо пузырек с узким горлышком, получится «фонтан». Обычно этот эффект приводит детей в восторг: «Пш-ш-ш! Какой фонтан получился — ура!» Подставьте пальчик под струю «фонтана», побудите ребенка повторить действие за вами.

БАССЕЙН

Наполнив таз водой, организуйте игру в «бассейн», где учатся плавать игрушки. Проведение такой игры рекомендуется, если ребенок уже посещал бассейн и у него есть реальное представление о нем. Сопровождайте ход игры словесным комментарием: «Вот наши куколки пришли в бассейн. Какой большой бассейн! В бассейне учатся плавать — вот так. Поплыли!»

ОЗЕРО

Наполните большой таз водой: теперь это «озеро», в котором плавают рыбки или уточки: «Вот какое глубокое озеро — много воды! В озере плавают уточки. Вот мама утка. А вот ее детки — маленькие утята. "Кря-кря-кря! — говорит утка. — Дети, плывите за мной!" Вот уточки вышли на бережок и греются на солнышке» и т.д.

МОРЕ

На следующем занятии этот же таз с водой может превратиться в «море», по которому плывут кораблики: «Поплыл по морю кораблик и гудит: у-у-у! А кто хочет поплавать на корабле? Зайка хочет! (можно использовать фигурки, вылепленные из пластилина, которые прочно устанавливаются на палубе) Вот поднялся ветер! Какие сильные волны! Перевернулся наш кораблик — давай скорее спасать пассажиров! А теперь починим кораблик и можно плыть дальше» и т.д.

КУПАНИЕ КУКОЛ

Искушайте кукол голышей в теплой водичке, потрите их мочалкой и мылом, заверните в полотенце: «А сейчас будем кукол купать. Нальем в ванночку теплой водички - попробуй ручкой водичку, теплая? Отлично. А вот наши куколки. Как их зовут? Это Катя, а это Миша. Кто первый будет купаться? Катя? Хорошо. Давай спросим у Кати, нравится ей водичка? Не горячо?» и т.д.

МЫТЬЕ ПОСУДЫ

Вымойте посуду после кукольного «обеда», используя губку и средство для мытья посуды: «Будем мыть посуду. Открывай кран! Здесь какая вода? Горячая. А здесь? Холодная. Давай откроем и холодную воду, и горячую — тогда получится теплая вода. Вот так потрем губкой тарелочку. Теперь сполоснем. Чистая стала посуда!»

ИГРЫ С МЫЛЬНЫМИ ПУЗЫРЯМИ

Детям нравится наблюдать за кружением мыльных пузырей, с криками восторга они носятся по комнате, пока не «поймают» все до одного, и тут же просят повторения. Но сами выдуть пузыри часто отказываются — это требует сноровки и определенного уровня развития дыхания.

Мы предлагаем предварительно подготовить ребенка к игре с мыльными пузырями. Для этого нужно научить его сильно дуть, направлять струю воздуха в нужном направлении.

Предлагаем такие игры:

— «Снег пошел» — дуть на кусочек ватки в воздухе, чтобы она не упала.

— «Плыви, кораблик!» — дуть на маленький легкий кораблик на воде (например, во время купания).

— «Вертушка» — дуть на игрушку-вертушку.

— «Катись, шарик!» — дуть на маленький шарик (например, для пинг-понга), можно дуть через трубочку.

— «Бульки» — дуть через трубочку в стакан, наполовину наполненный водой. Игра покажет, сформирован ли у ребенка целенаправленный выдох и сильно ли он дует.

Играя с мыльными пузырями, соблюдайте меры предосторожности. Следите, чтобы ребенок не втягивал жидкость в рот. Он может сделать это по инерции, если привык пить сок из пакетиков через трубочку, или захочет попробовать жидкость для мыльных пузырей на вкус. Поэтому используйте безвредные вещества и понемногу.

- МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ

Чтобы вызвать у ребенка интерес к самостоятельному выдуванию пузырей, предложите ему помимо рамки из купленного пузырька разнообразные трубочки — для этого возьмите (предварительно обговорив с ребенком цель) из «Макдоналдса» коктейльную трубочку или сверните и склейте из плотной бумаги толстую трубу. Для получения большого пузыря подойдет и небольшая пластиковая бутылочка с отрезанным дном. Можно разобрать гелевую ручку и использовать ее корпус — прозрачную трубочку из твердой пластмассы (в этом случае ребенок не будет прикусывать или перегибать трубочку).

- ПЕННЫЙ ЗАМОК

В небольшую мисочку налейте немного воды, добавьте средство для мытья посуды и размешайте. Возьмите широкую коктейльную трубочку, опустите в миску и начинайте дуть — с громким бульканьем на глазах у ребенка вырастет облако переливающихся пузырей. Предложите ребенку подуть вместе с вами, затем самостоятельно. Поставьте внутрь пены пластмассовую или резиновую игрушку — это «принц, который живет в пенном замке.

игры со свечами

Приготовьте набор свечей — обычную длинную, плавающие свечи, маленькие свечки для именинного торта.

- ПОДУЕМ НА ОГОНЕК

Установите длинную свечу устойчиво и зажгите: «Смотри, свечка горит — как красиво!» Помните, что ребенок может испугаться — тогда отложите игру. Если реакция положительная, предложите подуть на пламя: «А теперь подуем... Сильнее, вот так — ой, погас огонек. Смотри, какой поднимается дымок». Скорее всего, ребенок попросит зажечь свечу снова. Кроме получения удовольствия задувание огонька свечи полезно для развития дыхания.

- ГУЛЯЕМ В ТЕМНОТЕ

Оставьте маме «задание на дом»: когда стемнеет, не включать в квартире электрический свет, а зажечь свечу и походить с ней по дому, освещая путь.

- РИСУЕМ ДЫМОМ

Держа в руке потушенную свечу, порисуйте в воздухе дымом: «Смотри, какой дымок в воздухе! Чувствуешь запах?» Затем подуйте или сделайте несколько взмахов рукой, чтобы дым рассеялся.

- ПРАЗДНИК НА ВОДЕ

Наполнив таз водой, опустите на ее поверхность одну или несколько плавающих свечей — в темной комнате (например, в ванной с прикрытой дверью) получится эффектное, с переливающимися в воде световыми бликами, зрелище. Для устойчивости можно поставить свечи на пластмассовые тарелочки из кукольной посуды.



- ХОЛОДНО — ГОРЯЧО

Наполните столовую ложку водой и подержите над пламенем свечи, обратив внимание ребенка на то, что холодная вода стала теплой. Так же можно растопить кусочек льда, мороженого или сливочного масла. «Дотрагиваться до огонька нельзя — горячо! Можно обжечься. Давай подержим над огоньком кусочек льда. Смотри, лед тает».

- ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Приготовьте зефир в шоколаде либо пастилу и воткните одну или несколько праздничных свечек — сегодня «День рождения Мишки». Вместе с ребенком накройте на стол, пригласите гостей, спойте песенку. Затем торжественно внесите «праздничный торт» и задуйте свечи.

игры со светом и тенями

- СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК

Выбрав момент, когда солнце заглядывает в окно, поймайте зеркальцем лучик и постарайтесь обратить внимание малыша на то, как солнечный «зайчик» прыгает по стене, по потолку, со стены на диван и т.д. Возможно, ему захочется дотронуться до светового пятна. Тогда не спеша отодвигайте луч в сторону: попробуйте привлечь ребенка к игре — предложите поймать убегающего «зайчика». Если малышу понравилась игра, поменяйтесь ролями: дайте ему зеркало, покажите, как поймать луч, а затем встаньте у стены. Постарайтесь «ловить» пятнышко света очень эмоционально, не забывая при этом комментировать свои действия: «Поймаю-поймаю! Какой шустрый зайчик — как быстро бегает! Ой, а теперь он на потолке, не достать... Ну-ка, заяц, спускайся к нам!» Смех ребенка станет вам самой лучшей наградой.

-ТЕНИ НА СТЕНЕ

Когда стемнеет, включите настольную лампу и направьте ее свет на стену. При помощи кистей рук вы получите на стене тень лающей собаки, летящей птицы и т.д. Можно использовать различные предметы и игрушки.

Ребенок может испугаться, так что пробуйте осторожно и в первый раз проводите такую игру не в детской комнате. В случае испуга страх ребенка окажется прочно связан в его сознании с местом, где ребенок его испытал, с конкретной настольной лампой. Попробуйте для начала в коридоре, а лучше на улице, в свете фонаря.

- ТЕАТР ТЕНЕЙ

Можно придумать несложный сюжет и организовать целый «театр теней», для чего использовать приготовленные заранее бумажные фигурки-силуэты.

-ФОНАРИК

Приготовьте электрический фонарик и, когда стемнеет, походите с фонариком по квартире. Фонарик пригодится, если перегорела лампочка, во время прогулки по темным аллеям парка, где нет фонарей, и т.п.

-ТЕМНО - СВЕТЛО

При помощи фонарика устройте освещение в кукольном домике или в домике для игр, который можно соорудить из большой коробки.

-КИТАЙСКИЙ ФОНАРИК

Оклеив проволочный каркас цветной бумагой и закрепив внутри маленький фонарик, вы получите «китайский фонарик», который озарит все вокруг загадочным светом.

ИГРЫ СО ЛЬДОМ

- ЛЬДИНКИ

Пусть мама заранее приготовит лед: вместе с ребенком заполнит водой форму для льда и поставит в морозильную камеру. На занятии достаньте лед и вместе с ребенком выдавите из формы в мисочку: «Смотри, как водичка замерзла — стала холодная и твердая». Погрейте кусок льда в ладошке: «Ой, какая холодная льдинка! А ручка теплая — давай зажем в ладошке. Смотри, водичка капает— это лед тает и снова превращается в воду».

-ТАЕТ ЛЬДИНКА

Подогрейте кусочек льда над пламенем свечи или над включенной плитой. Или в стеклянный стакан налейте горячую воду (можно ее подкрасить), опустите кусочек льда и наблюдайте, как быстро он тает. Можно взять несколько стаканов и наблюдать, как по-разному тает лед в воде разной температуры.

А когда ребенок будет пить очень горячий чай, добавьте в чашку с чаем кусочек льда, чтобы «чай быстрее остыл». Также можно охладить сок для мишки, мишка пьет и приговаривает; «Ах, какой холодненький сок!»

-РАЗНОЦВЕТНЫЙ ЛЕД

Можно приготовить разноцветный лед, добавив в воду краски. Или порисовать краской на большом куске льда.

-ЛЕДЯНЫЕ ФИГУРЫ

Замораживайте воду не только в специальных формочках. Используйте также пластиковые стаканчики, формочки из-под конфет, чтобы получить куски льда разной формы и размера. Используйте их как конструктор — выкладывайте узоры (лучше на однородном цветном фоне). Сложите из льда ледяную пирамидку или домик.

-СОСУЛЬКИ

Зимой на прогулке обращайте внимание ребенка на заледеневшие лужи, сосульки и т.д.

игры с крупами

Приготовьте крупы: гречку, горох, манную крупу, фасоль, рис. Занятие проводится на кухне.

- прячем ручки

Насыпьте гречневую крупу в глубокую миску, опустите в нее руки и пошевелите пальцами, ощутите ее структуру. Выражая удовольствие улыбкой и словами, предложите ребенку присоединиться: «Где мои ручки? Спрятались. Давай и твои ручки спрячем. Пошевели пальчиками — так приятно! А теперь потри ладошки друг о друга — немножко колется, да?»

Прячьте мелкие игрушки, зарывая их в крупу, а затем ищите.

На следующих занятиях можно использовать другие крупы.

-ПЕРЕСЫПАЕМ КРУПУ

Пересыпайте крупу совочком, ложкой, стаканчиком из одной емкости в другую.

Пересыпайте крупу в руках, обращая внимание ребенка на извлекаемый при этом звук.

-ДОЖДЬ, ГРАД

Ребенок может захотеть рассыпать крупу. В этом случае остановить его будет очень трудно. Будьте готовы к такому развитию событий — позвольте ребенку сделать это, контролируя его действия. Пусть рассыпающаяся крупа станет «дождем» или «градом», и с этого момент сенсорная игра переходит в терапевтическую (см. с. 51).

По рассыпанной по полу крупе можно ходить в носочках или босиком. Можно посыпать крупу на шейку или голую спинку ребенка, если он позволит.

В завершение такой игры организуйте уборку.

- покормим птичек

В этой игре понадобятся гречневая или рисовая крупа и игрушечные фигурки птичек — это могут быть воробушки, или курочки, уточки. «Вот прилетели к нам птички: пи-пи-пи! Птички просят покушать. Что птички кушают? Да, зернышки. Давай насыпем птичкам зернышек. Кушайте, птички, зернышки!»

-ВКУСНАЯ КАШКА

Добавив в манную крупу воды, сварите «кашку» для куклы, а затем покормите ее.

Вместе с ребенком приготовьте настоящую кашу, пусть он достанет кастрюлю, засыплет крупу, помешивает кашу ложкой.

Можно из круп «приготовить» другую еду для кукол — например, если вдавить горошины в кусочек коричневого пластилина, получится «шоколад с орехами».

-РАЗЛОЖИ ПО ТАРЕЛОЧКАМ

Перемешайте в мисочке немного фасоли и гороха. Затем попросите ребенка разделить горох и фасоль и разложить по отдельным тарелочкам: «Смотри, горошинки и фасолинки перемешались. Давай разложим горошинки на эту тарелочку, а фасолинки на эту».

ИГРЫ С ПЛАСТИЧНЫМИ МАТЕРИАЛАМИ

Заранее оговорим, что использование некоторых материалов невозможно из-за повышенной брезгливости аутичного ребенка. Он может с отвращением отшвырнуть тесто, потому что оно липнет к рукам, не решится притронуться к глине, откажется от работы с пластилином, если тот мажется или неприятно пахнет. Выбирайте экологически чистый не ароматизированный пластилин естественных цветов, достаточно мягкий, но не липнущий к рукам. При этом не всегда ваш выбор совпадет с выбором ребенка. Тем не менее, опыт показывает, что можно найти материал, который ребенку понравится.

Для работы с пластичными материалами следует обучить ребенка некоторым навыкам работы с ними:

— Мнем и отщипываем. Приготовьте брусок пластилина и предложите ребенку подержать его в руках, помять пальчиками, отщипнуть несколько маленьких кусочков. Такие действия познакомят ребенка с мягкой и пластичной фактурой материала, дадут разнообразные тактильные ощущения пальцам рук. В следующий раз предложите ребенку кусочек теста, затем — глину. Обратите внимание на то, что разные материалы непохожи на ощупь, обладают различными свойствами.

— Надавливаем и размазываем. Научите ребенка надавливающим движением указательного пальца прижать кусочек пластилина к дощечке или листу картона (в результате должна получиться круглая лепешечка). Если же сначала надавить пальцем на пластилин, а затем сместить палец, то таким способом (размазывание) мы получаем пластилиновую линию.

— Скатываем шарики, раскатываем колбаски. Покажите ребенку два основных приема лепки (скатывание шариков круговыми движениями и раскатывание колбасок движениями вперед-назад): на плоскости стола или между ладонями, если работаем с большим куском, или между пальцами (большим и указательным, или большим и средним), если кусок пластилина маленький. Поначалу действуйте руками ребенка (если он не станет сопротивляться). Затем предложите малышу попробовать делать это самостоятельно. Обычно выполнение этих простых приемов, особенно раскатывание, не вызывает больших сложностей у ребенка.

— Режем на кусочки. Научите ребенка разрезать пластилин или тесто на кусочки различных размеров с помощью пластмассовой стеки.

После того как ребенок усвоит каждый прием отдельно, можно в одной игре комбинировать разные методы. Например, когда «лепим пирожки», мы и мнем, и раскатываем, и разрезаем.

При создании пластилиновых картинок используются методы надавливания и размазывания. Таким простым способом можно быстро делать самые разнообразные «картины» из пластилина: размажьте по картону зеленый пластилин — это «травка», отщипните от бруска красного пластилина небольшие кусочки и прилепите их — получилась «полянка с ягодками». Таким же способом в синем пруду поплывут «золотые рыбки», а на голубом картоне появится желтое пластилиновое «солнышко» с лучиками. Размажьте на темном фоне разноцветные кусочки пластилина — получился «салют». А если к картонному кругу придавить разноцветные пластилиновые лепешечки, то получатся «конфетки на тарелочке».

-ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЕДЫ

Скатаем маленькие шарики из пластилина красного цвета — получились «ягодки», а разноцветные шарики станут «конфетками» или «витаминками». Если в разноцветные пластилиновые шарики воткнуть палочки (можно использовать «ушные палочки», предварительно удалив вату) — получаются фруктовые леденцы «чупа-чупс». Раскатаем

кусочек красного пластилина — получаем «колбасу», а если тонко-тонко раскатать белый пластилин — выкладываем на тарелку «спагетти». Разрежем кусок светло-коричневого пластилина на кусочки — это «хлеб».

Итак, «угощение» готово, приглашаем кукол на «Обед». Можно из кусочков пластилина разных цветов вылепить праздничный пирог, вставить свечку и организовать «День рождения»

Когда затеете тесто, дайте ребенку кусочек и попробуйте организовать с ним лепку «пирожков».

На куске плотного картона выложите пластилиновые грядки. Теперь «сажайте овощи», для этого можно использовать крупы — так, горох станет «репкой», а красная фасоль — «картошкой»; разноцветная мозаика превратится в «красные помидорчики» и «зеленые огурчики»; некоторые овощи (например, «морковку») можно попытаться вылепить из пластилина.

Если ребенку понравится эта игра, можно вспомнить о других овощах. Аналогично в лесу вырастут «ягоды и грибы», а на полянке — «цветочки» из мозаики.

игры со звуками

- ПОСЛУШАЕМ ЗВУКИ

Окружающий мир наполняют разнообразные звуки. Обращайте на них внимание ребенка — прислушайтесь вместе с ним к скрипу двери, стуку ложечки о стенки чашки, когда размешиваете чай, к звону бокалов, скрипу тормозов, стуку колес поезда и т.д.

- ПОСТУЧИМ, ПОГРЕМИМ!

Извлекайте разнообразные звуки из предметов: постучите деревянными (или металлическими) ложками друг о друга, проведите палочкой по батарее, постучите костяшками пальцев по стеклу.

- НАЙДИ ТАКУЮ ЖЕ КОРОБОЧКУ

Насыпьте в небольшие коробочки разные крупы (коробочек с одинаковой крупой должно быть по две). Потрясите коробочкой, привлекая внимание ребенка к звучанию, — пусть он найдет коробочку, звучащую так же.

Помимо круп можно использовать бусинки, камушки и другие материалы.

Количество пар коробочек увеличивайте постепенно.

- свистульки

Приобретайте для ребенка разнообразные звучащие игрушки — погремушки, свистульки, пищалки и т.п.

- МУЗЫКАНТЫ

Приобретите для ребенка детские музыкальные инструменты — барабан, бубен, металлофон, дудочку, гармошку, пианино.

Когда ребенок научится различать на слух их звучание, правильно играть на них, используйте его умения в сюжетных играх — «У мишки день рождения. Давай сыграем для него на пианино», когда поем песенку про Антошку — играем на гармошке и т.д.

- ЗВУКИ ПРИРОДЫ

Оказавшись на природе, вместе с ребенком прислушайтесь внимательно к звукам вокруг — шелесту листвы, жужжанию мухи, журчанию ручейка... Звуки природы сами по себе несут успокоение и гармонию.



ИГРЫ С РИТМАМИ

Проведение игр с ритмами дает новые возможности для развития аутичного ребенка. Использование интереса ребенка к ритму и мелодии способно помочь «растормозить» его речь, развить подражание, вызвать двигательную активность.

В играх с ритмами используйте следующие приемы:

- хлопки в ладоши;
- топание ножками;
- прыжки в определенном ритме;
- танцы;
- проговаривание текстов стихотворений;
- пение детских песенок.

Использование стихотворений, потешек, песенок в работе с аутичным ребенком предполагает:

- Сопровождение текста движениями;
- Воспроизведение сюжета с помощью игрушек;
- Показывание сюжетных картинок (в дальнейшем такая картинка будет «запускать» пропевание ребенком песенки).

При этом следует исходить из принципов простоты (движения не должны быть сложными) и доступности сюжета для детского восприятия. Кроме этого, стишок или песенка должны

обязательно понравиться ребенку. Вводите стишки и песенки постепенно, давая ребенку возможность выбрать те, что ему больше нравятся.

Сначала взрослый самостоятельно читает стихотворение или поет песенку, сопровождая их движениями. Когда ребенок запомнит текст, педагог, останавливаясь во время проговаривания или пения, дает ребенку возможность договорить или допеть последнее слово в строке, а, возможно, и целую строку. При этом педагог побуждает ребенка повторить выразительное движение, сопровождающее пение или проговаривание. Эта же работа продолжается мамой. Если делать это довольно долго, наступит момент, когда ребенок станет петь и проговаривать стишки самостоятельно, по собственному желанию. Но если внимательно вслушаться в самостоятельное пение ребенка или повторение им стихотворения, становится очевидно, что смысл слов для него часто остается непонятен. Однако в любом случае такая речевая активность полезна. Часто именно в ходе занятий с ритмами у ребенка возникают первые попытки использовать активную речь.

Уточнения смыслового содержания используемых текстов можно достичь, показывая действия, используя картинки, игрушки, проигрывая сюжеты. Кроме того, если такая игра сопровождается показом сюжетной картинки или игрушки, то текст песенки или стиха связывается у ребенка с определенным образом — предметом или изображением. В результате ребенок, увидев гармошку, принимается играть на ней и напевать песенку про Антошку, а заметив картинку с изображением гусей, начинает напевать песенку про веселых гусей.

Рекомендуем начинать занятия со следующих текстов: песенки — «Антошка», «Песенка львенка и черепахи», «Жили у бабуси два веселых гуся», «Чунга-Чанга», «Песенка крокодила Гены»; стихотворения-потешки — «Ладушки», «Идет коза рогатая», «Баба сеяла горох», «Большие ноги идут по дороге»; цикл стихотворений «Игрушки» Агнии Барто. детский аутизм. Рекомендации по коррекционной работе с аутичными детьми

7. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ДЕТЬМИ С РАС

Работая с аутичными детьми, надо иметь в виду, что коррекционная работа будет продолжительной. Скорее всего, на первых этапах взаимодействия аутичный ребенок откажется от контакта с вами вообще, а тем более не захочет вступать в групповую, а может быть, и в индивидуальную игру. Поэтому, рекомендуя игры для работы с аутичными детьми, мы подразумеваем, что проводить их вы будете только исходя из реальных возможностей и необходимости. Составляя список игр для коррекционных занятий с аутичным ребенком, следует также помнить, что играть он с вами будет только в те из них, которые в наибольшей степени совпадут с его интересами. Поэтому, идя на занятия, вы должны быть готовы к гибким изменениям своих планов и иметь в запасе несколько игр, которые могут прийтись "по вкусу" вашему ученику.

Наиболее сложные для аутичных детей игры - это коллективные игры, которые предполагают их включение во взаимодействие со сверстниками. Эти игры вы будете использовать, разумеется, после проведения индивидуальной подготовительной работы и, конечно, при желании самого ребенка.



Подвижные игры:

1. "Рукавички"

Цель: включение аутичных детей в групповую работу.

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою "пару", отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются как можно быстрее раскрасить совершенно одинаковые рукавички. Дети сразу видят и понимают целесообразность своих действий (ищут пару). Педагог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Проводить игру рекомендуется в два этапа. На первом этапе дети только ищут парную рукавичку. Проиграв подобным образом несколько раз, можно переходить ко второму этапу: найдя пару, участники игры раскрашивают парные рукавички.

2. "Охота на тигров"

Цель: научить детей планировать свои действия во времени.

Группа участников встает в круг. Водящий выходит за круг, становится спиной к группе и начинает громко считать до 10. В это время участники передают друг другу маленького игрушечного тигра. После окончания счета тот, у кого находится тигр, вытягивая руки вперед, закрывает тигра ладошками. Остальные участники делают то же самое. Задача водящего - найти тигра. Как правило, аутичным детям трудно сразу включиться в игру, поэтому сначала необходимо дать им возможность понаблюдать за ходом игры со стороны. - Игры с небольшими подушками, полотенцами, веревками, коробками (перетягивание, подбрасывание, легкие удары)

У аутичных детей есть следующая особенность: они могут наносить себе удары, часто – по голове. Причина таких действий – либо самоагрессия, либо самостимуляция. В подобных случаях затевайте игру. Обычно дети сразу включаются в нее, тем более если она уже знакома по прошлым занятиям. А вы получаете возможность контролировать силу ударов, переключить ребенка с агрессивных действий на игру.

3. «Кто сильнее»

В этой игре взрослый предлагает ребенку взяться за конец веревки и начинает тянуть за другой конец со словами: «Отдай! Отдай!». Ребенок включается в игру, тянет веревку на себя. Можно использовать также подушку или полотенце.

4.«Подушечные бои»

Для игры потребуются маленькие мягкие подушки. Кидайтесь друг в друга подушечками, издавая победные кличи. Можно «поколотить» друг друга подушками, стараясь попадать по различным частям тела.

5.«Детский футбол»

Дети любят бросать вещи на пол и пинать их ногами. Постарайтесь дать ребенку представление о том, что нельзя поступать так со всеми вещами подряд. Например, недопустимо пинать по полу мамину сумочку или фен. Объясняйте это и словами, и на практике. Сказав: «Это нельзя!», если ребенок схватил неподходящую вещь, тут же предложите ему более адекватный заменитель. Организуйте игру в «футбол», используя вместо мяча подушку, пустую коробку из-под сока или пластиковую бутылку. Играть можно руками и ногами, подушку (коробку, бутылку) можно пинать, кидать, отнимать.

6.«Догони мяч»

Учитель катит мяч вдоль зала и предлагает детям догнать его. Затем педагог переходит на другую сторону и снова прокатывает мяч, дети догоняют. Игра повторяется 2—3 раза. Вариант игры: можно приготовить мячи по количеству детей. Воспитатель кладет мячи в корзину и предлагает каждому догнать мяч, взять его и принести.

7.«Найди свой цвет»

У детей в руках платочки трех цветов (зеленые, желтые, красные). В трех углах комнаты цветные флажки на подставках. По сигналу «идите гулять» дети расходятся по площадке, по сигналу «найди свой цвет» бегут к флажку соответствующего цвета.

8.«Птичка и птенчики»

«Я буду птица, а вы – мои птенчики», - говорит воспитатель, чертит большой круг (можно выложить круг из шнура). «Вот какое большое гнездо у птицы! Заходите в него!». Дети входят в круг и присаживаются на корточки. «Полетели, полетели, птенчики, зернышки искать», - говорит воспитатель. Птенчики выпрыгивают из гнезда и летают по всей комнате, птица-мама летает вместе с ними. По сигналу «полетели, птенчики, домой» дети бегут и круг. Игра повторяется несколько раз.

9.«Кто тише?»

Дети идут гурьбой вместе с воспитателем. Неожиданно он говорит: «Ну, а теперь повторим, кто из вас умеет ходить тихо – тихо, на носочках» - и показывает. Дети идут за воспитателем. Незаметно он отходит в сторонку и говорит: «А теперь все бегом ко мне». Дети бегут, педагог хвалит малышей, делает вид, что всех обнимает. Можно дать задание идти тихо к мишке или зайке, которые сидят на стульчиках и по сигналу бегом дети должны вернуться назад.

10.«Сбей мяч или кеглю»

Положите на табурет большой мяч. Ребенок стоя перед табуретом на расстоянии 1,5-2 м, по сигналу «Сбей мяч!» бросает маленький мяч (диаметр до 10 см) в большой, пытаясь сбить его.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В работе нами были изучены теоретические аспекты игровой деятельности детей с расстройством аутистического спектра.

Нами были проанализированы понятие и сущность расстройства аутистического спектра в зарубежной и отечественной психологии, в результате чего мы пришли к выводу, что аутизм в виде нарушений эмоциональных контактов между ребенком и взрослыми существует - как явление патологическое. Вопрос об этиологии детского патологического аутизма до настоящего времени не является решенным и в отечественной психиатрии.

Проведённый теоретический анализ психологических особенностей детей с расстройством аутистического спектра подтвердил, что у детей отмечаются особенности памяти, мышления, восприятия, воображения, эмоционально-волевой сферы и коммуникативной функции. Тем самым, имея описанные ранее особенности психического и речевого развития, у ребенка с расстройством аутистического спектра нарушена коммуникативная функция и вследствие этого социализация ребенка в обществе.

Анализируя особенности развития игровой деятельности детей при расстройстве аутистического спектра, мы пришли к выводу, что на современном этапе развития отечественной специальной психологии и педагогики не существует общепринятых программ по формированию игровых навыков аутичных детей. В связи с этим, на наш взгляд, необходимо проводить дальнейшие исследования по данной проблеме.

В работе нами было проведено наблюдение за особенностями игровой деятельности детей по нескольким критериям: игровые интересы, интерес к игрушкам, характеристика игровых действий, содержание и сюжет ролевой игры, качественная характеристика при овладении ролью, использование предметов-заместителей, особенности речевых высказываний ребёнка, особенности поведения ребенка в игровой ситуации, постановка игровых целей и задач.

Также нами были разработаны рекомендации по организации игровой деятельности детей с расстройством аутистического спектра, которые могут быть использованы в работе педагогов.

Общепризнано, что игра - ключевой фактор в развитии ребенка. Игровая деятельность имеет большое значение в формировании познавательных процессов. В ходе игры у ребенка активно развиваются основные формы мышления, речь и воображение; совершенствуются исследовательские навыки, формируется связь между образом, словом и его значением, расширяются творческие способности.

Таким образом, игра является источником развития когнитивной, эмоциональной и социально-коммуникативной сфер аутичного ребенка. В то же время стоит отметить, что на современном этапе развития отечественной специальной психологии и педагогики не существует общепринятых программ по формированию игровых навыков аутичных детей. В связи с этим, на наш взгляд, необходимо проводить дальнейшие исследования по данной проблеме.

Список литературы:

1. Алленова, О.В. Аутизм — это социальная катастрофа [Электронный ресурс] / О.В. Алленова // Коммерсантъ-Власть. - 1992. - №25.
2. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании: учеб. для студентов сред. и высш. пед. учеб. заведений / Сост. Е.А. Медведева и др. - М.: Академия, 2001.
3. Копытин, А.И. Современная клиническая арт-терапия. Учебное пособие / А.И. Копытин. - Москва: Когито-центр, 2015.
4. Забара Людмила Ивановна, Якина Лилия Николаевна Арт-терапия как инновационная технология социально-педагогической деятельности с детьми: к проблеме теории и методологии // Педагогическое образование в России. 2017. №3.
5. Киселева Татьяна Юрьевна, Беловолова Светлана Павловна Арт-терапия как психолого-педагогическая технология // Сибирский педагогический журнал. 2010. №11.
6. Магомедова Марьям Курбановна Использование арт-терапии (пластилинографии) как формы работы с детьми, страдающими аутизмом // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. 2018. №3.
7. Аршатская О.С. Психологическая помощь ребенку раннего возраста при формирующемся детском аутизме / О.С. Аршатская // Дефектология: научно-методический журнал; Ред. Н.Н. Малофеев, А.Б. Миньков. - 2005. - №2 2005. - с. 46-57.

8. Астапов, В.М. Искаженное психическое развитие / В. М. Астапов // Астапов В.М. Введение в дефектологию с основами нейро- и патопсихологии. - М., 1994. - С.114-119.
9. Башина В.М. Аутизм в детстве. - М.: Медицина, 1999.
10. Богдашина О. Аутизм: определение и диагностика. - Донецк, 1999.-117с.
11. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии. - 1996. - № 6.
11. Лебединская К.С., Никольская О. С. Диагностика раннего детского аутизма. - М.: Просвещение, 1991.
12. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. - М.: Педагогика, 1986.
13. Мамайчук И.И. Помощь психолога детям с аутизмом. - СПб.: Речь,2007.- 288с.
14. Манелис Н.Г. Сравнительный нейропсихологический анализ формирования высших психических функций у здоровых детей и у детей с аутистическими расстройствами: Дисс. . канд. псих, наук,- М. 2000. - 124 с.
15. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути Помощи. - М.: Теревинф, 2005.-288с.
16. Носкова Н.В. Психология возрастного развития человека: Учебное пособие. Барнаул: Изд-во Алт. Ун-та, 2004. - 228 с.
17. Питерс Т. Аутизм: от теоретического понимания к педагогическому воздействию. - СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1999. - 192 с.
18. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста / Циркин С.Ю. - 2002. - 446с.
19. Феррари П. Детский аутизм; пер. с фр. О. Власовой. - М.: РОО "Образование и здоровье", 2006.-127с.
20. Эльконин Д.Б. Психология игры. - М.: Педагогика, 1978.

Концевой титул

Методическое пособие для воспитателей

Авторы:

воспитатели группы

«Эрэл» с детьми с ОВЗ МБДОУ ЦРР детский сад «Ромашка»

Нюрбинского района РС(Якутия)

Андреева Рея Васильевна

Иванова Анна Евгеньевна

Место издания:

МБДОУ ЦРР детский сад «Ромашка»

с. Антоновка

Нюрбинского района

Технический редактор

Захарова Христина Александровна

Год издания:

2022 год

УДК 373.382(07)

ББК 74.102я70+74.100.57я70