

Методическое объединение педагогов-психологов  
Северного округа г. Оренбурга

## *СБОРНИК ПРАКТИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ*

*Фестиваля идей  
«Организация работы педагога-психолога  
ДОО  
в летний оздоровительный период»*

Часть 1



Оренбург, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ОРГАНИЗАЦИОННО – МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА ПЕДАГОГА - ПСИХОЛОГА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.....	4
ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	7
ОРГАНИЗАЦИЯ И СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГОМ – ПСИХОЛОГОМ.....	30
ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	37
ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГАМИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.....	102
ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	104
ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.....	148
ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	154

## ВВЕДЕНИЕ

Летний период вносит существенные изменения в деятельность дошкольной образовательной организации, в работу воспитателей, в условия содержания детей, увеличивается время прогулок. Изменяется количество детей в группах, происходит объединение групп, часто формируются разновозрастные коллективы, происходит смена персонала - сотрудники уходят в отпуск, передавая своих воспитанников другим педагогам.

Летом приходят в детский сад малыши, начинается период адаптации, этот психологически трудный период, как правило, затрагивает и детей, и родителей и персонал группы.

Всё это не может не отражаться на психологическом состоянии всех участников образовательного процесса. В работе самого специалиста лето это время подведения итогов работы за учебный год, планирование на будущий, ревизия материалов кабинета, пополнение методическими материалами.

Следовательно, все эти изменения, обуславливают иную организацию деятельности педагога-психолога.

Данный сборник создан с целью – помочь педагогам – психологам дошкольных образовательных организаций в планировании и организации работы в летний – оздоровительный период.

В сборнике рассматриваются теоретические вопросы, а именно основные направления работы специалиста в летний период.

В качестве практического материала представлены эффективные формы и методы работы, примерные образцы документации педагога-психолога для работы в летний период.

Составитель\* Терентьева Ю.А.

# **ОРГАНИЗАЦИОННО – МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА ПЕДАГОГА - ПСИХОЛОГА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

*СТАРОВА ЕКАТЕРИНА ВИКТОРОВНА,  
ПЕДАГОГ - ПСИХОЛОГ МДОАУ №50*

Изменения в работе детского сада в летний период обуславливают и иную организацию деятельности педагога-психолога.

Организационно-методическое направление является неотъемлемой частью деятельности каждого педагога-психолога. В рамках этого направления в летний период педагогом – психологом осуществляется следующая работа:

- подготовка документации для летней работы;
- подготовка документации к новому учебному году.

**Организационно - методическая работа в летний период включает в себя** план летней работы педагога- психолога, в котором отражаются основные направления работы.

**Цель:** сохранение и укрепление психофизического здоровья воспитанников с учетом их индивидуальных особенностей, содействие обеспечению эмоционально комфортных условий пребывания воспитанников в ДОУ в летний оздоровительный период.

**Задачи:**

1. Обеспечить психологически - комфортное пребывания ребёнка в детском саду.
2. Сопровождение адаптационного процесса.
3. Развитие личностной сферы детей дошкольного возраста (эмоционально – волевой и коммуникативной) и навыков общения дошкольников.
4. Осуществление психологического просвещения и консультирования родителей по вопросам воспитания детей.
5. Психологическое просвещение педагогов, психологическая поддержка в профилактике стрессоустойчивости.
6. Оформление документации.
7. Анализ эффективности проведенной работы.

**Направления работы:**

## ***1. Диагностическая работа***

- визуальная диагностика эмоционального состояния детей в процессе адаптации;
- наблюдение за детьми в режимных моментах;
- анкетирование родителей вновь поступающих детей;
- выявление детей, нуждающихся в коррекционно – развивающей работе;
- углублённая диагностика по запросам педагогов и родителей.

## ***2. Консультирование***

- по плану, по запросам.

## ***3. Психопрофилактика и просвещение***

- по плану.

## ***4. Коррекционно-развивающая работа***

- коррекция психоэмоционального состояния у детей группы раннего возраста;
- индивидуальная работа с детьми по согласованию с родителями.

## ***5. Организационно – методическая работа***

- планирование деятельности, ведение рабочей документации;
- оформление информационных материалов;
- изготовление игр, пособий;

- подготовка и размещение материалов на официальном сайте;
- участие в праздниках, досугах, развлечениях;
- разработка мероприятий;
- ознакомление с изменениями в нормативно – правовой базе;
- оформление кабинета;
- подготовка аналитической справки по итогам летнего оздоровительного периода.

Выделенные направления конкретизируются по возрастным группам детского сада.

Возрастная группа	Дата	Работа с детьми	Работа с педагогами	Работа с родителями
Младшая группа				
Средняя группа				
Старшая группа				
Подготовительная группа				

**Подготовка документации к новому учебному году включает в себя:**

- годовой план работы;
- режим работы;
- циклограмма распределения рабочего времени педагога- психолога;
- план по самообразованию;
- паспорт кабинета.

**Годовой план работы отражает специфику деятельности в учебный период.**

**Цель работы:** сохранение и укрепление психологического здоровья детей, психологическое сопровождение всех участников воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.

**Задачи:**

- 1.Формирование у педагогов и родителей потребности в психологических знаниях, желания использовать их в работе с ребенком или в интересах собственного развития, своевременно предупреждать возможные нарушения в становлении личности ребенка.
- 2.Психологическое изучение ребенка с момента поступления его в ДОУ (ранняя диагностика) и на протяжении всего периода дошкольного возраста, диагностика определения причин нарушения в обучении и развитии.
- 3.Ранняя коррекция эмоционального состояния ребенка, познавательных психических процессов, развитие личности, индивидуальности «детей риска», оказание помощи педагогам в индивидуализации воспитания и обучения детей, развитии их способностей и склонностей.
- 4.Консультирование родителей и педагогов по вопросам развития, обучения и воспитания детей.

**Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса осуществляется по всем направлениям профессиональной деятельности педагога-психолога:**

- психологическая диагностика детей, в том числе детей-инвалидов;
- коррекционно-развивающая работа с детьми, в том числе с детьми-инвалидами;

- психопрофилактика, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья детей в процессе обучения и воспитания;
- консультирование субъектов образовательного процесса;
- психологическое просвещение субъектов образовательного процесса;
- организационно-методическая работа.

### **Режим работы и циклограмма распределения рабочего времени**

В режиме работы отражается практическая деятельность и организационно-методическая (т.е. 36 часов в неделю с разделением на методические и практические часы).

Циклограмма отражает детальное распределение рабочего времени ( в какое время какую конкретную деятельность выполняет психолог).

На основании годового плана и циклограммы составляется **план работы на неделю, на месяц** (в зависимости от образовательного учреждения), отражающий конкретные виды деятельности.

**План по самообразованию** – отражает тему, сроки реализации, цель, задачи, основные этапы работы.

**Паспорт кабинета:** кабинет педагога-психолога базируется на соответствующем современным требованиям методическом и организационном обеспечении, а также подкрепляется необходимым техническим оснащением и оборудованием.

С учетом задач работы психолога ДООУ, помещение территориально делится на 2 рабочие зоны, которые включают в себя 4 рабочих сектора, имеющих специфическое назначение и соответствующее оснащение.

Зона 1:

- организационно-методический сектор, оснащен рабочим столом. Имеются шкафы для хранения документации и методической литературы.
- консультативный сектор. Оформлен максимально комфортно – удобный мягкий диван. Это создает обстановку уюта, защищенности, располагает к расслаблению, успокоению, способствует доверительному общению в условиях консультирования.

Зона 2:

- диагностический сектор, оснащен рабочими столами, содержащей данные и результаты обследований. В шкафах размещены методические и диагностические материалы, инструментарий для психологического исследования.
- коррекционно-развивающий сектор, предназначен для различных видов индивидуальной и групповой работы (тренинги, семинары, консультации, игровая терапия, коррекционно-развивающие занятия).

Организационно - методическая работа в летний период так же включает в себя подготовку и систематизацию программ, проектов, **используемых в работе в течение года:**

**течение года:**

- программы по сопровождению периода адаптации;
- коррекционно- развивающие программы и проекты;
- программы на коррекцию конкретных проблем (страхов, агрессии, негативизма и тп).

**Подготовка и оформление журналов фиксации** – является обязательной составляющей работы педагога - психолога.

В журналах отражается вся проведенная работа психолога.

Примерное содержание рабочего журнала:

1. Учет групповых диагностических исследований
2. Учет индивидуальных групповых исследований
3. Учет просвещения, профилактических видов работ
4. Учет групповых консультаций, бесед и прочих видов работы

5. Учет индивидуальных консультаций
6. Учет индивидуальных консультаций педагогов
7. Учет индивидуальных коррекционно - развивающих занятий с детьми
8. Учет групповых коррекционно - развивающих занятий с детьми
9. Учет научно- методической и других видов работы
10. Аналитическая деятельность
11. Записная книжка
12. Статистическая справка за год

Таким образом, организационно - методическая работа педагога- психолога в летний период обширная и трудоемкая. Подобная работа не всегда видна стороннему наблюдателю, однако, требует больших временных и энергетических затрат специалиста.

Литература:

1. Нормативно-правовые документы для педагогов-психологов образования. Выпуск 1./ сост. И.М. Каманов - М.: ТЦ Сфера, 2003
  2. Семаго М.М. Рабочий журнал психолога образовательного учреждения. – М., ТЦ Сфера, 2004
  3. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений/ под ред. И.В. Дубровиной. – М.: ТЦ Сфера, 1997
- Электронные ресурсы:  
<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2016/08/15/dokumentatsiya-pedagoga-psihologa-v-detskom-sadu>  
<https://infourok.ru/statya-dlya-pedagoga-psihologa-v-dou-dokumentaciya-pedagoga-psihologa-3943982.html>  
<http://epmobr.pf/wp-content/uploads/2021/10/dokumentaciya-reglamentiruyushhaya-i-obespechivayushhaya-deyatelnost-pedagoga-psihologa-v-sisteme-psihologo-pedagogicheskogo-soprovozhdeniya-obuchayushhihsya.pdf>

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **ПРИМЕРНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В ДОУ**

*НАЙДЕНОВА ЮЛИЯ ВЛАДИМИРОВНА  
 ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 104*

### **ПЛАН РАБОТЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

#### **ПСИХОДИАГНОСТИКА**

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
<b>Работа с детьми</b>					
1.	Отслеживание прохождения адаптационного периода у детей раннего и младшего дошкольного возраста.	Наблюдение	Педагог-психолог	Сентябрь - октябрь	Профилактика дезадаптации детей в ДОУ. Разработка рекомендаций для педагогов и родителей. Памятки

2.	Итоги процесса адаптации у детей младшего дошкольного возраста	Анализ результатов проведенных диагностик	Педагог-психолог	Октябрь Ноябрь	Разработка плана совместной коррекционной работы педагога- психолога, воспитателей и проф. специалистов. Заключение
3.	Диагностика познавательного развития детей старших, подготовительных групп (и по запросу).	Индивидуальная диагностика	Педагог-психолог	Сентябрь-октябрь Апрель - май	Планирование коррекционно-развивающей работы. Разработка рекомендаций для педагогов и родителей. Определение динамики развития детей, эффективности коррекционно-развивающей работы. Заключение.
4.	Изучение и определение негативных факторов, влияющих на развитие детей в детском саду и семье	Анализ результатов проведенных диагностик	Педагог-Психолог, профильные специалисты	Октябрь ноябрь	Разработка плана совместной коррекционной работы профильных специалистов. Заключение
5.	Диагностика психического развития детей раннего возраста (по запросу)	Совместное проведение диагностики и заполнение журнала	Воспитатели, педагог-психолог	Ноябрь - декабрь	Предупреждение отклонений в интеллектуальной, эмоциональной, социальной сферах. Организация профилактической и развивающей работы на ранних этапах развития ребенка. Заключение
6.	Диагностика эмоционально-личностных особенностей детей старших и подготовительных групп (эмоциональная сфера, тревожность) - выборочно - по результатам опроса педагогов	Индивидуальная диагностика	Педагог-психолог	Декабрь	Определение наличия и причин эмоционально-личностных нарушений у детей. Планирование коррекционной работы с детьми. Разработка рекомендаций для педагогов и родителей. Заключение.



7.	Диагностика познавательного и эмоционального развития одаренных детей старших групп.	Индивидуальная диагностика	Педагог-психолог	Ноябрь	Выявление умственно одаренных детей, уровня познавательного развития и эмоциональной сферы для оказания им психологической поддержки. Разработка индивидуального маршрута развития ребенка, рекомендаций для педагогов и родителей. Заключение.
8	Диагностика психологической готовности к школьному обучению детей подготовительных групп (предварительная)	Индивидуальная диагностика	Педагог-психолог	Декабрь	Определение уровня психологической подготовки детей к школе, динамики и тенденций за несколько лет (в рамках мониторинга МБДОУ). Разработка рекомендаций для педагогов и родителей. Заключение.
9	Диагностика психологической готовности к школьному обучению детей подготовительных групп.	Индивидуальная Групповая диагностика	Педагог-психолог	Апрель - май	Определение уровня психологической подготовки детей к школе, динамики за несколько лет (в рамках мониторинг МБДОУ). Информирование педагогов на итоговом педсовете. Заключение.
10	Индивидуальная и групповая психологическая диагностика в соответствии с запросом администрации и родителей	Групповая и индивидуальная диагностика, наблюдение	Педагог-психолог	В течение года	Предупреждение отклонений в интеллектуальной, эмоциональной, социальной сферах развития детей; Организация профилактической и развивающей работы на ранних этапах развития ребенка. Заключение.
Работа с педагогами					

1.	Анкетирование воспитателей старших, подготовительных групп «Проявление признаков одаренности у дошкольников».	Анкетирование	Педагог-психолог	Ноябрь	Выявление детей с признаками умственной одаренности для дальнейшей диагностической и развивающей работы. Заключение.
2.	Диагностика педагогов по направлениям мониторинга качества образования МДОАУ «Психологический климат и психологическое здоровье в педагогическом коллективе»	Анкетирование	Педагог-психолог	декабрь Январь	Выработка рекомендаций по улучшению психологического климата, оптимизации стилей межличностного взаимодействия педагогов, улучшения условий психологического здоровья сотрудников. Заключение.
3.	Опрос педагогов по выявлению детей, нуждающихся в коррекционном сопровождении	Заполнение бланка опросника	Педагог-психолог	В течении года (по запросу)	Выявление детей с эмоционально-личностными и поведенческими проблемами. Разработка совместного плана коррекционной работы профильных специалистов.
Работа с родителями					
1.	Анкетирование родителей младших групп в рамках социологического обследования.	Анкетирование	Педагог-психолог, воспитатели	Сентябрь	Составление социального паспорта семьи. Определение запроса родителей в рамках организации единого подхода в воспитательно-образовательном процессе ДОУ и семьи. Заключение.

2.	Анкетирование родителей по адаптации ребенка в детском саду	Анкетирование	Педагог-психолог, воспитатели	Октябрь	Профилактика дезадаптации детей в ДОУ. Разработка рекомендаций для педагогов и родителей. Заключение - к концу прохождения адаптации.
3.	Анкетирование родителей по выявлению общего представления относительно данных ребенка	Анкетирование	Педагог-психолог, воспитатели	Декабрь	Выявление детей с признаками одаренности для дальнейшей диагностической и развивающей работы. Заключение.
4.	Анкетирование по выявлению удовлетворенности родителей предоставляемыми образ. услугами ДОУ	Анкетирование	Педагог-психолог, воспитатели	Апрель	Определение запроса родителей в рамках организации единого подхода в воспитательно-образовательном процессе ДОУ и семьи. Заключение.

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
Работа с детьми					
1.	Адаптационные подгрупповые мероприятия с детьми (по запросу)	Игровое взаимодействие	Педагог-психолог, воспитатели	Сентябрь - октябрь	Сопровождение адаптации детей к ДОУ. Журнал учета групповых форм работы
2.	Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию эмоционально-личностной сферы старших, подготовительных групп.	организованная совместная деятельность	Педагог-психолог	Октябрь - апрель	Развитие эмоционально-личностной сферы детей. Коррекция выявленных проблем. Журнал индивидуальной и групповой работы.

3.	Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию познавательной сферы детей старших, подготовительных групп	организованная совместная деятельность	Педагог-психолог	Октябрь - апрель	Развитие познавательной сферы детей. Коррекция выявленных проблем. Журнал индивидуальной и групповой работы.
4.	Индивидуальная работа с детьми, имеющими признаки умственной одаренности (по запросу)	организованная совместная деятельность	Педагог-психолог	Ноябрь - апрель	Развитие эмоциональной сферы, коммуникативных способностей детей. Развитие интеллектуального потенциала. Журнал

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
Работа с педагогами					
1.	Участие в составлении плана работы по психолого-педагогическому сопровождению детей с признаками одаренности.	Заседания	Члены Совета педагогов, педагог-психолог	Октябрь	Разработка индивидуальных образовательных маршрутов. Организация психолого-педагогической поддержки одаренных детей. Информирование педагогов, повышение профессионального уровня в организации работы с одаренными детьми. Выработка стратегии образовательной работы педагогического коллектива с детьми, имеющими признаки умственной одаренности
2.	Условия в ДОУ для взаимодействия с одаренными детьми.	Консультация	Педагог-психолог	Сентябрь	Информирование педагогов, повышение профессионального уровня в организации работы с одаренными детьми. Выработка стратегии образовательной работы педагогического коллектива с детьми, имеющими признаки умственной одаренности
3.	Система работы с одаренными детьми.	Аналитический отчет	Педагог-психолог	Ноябрь	Информирование педагогов, повышение профессионального уровня в организации работы с одаренными детьми. Выработка стратегии образовательной работы педагогического коллектива с детьми, имеющими признаки умственной одаренности

4.	Участие в тематических педагогических советах, семинарах-практикумах, мастер-классах, тренингов.	Заседания	Зам.зав по ВМР, педагог-психолог, специалисты	По графику, (по необход. - внеплановые)	Разработка маршрутов коррекционной работы, рекомендаций для педагогов и родителей по организации воспитательно-образовательного взаимодействия с детьми. Протокол
----	--	-----------	---	---	---

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
Работа с педагогами, родителями					
1.	Индивидуальное консультирование по запросу администрации, педагогов по результатам диагностик и вопросам возрастной психологии, нормы и отклонений развития и обучения детей.	Консультация	Педагог-психолог	В течение года	Решение конкретных психологических проблем. Разработка индивидуальных рекомендаций. Журнал консультаций
2.	Консультация для педагогов «Составляющие и особенности психологической готовности к школе»	Консультация	Педагог-психолог	Апрель	Информирование и стимулирование педагогов к созданию условий для формирования компонентов психологической школьной готовности у старших дошкольников.
3.	Тематические консультации для педагогов и родителей	Консультации	Педагог-психолог	В течение года согласно плану	Повышение психологических знаний педагогов и родителей. Журнал групповых консультаций.

## ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
1.	Участие в семинарах, конференциях, заседаниях МО педагогов-психологов.	Конференции, заседания, практикумы	Педагог-психолог	В течение года	Повышение профессиональной и личной компетентности. Обогащение опыта работы. Ориентирование в научной литературе, в методах современного экспериментального исследования.
2.	Работа по самообразованию	Семинары, практикумы, работа в библиотеке	Педагог-психолог	В течение года	Повышение профессиональной компетентности по теме самообразования. Ориентирование в научной литературе, в методах современного экспериментального исследования.
3.	Участие в заседаниях интервизорского консультационно-тренингового центра для педагогов-психологов ДОУ города	Заседания	Педагог-психолог	По плану	Повышение профессиональной компетенции педагогов-психологов. Протокол.
4.	Участие в работе педагогической площадки детского сада	Заседания	Педагог-психолог, члены педагогической мастерской	По плану	Повышение компетенции. Обогащение опыта.
5.	Участие в различных конкурсах и научно-практических конференциях муниципального, федерального и международного	Конкурсы, НПК	Педагог-психолог	По плану	Повышение уровня квалификации и профессиональной компетенции.

## ПСИХОПРОФИЛАКТИКА

№ п/п	Название работы	Условия проведения	Ответственный	Срок проведения	Предполагаемый результат
Работа с детьми, педагогами, родителями					
1.	1. «Взаимодействие психолога с педагогами в работе с одаренными детьми». Практическое занятие с элементами тренинга «Эффективность педагогического взаимодействия» «Способы выхода из конфликтной ситуации в работе с семьей» «Здоровый педагог - здоровые дети». Релаксационная пауза. «Кинезиология. Комплекс упражнений» «Эмоциональное профессиональное выгорание»	Занятие	Педагог-психолог	Ноябрь Декабрь Январь Ноябрь Декабрь Февраль, Март	Повышение психологических знаний педагогов. Отработка способов взаимодействия. Журнал групповых форм работы.
2.	Индивидуальная и групповая работа с детьми «группы риска»	Организованная совместная деятельность	Педагог-психолог, специалисты	В течение года	Профилактика педагогической запущенности, девиантного поведения. Психологическая поддержка детей. Журналы индивид. и групповой работы.
3.	Социально-психологический тренинг для родителей «Азбука взаимодействия взрослого и ребенка»	Тренинг	Педагог-психолог	февраль	Повышение психологических знаний родителей, помощь в решении конкретных актуальных проблем в воспитании ребенка. Журнал групповых форм работы

4.	«Условия успешной адаптации»	Собрание	Педагог-психолог	Сентябрь	Повышение психологических знаний родителей, помощь в решении конкретных актуальных проблем в воспитании ребенка. Журнал групповых форм работы
5.	Семинар-практикум «Игротерапия»	Семинар-практикум	Педагог-психолог	Декабрь	Повышение психологических знаний родителей, помощь в решении конкретных актуальных проблем в воспитании ребенка. Журнал групповых форм работы
6.	Практикум для родителей «Готовимся к школе вместе»	практикум	Педагог-психолог	Январь	Повышение психологических знаний родителей, помощь в решении конкретных актуальных проблем в подготовке ребенка к школе.
7.	Выступления на групповых родительских собраниях с использованием психологических упражнений	Родительское собрание	Педагог-психолог	Октябрь - ноябрь, апрель - май	Повышение психологических знаний родителей, помощь в решении конкретных актуальных проблем в воспитании ребенка. Журнал групповых форм работы



# ПРИМЕРНОЕ ГОДОВОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В ДОУ

НАЙДЕНОВА ЮЛИЯ ВЛАДИМИРОВНА

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 104

## Планирование психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса МДОАУ «Детский сад № \_\_\_» Ф.И.О. на 202--202- учебный год

**Цель:** психолого-педагогическое сопровождение участников образовательного процесса, основных и дополнительных образовательных программ, а также оказание психолого-педагогической поддержки дошкольникам с ОВЗ и дошкольникам, испытывающим трудности в освоении основной образовательной программы.

**Задачи педагога – психолога на 202\_ – 202\_ год:**

- психологический анализ социальной ситуации развития ДОУ, выявление основных проблем в определении причин их возникновения, путей и средств их разрешения;
- охрана и укрепления физического и психического здоровья дошкольников, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства;
- содействие созданию благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными индивидуальными особенностями и склонностями, способностями и творческим потенциалом каждого, как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром, на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования исходя из актуальных потребностей, посредством очной и дистанционной формы;
- содействие гармонизации социально-психологического климата в ДОУ;
- участие в комплексной психолого-педагогической экспертизе профессиональной деятельности специалистов ДОУ, образовательных программ и проектов, учебно-методических пособий,
- содействие в обеспечении научно-методическими материалами и разработками в области психологии, с целью повышения профессионального мастерства педагогов.

М е с яц	Деятельность с детьми	Деятельность с педагогическим коллективом	Деятельность с родителями	Деятельность с документацией
	Адаптационный период в 1 младшей группе № 1,2,3; 2-младшей № 5,11. (карты Машанцевой) Посещение развивающих занятий в адаптационный	Разработка совместно с воспитателями плана работы с родителями детей. Знакомство педагогов групп детей раннего	Ознакомительная беседа с родителями вновь поступивших детей. Выступление на	Подбор материала для диагностик и познавател

С Е Н Т Я Б Р Ь	<p>период в группе детей раннего возраста.</p> <p>Диагностика психологических особенностей и актуального уровня психического развития детей старшего дошкольного возраста (Стребелева, Руденко, Семаго, Нечаева)</p> <p>Изучение степени комфортности пребывания ребенка в ДООУ. сопровождение Р-И № 1,2.</p> <p>Психопрофилактические, развивающие занятия в старших группах № 4,7, 8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик»</p>	<p>возраста с программой сопровождения семьи на этапе поступления в ДООУ и процесса адаптации ребенка, с планом работы на год.</p> <p>Индивидуальное консультирование по запросу администрации, педагогов, по результатам диагностич. исследований по вопросам возрастной психологии, особенностям образовательного процесса.</p> <p>Консультация для воспитателей 1-2 младшей группы «Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду?»</p> <p>«Особенности адаптационного периода»</p> <p>Современные коррекционно-развивающие технологии в ДОО: подходы в развитии личностной, познавательной, эмоционально-волевой сферы детей. Р.И №1, 2 (для педагогов 10)</p> <p>Тема: «Пути взаимодействия педагогов ДООУ по коррекции нарушений у детей с ОВЗ на 202_ - 202_ учебный год».</p>	<p>родительских собраниях в подготовительных 1 младших, 2 младших, средних, старших группах</p> <p>«Возрастные особенности».</p> <p>Консультация для родителей: «Поступаем в детский сад. Особенности адаптационного периода».</p> <p>«Кризис трех лет». «Детская агрессивность»</p> <p>- Составление памяток для родителей «Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»</p> <p>- Анкетирование «Сбор данных о ребенке, оценка степени адаптации»</p> <p>- «Адаптация детей к условиям детского сада» (игры для детей в адаптационный период).</p> <p>Консультация: «Проблемы предшкольной подготовки.</p> <p>Психологическая готовность к школе».</p>	<p>ьного и эмоционал ьного развития детей.</p> <p>Обработка данных диагностик и.</p> <p>Обработка данных анкетирования</p> <p>заполнение журналов взаимодействия</p> <p>Родительский</p> <p>всеобуч: согласно годовому плану.</p>
	<p>Диагностика психологических особенностей детей (по запросу)</p> <p>- Диагностика психологической готовности детей подготовительной группы</p>	<p>Знакомство педагогов с результатами исследования психологического благополучия каждого ребенка в группе.</p> <p>- Рекомендации для воспитателей детей</p>	<p>- Выступления на групповых родительских собраниях с использованием психологических упражнений</p> <p>- Консультация</p>	<p>- Обработка результатов в первичной диагностик и (психологи</p>

О К Т Я Б Р Б	<p>к школе. (на начало года) № 4,8,10</p> <p>- Изучение психологического климата в группах детского сада.</p> <p>- сопровождение Р-И № 1,2.</p> <p>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старших № 7, подготовительных № 4,8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик»</p>	<p>младших групп «Педагог – важнейшее условие успешной адаптации».</p> <p>Наблюдение-содействие.</p> <p>- Диагностика педагогов по направлениям мониторинга качества образования ДОУ «Психологический климат и психологическое здоровье в педагогическом коллективе»</p>	<p>для родителей, вновь поступивших детей</p> <p>- Консультация «Подготовка детей к школе. Когда начинать и как воспитывать?»</p> <p>«Готовность детей к обучению в школе»</p> <p>- Выступления на родительских собраниях.</p> <p>- Консультация - Анкетирование родителей: «Стили семейного воспитания»</p> <p>- «Влияние современной игрушки на психику ребенка»</p> <p>Психологический инструктаж</p>	<p>ческая готовность к школе).</p> <p>- Анализ результатов в диагностик и уровня психического развития детей.</p> <p>Оформление наглядности и коррекционно-развивающим занятиям.</p> <p>Участие в оформлении родительского уголка в группах детского сада.</p> <p>- Анализ анкет родителей «Стили семейного воспитания»</p> <p>Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</p>
Н О Я Б Р Б	<p>Диагностика психологической готовности детей подготовительной группы к школе № 4,8,10</p> <p>- Изучение межличностных отношений детей в подготовительной группе.</p> <p>- Коррекционно-</p>	<p>Изучение актуальных запросов педагогов по вопросам воспитания, обучения и развития детей.</p> <p>- Индивидуальные консультации.</p> <p>- Проведение психолого-педагогического</p>	<p>- Индивидуальное консультирование .</p> <p>- Ознакомление родителей с результатами первичной диагностики «Готовность к обучению в</p>	<p>- Обработка результатов в первичной диагностик и(психологическая готовность к школе)..</p> <p>Разработка</p>

	<p>развивающие занятия с детьми, нуждающимися в сопровождении.</p> <p>- сопровождение Р-И № 1,2..</p> <p>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей № 7; подготовительных № 4,8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик»</p>	<p>анализа занятий в подготовительной группе.</p> <p>- Занятие с элементами тренинга «Я-само совершенство» (повышение самооценки профессиональных качеств педагога). Релаксационная пауза.</p> <p>- Анкетирование воспитателей старших, подготовительных групп «Проявление признаков одаренности у дошкольников.</p> <p>- «Квест - технология как форма повышения познавательной активности детей» Блок в рамках семинара-практикума.</p>	<p>школе».</p> <p>-Индивидуальное консультирование родителей проблемных детей: сбор дополнительной информации, обсуждение актуальных вопросов психолого-педагогического сопровождения, разработка плана оказания помощи, выдача рекомендаций.</p> <p>- Изучение одаренности детей.</p> <p>- Оформление письменных рекомендаций по оптимизации детско-родительских отношений "Полезные подсказки для взрослых"</p> <p>- Консультации в группах: «Магазинные истерики»</p>	<p>игр и упражнений для коррекционной работы.</p> <p>Обработка данных психолого-педагогического анализа занятий.</p> <p>Оформление стендовой информации и журналов консультаций психолога во всех возрастных группах.</p> <p>Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</p>
<p>Д Е К А Б Р Ь</p>	<p>- Работа с коррекционными группами (индивидуальные, подгрупповые).</p> <p>- сопровождение Р-И № 1,2..</p> <p>- Диагностика тревожности и микрострессоров Тэмпл, Дорки.</p> <p>- диагностика одаренности детей старшего возраста.</p> <p>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей №</p>	<p>- Практическое занятие с элементами тренинга «Эффективность педагогического взаимодействия» -«Я-само совершенство».</p> <p>Релаксационная пауза.</p> <p>Повышение самооценки и профессиональных качеств педагогов.</p> <p>- Участие в заседании Совета педагогов по составлению плана работы по психолого-педагогичес</p>	<p>- Итоги диагностики детей подготовительных групп «Эмоционально-волевая готовность детей к школе»</p> <p>1) Содержание эмоционально-волевой готовности детей;</p> <p>2)Рисунки детей – проявления внутреннего мира.</p> <p>- «Готовим детей</p>	<p>Оформление отчетной документации.</p> <p>Обработка результатов в диагностике и тревожности</p> <p>Подбор психолого-педагогической литературы</p>

	<p>7,подготовительных № 4,8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик» - Сопровождение одаренных детей.</p>	<p>кому сопровождению детей с признаками одаренности. -Игровой тренинг «Кинезиологические упражнения – это просто и весело». Педагогическая копилка: «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения» - Индивидуальные консультации.</p>	<p>к школе» Основные критерии и рекомендации</p>	<p>для родителей по воспитанию детей дошкольного возраста Стеновая информация «Готовим детей к школе».</p> <p>Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</p>
<p>Я Н В А Р Ь</p>	<p>- Работа с коррекционными группами; занятия по развитию познавательной сферы дошкольников. - Контроль за динамикой познавательного развития дошкольников. - сопровождение Р-И № 1,2.. - Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей № 7,подготовительных № 4,8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик»</p>	<p>- Проведение психолого-педагогического анализа занятий в старшей группе. - Диагностика уровня «эмоционального выгорания» (методика В.В. Бойко). - Практический семинар «Способы выхода из конфликтной ситуации в работе с семьей» Психолого-педагогический консилиум №2 (для педагогов 8,9 групп) Тема: «Динамика развития детей с ограниченными возможностями здоровья»</p>	<p>- Консультация «Как не бояться всего вокруг? Или особенности детской тревожности» - Знакомство родителей с положениями Конвенции о правах ребенка, с Семейным кодексом РФ (оформление папки-передвижки). - Практикум для родителей «Готовимся к школе вместе» Консультация: «Социально-психологическая помощь детям и взрослым при переживании кризисных состояний».</p>	<p>Подбор материала для стендов. - Участие в оформлении родительского уголка в группах детского сада. - Обработка результатов в диагностик и тревожност и - Обработка результатов в «Эмоционального выгорания»</p>

				Родительский всеобуч: согласно годовому плану.
Ф Е В Р А Л Ь	<p>Работа с коррекционными группами; занятия по развитию познавательной сферы дошкольников.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подгрупповые занятия с детьми старшего дошкольного возраста.</li> <li>- Отслеживание динамики развития детей в процессе развивающих занятий.</li> <li>- сопровождение Р-И № 1,2..</li> <li>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей № 7, подготовительных № 4,8,10 по программе «Цветик-семицветик»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проведение психолого-педагогического анализа занятий в средней группе.</li> <li>- Психологический инструктаж (устная беседа с педагогами, письменные рекомендации) по теме "Улучшение социального статуса ребенка в группе как профилактика детских психологических травм"</li> <li>- Семинар-практикум «Эмоциональное профессиональное выгорание» 1 часть «Профилактика синдрома профессионального выгорания». Саморегуляция эмоционального состояния.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Помощь родителям в подборе психологической литературы по интересующим вопросам.</li> <li>- Консультация «Что такое семья для ребенка?»</li> <li>- Психологический инструктаж «Игра – не забава. Психологическая составляющая игровой деятельности»</li> <li>- Консультация для родителей: «Как совместить реалии современного мира с психологическим и задачами возраста 4 – 6 лет».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оформление отчетной документации.</li> <li>- Подбор материала для стендов.</li> <li>- Участие в оформлении родительского уголка в группах детского сада.</li> <li>- Обработка результатов в диагностик и тревожности. Выводы.</li> <li>- Подготовка анкет для педагогов на выявление психологического климата в педагогическом коллективе.</li> <li>Родительский всеобуч: согласно</li> </ul>

				годовому плану.
М А Р Т	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа с коррекционными группами</li> <li>- сопровождение Р-И № 1,2..</li> <li>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей № 7, подготовительных № 4,8,10 направленные на формирование навыков социального взаимодействия, эмоционально-волевой сферы по программе «Цветик-семицветик»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Участие во фронтальной проверке в подготовительной группе.</li> <li>- Семинар-практикум «Эмоциональное профессиональное выгорание» 2 часть «Творческое самораскрытие, сплочение коллектива» «Кинезиология. Комплекс игровых упражнений» Игровой тренинг</li> <li>- Игры и упражнения для снятия стресса и напряжения способствующие психо-эмоциональной стабильности ребенка. Видеоряд</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Составление памятки для родителей всех возрастных групп по вопросу воспитания ребенка от рождения до 6 лет.</li> <li>- Опрос для родителей воспитанников подготовительной группы: «Готовы ли вы отдать своего ребенка в школу?»</li> <li>- родительские собрания: «Психологическая адаптация ребенка к школе. Игры и упражнения для снятия напряжения» Видеоряд</li> <li>- Консультация для родителей: «Ребенок. Злость и жестокость»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбор диагностических методик для обследования детей.</li> <li>- Подбор материалов презентации</li> <li>- Бланки анкетирования родителей;</li> <li>- Картотеки игры и упражнений для снятия стресса и напряжения будущих школьников в + видеоряд</li> <li>Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</li> </ul>
А П Р Е Л Ь	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Мониторинг готовности к школьному обучению.</li> <li>- Вторичная диагностика уровня комфортности пребывания детей в детском саду. Уровень эмоционального социального благополучия.</li> <li>- сопровождение Р-И № 1,2..</li> <li>- Психопрофилактические, развивающие занятия в старшей № 7, подготовительных №</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Участие во фронтальной проверке в старшей, подготовительной группе.</li> <li>- Консультация: «Первоклассник. Какой он?»</li> <li>- Открытый просмотр «Неделя творчества педагогов»</li> <li>- Мастер-класс «Кинезиологическая гимнастика в работе с детьми дошкольного возраста»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консультация «Портрет будущего первоклассника».</li> <li>- Обзор игр и упражнений по развитию речи дошкольников.</li> <li>- Анкетирование «Готовы ли вы отдать своего ребенка в школу?»</li> <li>- Анкетирование «Ваше мнение о работе ДОУ»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Памятки, письменная консультация «Кинезиология – это весело, интересно и полезно»</li> <li>- Подготовка к итоговому педсовету.</li> <li>- Работа с</li> </ul>

	4,8,10 по программе «Цветик-семицветик»		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консультации в группах: «Будущий первоклассник – какой он?»</li> <li>- Круглый стол «Первый раз – в первый класс!».</li> </ul>	<p>картотекой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.</li> <li>-</li> </ul> <p>Обработка результатов в вторичной диагностике. Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</p>
М А Й	<p>Мониторинг готовности воспитанников подготовительных групп к школьному обучению.</p> <p>- Социометрический статус детей старших групп</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Беседа с педагогами «Результаты психологической диагностики детей в подготовительных к школе группах» (итоги диагностики).</li> <li>- Участие в итоговом педсовете, с использованием нетрадиционных форм. «Итоги года»</li> </ul> <p>Психолого-педагогический консилиум (для педагогов 8, 9 групп) №3 Тема: «Анализ коррекционной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья за учебный год»</p>	<p>Индивидуальные консультации с родителями по вопросам воспитания и обучения детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Выступление на итоговом педсовете «Скоро в школу!».</li> <li>- Знакомство родителей с результатами итоговой диагностики.</li> </ul> <p>Родительский всеобуч: согласно годовому плану.</p>	<p>Обработка результатов в итоговой диагностике, подготовка рекомендаций, заключений о готовности детей к школе.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> </ul> <p>Подготовка аналитического отчета, подведение итогов работы, планирование работы на следующий учебный год.</p>



**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН  
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ (образец).  
ОБЛИЦОВА ТАТЬЯНА ВЯЧЕСЛАВОВНА  
ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ ЧДОУ «ДЕТСКИЙ САД НА МАРСОВОМ ПОЛЕ»**

**Цель:** Повысить качество образования через создание действенной системы содружества, поддержки, взаимодействия и взаимопомощи педагогов, детей и родителей.

**Задачи:**

1. Обеспечить психологическое просвещение родителей детей, посещающих детский сад, используя наглядную агитацию, онлайн-консультирование;
2. Активизировать родительское внимание к вопросам воспитания, жизни ребёнка в детском саду;
3. Обеспечить практическую помощь семье в вопросах воспитания и развития детей;
4. Использование различных форм сотрудничества, исходя из индивидуально-дифференцированного подхода к семьям.

<b>Месяц</b>	<b>Ведущая проблема</b>	<b>Темы</b>	<b>Материал</b>
<b>Сентябрь</b>	Как облегчить адаптацию ребенка к детскому саду.	-Консультация «Как подготовить ребенка к детскому саду». -Родительское собрание «В детский сад с улыбкой» -Тренинг «Детский сад без слёз»	Анкеты Листы адаптации Памятки буклеты Наглядная информация.
<b>Октябрь</b>	Как способствовать формированию познавательных процессов у детей.	-Семинар-практикум «Как играть с ребенком дома в развивающие игры» - Родительское собрание «Как помочь ребёнку подготовиться к школе» - Консультация «Как использовать интернет в целях развития ребенка».	Картотека игр Памятки
<b>Ноябрь</b>	Как сохранить физическое и психологическое здоровье членов семьи.	- Дискуссия «Капризы, упрямство, истерики. Как реагировать?» -Консультация «Как сохранить благополучный психологический микроклимат в семье.»	Презентация Анкета
<b>Декабрь</b>	Как справиться с возрастными проблемами ребенка.	- Консультация «Что нужно знать родителям о возрастных кризисах детей». - Круглый стол «Двадцать способов избежать наказания»	Игры Наглядная информация Памятки

		Групповая беседа «Возраст почемучек»	
<b>Январь</b>	Как формировать самостоятельность у ребенка.	- Тренинг «Как приучить ребёнка к самостоятельности» Рисуночная методика для родителей «Как я представляю своего ребенка в школе»	Буклет Рисуночная методика
<b>Февраль</b>	Как решить проблемы социализации ребенка.	Семинар-практикум «Причины детской агрессии» Консультация «Как справиться с драчливостью ребенка» Беседа с родителями «Наша семья и ребенок»	Стендовая информация Памятка
<b>Март</b>	Какие ошибки воспитания могут допустить родители и как их решить	Тренинг «Поощрения и наказания ребёнка в семье» Консультация «Детские страхи» Анкетирование родителей «Семейное воспитание»	Анкета Буклет
<b>Апрель</b>	Как способствовать развитию своего ребёнка	Психологическая гостиная «Помочь учиться» Консультация «Игры и упражнения для развития памяти» Практикум «Как заучивать наизусть стихи с детьми» Анкета для родителей «Насколько вы готовы быть родителем школьника»	Картотека игр для дома Анкета Памятка
<b>Май</b>	Какие ошибки воспитания могут допустить родители и как их решить	Родительский клуб «Секреты общения в семье» Консультация «Как организовать летний отдых детей с пользой для их развития»	Стендовая информация Презентация Буклет

**ПЛАН РАБОТЫ НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД  
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА (образец)  
СЕМЕНЮТИНА ЛАРИСА ЮРЬЕВНА  
ПЕДАГОГ – ПСИХОЛОГ МДОАУ №51**

**ЦЕЛЬ:** психолого-педагогическое сопровождение детей в летний оздоровительный период с целью сохранения и укрепления психофизического здоровья воспитанников с учетом их индивидуальных особенностей.

**ЗАДАЧИ**

1. Создать условия для обеспечения полноценного психического и личностного развития детей дошкольного возраста в процессе их воспитания, образования и социализации на базе ДОУ.
2. Развить эмоциональную и личностную сферы дошкольников
3. Сформировать коммуникативные навыки взаимодействия между дошкольниками.
4. Осуществлять консультирование педагогов и родителей по актуальным вопросам детского развития.
5. Улучшить методическое обеспечение кабинета педагога-психолога.

<b>Направление деятельности</b>	<b>Форма реализации</b>	<b>Сроки</b>
1. <b>Психодиагностическая работа</b>	Наблюдение за детьми в режимные моменты, на прогулке Выявление детей, нуждающихся в коррекционно – развивающей работе. Углублённая диагностика по запросам педагогов и родителей.	В течение всего летнего периода
2. <b>Консультирование</b>	Индивидуальное консультирование родителей и педагогов по актуальным вопросам детского развития	В течение всего летнего периода
	Психологическая акция «Я вам желаю» для родителей и педагогов всех возрастных групп	Июнь
	Психологическая акция «Летние предсказания» для родителей и педагогов всех групп	Июль
	Проведение семинара для родителей на тему «Успешная адаптация»	Июль
	Проведение семинара с педагогами «Эффективное взаимодействие с родителями»	Август
3.	Папка-передвижка на тему «Игры в летний период»	Июнь

<b>Психопрофилактика и просвещение</b>	<p>в средних, старших и подготовительных группах</p> <p>Стендовая консультация «Мультимики: когда можно» во всех группах</p> <p>Стендовая консультация «Когда отдавать ребенка в ясли?» для 1-ой младшей группы</p> <p>Стендовая консультация «Образовательные игры дома» в старшей и подготовительной группе</p> <p>Стендовая консультация «Полезные приложения на телефоне для развития детей» во всех возрастных группах</p>	<p>Июнь</p> <p>Июль-август</p> <p>Июль</p> <p>Август</p>
<b>4. Развивающая работа</b>	<p>Индивидуальная работа с детьми по согласованию с законными представителями</p> <p><b>Групповая работа с детьми:</b></p> <p>Подвижные игры на улице с детьми всех возрастных групп</p> <p>Проведение киноклуба в старшей и подготовительной группах</p> <p>Психологическая акция «Дерево желаний» в старшей и подготовительной группах</p> <p>Групповое занятие «Лепестки дружбы» в старших группах</p> <p>Психологическая акция «Дружное солнышко» в средней, старшей и подготовительной группах</p> <p>Психологическая акция «Радуга эмоций» в старшей и подготовительной группах</p> <p>Конкурс психологических рисунков «Эмоции в моей жизни» в старшей и подготовительной группах</p> <p>Групповое занятие «Лепестки дружбы» в подготовительных группах</p> <p>Конкурс психологических рисунков «Мой лучший друг» для старшей и подготовительной группах</p> <p>Групповое занятие «Мамины чувства» в старшей и подготовительной группах</p> <p>Адаптационные групповые занятия в 1 и 2 младших группах</p>	<p>В течении всего летнего периода</p> <p>В течении всего летнего периода</p> <p>В течении всего летнего периода</p> <p>Июнь</p> <p>Июнь</p> <p>Июль</p> <p>Июль</p> <p>Июль</p> <p>Июль</p> <p>Июль</p> <p>Август</p>

		Август
		Август
<b>5. Организационно – методическая работа</b>	<p>Подготовка аналитической справки по итогам учебного года.</p> <p>Работа с плановой и отчётной документацией Изготовление игр, пособий. Оформление папок – передвижек, подготовка просветительского материала. Подготовка к занятиям и консультациям. Участие в жизни ДОУ: праздниках, досугах, развлечениях. Оформление кабинета педагога – психолога (паспорт кабинета, картотека диагностических и коррекционно – развивающих программ, пособий) Подготовка аналитической справки по итогам летнего оздоровительного периода.</p>	<p>Июнь</p> <p>В течении всего летнего периода</p> <p>Август</p>
<b>6. Экспертная работа</b>	По необходимости и запросу	В течении всего летнего периода

# ОРГАНИЗАЦИЯ И СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГОМ – ПСИХОЛОГОМ

*МЕРЕДЕЛИНА НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №199*

При поступлении в детский сад все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход в новую социальную среду, пребывание в стрессовом состоянии длительное время может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Поэтому необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в детском саду.

Адаптация ребенка к новым для него условиям среды - тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и, возможно, приводящий к стрессу. В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени адаптации ребенка к детскому саду:

1 – 16 дней - легкая адаптация

16 - 32 дней – адаптация средней тяжести

от 32 до 64 дней – тяжелая адаптация

*Тяжелая адаптация.*

Отрыв от матери, внезапное прекращение поступления необходимого для жизни витамина "М" вызывает стресс у ребенка. Чтобы в этой новой обстановке продержаться, ребенку необходимо здесь вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало - отрыв от матери, разлука с матерью, сомнения в ее любви.

Разлука - страх - стресс - срыв адаптации - болезнь. Но все это обычно свойственно ребенку с тяжелой или неблагоприятной адаптацией к детскому саду. При этом типе адаптации процесс, как правило, затягивается на длительное время, и ребенок приспосабливается к организованному коллективу месяцами, а иногда не может приспособиться совсем.

Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего - полмесяца. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны нам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет. Помимо двух полярных типов адаптации, имеется еще и промежуточный вариант - адаптация средней тяжести. При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает.

**Цель** процесса адаптации детей к ДООУ - создание благоприятных, комфортных условий, способствующих благополучной адаптации ребенка к ДООУ.

Педагог-психолог, сопровождая детей в период их адаптации к ДООУ придерживается следующих **задач**:

1. Сохранение и укрепление психического здоровья ребенка в изменившихся условиях.
2. Передача социального опыта игры.
3. Формирование единого стиля воспитания и общения с ребенком в семье и ДООУ.
4. Проведение просветительской и консультативной работы с воспитателями и родителями.

## Работа с воспитателями адаптационных групп

Важной частью подготовки детей к детскому саду, является работа с воспитателями.

В работе с воспитателями важно:

- помочь педагогам настроиться психологически к работе по адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению;
- дать общие рекомендации по ведению документации, листа адаптации.

Лист адаптации предназначен для фиксации важных параметров поведения ребенка в дошкольном заведении, а также состояния здоровья.

### ЛИСТ НАБЛЮДЕНИЯ

ФИ ребенка \_\_\_\_\_

Возраст при приходе в д/сад \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

Дни адаптации															
Прощание с родителями															
Аппетит															
Общее эмоциональное состояние															
Интерес к игре															
Сон															
Выводы:															

Условные обозначения:

Прощание с родителями:

- прощается спокойно – С;
- плачет – П;
- истерит – И.

Аппетит:

1. хороший – Х;
2. плохой – П;
3. перебирает едой – Пр;
4. отказывается – О.

Общее эмоциональное состояние:

- Спокойный – С (позитивное отношение, на инициативу отвечает, но сам не проявляет ее);
- Бодрый – Б (реакции эмоционально окрашены, часто улыбается, охотно контактирует с другими);
- Возбужденный – В (аффективные вспышки возбуждения, истерики, плач, конфликты с другими);
- Угнетенный – У (вялость, бездеятельность, пассивность, замкнутость, грусть, тихий и долгий плач).

Интерес к игре:

- умеет играть самостоятельно, игрушки берет сам – С;
- играет, когда предложат – И;
- не проявляет интерес к игре, не умеет играть – Н.

Сон: норма – Н, вне нормы – Вн.

Окончанием адаптации считается тот момент, когда ребенок полностью привыкает к детскому саду и набирает все максимальные показатели по критериям листа адаптации. Это может случиться и на 15 день, и на 128 день.

Адаптационный период считается законченным, если:

- ребёнок спокойно идёт в группу;
- с аппетитом ест;
- быстро засыпает, вовремя просыпается;
- эмоционально общается с окружающими;
- играет в разные игры.

По окончании адаптации лист далее не заполняется и передается педагогу-психологу, который прилагает его к карте нервно-психического развития ребенка. Ведение воспитателем адаптационного листа позволяет отследить особенности привыкания малыша к ДОУ и наметить ряд профилактических и при необходимости, коррекционных мероприятий для облегчения адаптационного синдрома:

- Организовать психологическую поддержку в период адаптации. Это могут быть индивидуальные консультации.

- Подготовить картотеку рекомендуемых игр с детьми в адаптационный период. Для детей готовятся такие игры, как нанизывание шариков на шнур, резиновые игрушки-пищалки, крупные детали конструктора «Лего» и др.

В процессе адаптации ребенка к ДОУ я рекомендую воспитателям в работе с детьми:

- Использовать элементы телесной терапии
- Рассказывать сказки, петь колыбельные перед сном;
- Использовать игровые методы взаимодействия с ребенком;
- Создавать у ребенка положительную установку на предстоящие режимные процессы.

В работе по адаптационному периоду, я предлагаю воспитателям использовать следующие **приемы**:

- Игры с песком и водой;
- Сенсорные игры, пальчиковые игры;
- Речевые игры (песенки, потешки, прибаутки);
- Рисование карандашами и красками, работа с пластилином;
- Игры и сказки для развития речи детей в карточках;
- Игры на коленях и игровые массажи.

Еще одной немаловажной составляющей в работе с воспитателями является оформление групп.

В первую очередь уделяется внимание приемной. Там для детей готовятся :

- «Полочка» для любимых игрушек
- Стеновая информация для родителей.
- Папки-передвижки с информацией по адаптации

### **Работа с родителями**

От того как будут проявлять себя родители зависит на сколько быстро адаптируется ребёнок к детскому саду. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребенка из семьи в детский сад.

Формы могут быть разнообразными: это консультирование родителей (индивидуальное и групповое), практикумы, совместные игровые занятия детей и родителей.

Необходимо обратить внимание родителей на режим дня, питание, отказ от сосок, бутылок, грудного вскармливания.

В качестве **форм** работы с родителями можно использовать:

1 Стеновую информацию, папку-передвижку с практическими рекомендациями для родителей, чьи дети впервые поступают в детский сад;



2. Информационные листы, памятки, буклеты с кратким материалом «Адаптация. Что это такое?»

Рекомендации родители могут взять с собой.

3. Психологические встречи. Это встреча группы родителей с психологом где обсуждается вопрос адаптации детей к детскому саду. Всё это позволит родителям более спокойно отнестись к адаптации, а как известно если спокойна мама, то и ребёнок спокоен.

4. Анкетирование.

5. Выступления на родительских собраниях.

### **Рекомендации для родителей, облегчающие течение процесса адаптации:**

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять "отсыпаться" слишком долго, что существенно сдвигает распорядок дня. Если ребенку требуется "отсыпаться", значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

Не перегружайте малыша в период адаптации. У него в жизни сейчас столько изменений, и лишнее напряжение нервной системы ему ни к чему.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую мягкую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

Призовите на помощь сказку или игру. Придумайте свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. "Проиграйте" эту сказку с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял; мама обязательно за ним вернется.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что

мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

### ***Симптомы эмоционально-нервного напряжения у детей раннего возраста***

1. Частые неадекватные негативные эмоции и эмоциональные состояния – плач, капризы, плаксивость, долгая депрессия, апатия, равнодушие, сниженное настроение, немотивированные приступы гнева, высокий уровень возрастных страхов или появления страхов, не соответствующих возрасту (страх смерти матери присущ детям 6-7 лет, но бывает у 2-3 летнего ребенка), высокий уровень общей ситуативной тревожности, высокая конфликтность с окружающими, особенно с детьми.
2. Отсутствие или минимальное проявление позитивных эмоций, позитивных реакций на новые игрушки.
3. Отсутствие четко дифференцированной эмоциональной реакции на разных людей.
4. Отсутствие способности откликаться на эмоциональное состояние близкого человека.
5. Чрезмерная интенсивность и сдержанность эмоционального отклика на эмоциональное состояние близкого человека.
6. Чрезмерная осторожность и боязнь небезопасных предметов.
7. Снижена коммуникабельность ребенка (ему трудно вступать в контакт с незнакомыми людьми).
8. Снижение познавательной деятельности (практическое отсутствие реакции новизны).
9. Снижена игровая деятельность или ее отсутствие.
10. Рисунки на вольные темы в темных цветах, пессимистического содержания.
11. Смена двигательной активности (повышение или понижение).
12. Снижение или повышение аппетита.
13. Проблемы со сном (или бессонница).
14. Нежелание посещать детский сад.

### ***Признаки эмоционального комфорта ребенка во время пребывания в детском саду:***

1. Желание идти в детский сад.
2. Адекватное проявление ребенком эмоций, наличие позитивных эмоций, позитивная реакция на новые игрушки.
3. Способность ребенка адекватно и достаточно долго откликаться на эмоциональные реакции окружающих.
4. Высокая коммуникабельность ребенка.
5. Высокая познавательная деятельность и активность.
6. Активная игровая деятельность.
7. Рисунки в светлых тонах.
8. Стабильность двигательной активности – ребенок подвижный.
9. Отсутствие проблем со сном, едой.

***Анкетирование родителей и сбор анамнеза помогут спрогнозировать длительность адаптации***

**Анкета для родителей «Определение готовности к поступлению ребенка в детский сад».**

1. Какое настроение преобладает у ребенка?
  - бодрое, уравновешенное (3 балла);
  - неустойчивое, раздражительное (2 балла);
  - угнетенное (1 балл).
2. Как ваш ребенок засыпает?
  - быстро (до 10 минут) (3 балла);
  - медленно (2 балла);
  - спит спокойно (3 балла);
  - спит беспокойно (2 балла).
3. Что вы делаете, чтобы ребенок уснул?
  - обнимаете и как-то еще взаимодействуете (1 балл);
  - ничего не делаете (3 балла).
4. Какая продолжительность сна у ребенка днем?
  - 2 часа (3 балла);
  - Меньше 1 часа (1 балл).
5. Какой аппетит у вашего ребенка?
  - хороший (4 балла);
  - выборочный (3 балла);
  - неустойчивый (2 балла);
  - плохой (1 балл).
6. Какое отношение у ребенка к горшку?
  - позитивное (3 балла);
  - негативное (1 балл);
  - просится на горшок (3 балла);
  - не просится, но ему нравится быть сухим (2 балла);
  - не просится, ходит мокрым (1 балл).
7. Есть ли у вашего ребенка плохие привычки?
  - да (сосет соску, палец, раскачивается) (1 балл);
  - нет (3 балла).
8. Интересуется ли ребенок игрушками, предметами быта дома и в новой обстановке?
  - да (3 балла);
  - нет (1 балл);
  - иногда (2 балла).
9. Интересуется ли ваш ребенок поступками взрослых?
  - да (3 балла);
  - нет (1 балл);
  - иногда (2 балла).
10. Умеет ли малыш играть самостоятельно?
  - да (3 балла);
  - не всегда (2 балла);
  - нет (1 балл).
11. Какие у малыша взаимоотношения со взрослыми?
  - легко идет на контакт (3 балла);
  - выборочно (2 балла);
  - трудно (1 балл).
12. Какие у малыша взаимоотношения с детьми?
  - легко идет на контакт (3 балла);
  - выборочно (2 балла);
  - трудно (1 балл).

13. Отношение малыша к занятиям: внимательный, усидчивый, активный.

- да (3 балла);
- не всегда (2 балла);
- нет (1 балл).

14. Есть ли у вашего ребенка уверенность в себе?

- да (3 балла);
- не всегда (2 балла);
- нет (1 балл).

15. Есть ли у вашего малыша опыт расставания с близкими людьми?

- переносит расставание легко (3 балла);
- переносит расставание трудно (1 балл).

16. Есть ли чрезмерная привязанность к кому-нибудь из взрослых?

- да, есть (1 балл);
- нет (3 балла).

Прогноз адаптации:

55 – 40 баллов – ребенок готов к поступлению в детский сад;

39 – 24 балла – условно готов;

23 – 16 баллов – ребенок не готов к поступлению в детский сад (ему нужна помощь).

### **Работа с детьми в период адаптации**

На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояние здоровья, степень закаленности, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей.

Среди **форм работы** педагога-психолога с детьми можно выделить:

1. наблюдение за адаптационным процессом;
2. организация игровых ситуаций в течение недели;
3. индивидуальная работа с детьми. Данная форма работы может проводиться, как в кабинете психолога (если ребёнок согласен пойти), так и в групповом помещении. В индивидуальной помощи нуждаются дети, которые подолгу не могут успокоиться. Тогда задача психолога переключить внимание ребёнка на любой вид деятельности. Здесь важно создать интерес и передать его своими эмоциями;

4. контроль за НПП, заполнение карт нервно-психического развития - это следующая форма работы;

При помощи методики, разработанной Н. М. Аксариной, К. Л. Печорой, Г. В.

Пантюхиной определение нервно-психического развития детей

раннего возраста. Эта методика позволяет - своевременно выявить отклонения в развитии и поведении ребенка для организации необходимой коррекции.

Диагностика предполагает эмоционально-деловое общение взрослого с ребенком, проходящее в непринужденной ситуации.

Одномоментно проверяется развитие ребенка не более чем по 2-3 показателям.

Поведение ребенка, состояние возбудимости нервной системы, выносливость, подвижность, уравновешенность, контактность и другие индивидуальные особенности могут быть определены путем наблюдения за ним.

5. Фронтальные занятия.

Коррекционно-развивающие занятия, направленные на решение проблем, возникших в начальном периоде адаптации детей к условиям дошкольного

образовательного учреждения.

В период адаптации можно пользоваться следующими программами: Е.Е.Хомякова «Комплексные развивающие занятия с детьми раннего возраста»; И.В. Ковалева «Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста»; А.С. Роньжина «Занятия с детьми 2-4х лет в период адаптации к дошкольному учреждению»; Н.В.Кирюхина «Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ»; О.А. Терехина, В.С. Богословская «Здравствуй, детский сад».

Игры в период адаптации должны быть фронтальными, чтобы не один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием, игры не должны быть слишком длительными. Всегда инициатором игры выступает взрослый. По истечении периода адаптации на педагогическом совещании анализируется степень адаптации детей на основании данных полученных из листа адаптации, обсуждаются результаты проделанной работы, положительные моменты, анализируются итоги, корректируются планы организации адаптации и намечается дальнейшая работа

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **СБОРНИК ИГР В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД С ДЕТЬМИ**

#### **2 – 3 ЛЕТ.**

*НИКОНОВА ОЛЬГА НИКОЛАЕВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №175*

С поступлением ребенка младшего дошкольного возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, новые требования поведения, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.

Именно поэтому необходима целенаправленная организация жизни младшего дошкольника в дошкольном учреждении, которая приводила бы к адекватному, безболезненному привыканию ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

**Цель** проведения игр – помочь детям в период адаптации к условиям ДОУ.

#### **Задачи игр:**

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;  
Снятие эмоционального и мышечного напряжения;  
Формирование чувства уверенности в окружающем;  
Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом.

#### **Основные принципы организации и проведения игр:**

Добровольность участия в игре. Заставляя, мы можем вызвать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит.

Взрослый должен стать непосредственным участником игры. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. В то же время взрослый организует и направляет игру.

Игры должны многократно повторяться, т. к. это является необходимым условием развивающего эффекта. Систематически участвуя в той или иной игре, дети начинают понимать ее содержание, лучше выполнять условия, которые создают игры для освоения и применения нового опыта.

### **Игры для налаживания контакта с ребенком**

#### **Дай ручку!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку.

—Давай здороваться. Дай ручку!

Чтобы не испугать малыша, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным голосом. Чтобы общение было корректным, присядьте на корточки или детский стульчик — лучше, чтобы взрослый и ребенок находились на одном уровне, могли смотреть в лицо друг другу.

#### **Привет! Пока!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.

—Привет! Привет!

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

—Давай здороваться. Помашки ручкой! Привет!

При прощании игра повторяется — педагог машет рукой.

—Пока! Пока!

Затем предлагает малышу попрощаться.

—Помашки ручкой на прощание. Пока!

Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научиться приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно. Эта игра полезна тем, что учит правилам поведения между людьми.

#### **Хлопаем в ладоши!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог хлопает в ладоши со словами:

—Хлопну я в ладоши, буду я хороший, Хлопнем мы в ладоши, будем мы хорошие!

Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним: —Давай похлопаем в ладоши вместе.

Если малыш не повторяет действия педагога, а только смотрит, можно попробовать взять его ладони в свои и совершить хлопки ими. Но если ребенок сопротивляется, не следует настаивать, возможно, в следующий раз он проявит больше инициативы.

#### **Ку-ку!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; развитие внимания.

**Оборудование:** кукла Петрушка {в ступке). Ход игры: Педагог показывает малышу игрушку (Петрушка спрятался).

— Ой! Кто это там прячется? Кто там?

Затем Петрушка показывается со словами: —Ку-ку! Это я, Петрушка! Привет! Петрушка кланяется, вертится в разные стороны, затем снова прячется. Игру можно повторить несколько раз.

### **Лови мячик!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; развитие движений.

**Оборудование:** небольшой резиновый мячик или пластмассовый шарик.

**Ход игры:** Педагог берет в руки мячик, предлагает ребенку поиграть с ним. Лучше организовать игру на полу: педагог и ребенок сидят напротив друг друга, широко расставив ноги, чтобы мячик не укатился мимо.

-Давай поиграем в мячик. Лови мячик!

Педагог катит мячик по направлению к малышу. Затем побуждает его катить мячик в обратном направлении, ловит мяч, эмоционально комментирует ход игры.

—Кати мячик! Оп! Поймала мячик!

Игра проводится в течение некоторого времени, прекратить игру следует при первом признаке усталости или потере интереса со стороны ребенка.

### **Петрушка**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта. **Оборудование:** кукла Петрушка (би-ба-бо).

**Ход игры:** Незаметно для ребенка педагог надевает на руку игрушку, затем начинает игру. Петрушка подходит к малышу, кланяется.

— Я Петрушка — веселая игрушка! Привет-привет!

Затем Петрушка предлагает малышу поздороваться, берет его руку в свои.

—Давай здороваться! Дай ручку!

После этого Петрушка выполняет различные действия: хлопает в ладоши, танцует и поет, предлагая ребенку повторить эти действия.

Давай хлопать в ладошки — хлоп-хлоп-хлоп! А сейчас я песенку спою: ля-ля-ля! Ля-ля-ля!

Затем Петрушка прячется и появляется вновь. Игра заканчивается тем, что игрушка прощается и уходит.

### **Котёнок**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта. **Оборудование:** мягкая игрушка котёнок.

**Ход игры:** Педагог показывает ребенку игрушечного котёнка и предлагает погладить его.

— Смотри, какой к нам. пришёл котёнок — маленький, пушистый. Давай погладим котёнка—вот так.

Действие сопровождается стихотворением:

Киса, кисонька, кису ля! —

Позвала котёнка Юля.

Не спеши домой, постой! —

И погладила рукой.

Можно продолжить игру с котёнком: напоить его молочком, показать, как котёнок умеет прыгать, махать хвостиком.

### **Шарик**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Оборудование:** маленький пластмассовый шарик (который может поместиться в зажатой ладони).

**Ход игры:** Педагог показывает ребенку шарик и предлагает поиграть.

— Смотри, какой красивый шарик. Давай поиграем: я шарик буду прятать, а ты угадывай, в какой он руке.

После этого педагог убирает руки за спину и прячет шарик в кулак. Затем выставляет обе руки, зажатые в кулаки, вперед и предлагает ребенку угадать и показать, в какой руке находится шарик. После чего переворачивает руку и раскрывает ладонь.

— В какой руке шарик — угадай! Правильно угадал — вот он, шарик, смотри! Давай спрячем шарик еще раз!

Детям нравится эта игра, поэтому, скорее всего, игровое действие придется повторить многократно.

### **Солнечный зайчик**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Оборудование:** маленькое зеркальце в оправе (без острых краев).

**Ход игры:** Зеркало следует подготовить заранее. Выбрав момент, когда солнце заглядывает в окно, педагог берет зеркало и ловит солнечный луч. При этом посредством комментария обращает внимание малыша на то, как солнечный «зайчик» прыгает по стене, по потолку, со стены на диван и т.д.

—Посмотри, на стене солнечный зайчик! Как он прыгает — прыг-скок!

Можно предложить ребенку дотронуться до светового пятна. Затем медленно отодвигать луч, предлагая ребенку поймать солнечного зайчика.

—Потрогай зайчика—вот так. Ой! Смотри: солнечный зайчик убегает — поймай зайчика! Какой шустрый зайчик, как далеко прыгает. А теперь он на потолке — не достать!

Если ребенку понравилась игра, можно предложить ему поменяться ролями —дайте ему зеркало, покажите, как поймать луч, как управлять движениями «зайчика». Во время игры не забывайте комментировать все действия.

### **Платочек**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Оборудование:** большой яркий шелковый платок (желательно, чтобы платок не электризовался).

**Ход игры:** Перед началом игры приготовьте платок: желательно, чтобы он был приятным на ощупь, красивой расцветки. Допустимо сначала пользоваться полупрозрачным платком (в этом случае ребенок может наблюдать из-под него за тем, что происходит вокруг и не испугается внезапной темноты и потери видимости). В дальнейшем можно использовать непрозрачные платки. Удобно играть в эту игру, расположившись на диване или сидя на ковре. Предложите малышу поиграть с платком. Наденьте платок себе на голову со словами:

— Сейчас я спрячусь. Ну-ка, найди меня!

Ребенок с удовольствием стянет платок у вас с головы. После этого предложите спрятаться малышу — накиньте платок ему на голову.

—Где же наш Ваня? Ваня, ты где?Ау!



После этих слов стяните платок с головы ребенка, приобнимите его, порадитесь вместе с ним встрече. Игру можно повторять многократно.

### **Хлопушки**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог показывает свои ладони и предлагает ребенку похлопать по ним. Детка хлопать так умеет, Своих ручек не жалеет. Вот так, вот так-так, Своих ручек не жалеет!

### **Коготки-царапки**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; обучение чередованию движений рук в соответствии с речевой инструкцией.

**Ход игры:** Сначала педагог читает стихотворение и изображает котенка. Произнося первые две строчки стихотворения, поглаживает одной рукой другую. У белого котенка

Мягкие лапки.

На третьей и четвертой строчках то сжимает, то разжимает пальцы — котенок «выпускает» коготки-царапки.

Но на каждой лапке

Коготки-царапки!

Затем предлагает ребенку изобразить котенка. После того, как ребенок научится изображать котенка, можно предложить игру в паре: педагог сначала гладит руку ребенка, затем делает вид, что хочет поцарапать ее «коготками» (в этот момент ребенок может быстро убирать руки). Затем педагог и ребенок меняются ролями: ребенок сначала гладит руку педагога, затем «выпускает коготки» и пытается легонько царапнуть.

### **Киса, Киса! Брысь!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; обучение умению переключаться с одно! игрового действия на другое.

**Ход игры:** Педагог предлагает ребенку поиграть в кошечку. Для этого взрослый объясняет и показывает, как гладят кошечку, со словами «Киса, киса!», как прогоняют кошку, со словом «Брысь!». При этом сначала взрослый ласково поглаживает вытянутые вперед ладошки ребенка, а затем пытается их легонько ударить — при этом малыш должен быстро спрятать руки за спину.

—Давай поиграем в кошечку! Когда кошечку гладят — «Киса! Киса!» — держи ладошки. А когда говорят «Брысь!» — быстро спрячь ладошки за спину. Вот так. Киса, киса! Брысь!

Многие дети не сразу включаются в эту игру, так как она требует более активного участия, содержит элемент риска. Возможно, при первом знакомстве с этой игрой придется пригласить к участию кого-нибудь из близких ребенку взрослых, которому малыш доверяет. Или для начала просто показать, как можно играть, задействовав другого участника — ребенка или взрослого, чтобы малыш получил возможность понаблюдать за игрой со стороны. Когда ребенок научится играть в эту игру, можно

предложить поменяться ролями. При этом, если ребенок еще не пользуется активной речью, взрослый может комментировать ход игры, даже в том случае, когда ребенку достается активная роль.

### **Тритатушки — три-та-та!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Взрослый усаживает ребенка на колени, лицом к себе, держит ребенка за пояс. Затем совершает ритмичные телесные потряхивания (влево-вправо, вверх-вниз), сопровождая движения многократным проговариванием слов:

— Тритатушки — три-та-та! Тритатушки—три-та-та!

### **По ровненькой дорожке!**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог усаживает ребенка к себе на колени, затем начинает ритмично подбрасывать его, сопровождая движения потешкой. В конце игры педагог делает вид, что роняет ребенка.

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке,

По кочкам, по кочкам,

По ухабам, по ухабам,

Прямо в яму — Бух!

### **Тушки-тутушки!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** Педагог усаживает ребенка к себе на колени, затем начинает ритмично подбрасывать ребенка вверх, сопровождая движения потешкой. В конце игры педагог делает вид, что роняет ребенка.

Тушки-тутушки!

Сели на подушки.

Пришли подружки,

Столкнули с подушки —

Бух!

### **Качели**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта. **Ход игры:** Педагог предлагает ребенку поиграть в качели.

- Ты любишь качаться на качелях? Давай поиграем в качели! Педагог садится на диван или удобный стул, усаживает ребенка к себе на колени, лицом к лицу. Затем берет руки ребенка в свои и расставляет их в стороны, после чего имитирует ритмичные движения качелей — покачивается из стороны в сторону, увлекая за собой ребенка.

—Качели качаются: кач-кач! Кач-кач!

Играть можно и стоя. Взрослый и ребенок становятся напротив друг друга, широко расставив ноги, они берутся за руки и раскидывают их в стороны. Со словами «кач-кач» имитируются движения качелей — вместе взрослый и ребенок

раскачиваются из стороны в сторону, поочередно отрывая то правую, то левую ноги от пола.

### **Часики**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры:** В начале игры педагог обращает внимание ребенка на настенные часы, затем предлагает поиграть в часы.

—Посмотри, какие часики на стене. Часы тикают: «тик-так!»— Давай поиграем в часы!

Педагог садится на пол, усаживает ребенка к себе на колени лицом к лицу, берет руки ребенка в свои (руки согнуты в локтях) и начинает имитировать ход часов — осуществляет ритмичные движения вперед-назад, увлекая за собой ребенка.

— Часики тикают: «тик-так! Тик-так!»

Эту же игру можно проводить, поочередно сменяя ритм, — часики могут тикать медленно и быстро.

### **Догоню-догоню!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; развитие движений.

**Ход игры:** Педагог предлагает ребенку поиграть в догонялки: —Давай играть - ты убегай, а я буду тебя догонять!

Ребенок убегает, а взрослый догоняет его. При этом не стоит спешить —дайте возможность малышу побегать, почувствовать себя быстрым и ловким. Затем педагог ловит ребенка — обнимает его, тормозит. Следует учесть, что эта игра эмоционально напряжена, содержит для ребенка элемент риска. Кроме этого, в ходе игры возникает тесный телесный контакт. Поэтому можно предложить малышу такую игру, когда уже есть определенная степень доверия между ним и взрослым. А если малыш испугался, не нужно настаивать — попробуйте в другой раз.

### **Иди ко мне**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

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**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры.** Воспитатель мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, а не дую 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 пузыри. (Напрягать мышцы рта очень полезно для развития речи.)

### **Хоровод**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.  
БУХ!

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**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.

### **Поезд**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.

### **Догонялки (проводится с двумя-тремя детьми)**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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».

### **Игра с собачкой**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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 подходит с 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.

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

### **Кто в кулачке?**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.)

### **Покатаемся на лошадке.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Материал.** Лошадка-качалка (если лошадки нет, 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 звукосочетание - громко и четко.

#### **Подуй на шарик, подуй на вертушку.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Материал.** Воздушный шарик, вертушка.

**Ход игры.** На уровне лица ребенка подвешивается воздушный шарик, а перед ним на стол кладут вертушку. 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, ребенок повторяет.

#### **Игра с куклой.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Материал.** Кукла.

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

#### **Соберем игрушки.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры.** 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».

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.

#### **Зайка.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.

#### **Мяч в кругу.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Ход игры.** Дети 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.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**Материал.** Яркий мяч.

**Ход игры.** Ребенок сидит. Воспитатель, стоя на некотором расстоянии, бросает ему мяч и приговаривает: «Бросим дальше, бросим выше». Малыш ловит мяч.

**Мы топаем ногами.**

**Цель:** развитие эмоционального общения со взрослым, налаживание контакта.

**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.

И другие игры: «Давайте познакомимся», «Я иду к вам в гости с подарками», «Приходите ко мне в гости, я буду угощать», «Шли-шли, что-то нашли», «Пузырь», «Солнышко и дождик».

**Пальчиковые игры:** «Пальчики здороваются», «Этот пальчик дедушка», «Сорока, сорока, кашку варила», «Один, два, три, четыре, пять! Вышли пальчики гулять», «Где же наши ручки?» и др.

**Игры-ситуации:** «Домик для моей одежды», «Кукла Катя и ее друзья - собачка, кошка, уточка, петушок. Кукла Катя угощает друзей», «Покажем Мишке уголок природы», «Игрушки, которые живут в нашей группе», и др.

## **ЦИКЛ РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

### **(АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД)**

*БАНИЦИК ЕЛЕНА ИГОРЕВНА*

*ПЕДАГОГ – ПСИХОЛОГ МДОАУ №112*

#### Пояснительная записка.

Какой детский возраст требует наибольшего внимания к себе в плане предоставляемых возможностей для ускорения психического развития ребенка, использование или неиспользование которых может иметь серьезные последствия? С психолого-педагогической точки зрения – это ранний детский возраст от одного года до трех лет. Этот возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие. Особое значение этого возраста объясняется тем, что он непосредственно связан с тремя фундаментальными жизненными приобретениями ребенка: прямохождением, речевым общением и предметной деятельностью. Но главное состоит в том, что в этом возрасте ребенок овладевает умением, которое существенным образом влияет на его последующее

поведенческое, интеллектуальное и личностное развитие, а именно, способность понимать и активно пользоваться языком в общении с людьми.

Через речь, которой ребенок овладевает в эти годы, он получает прямой доступ к важнейшим достижениям человеческой материальной и духовной культуры. А процесс развития речи неотъемлемо связан с развитием мелкой моторики руки. Развивая мелкую моторику рук, мы параллельно оказываем благоприятное влияние на развитие интеллекта ребенка. Именно поэтому особое внимание на занятиях следует уделять продуктивной деятельности.

На втором году жизни ребенок воспроизводит действия взрослых с предметами, у него появляются предметные игры-подражания. Они представляют собой первые шаги к символизации, связанной с усвоением норм и форм поведения взрослых, а далее с формированием у ребенка определенных личностных качеств. Позднее появляется сюжетно-ролевая игра, в которой ребенок копирует способы обращения людей с предметами и общения друг с другом в различных ситуациях. В процессе игры ребенок будет создавать для себя жизненные стереотипы, которыми он будет руководствоваться во взрослом возрасте.

Я предлагаю развивающие занятия с детьми ясельной группы (1,5-2 лет). Занятия проводятся в группе численностью 5-8 человек. Ребенок раннего возраста «работает на подражание», то есть развитие в возрасте от 1,5 до 3 лет идет наиболее активно, если рядом взрослый человек делает все вместе с ребенком. Малыш чувствует себя комфортно, защищено и в тоже время получает новую информацию, которую ему помогает усвоить взрослый. Поэтому психолог должен принимать активное участие в занятии: вместе ползать по коврику, строить башенки, танцевать, кормить кукол, петь. Способность к подражанию лежит в основе двигательного и интеллектуального развития ребенка.

Основная **цель занятий** – полноценное развитие ребенка раннего возраста с использованием опыта народной педагогики и современных педагогических методик.

На занятиях решаются **следующие задачи**:

Становление правильной речи

Развитие мышления

Развитие умение сосредоточивать и удерживать внимание

Углубление знаний об окружающем мире

Оздоровление детей

Развитие двигательной активности

Развитие общей и мелкой моторики

Пробуждение интереса к творчеству

Занятия проводятся в вечернее время. Длительность занятия 10 минут. Смена деятельности на занятии не дает малышам почувствовать усталость.

Особое внимание на занятиях уделяется продуктивной деятельности и пальчиковой гимнастики. Ведь именно в этих видах деятельности мелкая моторика развивается более активно.

Занятия построены на основе сказок «Колобок», «Курочка Ряба», «Репка», «Теремок». К детям приходят в гости сами сказки и герои из этих сказок с разными интересными играми. Занятия проводятся один раз в неделю. Потом в течение недели материал, полученный на занятии, закрепляется: проводятся игры, беседы, наблюдения, чтение сказок.

Наглядный материал на занятии должен быть ярким, крупным и безопасным для детей. А еще прочным, чтобы каждый ребенок мог лично познакомиться с курочкой Рябой или Колобком. Приветствуются натуральные цвета, так как в этом возрасте необходимо дать ребенку адекватные понятия об окружающем мире (не бывает синих кошек и зеленых медведей).



Когда малыш приходит в детский сад, ему необходимо адаптироваться к новым условиям. У всех детей процесс адаптации проходит по-разному. Поэтому в сентябре психолог наблюдает за адаптацией ребенка, знакомится с ним.

Исходя из этого, занятия рекомендуется начинать с октября. Курс заканчивается в апреле. В мае месяце психолог проводит досуги, игры, диагностику. Как уже говорилось, процесс адаптации у всех детей проходит по-разному. Поэтому первоначально не обязательно всех детей включать в занятие. Ничего страшного, если сначала ребенок понаблюдает.

Особо хочется сказать об атмосфере занятия. В этом возрасте очень ярко видно, что каждый ребенок – индивидуальность. И первая заповедь педагога-психолога должна быть как первая заповедь у врача – «не навреди». Наша задача – помочь развитию этой индивидуальности, а не стремление нивелировать ее, сделать ребенка "таким как все". Поэтому понятие дисциплины у нас очень относительное. Нужно стараться, чтобы дети были постоянно включены в конструктивную деятельность, но если все хотят строить дом, а один ребенок не хочет. Он хочет покататься на машине. Пусть тихонько идет и катается, ведь это никому не мешает. Я привожу примерные конспекты занятий. Естественно, что они могут корректироваться в зависимости от особенностей вашей группы.

### **Развивающие занятия.**

#### Занятие 1.

- Задачи:
1. установить контакт с детьми.
  2. развитие мелкой моторики руки
  3. облегчение хода адаптации.

Материал для занятия: 1. игрушка курочки

#### Ход занятия:

В группе появляется психолог.

Психолог: *«Здравствуйте, ребята! Можно к вам в гости. Только я не одна. Со мной пришла Курочка Ряба».* (психолог показывает курочку)

*«Курочка-красавица в гости к вам пришла*

*С вами познакомится решила она.*

*С нею мы подружимся, песенку споем,*

*Вместе потанцуем и гулять пойдем».*

Психолог подходит к каждому ребенку индивидуально. Предлагает погладить курочку и назвать свое имя. После вместе с детьми рассматриваем курочку: гребешок, бородку, глазки, крылышки, хвостик.

Курочка Ряба: *«Какие вы все хорошие, добрые!!! А давайте с вами поиграем?»*

Проводится пальчиковая гимнастика «Курочка».

*Зернышко за зернышком курочка клюет.*

*В клюве своим деткам зернышко несет.*

(ладонь немного согнуть, указательный палец упирается в большой. Сначала «клюем» по одной ладошке, потом по другой.) Гимнастика проводится 3-4 раза.

Курочка Ряба: *«Молодцы, ребята!!! С вами очень интересно. Мне сейчас пора домой, кормить своих цыпляток. А можно я к вам еще в гости приду?»*

Психолог: *«Мне тоже пора. До свидания!»*

#### Занятие 2.

- Задачи:
1. побуждать детей к эмоциональным откликам
  2. установить контакт
  3. учить слушать воспитателя.
  4. воспитывать доброе отношение к рукотворному
  5. развитие внимания, усидчивости.

Материал: 1. настольный театр «Курочка Ряба»

## 2. мешочек.

### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправимся в сказку!*

Психолог садится за стол, а дети собираются вокруг.

Психолог: *У меня есть мешочек. Хотите узнать, что в нем?*

Из мешочка достает деда. Дети рассматривают игрушку.

Психолог: *Это дедушка.*

Из мешочка достаем бабушку. Ставим ее напротив дедушки.

Потом поочередно достаем персонажей сказки, параллельно рассказывая ее. Дети рассматривают героев сказки, пытаются подражать им.

Когда мышка разбивает яйцо, вместе с детьми и курочкой жалеем деда, бабу.

Психолог: *Вот какие молодцы!!! А теперь давайте поиграем.*

Проводится пальчиковая гимнастика «Курочка».

*Зернышко за зернышком курочка клюет.*

*В клюве своим деткам зернышко несет.*

(ладонь немного согнуть, указательный палец упирается в большой. Сначала «клюем» по одной ладошке, потом по другой.)

Психолог: *Молодцы! Хорошо мы с вами поиграли.*

Психолог прощается с детьми, хвалит их.

### Занятие 3.

Задачи: 1. развитие мелкой моторики руки

2. развитие восприятия, памяти

3. обучение приемам конструирования

Материал для занятия: 1. игрушка курочки

2. цыплята

3. конструктор с крупными элементами

### Ход занятия:

Психолог: *«Здравствуйте, ребята!!! Как у вас настроение? А я опять пришла с курочкой!»*

Курочка Ряба: *«Здравствуйте, ребята! Я сегодня пришла к вам не одна, а с моими детками-цыплятками!»*

На ковер перед детками выставляем цыпляток.

Курочка Ряба: *«Мои детки выросли, и наш домик стал для нас маленький. Вы можете построить новый домик?»*

Психолог: *«Ну что, ребятки, поможем курочке?»*

Перед детьми выкладывается конструктор. Вместе с детьми строим домик. Во время постройки, подбадриваем детей, помогаем, подсказываем. Если кто-то решил построить что-то другое, не запрещаем, а пытаемся связать его постройку с основной.

Курочка Ряба: *«Какие красивые домики у нас получились!!! Какие вы молодцы! Вы, наверное, устали? Давайте отдохнем и поиграем?»*

Проводится пальчиковая гимнастика «Строим дом».

*Целый день – тук да тук, раздается звонкий стук.*

*Молоточки стучат, строим домик для цыплят.*

(руки сжаты в кулаки, стучим поочередно одним кулачком по другому).

*Вот какой хороший дом, в нем мы славно заживем!*

(вытягиваем кулачки вперед)

*Будем песни распевать, веселится и плясать.*

(хлопаем в ладоши).

Психолог: *«Вот какие молодцы! И домик построили и поиграли! Но, к сожалению, нам с курочкой пора уходить. Но мы еще обязательно к вам придем! Пока!»*

### Занятие 4.

Задачи: 1. развитие воображения

2. развитие памяти
3. развитие творческих способностей

Материал для занятия: 1. куклы по сказке «Курочка Ряба»  
2. мешочек  
3. фломастеры (толстые)  
5. лист бумаги А3

Ход занятия:

Психолог: *«Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами вспомним одну сказку. Поможете мне?»*

Психолог достает из мешочка куклу курочки и предлагает детям вспомнить, из какой она сказки. Если у детей не получается, он подсказывает им. После показывает сказку «Курочка Ряба». В показ сказки можно привлекать детей. Когда мышка разбивает яичко, дед с бабой начинают плакать.

Курочка Ряба: *«Не плачь, дед! Не плачь, баба! Я снесу вам другое яичко не золотое, а простое! Только дайте мне немного зернышек».*

Дед: *«Но у нас кончились зернышки. Ребята, помогите нам!»*

Психолог: *«А дайте вместе поможем бабушке и дедушке накормить курочку. Пойдем и нарисуем зернышки?»*

Дети вместе с психологом подходят к столу и рисуют на листе зернышки. Курочка подходит, клюет зернышки и дает яичко.

Дед с бабой благодарят ребят. Психолог хвалит за проделанную работу. Все прощаются и уходят.

Занятие 5.

Задачи: 1. Развитие памяти  
2. развитие мелкой моторики руки  
3. развитие творческих способностей  
4. развитие координации движений

Материал для занятия: 1. куклы курочки, собачки, кошки, мышки.  
2. веселая музыка

Ход занятия:

Психолог: *«Здравствуйте, ребята! Помните, что у нас было на прошлом занятии? Какую сказку мы смотрели?» (дети отвечают) Молодцы! А давайте сейчас вместе с вами позовем курочку к нам?»*

Психолог вместе с детьми зовет курочку: «Цып-цып-цып».

Приходит курочка: *«Здравствуйте, ребята! У меня сегодня очень хорошее настроение! Давайте вместе споем песенку и потанцуем?»*

Психолог включает музыку. Вместе с детками поем песенку и инсценируем ее.

*Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать.*

*А за ней ребятки, желтые цыплятки.*

*Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко!*

*Лапками гребите, зернышки ищите!*

Психолог хвалит детей.

Курочка Ряба: *Ребята, а я сегодня пришла к вам не одна, а со своими друзьями.*

*Давайте с ними познакомимся.*

*Кошечка. Как она говорит?* (вместе с детьми изображаем, как говорит кошечка)

*Собачка. Как она говорит?* (изображаем, как говорит собачка)

*Мышка. (изображаем, как говорит мышка).*

Психолог: *Какие вы молодцы! Хорошо постарались сегодня! Нам пора уходить, но мы обязательно сюда придем.*

Мы все благодарим курочку и провожаем ее.

Занятие 6.

Задачи: 1. закреплять понятия о цветах.

2. развивать умение использовать накопленный опыт в жизни
3. развивать умение работать сообща
4. развитие мелкой и общей моторики

Материал: 1. кукла собачки

2. девочка Кисточка
3. большой лист бумаги с нарисованными деревьями
4. краска желтого, красного, оранжевого цвета

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята! Я снова к вам в гости пришла не одна, помните собачку, которая приходила в гости с курочкой? Она хочет с вами поиграть.*

*Поиграем?*

Собачка: *А вы знаете, какое сейчас время года? Осень! Осенью деревья разноцветные. Но скоро наступит зима и все листики с деревьев упадут. Давайте мы с вами сделаем осенний лес, который будет нас радовать всю зиму. В этом нам поможет девочка-кисточка.*

Детям раздаются кисточки. На столе перед ними лежит большой лист бумаги с нарисованными деревьями. Детки тычками рисуют листики оранжевого, красного, желтого цветов. В процессе работы психолог хвалит детей, помогает им.

После все рассматриваем картину, благодарим друг друга. Идем мыть руки и кисточки. Прощаемся и уходим.

Психолог и собачка прощаются с детьми, хвалят им.

Занятие 7.

Задачи: 1. развитие памяти.

2. развитие воображения
3. развитие координации движения.
4. побуждать детей к эмоциональным откликам.

Материал: 1. кукла собачки.

Ход занятия:

Психолог приходит в группу, знакомим детей с собачкой. Напоминает детям, что это друг курочки. Собачка здоровается с детьми и предлагает поиграть.

Проводим пальчиковую гимнастику «Солнышко».

*Вот как солнышко встает:*

*Выше, выше, выше!*

(поднять руки вверх, потянуться)

*К ночи солнышко зайдет:*

*Ниже, ниже, ниже!*

(присесть на корточки, руки опустить на пол)

*Хорошо, хорошо,*

*Солнышко смеется.*

*А под солнышком нам всем*

*Весело живется.*

(хлопать в ладоши, улыбаться)

Собачка: *Какие молодцы! Ребята, а вы мне поможете? У меня сломался домик. Вы постройте мне новый домик?*

Перед детьми выкладывается конструктор. Вместе с детьми строим домик. Во время постройки, подбадриваем детей, помогаем, подсказываем. Если кто-то решил построить что-то другое, не запрещаем, а пытаемся связать его постройку с основной.

Психолог: *Вот какие молодцы! Такой красивый домик построили. Давайте в этом домике будет еще кто-нибудь жить?* (в домик сажаем какую-нибудь игрушку из группы). *Вот как хорошо у нас получилось! Но нам с собачкой уже пора домой.*

Психолог и собачка прощаются с детьми.

Занятие 8.

- Задачи: 1. развитие координации движения.  
2. развитие памяти  
3. закладывать основы драматизации.  
4. развитие речи.

Материал: 1. игрушка Кошки

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята! Это снова я! Будем встречать гостей?* (дети отвечают)*Помните, курочка знакомила вас со своими друзьями? Сегодня к вам в гости пришла кошечка. Ее зовут Мурка.*

Психолог подходит к каждому ребенку. Предлагает погладить кошечку. Вспоминаем, как говорит кошечка. Рассматриваем игрушку

Психолог: *Посмотрите, какая у нее гладкая, мягкая шерстка. Давайте с вами тоже станем котятками.*

Проводим пальчиковую гимнастику «Кошечка»

*Кулачок – ладошка,*

*Я иду как кошка.*

(две ладошки одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать ладони к столу. Повтор 3-5 раз).

Психолог: *Молодцы! Какие хорошие котята получились. Нам с кошечкой уже пора домой. Но мы к вам обязательно придем! До свидания!*

Кошечка прощается с детками. Все уходят.

Занятие 9.

Задачи: 1. развитие координации движений

2. развитие памяти

3. закладывать основы драматизации.

Материал: 1. игрушка Кошки

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята! Я к вам сегодня в гости пришла за помощью. Наша с вами кошечка никак не может поймать рыбку на обед.*

Кошечка: *Да. А так кушать хочется... Поймайте мне рыбку...*

Проводим пальчиковую гимнастику «Речка и рыбка».

*Речка, блестящая волнами бьет.*

*Рыбка-малютка в речке живет.*

(волнистое плавное движение расслабленных кистей рук. Повторяем 3-5 раз)

*Рыбка-малютка по речке плывет,*

*Рыбка-малютка хвостиком бьет.*

(выпрямленные ладони прижаты друг к другу. Поворачиваем вправо и влево, имитируя движения рыбки хвостом).

Имитируем с детьми закидывание удочки. Потом радуемся, что поймали рыбку.

Психолог: *Вот какие молодцы! Накормили кошку! Теперь она с удовольствием с вами поиграет. Давайте вместе надует шарик.*

Проводим пальчиковую гимнастику «Шарик».

*Я надул упругий шарик.*

(пальцам придать положение, какое бывает, когда держим шарик)

*Укусил его комарик.*

*Лопнул шарик – не беда!*

(пальцы обеих рук собраны «щепотью» и соприкасаются кончиками)

*Новый шар надую я.*

(снова надуваем шар).

Психолог: *Молодцы! А теперь нам с кошечкой пора домой. Пока ребята!*

Психолог и кошечка прощаются с детьми.

Занятие 10.

- Задачи: 1. развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы  
2. развитие памяти  
3. развитие мелкой моторики рук

Материал: 1. кукла мышки

Ход занятия:

Психолог заходит в группу, здоровается с детьми. Знакомит с новым другом курочки – Мышкой. Мышка предлагает поиграть. Детки «превращаются» в мышек.

Проводится пальчиковая гимнастика «Мышка».

*Перед тем, как хрумкать сушки,*

*Ты, мышонок, вымой ушки,*

*Чтоб услышать шорох кошки,*

*Что крадется по дорожке.*

(мизинец и указательный палец согнуты. Средний, безымянный и большой пальцы сомкнуты и вытянуты. Во время упражнения можно ходить.)

Психолог: *Ой, мышата, кошка бежит! Прячемся!* (дети садятся на корточки, съеживаются, ручками закрывают личико)

Психолог: *вот кошка убежала, пойдём опять гулять!*

Снова проводим гимнастику «Мышка». Потом опять прячемся.

Психолог: *Все, кошка убежала. Пора нам снова становиться детками. Раз, два, три!!! Вот как мы хорошо поиграли! Но нам с мышкой пора домой.*

Психолог и мышка прощаются с детьми и уходят.

Занятие 11.

- Задачи: 1. знакомить особенностями и признаками зимы.  
2. развивать умение использовать накопленный опыт в жизни  
3. развивать умение работать сообща  
4. развитие мелкой и общей моторики

Материал: 1. кукла мышки

2. клей ПВА

3. большой лист бумаги с нарисованными деревьями

4. вата.

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята! Я снова к вам в гости пришла не одна, помните мышку? Она снова хочет с вами поиграть. Поиграем?*

Мышка: *Ребята, вот и наступила зима. На улице стало холодно, идет снег. Все деревья стоят в снегу, листиков нет. Давайте мы с вами сделаем вместе картину «Зимний лес»*

На стол перед детьми лежит большой лист бумаги с нарисованными деревьями. Детям рассказываем, что сейчас будем клеить вату. Ведь она такая же мягкая и белая как снег. Психолог отрывает по маленькому кусочку ваты, макает в клей и предлагает ребенку приклеить это на лист бумаги.

После все рассматриваем картину, благодарим друг друга. Прощаемся и уходим.

Занятие 12.

- Задачи: 1. развитие мелкой моторики руки.  
2. развитие воображения  
3. продолжать развивать умение работать сообща  
4. познакомить детей с праздником Нового года.

Материал: 1. кукла деда Мороза

2. лист формата А3 с нарисованной елочкой

3. разноцветный пластилин.

Ход занятия:

Психолог: *здравствуйте, ребята. К вам опять гости. Знаете, кто это?* (достаем куклу деда Мороза). *Это дед Мороз. У нас скоро будет праздник новый год. Это очень веселый праздник. В каждом доме и на улицах стоят красивые, нарядные елки. Давайте с вами тоже нарядим елку.*

Показываем детям картину с елкой. Раздаем по маленькому кусочку пластилина. Показываем детям, как скатать шарики. После этого предлагаем детям «повесить» шарики на елку. Каждый ребенок может сделать несколько шариков. После того, как елку нарядили, психолог рисует на макушке звезду.

Психолог: *вот какая красивая елка у нас получилась. Теперь у нас настоящий новый год. Вы молодцы. Но мне пора идти. До встречи.*

### Занятие 13.

- Задачи:
1. развитие мелкой моторики
  2. закрепление полученного опыта.
  3. развитие памяти.

- Материал:
1. кукла деда
  2. картон синего цвета (формат А4)
  3. белый пластилин
  4. душистый перец горошком (для глаз)

### Ход занятия:

Психолог: *здравствуйте детки. Сегодня к вам в гости пришел дедушка. Давайте вместе поздороваемся с ним.*

Дедушка: *здравствуйте, ребята! Вы знаете, какое сейчас время года? Правильно, зима! А что лежит на земле зимой? Снег. А снег какой: холодный или теплый? Вот знаете, я больше всего люблю лепить снеговиков. Но у вас в группе нет снега. Давайте сделаем с вами другого снеговика – из пластилина.*

Кладем перед детьми картон, на котором обозначен контур снеговика, и объясняем им, что пластилин нужно размазывать аккуратно пальчиком внутри контура. Говорим, что отщипывать необходимо по маленькому кусочку. Далее помогаем детям отщипывать по маленькому кусочку пластилина. В процессе работы напоминаем, что пластилин необходимо класть только внутри контура. Если из детей кто-то положил вне контура, привязываем это к общей работе. После горошками перца выкладываем глазки.

Дедушка: *вот какой красивый снеговик у нас получился! Молодцы ребята! Устал я что-то, совсем старенький стал. Пойду я домой.*

Психолог прощается с детьми и уходит.

### Занятие 14.

- Задачи:
1. закрепление названий основных геометрических форм
  2. формирование умения ориентировки на листе бумаги
  3. закрепление понятий «над», «под».

- Материал:
1. кукла бабушки
  2. лист формата А4
  3. красный квадрат, желтый прямоугольник, синий круг, два зеленых треугольника.
  4. клей ПВА

### Ход занятия:

Психолог: *здравствуйте, ребята. К вам в гости пришла бабушка. Она очень хочет, чтобы вы ей помогли. Поможете?*

Бабушка: *Ребятки, я старенькая совсем стала. Никак не могу кровать свою застелить. Вот, смотрите, все перемешалось!* (показываем детям тарелочку с геометрическими фигурами). *Помогите мне собрать все правильно.*

Вспоминаем с детьми, чем мы накрываемся (одеялом), на что кладем голову (подушка), мы лежим на матрасе. Рассказываем, что в самом низу у нас красный

матрасик. Психолог наклеивает на лист бумаги квадрат. Вспоминаем, чем накрываемся. Говорим, что на кровать кладем одеяло. Соответственно на квадрат клеим прямоугольник. Далее клеим круг (подушка) и два треугольника (на пододеяльник).

Бабушка: *спасибо вам, ребята! Вы мне очень помогли. Но мне уже пора домой, остальные дела делать. Еще раз спасибо.*

Психолог и бабушка прощаются и уходят.

#### Занятие 15.

- Задачи:
1. Побуждать детей к эмоциональным откликам
  2. продолжать учить слушать воспитателя.
  4. воспитывать доброе отношение к рукотворному
  5. развитие внимания, усидчивости.

- Материал:
1. настольный театр «Репка»
  2. мешочек.

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправимся в сказку!*

Психолог садится за стол, а дети собираются вокруг.

Психолог: *У меня есть мешочек. Хотите узнать, что в нем?*

Из мешочка достает деда. Дети рассматривают игрушку. После достаем репку.

Ставим ее напротив дедушки.

Потом поочередно достаем персонажей сказки, параллельно рассказывая ее. Дети рассматривают героев сказки, пытаются подражать им.

Когда репку достают, радуемся, хлопаем в ладоши.

Психолог: *Вот какие молодцы!!! А теперь давайте поиграем.*

Проводится физкультминутка «Хлоп раз».

*Руки вверх мы поднимаем,*

*А потом их опускаем,*

*А потом их разведем*

*И к себе скорей прижмем.*

*Хлоп раз, еще раз,*

*Мы похлопаем сейчас!*

*А теперь скорей, скорей*

*Хлопай, хлопай веселей!*

(движения выполняем в соответствии с текстом).

Психолог прощается с детьми, хвалит их.

#### Занятие 16.

- Задачи:
1. побуждать детей к эмоциональным откликам
  2. установить контакт
  3. учить слушать воспитателя.
  4. воспитывать доброе отношение к рукотворному.
  5. развитие внимания, усидчивости.

- Материал:
1. настольный театр «Колобок»
  2. мешочек.

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправимся в сказку!*

Психолог садится за стол, а дети собираются вокруг.

Психолог: *У меня есть мешочек. Хотите узнать, что в нем?*

Из мешочка достает деда. Дети рассматривают игрушку.

Психолог: *Это дедушка.*

Из мешочка достаем бабушку. Ставим ее напротив дедушки.

Потом поочередно достаем персонажей сказки, параллельно рассказывая ее. Дети рассматривают героев сказки, пытаются подражать им.



Психолог: *Вот какая сказка!!! А теперь давайте поиграем.*

Проводим пальчиковую гимнастику «Шарик».

*Я надул упругий шарик.*

(пальцам придать положение, какое бывает, когда держим шарик)

*Укусил его комарик.*

*Лопнул шарик – не беда!*

(пальцы обеих рук собраны «щепотью» и соприкасаются кончиками)

*Новый шар надую я.*

(снова надуваем шар).

Психолог: *Молодцы! Хорошо мы с вами поиграли.*

Психолог прощается с детьми, хвалит их.

### Занятия 17.

Задачи: 1. развитие координации движений (ловля и бросание мяча)

2. закрепление знаний о форме круга.

3. закреплять понятие о желтом цвете

Материал: 1. кукла Колобка

2. мячик

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребятки! Сегодня к вам пришли гости (достаем колобка). Кто это? Правильно, колобок. А какой формы колобок? А какого цвета? А давайте с вами сейчас поищем, что еще у нас в группе круглой формы.*

Вместе с детьми ходим по группе, ищем круглые предметы. Психолог делает акценты на эти вещи у детей. Если кто-то из детей нашел, хвалим.

Колобок: *Вот какие вы молодцы! Сколько всего круглого нашли. А у меня тоже есть предмет круглой формы – это мячик! Давайте с вами поиграем?*

Проводится игра «Поймай мячик». Дети встают перед психологом, у которого в руке мячик на расстоянии 1,5 м. Сначала у нас поработают ручки: психолог кидает мяч, а ребенок должен поймать. Если поймать не получилось, поднимаем мячик и кладем ему в руки. Потом у нас работают ножки: психолог ногой слегка отбивает мяч, ребенок ловит, а потом обратно отбивает мяч психологу. Игра проводится 2 раза (сначала один этап, потом второй).

Колобок: *Вот какие вы молодцы!!! Как хорошо у вас получается мячик ловить.*

*Совсем уже большие стали. Ребята, мне пора дальше катиться. Можно я к вам еще в гости приду?*

Психолог и колобок прощаются с детьми и уходят.

### Занятие 18.

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята. Сегодня к вам в гости опять пришел Колобок.*

*Помните, какой он формы? А какого цвета? он опять хочет с вами поиграть.*

*Поиграете?*

Колобок: *Ребята, а вы помните сказку про меня? Давайте мы с вами ее вспомним.*

Вспоминаем с детьми сказку «Колобок». Имитируем движения животных.

Зайка: *попрыгали как зайки, спрятались от волка, попрыгали (повтор 3-4 раза)*

Волк: *руки перед собой, пальцы в разные стороны, напрыгиваем на Колобка (повтор 3-4 раза)*

Медведь: *идем вперевалочку (длительность 15-20 секунд)*

Лиса: *мягкие движения руками, идем плавно (длительность 15-20 секунд)*

Психолог: *Ребята, но мы ведь не хотим, чтобы лиса съела колобка? Давайте тогда покажем Колобку, как нужно убежать от лисы (побежали мелкими шагами).*

Колобок: *Вот как здорово мы поиграли! Спасибо вам! Но мне уже пора домой к бабушке с дедушкой.*

Психолог и Колобок прощаются с детьми и уходят.

### Занятие 19.

- Задачи: 1. воспитывать доброе отношение к окружающим  
2. развивать восприятие композиции  
3. учить работать сообща  
4. учить заполнять пространство, не выходя за пределы контура

- Материал: 1. кукла бабушки  
2. лист формата А3 с нарисованным фартуком  
3. разноцветные геометрические фигуры из бумаги  
4. клей ПВА

### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйтесь ребята! Сегодня к вам в гости пришла бабушка из сказки про Колобка. Что мы с вами сейчас должны будем сделать, когда она придет?*

*Правильно, поздороваться!*

Бабушка: *Здравствуйтесь, ребята! Знаете, я, когда готовила Колобка, мой фартук весь испачкался. Вы мне можете сделать новый красивый? Ну, тогда давайте попробуем...*

Перед детьми кладем лист формата А3 с нарисованным фартуком. Предлагаем им приклеить разноцветные геометрические фигуры на фартук. Обращаем внимание детей, что фигуры мы приклеиваем внутри контура. В процессе работы хвалим детей, подбадриваем.

Бабушка: *Спасибо вам, ребята! Вот какой красивый фартук вы для меня сделали! Пойду я деду его покажу, похвалюсь!*

Психолог: *Что надо сказать бабушке? Правильно, до свидания! А мы сейчас с вами еще поиграем.*

Проводится пальчиковая гимнастика «Месим тесто».

*Тесто мнем, мнем, мнем!*

*Тесто жмем, жмем, жмем!*

*Пирог мы испечем!*

(руками имитируем процесс вымешивания теста и лепки пирожков).

Психолог: *Вот какие молодцы! Какие пирожки вкусные испекли! Давайте похлопаем себе!! Да еще и фартук бабушке помогли сшить! Вот сколько дел сегодня на занятии сделали!!! А теперь можно и поиграть!*

Психолог прощается и уходит.

### Занятие 20.

- Задачи: 1. дать представление о празднике 8 марта  
2. развитие чувства прекрасного,  
3. умения работать сообща  
4. учить наклеивать, учитывая композиционное положение.

- Материал: 1. лист формата А3 с нарисованной и раскрашенной вазой  
2. цветы, вырезанные из белой бумаги (по количеству детей)  
3. клей ПВА  
4. картинка с изображением весны

### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйтесь ребята! Вы знаете, какое время года настало? Правильно, весна!(обсудить признаки весны по картинке). А у нас ведь скоро праздник! Праздник мам и бабушек. И нам обязательно надо сделать для них подарок – красивый букет цветов! Давайте попробуем сделать!*

Перед детьми кладем лист формата А3 с нарисованной и раскрашенной вазой. Обращаем внимание, что цветов в вазе нет. Раздаем детям цветы, вырезанные из бумаги и раскрашенные. Предлагаем им приклеить их на лист, тогда у нас получится прекрасный букет для мамы.

В процессе работы помогаем детям, подбадриваем их, поправляем.

Психолог: *Посмотрите, какой красивый букет получился! Вашим мамам обязательно понравится такой букет! Давайте теперь поиграем – превратимся в цветочки.*

Проводится пальчиковая гимнастика «Цветок».

*Солнце поднимается –*

*Цветочек распускается!*

(разводим одновременно пальцы рук в разные стороны. Если получается, то можно одновременно поднимать руки).

*Солнышко садиться –*

*Цветочек спать ложиться.*

(сводим пальцы вместе, опускаем руки. Можно присесть на корточки).

Психолог: *Вот какие молодцы!!! Какие красивые цветочки из вас получились. А теперь давайте с вами похлопаем себе! Картину мы поставим так, чтобы мамы увидели ваш красивый букет!*

Психолог прощается и уходит.

### Занятие 21.

Задачи: 1. развитие мелкой моторики руки

2. развитие умения работать сообща

3. закреплять знания о времени суток ночь и утро.

4. развивать умение произвольно напрягать и расслаблять мышцы.

Материал: 1. картина с изображением звездного неба

2. пластилин желтого цвета

3. картон темно-синего цвета

### Ход занятия:

Психолог: *Ребята, посмотрите, какое время суток изображено на картине?*

*Правильно, ночь! А что у нас ночью появляется на небе? Луна и звезды! А луна по величине большая или маленькая? А звезды большие или маленькие? Давайте мы с вами сейчас тоже сделаем ночное небо.*

Перед детьми кладем лист картона темно-синего цвета. Психолог делает луну (большой кусочек пластилина) и предлагает детям сделать много маленьких звездочек. Раздаем деткам по небольшому кусочку пластилина. Постоянно напоминаем им, что звезды должны быть маленькими. Помогаем детям, исправляем работу, если необходимо.

Психолог: *Вот какое красивое ночное небо у нас получилось! А теперь давайте с вами покажем, как солнышко встает. Давайте сначала сядем на корточки и отдохнем чуть-чуть (дети имитируют сон). А теперь настает утро! Просыпаемся, поднимаемся, тянемся к солнышку высоко-высоко! (повторяем упражнение 3-5 раз). Вот какие молодцы! Давайте похлопаем друг другу и себе.*

Психолог прощается и уходит.

### Занятие 22.

Задачи: 1. развитие мелкой и общей моторики

2. развитие речи, воображения

3. развитие координации движений

4. формировать умение соотносить свои движения со словами.

Материал: 1. картон формата А3 (на нем из пластилина сделаны дорожки)

2. фасоль

### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, мои дорогие! Ну что, поиграем? Давайте превратимся с вами котят? Сначала помяукаем как котята..... А теперь покажем всем свои хвостики... А теперь нужно умыться: сначала ушки, потом глазки, потом носик,*

*потом ротик, а еще животик и, конечно, спинку! Вот какие мы теперь чистые. Пойдемте, котята, погуляем.*

Проводим пальчиковую гимнастику «Кошечка»

*Кулачок – ладошка,*

*Я иду как кошка.*

(две ладошки одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать ладони к столу. Повтор 3-5 раз).

Психолог: *Какие замечательные маленькие пушистые котята. А вы знаете, что очень любят делать котята? Они очень любят играть. Давайте сейчас с вами весело попрыгаем, а теперь покружимся, а теперь похлопаем в ладошки, а как наши ножки громко топаят! А когда котята бегают по дорожкам, то оставляют следы. Вот посмотрите, у нас есть дорожка (показываем детям картон с дорожками из пластилина). Давайте сейчас с вами оставим такие следы из зернышек (вдавливаем с детьми фасолинки в пластилин). Вот какие котятки веселые – как быстро и весело бегают по дорожкам. А вы любите гулять? Конечно! Тогда давайте еще немного поиграйте, а потом пойдем гулять.*

Психолог прощается и уходит.

### Занятие 23.

- Задачи:
1. побуждать детей к эмоциональным откликам
  2. развитие речи
  3. воспитывать доброе отношение к рукотворному

- Материал:
1. настольный театр теремок
  2. мешочек.

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправимся в сказку!*

Психолог садится за стол, а дети собираются вокруг.

Психолог: *У меня есть мешочек. Хотите узнать, что в нем?*

Взмах волшебной палочкой – из мешочка достает теремок. Дети рассматривают теремок.

Психолог: *Теремок стоит в лесу. Вот елка.*

Из мешочка достаем елки. Дети расставляют их вокруг теремка.

Потом поочередно достаем персонажей сказки, параллельно рассказывая ее. Дети рассматривают героев сказки, изображают их: голос, походку.

Когда медведь разваливает теремок, акцентируем внимание детей на том, как звери расстроены. Но медведь – не отрицательный герой. Ведь он помог построить новый теремок.

Вместе с детьми решаем, как звери помогали на стройке, кто какую работу выполнял.

Психолог: *Вот какие молодцы!!! Какой теремок построили!!! Еще лучше прежнего! А теперь давайте отдохнем.*

Проводится пальчиковая гимнастика «Труба».

*Дом стоит с большой трубой,*

*В нем мы будем жить с тобой.*

*Смотрит ввысь труба на крыше,*

*И дымит, как будто дышит.*

(руки сжаты в кулачки, круглые отверстия внутри. Руки перед грудью. Ставим кулачок на кулачок, меняя положение рук. Получается длинная «труба»).

Психолог: *Молодцы! Хорошо мы с вами поиграли. Помните, в гости к какой сказке мы с вами ходили?... Теремок!*

Психолог прощается с детьми, хвалит их

### Занятие 24.

- Задачи:
1. развитие мелкой моторики руки
  2. развитие восприятия, памяти

### 3. обучение приемам конструирования

Материал для занятия: 1. игрушка медведя

2. конструктор с крупными элементами

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте, ребята!!! Как у вас настроение? А я не одна пришла. Со мной пришел мишка из сказки «Теремок»*

Мишка: *Здравствуйте, ребята! Помните, какой красивый теремок мы с моими друзьями в сказке построили? А хотите сами научиться такой теремок строить?*

Перед детьми выкладывается конструктор. Вместе с детьми строим домик. Во время постройки, подбадриваем детей, помогаем, подсказываем. Если кто-то решил построить что-то другое, не запрещаем, а пытаемся связать его постройку с основной.

Мишка: *Какой красивый теремок у нас получился!!! Какие вы молодцы! Вы, наверное, устали? Давайте отдохнем и поиграем?*

Проводится пальчиковая гимнастика «Строим дом».

*Целый день – тук да тук, раздается звонкий стук.*

*Молоточки стучат, строим домик для цыплят.*

(руки сжаты в кулаки, стучим поочередно одним кулачком по другому).

*Вот какой хороший дом, в нем мы славно заживем!*

(вытягиваем кулачки вперед)

*Будем песни распевать, веселится и плясать.*

(хлопаем в ладоши).

Психолог: *Вот какие молодцы! И домик построили и поиграли! Но, к сожалению, нам с мишкой пора уходить. Но мы еще обязательно к вам придем! Пока!*

Занятие 25.

Задачи: 1. воспитывать доброе отношение к окружающим

2. развивать восприятие композиции

3. учить работать сообща

4. учить заполнять пространство, не выходя за пределы контура

Материал: 1. кукла лисички

2. лист формата А3

3. разноцветные геометрические фигуры из бумаги

4. клей ПВА

Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйте ребята! Сегодня к вам в гости пришла лисичка из сказки «Теремок». Что мы с вами сейчас должны будем сделать, когда она придет?*

*Правильно, поздороваться!*

Лисичка: *Здравствуйте, ребята! Знаете, нам в новый теремок нужна красивая скатерть на стол. Вы мне можете сделать? Ну, тогда давайте попробуем...*

Перед детьми кладем лист формата А3. Предлагаем им приклеить разноцветные геометрические фигуры, чтобы получился узор. Обращаем внимание детей, что фигуры мы приклеиваем, обращая внимание на то, как приклеили фигуры другие дети. В процессе работы хвалим детей, подбадриваем.

Лисичка: *Спасибо вам, ребята! Вот какую красивую скатерть вы для меня сделали! Пойду я ее покажу своим друзьям!*

Психолог: *Что надо сказать лисичке? Правильно, до свидания! А мы сейчас с вами еще поиграем.*

Проводится физкультминутка «Хлоп раз».

*Руки вверх мы поднимаем,*

*А потом их опускаем,*

*А потом их разведем*

*И к себе скорей прижмем.*

*Хлоп раз, еще раз,*

*Мы похлопаем сейчас!  
А теперь скорей, скорей  
Хлопай, хлопай веселей!*

(движения выполняем в соответствии с текстом).

Психолог: *Вот какие молодцы! Давайте похлопаем себе!! Да еще и скатерть лисичке помогли сшить! Вот сколько дел сегодня на занятии сделали!!! А теперь можно и поиграть!*

Психолог прощается и уходит.

#### Занятие 25.

- Задачи: 1. развитие воображения  
2. закрепления умений пользоваться кисточкой  
3. развитие умения работать сообща  
4. воспитание чувства прекрасного.

- Материал: 1. лист формата А3 тонированный зеленым цветом  
2. вата  
3. картинка с изображением весны  
4. клей ПВА

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйтесь. А вы знаете, какое сейчас время года? Правильно – весна! Посмотрите на картинку* (рассматриваем картинку, обращаем внимание на признаки весны).

*А давайте сейчас вместе с вами сделаем красивую картину. Вы сейчас сами станете волшебниками. Посмотрите, у нас есть зеленый луг. На этом лугу не хватает цветочков! Давайте сейчас с вами посадим сюда одуванчики.*

Раздаем детям кусочки ваты. Предлагаем приклеить ее на луг (психолог ставит точку клея, а ребенок должен на эту точку положить вату).

Психолог: *Вот какие красивые одуванчики у нас получились. А теперь давайте с вами поиграем немного.*

Проводится пальчиковая гимнастика «Цветок».

*Солнце поднимается –*

*Цветочек распускается!*

(разводим одновременно пальцы рук в разные стороны, одновременно поднимаем руки).

*Солнышко садиться –*

*Цветочек спать ложиться.*

(сводим пальцы вместе, опускаем руки, приседаем на корточки).

Психолог: *молодцы! Давайте похлопаем друг другу.*

Психолог прощается и уходит.

#### Занятие 26.

- Задачи: 1. развитие воображения  
2. закрепления умений пользоваться кисточкой  
3. развитие умения работать сообща  
4. воспитание чувства прекрасного.

- Материал: 1. луг с цветочками, сделанный на прошлом занятии  
2. бабочки из белой бумаги  
3. гуашь разных цветов  
4. кисточки (по количеству детей) 5. тряпочки

#### Ход занятия:

Психолог: *Здравствуйтесь. Помните, мы с вами на прошлом занятии делали волшебный луг. Посмотрите, как красиво у нас получилось! Но все равно что-то еще не хватает. Волшебных бабочек! Давайте теперь каждый попробует сделать волшебную бабочку. Ведь теперь вы волшебники.*

Раздаем детям бабочек из белой бумаги. Каждый ребенок раскрашивает ее так, как захочет. Потом каждую бабочку складываем пополам, чтобы краска перемешалась. Кладем сохнуть.

Психолог: *вот какие красивые бабочки у нас получились. А теперь давайте с вами поиграем немного. Превратимся в бабочек! Сначала летаем... А потом на цветочек сядем, отдохнем. А теперь опять полетели! Пора отдохнуть. Молодцы! Давайте похлопаем друг другу.*

Психолог прощается и уходит (На следующий день дети приклеивают цветочки на луг).

## **КОНСПЕКТ ИГРОВОГО ТРЕНИНГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **«АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ»**

*ШИРОКОВА АЛЬБИНА МИДХАТОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №144*

**Цель:** Создавать условия для повышения психологической компетентности родителей в вопросах воспитания и развитие эффективных навыков коммуникации с детьми в адаптационный периода, а так же создание благоприятного психологического климата в группе.

**Материал:** стикеры для визиток, цветные карандаши, фломастеры, альбом для фото, семейные фотографии. Наклейки, надписи, игрушка Солнышко.

#### **ХОД ВСТРЕЧИ**

Здравствуйте, уважаемые родители! Мы очень рады видеть Вас на нашем мероприятии посвященному вопросу адаптации детей к ДОУ. Многие незнакомы, возможно, испытывают разные ощущения от того, что оказались здесь и сейчас. И чтобы стать ближе друг другу, предлагаю нам всем познакомиться.

#### **Упражнение «Визитки»**

Каждый из Вас напишет на стикерах то имя, по которому вы предпочитаете, чтоб к вам сегодня обращались и в двух словах расскажите о себе, о том сколько у вас детей и все ли из ваших детей посещали детский сад .

Вот мы с вами и познакомились. Каждый из вас очень индивидуален. Показательно и то, что у каждого из вас не только разные цвет волос, глаз, но и свой неповторимый и индивидуальный жизненный опыт.

Психолог кратко рассказывает об адаптации к ДОУ, какие степени адаптации бывают и раздает родителям памятки.

Сейчас мы с вами познакомились между собой и поговорили об адаптации, я хотела бы предложить вам выбрать ленточки, и вы, родители, коротко расскажите о достоинствах своего ребенка. Начиная свой рассказ со слов: **«Я самая счастливая мама/папа, потому что мой малыш...»** Пока вы рассказываете, вам необходимо привязать ленточку к ленточке соседа.

#### **Упражнение «Я самая счастливая мама/папа, потому что мой малыш...»**

Посмотрите у нас с вами образовалась единая лента,. Я хочу сказать вам о том, что все ленточки разные, не похожие друг на друга, как вы и ваши дети, но всех многое объединяет: общая профессия, любовь к детям, творческий потенциал и другое. Об этом говорит и круг, получившийся из лент: посмотрите, все ленточки разные, тем не менее, круг единый. Мы представляем единую команду. Все мы связаны друг с другом. И заинтересованы в том, что бы адаптация ваших детей прошла быстро и легко.

А теперь, чтобы лучше понять своего ребенка и помочь ему при адаптации приглашаю вас немного поиграть! И предлагаю вам поделиться на три группы. Каждая группа получит карточку с сюжетом, который нужно будет показать.

Нескольким родителям предлагается превратиться в своих детей, которым предстоит пойти в детский сад. Нескольким родителям предлагается сыграть самих себя и оставить ребёнка, который плачет, в детском саду. Воспитателям предлагается показать, как они справляются с трудными ситуациями и успокаивают плачущих малышей.

#### **Сценка 1. «Я куплю тебе...»**

Ребёнок не хочет идти в детский сад, мама уговаривает его зайти в группу, обещая много подарков и сладостей, которые он купит ребёнку, если тот не будет плакать. Воспитатель увлекает ребёнка новыми игрушками и книгами и др.

#### **Сценка 2.»Долгие проводы»**

Ребёнок плачет и отказывается идти в детский сад. Мама(папа) слушая уговоры, остаются с ребёнком на 5 минут, а затем ещё на 5. И так далее. Воспитатель пытается отвлечь ребёнка тем, что в группе есть неотложные дела, и что одна она никак не справиться и т.д.

#### **Сценка 3. «В детском саду хорошо»**

Малыш плачет навзрыд и не хочет идти в группу. Мама (папа) уговаривают его пойти, обращая внимание на позитивные стороны детского сада. В садике много интересных игрушек и игр, ребята соскучились по тебе...» Также родители объясняют, что им пора идти на работу, а потом они придут за ним и заберут домой. Воспитатель отвлекает ребёнка интересными игрушками и играми.

После сценок подводятся итоги каждой из них. Какие положительные и отрицательные стороны в данных сценках, какая из сценок более всего способствует благоприятной адаптации? Какая роль оказалась самой сложной?

Конечно, находясь в детском саду, ваши дети очень по вам скучают и чтобы облегчить им этот период ожидания предлагаю вам сделать альбом под названием «Моя семья!». Этот альбом ребёнок может приносить в группу и рассматривать.

Перед вами лежат чистые альбомные листы, фломастеры, карандаши и различные надписи, наклейки, которыми вы сможете украсить свой альбом. По окончании работы родители делятся своими впечатлениями о работе.

#### **Рефлексия**

Передаем игрушку Солнышко по кругу, говорим, что нового для себя я сегодня узнал, что понравилось, а что не понравилось

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

#### **«АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ»**

*БАИЦИК ЕЛЕНА ИГОРЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №112*

***Уважаемые родители, поздравляем Вас, скоро Вам и вашему малышу предстоит начать новую жизнь!***

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас.  
**Ребёнок чувствует, если родители сомневаются.**



*Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему Вы хотите, чтобы он посещал его.* Содержание беседы зависит от возраста ребёнка. Например, беседа может быть такой: «Детский сад – это очень красивый дом, куда мамы и папы отводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Дети здесь играют, едят, гуляют.

Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. А ты можешь пойти в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя туда, а вечером заберу домой.

Ты мне расскажешь, как у тебя прошёл день, а я расскажу тебе, что было интересного у меня на работе. Многие мамы и папы хотели бы отвести в детский сад своего ребёнка. Тебе повезло, что ты будешь туда ходить».

Проходя мимо детского сада, с радостной интонацией напоминайте ребёнку, как ему повезло.

Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, о том, что гордитесь своим сыном (дочерью), - ведь его приняли в детский сад. И в тоже время не стоит слишком часто акцентировать внимание на предстоящем событии. Это может вызвать страх и неуверенность в собственных силах ребёнка.

***И чтобы малыш как можно легче и спокойнее прошёл этот нелёгкий, но очень важный период в жизни, мы хотим предложить Вам несколько рекомендаций:***

❖ *Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.* Чаще хвалите ребёнка, обнимайте, говорите, что очень любите. Уделяйте ребёнку больше внимания, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте малейшие изменения в настроении.

❖ *Познакомьте ребёнка с режимом дня в детском саду.* Чем чаще Вы будете его соблюдать, тем спокойнее ребёнок воспримет новые правила. Спрашивайте, куда он будет складывать свои вещи после прогулки, что он будет делать после обеда. Такими вопросами Вы сможете проконтролировать, как ребёнок усвоил последовательность режимных моментов в дошкольном учреждении. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствует себя увереннее.

❖ *Максимально приблизьте домашний режим к распорядку в детском саду не менее чем за две недели и старайтесь поддерживать его в выходные дни:*

7:30 – подъём, умывание, одевание;

8:30 – крайнее время для прихода в д/с;

8:40 – завтрак;

10:30 – прогулка;

12:00 – возвращение с прогулки;

12:15 – обед;

13:00 – 15:00- дневной сон;

15:30 – полдник.

Для того, чтобы легко встать утром, лучше лечь не позже 20:30.

❖ *К началу посещения детского сада прививайте ребёнку элементарные навыки самообслуживания.* Ребёнок должен уметь самостоятельно:

-мыть руки с мылом и вытирать их;

-ходить в туалет;

-пользоваться ложкой и вилок;

-одеваться самостоятельно с небольшой помощью взрослого.

Поговорите с ним о возможных трудностях, объясните, к кому он может обратиться за помощью и как он это должен сделать. Например: Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И воспитатель нальёт тебе воды. Если

захочешь в туалет, обязательно скажи об этом. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома.

❖ *В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.* Не пугайте ребёнка д/с, например: «Не хочешь есть сам, вот придёшь в д/с- там тебя научат» или «Учись есть сам, тогда тебя возьмут в д/с».

❖ *Расширяйте круг общения ребёнка с другими детьми и взрослыми.* Поощряйте игры с другими детьми. Личным примером учите ребёнка общаться, знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои. Не пренебрегайте такими простыми фразами, как: «Если хочешь поиграть с девочкой (мальчиком), подойди и скажи: «Как тебя зовут?». В присутствии своего ребёнка называйте этих детей по имени. Говорите дома о новых знакомых.

❖ *Будьте спокойны и уравновешенны, так как дети очень легко перенимают тревожность от своих близких.* Личная тревожность матери часто является причиной беспокойства у ребёнка. Когда Вы уходите, расставайтесь с ребёнком быстро и легко, иначе у ребёнка появится тревога.

❖ *При расставании с ребёнком в группе: будьте настойчивы и спокойны.* Даже, если ребёнок плачет и хватается за Вас, **улыбнитесь ему** и скажите: **«Всё будет хорошо, вечером я приду за тобой»** и не оглядываясь, уходите.

❖ *Не спрашивайте у малыша: «Хочешь ли ты ходить в детский сад?».* Если он ответит отрицательно, а вопрос о походе в сад Вами уже predetermined, это может дополнительно расстроить Вашего ребёнка.

❖ *Ребёнок может принести в группу любимую игрушку, книжку или милый пустячок, с которым он не расстанется дома.* Это поможет ребёнку легче и безболезненнее привыкнуть к дошкольному учреждению. Предложите ребёнку рассказать своей любимой игрушке про детский сад, пусть ребёнок покажет ей свой шкафчик, кроватку и т.д.

❖ *Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с нею встретился.* Если ребёнок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» вместе с ним ежедневно и «знакомится» там с другими детьми.

❖ *В первые дни оградите ребёнка от дополнительного общения:* походов в гости, детские площадки и т.д. Лучше после детского сада вместе с ребёнком побыть дома. Так как ребёнку (его нервной системе) необходимо отдохнуть от эмоционально насыщенного дня.

❖ *Скажите честно ребёнку, куда и зачем Вы идёте спокойной, уверенной интонацией.* Ни в коем случае не обманывайте малыша. Если Вы сказали, что пошли в магазин – покажите ребёнку покупки...

❖ *Скажите точно ребёнку, когда Вы вернётесь.* Например: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь».

***Помните, что Ваш ребёнок в надёжных и профессиональных руках!***

***Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребёнка к детскому саду, иногда на привыкание ребёнка к дошкольному учреждению может потребоваться не один месяц. Рассчитывайте свои планы и возможности.***

## **БУКЛЕТ «КАК ПОДДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ?»**

**БАНЩИК ЕЛЕНА ИГОРЕВНА**

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №112*

Создайте спокойный, бесконфликтный климат для ребенка в семье. Щадите его ослабленную нервную систему. Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему, - на время прекратите походы в цирк, театр, в гости. Намного сократите просмотр телевизионных передач.

В этот сложный период эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Говорите малышу: "Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится».

Вне детского сада старайтесь посвящать все свое время малышу - гуляйте, играйте с ним, чтобы он не почувствовал, что его "бросили".

В первое время ни в коем случае не оставляйте ребенка в д/с на целый день, а в последующем также старайтесь не забирать его одним из последних.

Не наказывайте за капризы, не реагируйте грубо на изменения в его поведении.

Укрепляете иммунитет ребенка путем закаливания, оздоровления, приема витаминов.

### **Если ребенок не хочет идти в детский сад**

Используйте приемы "заманихи": игрушка хочет в гости в детский сад: сапожки хотят погулять по дорожкам сада; нужно что-то отнести воспитателю и детям; вкусная котлетка ждет, когда малыш ее съест; подушечке грустно от того, что никто ее не обнимает.

Перед вечерним туалетом вместе готовьтесь к детскому саду: какую игрушку возьмете "в гости", что наденете (одежду повесить на стульчик), выполнено ли поручение воспитателя (подточить карандаши или подготовить набор цветной бумаги). Все сложите в пакет или в сумку (как в школе!).

Часто сони охотнее встают под звуки веселой музыки или услышав голоса героев любимого мультика.

Если в семье есть человек, с которым малыш расстается очень плохо, то этому домочадцу лучше выйти из дома до того времени, как малыш проснется.

Если ребенок не хочет одеваться сам в детский сад, оденьте его без обид и грубости, приговаривая: "Какой ты у меня большой, а когда-то был совсем маленький. Скоро ты еще подрастешь и будешь одеваться сам, как папа (другое значимое лицо)".

Если ребенок боится входить в группу, где много детей, приходите пораньше, когда детей мало или вообще первыми. У воспитателя будет возможность пообщаться подольше лично только с вашим ребенком.

Поближе познакомьтесь с мамой, чей ребенок симпатичен вашему, гуляйте вместе, сходите в гости. У малыша появится желание увидеть друга в детском саду.

## Практические рекомендации

Приучайте ребенка быть самостоятельным. В детском саду ему понадобятся определенные навыки. Рекомендации о том, как научить и с чего начать, вы можете получить у вашего воспитателя. Хорошо, если малыш будет уметь самостоятельно кушать, хотя бы частично одеваться-раздеваться и, конечно, ходить на горшок.

Постепенно домашний режим подстраивайте под режим детского сада (даже в выходные дни). Вечерние часы не насыщайте шумными играми, длительным просмотром телепередач, чтением незаконченных сказок.

Не делайте больших перерывов в посещении садика - неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.

Одевайте ребенка в садик не по принципу "последних тенденций в моде", а удобства и комфорта. По опыту родителей, самой практичной одеждой являются колготы, легкие футболки или рубашки (в зависимости от сезона), сандалии на липучках. С собой обязательно нужно давать запасной комплект (лучше - несколько) одежды в случае "непредвиденных обстоятельств". Для тех детей, кто еще не слишком хорошо освоил горшок, необходимо оставлять памперсы (как правило, они используются во время прогулок и сна).

**Во время процесса адаптации будьте внимательны и терпимы с малышом!**

## КАРТА НАБЛЮДЕНИЯ ЗА РЕБЁНКОМ

*БАНЩИК ЕЛЕНА ИГОРЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №112*

### Карта проведения наблюдения

Имя, фамилия, возраст \_\_\_\_\_

Дата проведения наблюдения, день недели \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Воспитатель \_\_\_\_\_

Вид деятельности: игровая, режимный момент (какой?) и

т.д. \_\_\_\_\_

Дополнительные сведения (период адаптации, после болезни, обычно) \_\_\_\_\_

Дополнительный фон (после праздника, эмоционального занятия, досуга, другое) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (если параметр проявляется, то указывается в какой ситуации)

1. Ориентирование на требования педагога не подчиняется \_\_\_\_\_ ситуативно (когда) \_\_\_\_\_ полностью подчинен \_\_\_\_\_
2. Избирательность в отношении к разным педагогам не проявляется \_\_\_\_\_ проявляется (как) \_\_\_\_\_
3. Умение регулировать эмоции не владеет регуляцией \_\_\_\_\_ импульсивность в пределах нормы (указать ситуации) \_\_\_\_\_ может "отложить" эмоциональное проявление \_\_\_\_\_
4. Зависимость от оценки других не зависим от оценок \_\_\_\_\_ зависим от оценки педагога \_\_\_\_\_ зависим от оценки сверстников \_\_\_\_\_
5. Включенность в деятельность группы играет один (какое время дня) \_\_\_\_\_ наблюдает со стороны \_\_\_\_\_ играет избирательно \_\_\_\_\_ играет со всеми (вид игры, длительность) \_\_\_\_\_
6. Целенаправленность поведения мало целенаправленное \_\_\_\_\_ в основном цель удерживает, хотя отвлекается \_\_\_\_\_ целенаправленное поведение \_\_\_\_\_
7. Адекватность бытовым, игровым ситуациям адекватен \_\_\_\_\_ отказ от игры (интуитивное понимание отторжения) \_\_\_\_\_ неадекватность, импульсивность \_\_\_\_\_ манера действий адекватна, хотя импульсивна \_\_\_\_\_
8. Импульсивность наличие выраженной импульсивности, непоследовательности \_\_\_\_\_

ситуативно регулируется внешним контролем \_\_\_\_\_  
расторженность \_\_\_\_\_

присутствует некоторый уровень произвольности \_\_\_\_\_  
высокий уровень психической активности \_\_\_\_\_

9. Особенности аффективного и эмоционального поведения  
психический тонус пассивный

психический тонус активный, требует динамичности \_\_\_\_\_  
часто сниженное настроение \_\_\_\_\_  
эмоциональный фон ровный, чуть повышен \_\_\_\_\_  
чрезмерно повышенное настроение \_\_\_\_\_

10. Адекватность аффективных реакций  
адекватность \_\_\_\_\_

нетипичная (при агрессии молчит, не реагирует) \_\_\_\_\_  
проявляет агрессию в ответ на обиду \_\_\_\_\_  
старается построить отношения \_\_\_\_\_  
эмоциональная пассивность, подчиняемость \_\_\_\_\_

нет дистанции в общении со взрослым \_\_\_\_\_

умеет понять эмоции другого, попытка объяснить \_\_\_\_\_

11. Появление утомления  
постоянно утомлен \_\_\_\_\_

утомление проявляется в начале недели, дня \_\_\_\_\_

утомление в конце недели, дня \_\_\_\_\_  
Особые отметки \_\_\_\_\_

Общие выводы \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## **ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА НА РОДИТЕЛЬСКОМ СОБРАНИИ ПО ТЕМЕ:**

### **«АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ. ТЕЧЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА» (ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА)**

*БАНЩИК ЕЛЕНА ИГОРЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №112*

#### **Цели и задачи:**

- содействовать проявлению искренней заинтересованности родителей в обеспечении успешной адаптации ребенка к условиям детского сада;
- формировать у родителей педагогические умения взаимодействия с ребенком в период адаптации;
- создавать положительное эмоциональное отношение родителей и интерес к деятельности детского сада, совместному обсуждению проблем воспитания детей

Добрый вечер, уважаемые родители! (Представление педагога-психолога ДОУ).

Нередко бывает, что родители одной группы, встречаясь, даже не знают друг друга и это очень мешает общению. Поэтому я предлагаю вам познакомиться поближе друг с другом.

**Упражнение «Давайте знакомиться»** (Родители, передавая друг другу мяч, представляются и кратко рассказывают о своём ребёнке).

Сейчас в вашей жизни наступил важный этап, ваши детки начали посещать детский сад и проходят период адаптации к детскому саду. Вся жизнь ребёнка кардинальным образом меняется. В привычную, сложившуюся жизнь в семье буквально врываются изменения: чёткий режим дня, отсутствие родных и близких, постоянное присутствие сверстников, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым. Поэтому, ребёнку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду.

Адаптация - способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды.

Социальная адаптация – это вхождение ребенка в коллектив сверстников (социальную группу), принятие норм, правил поведения в обществе.

В этот период малыши постоянно находятся в сильном нервно-психическом напряжении, испытывают стресс.

Стресс приводит к тому, что у ребёнка снижается сопротивляемость организма к инфекциям и он может заболеть в первый месяц (а то и раньше) посещения садика. Таким образом, ребёнок приобретает иммунитет. Но нужно помнить, что после выздоровления адаптационный процесс будет начинаться сначала.

Задача воспитателей группы и родителей в этот период - обеспечить внутреннее эмоциональное благополучие малыша.

Девиз: «Спокойная мама – спокойный малыш!»

#### **Выделяют три степени адаптации:**

1. Легкая адаптация:

Длительность 15-20 дней.

Характеризуется незначительными отклонениями в поведении, редкими заболеваниями протекающими без осложнений.

2. Средняя степень адаптации:

Длительность 16-35 дней.

Отклонения в поведении приобретают выраженный характер, ОРВИ встречаются

один раз в 2-3 недели.

3. Тяжелая степень адаптации:

Длительность 35-60 дней.

**Факторы, отрицательно влияющие на процесс адаптации:**

Отсутствие режима, совпадающего с режимом ДООУ;

Наличие своеобразных привычек физиологического характера;

Уровень развития культурно-гигиенических навыков;

Отсутствие навыков коммуникативного общения с взрослыми и сверстниками, т.е. социализация ребёнка;

Неумение занять себя игрушкой.

По мере адаптации негативные поведенческие особенности постепенно исчезают, дети привыкают к новой ситуации.

Адаптационный период считается законченным, если:

Ребёнок спокойно идёт в группу;

С аппетитом ест;

Быстро засыпает, вовремя просыпается;

Эмоционально общается с окружающими;

Играет в разные игры.

В вашей группе процесс адаптации продолжается, т. к. дети выходят постепенно (представление педагогом-психологом справки течения адаптационного процесса в данной группе).

Как показывают наблюдения, по мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, далее нормализуется сон и длительное всего сохраняются нарушения эмоционального состояния. Но и эмоциональный фон с завершением адаптационного периода приходит в норму при положительном настроении родителей и профессиональном подходе педагогов группы. Желаю вам успехов!

#### **Рекомендации для родителей,** облегчающие течение процесса адаптации:

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять "отсыпаться" слишком долго, что существенно сдвигает распорядок дня. Если ребенку требуется "отсыпаться", значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

Не перегружайте малыша в период адаптации. У него в жизни сейчас столько изменений, и лишнее напряжение нервной системы ему ни к чему.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую мягкую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы.



Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

Призовите на помощь сказку или игру. Придумайте свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. "Проиграйте" эту сказку с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял; мама обязательно за ним вернется.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ГРУПП РАННЕГО ВОЗРАСТА**

### **«РОЛЬ МУЗЫКИ В УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ»**

*КИЧЕВА ЛИЛИЯ АНДРЕЕВНА*

*ПЕДАГОГ – ПСИХОЛОГ МДОАУ№111*

**Цель музыкотерапии:** стабилизация эмоционального состояния детей и взрослых, подготовка к режимным моментам, обеспечение позитивной адаптации.

**Задачи:**

- снять нервное напряжение;
- избавиться от страхов, тревожности;
- преодолеть барьеры в общении;
- стать более уверенным в себе, своих силах;
- повысить настроение.

Придя в дошкольное учреждение, малыш испытывает стресс. Ему необходимо пережить расставание с мамой и папой, освоить непривычную обстановку, влиться в незнакомый коллектив детей и взрослых. У малыша начинается новая жизнь, с новыми правилами и отношениями.

Необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение, что обеспечит оптимальное течение адаптации.

Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны, испытывают потребность в любви и поддержке. Ребенок должен понять, что в детском саду его любят, ждут и рады всегда видеть.

И конечно использование воспитателями музыки, очень значимы для него в период адаптации. В раннем возрасте музыка вызывает много радости и открывает для малыша ее красоту и её волшебную силу. Общение с музыкой способствует полноценному психическому, физическому и личностному развитию малыша.

Многие дети раннего возраста не очень хорошо говорят, но эмоций они испытывают иногда больше, чем дети, более старшего возраста и тем более взрослые.

С какой радостью они встречают музыкального руководителя и по окончании занятия просят еще петь. Сила музыки заключается в том, что она способна передавать смену настроений, переживаний – динамику эмоционально-психических состояний человека. Детям нет необходимости рассказывать, что чувствует человек, когда ему грустно; как только он слышит грустную мелодию, то начинает понимать состояние грусти и печали с первых тактов. Музыка помогает детям осваивать мир человеческих чувств, эмоций, переживаний, способствует созданию благоприятного эмоционального фона, совершенствованию восприятия, снятию мышечного напряжения, развитию мелкой моторики, обеспечивает более легкую адаптацию к новой среде.

### ***Воспитатель и музыкальные минутки***

Всем известно, что игра всегда стоит на первом месте и поэтому использование музыки педагогом полностью строится на игровых моментах, что позволяет отвлечь ребенка от воспоминаний о близких. Образные игры вводят ребенка в сказочный мир, дети превращаются в зайчиков, мишек, лисичек и птичек. Участвуя в музыкально-игровой деятельности, ребенок, непринужденно, приобретает навыки пения и танца. Малыши еще плохо говорят, но с каким удивительным выражением они изображают то, о чем поет педагог, а иногда и с удовольствием подпевают вместе с ним.

Если песенка про дождик, они пальчиком изображают, как падают капельки на ладошку. В песне про петушка, активно хлопают «крыльями» (ручками) показывая головку, гребешок и т.д. И здесь, безусловно, незаменимым качеством воспитателя является артистизм и исполнительское мастерство.

Игра на шумовых инструментах привлекает внимание детей, и позволяет организовать слуховое восприятие малышей, а так же дисциплинирует их. Что полезно в период адаптации.

Важным составляющим является танец, который помогает малышам раскрепоститься и снять зажатость, довериться педагогу. Ведь именно в танце ребенок имеет возможность для самовыражения, что так необходимо в данный период. И именно в данном виде музыкальной деятельности творчество воспитателя ничем не ограничивается. Но для начала необходимо познакомиться с несколькими простыми и понятными деткам танцевальными движениями. Веселые притопы, звонкие хлопки, фонарики, кружение и т.д.

Каждый воспитатель, работающий на группе раннего возраста, безусловно, обладает своими, индивидуальными качествами характера, а также имеет определенный уровень навыков. И хочется отметить, что работая над собой, отрабатывая свои лучшие стороны, как искренность, открытость и доброжелательность, он, тем самым, положительно влияет и на развитие детей, с которыми занимается. Формируя добро в себе, он передает его тем, кто полностью ему доверяет – малышам. Только постоянно развивая свои музыкальные способности, педагог добьётся хороших результатов от своих подопечных.

### **Упражнение «Птички невелички»**

Дети вместе с педагогом выполняют следующие движения:

Вот летели птички,

Птички невелички (бегут за педагогом выполняя взмахи)

Все летали, все летали

Крыльями махали.

На дорожку сели (присев на корточки пальчиком

Зернышки поели «клюют», стучат по полу)

Клю-клю-клю-клю

Как я зернышки люблю

### **Упражнение «На чем играет Мишка»**

За ширмой находятся музыкальные инструменты. Воспитатель показывает детям гостя Мишку, который очень любит играть на музыкальных инструментах.

Мишка по дорожке шел, что же Мишенька нашел? (стучит за ширмой ложками)

Дети отгадали Мишке помогали,

Дети хлопали в ладошки, Мишка поиграй немножко (продолжает стучать на ложках)

Мишка к деткам пришел, что у деток он нашел (играет на погремушке)

Погремушки хороши, поиграем от души. (раздает детям погремушки играют вместе с Мишкой и одновременно с ним заканчивают игру)

Мишка весело гулял, Что же Мишка потерял? (игрушка остается перед ширмой, воспитатель второй рукой играет на колокольчике)

Дети отгадали и тоже заиграли. (играют на колокольчиках)

### **Игра с колокольчиком**

Я играю высоко

Я играю низко

Я играю далеко

Я играю близко

Я звеню, звеню, звеню.

Я молчу, молчу, молчу.

### **Упражнение «Любопытная Варвара».**

Любопытная Варвара (поднимают, опускают плечики)

Смотрит влево, (Поворачивают корпус влево, вправо)

Смотрит вправо,

Смотрит вверх, (голову вверх)

Смотрит вниз, (голову вниз)

Чуть присела на карниз, (пружинка)

А с него свалилась вниз (резко присели)

### **Упражнение Пропавшие ручки («Прятки» Т. Ломовой»)**

У меня пропали ручки (спрятать за спину)

Где вы, рученьки мои? (посмотреть по сторонам, искать)

1.2.3.4.5 –покажитесь мне опять (показать ручки)

У меня пропали ножки. (спрятать ножки, поджав под себя)

Где вы, ноженьки мои?

1.2.3.4.5-покажитесь мне опять (встать на ноги)

Очень детям нравится танец Маленьких утят, который воспитатель может включать в игровую деятельность а также игровые упражнения предложенные Малышариками, синий трактор, музыка с мамой (Железновы).

Используемая литература:

Всероссийский журнал «Воспитатель детского сада»

## **«ИГРЫ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД ПО РАЗВИТИЮ СЕНСОРИКИ.**

### **ДАРЫ ФРЕБЕЛЯ №1. ВОЛШЕБНЫЕ МЯЧИКИ»**

*ЩЕГОЛЕВА АЛЕВТИНА ВЛАДИМИРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №170*

Актуальность

Упражнения с мячом активно применяются в различных сферах образовательной деятельности в дошкольном детстве. Это прежде всего связано с тем, что ведущей

деятельность детей, по мнению, Л.С. Выготского, является –игра. Кроме того мяч – это очень удобный игровой инструмент, который разнообразен, а значит вариативен.

Для психолога, упражнения с мячом прежде всего входят в работу с высшими психическими функциями, так как здесь задействуются и внимание, и самоконтроль, и межполушарное взаимодействие и сенсомоторная координация, развиваются навыки саморегуляции.

Иногда уходит очень немного времени при фиксации нужного навыка в игре с мячом, чтобы ребенок усвоил необходимый ему опыт и перенес его в реальные условия жизни – это еще раз говорит нам об универсальности и нужности применения игр с мячом в дошкольном возрасте. Наряду со всеми этим мяч я очень активно использую в адаптационный период. Появление «Волшебного» мячика из мешочка/коробки – это всегда радостно для детей. Так как его можно взять в руки, пощупать, а в моем варианте даже понюхать, ведь мячики обладают еще и запахом.

Речь идет о Даре Фребеля №1 – текстильном мячике с веревочкой в виде петельки. Ф. Фребель – немецкий педагог, создатель понятия «детский сад». Именно он впервые задумался о том, что ранний возраст – это нужный и необходимый этап развития ребенка. «Дары Фрёбеля – это первые в мире – систематизированные дидактические игры с предметами. Система развития ребенка по Фрёбелю – это игры с «дарами».

**Первый дар Фребеля** – это текстильные мячики на ниточке всех цветов радуги и белого цвета (один красный мячик, один оранжевый мячик, один желтый мячик и так далее). С их помощью ребёнок учится различать цвета и получает первое представление о форме. Ощущения очень приятные – мячики уютные, теплые, живые, яркие, вязаные. И с ними действительно хочется играть!

Первое впечатление при знакомстве с Даром Фрёбеля №1 – оказывается, действительно, нужно для каждого движения с мячом совершенно по-особому вести руку, причем эти движения и различия между ними очень тонкие, едва заметные даже для меня! И для ребенка это очень важное упражнение, которое развивает сенсомоторную координацию.

Могу сказать, что совершенно необязательно покупать готовые мячики Фрёбеля. Вполне можно связать крючком разноцветные шарики. Причем играть с мячиками детям в ДОУ довольно безопасно. Что способствует более легкому взаимодействию детей с педагогом и друг другом, а в период адаптации это очень важно.

### ***Игра «Вязаные мячики»***

В наборе разного цвета мячики, у них есть верёвочки и петелька, чтобы можно было надеть на руку. Далее мы говорим: «Ребята, а вы умеете играть в мячик?» «Да» — отвечают нам дети. «Тогда выберите любой мячик». Дети выбирают любой мячик и мы, все вместе, начинаем катать его в руках, по рукам, телу, ладоням, тем самым, развиваем мелкую моторику. «Давайте покажем мячики друг другу. Какие они?» (дети отвечают, какие шары по цвету, на ощупь) «Что же можно делать с мячиками?» (кидать, ловить...) «Давайте будем кидаться мячиками» (тем самым мы снимаем агрессию у детей, развиваем координацию движений). «Но вот наши мячики устали. Что же мы будем с ними делать?» (ответы детей) «Нам надо покачать мячики, чтобы они отдохнули». (Дети ложатся на ковёр, качают мячики, баюкают их.) «Наши мячики отдохнули и теперь мы можем устроить соревнование: кто забросит мячик в ведро». То есть, вязаные мячики выполняют роль заместителя.

**2-3 года.**

**Последовательность работы с мячиками Фребеля** такова:

1.Знакомство - манипуляции с мячом (сжимание мяча, подбрасывание, метание, ловля и катание).

2. Знакомство с цветом: упражнения «Сортировка мячей по цвету», «Найди мяч нужного цвета», «Какого мяча нет?», «Цветной мячик», «Путешествие цветных мячиков», «Подбери по цвету».

3. Знакомство со свойствами шара (через действия с мячами): упражнения

- «Мячик спит» - состояние покоя на горизонтальной поверхности
- «Мячик катится по дорожке» - движения по поверхности
- «Мячик катится с горы» - движения по горизонтальной поверхности
- «Мячик катится по тропинке» - движение по кривой поверхности

4. Знакомство с направлением движения: упражнения

- «Пила» (движения вперед-назад)

«Я пила, пила, пила,

Всё пилю, пилю, пилю,

Перепиливаю! Вперед-назад, вперед-назад»

- «Скачут мячики» (движения вверх-вниз),

- «Часики» (движения

маятниковые),

- «Я весёлая лиса» (круговые движения вокруг себя)

«Я весёлая лиса, мне вцепилась в хвост оса,

Я, бедняжка так вертелась, что на части разлетелась...»

- «Рыбка» (плавательные движения),

- «Голуби» (летательные движения)

5. Знакомство с окружающим:

6. Хороводы с использованием мячей

Каждое занятие с мячами Фрёбеля сопровождается детьми маленькими стихами. А по окончании игры исполняется песенка:

Вот и кончается наша игра

Мячик, с тобой расставаться пора.

Мы, возвратимся снова домой,

Вспомним, где побывали с тобой.

Вот и закончилась наша игра,

Нам отдохнуть настала пора.

Скоро мы снова придём поиграть.

Будем о чём-то новом с тобой узнавать!

**3-4 г.**

**Задача даров Фридриха Фрёбеля**, кроме углубления представлений ребёнка о геометрии – создать у него представление о целом и его частях и отношениях между ними. Таким образом, Фрёбель ставит перед собой очень амбициозную задачу – на практике работать с абстрактным мышлением детей.

Отсюда возникает идея по работе с мячиками на развитие пространственных представлений, сенсомоторной координации, моторного планирования, межполушарного взаимодействия.

Для этого, заготавливаются специальные карточки с заданиями.

1. **Игра «Волшебное облако».** (На основе игр по карточкам Домана).

Цель: развитие внимания, памяти, пространственного гнозиса, различения сенсорных эталонов- цвета.

Материалы: несколько наборов «Волшебных мячиков», схемы с заданием (карточки с маленькими облаками), поле для выполнения задания (большое облако).с пустыми круглыми проемами.

Проведение игры.

Посмотри на наше облако. Что с ним не так? Верно, оно прохудилось, давай мы с тобой сделаем его волшебным, добавим ему немного цвета. (В начале игры, советую разрешить малышу самостоятельно заполнить поле.) Затем предъявляются карточки-



схемы и добавляется инструкция: вверху ряда, внизу ряда, в середине ряда – выложи как на схеме.

#### **«Веселая гусеница».**

Цель: развитие внимания, памяти, пространственного гнозиса, различения сенсорных эталонов- цвета, счет.

Материалы: несколько наборов «Волшебных мячиков», схемы с заданием (карточки), поле для выполнения задания гусеница, с пустыми круглыми проемами.

Ход игры.

Педагог предлагает детям рассмотреть карточки-гусеницы. Что с ними не так?

Давайте поможем гусенице стать красивой. Нарядим ее в разноцветные шарики.

Посмотрите на схему, выложите так же.

#### **Игра «Ладушки».**

Вначале игры хлопаем в обе ладоши, затем по очереди левой и правой. Когда ребенок усвоил эти движения добавляем мяч. Далее усложняем ход игры - при каждом соприкосновении обмениваемся мячиками, передавая их друг другу. Упражнение проигрывать возможно сопровождая стихотворением, тем самым развиваем еще одну регуляторную функцию – речь.

#### **Игра «Лягушка-хохотушка».**

Цель: развитие взаимодействия с ребенком- налаживание контакта, развитие ВПФ: памяти, активного внимания, межполушарного взаимодействия, моторики рук.

Материалы: Мячики Фребеля по количеству пар детей

Ход игры.

Рассаживаем детей в пары сначала учим их передавать мяч из рук в руки, повторяем несколько раз. Усложняем задание: перекрещиваем руки, во время передачи мяча. И добавляем речитатив:

#### **Лягушка-хохотушка**

Весёлая лягушка чечётку танцевала

И пузыри пускала по вечерам в реке.

Днём она смеялась, шутила, кувыркалась

И даже умудрялась стоять на голове.

Игры с мячом Фребеля для развития навыков саморегуляции.

Для развития навыков саморегуляции возможно использовать различные психологические игры. «Беги –стоп», «Солнце и дождь» и многие другие.

Но есть игры с мячом, которые очень часто я использую когда необходимо помочь ребенку, быстро усвоить навыки саморегуляции.

#### **Игра «День –ночь».**

Цель: развитие навыков саморегуляции.

#### **Индивидуально.**

Я буду читать тебе стихотворение, рассказ, сказку, а ты каждый раз, когда услышишь слово «день» или слово «ночь» подкидывай мяч вверх.

#### **В группе.**

Возможно играть в эту игру и в группе, только тогда разбиваем детей на пары, и каждому из них даем по мячику. Каждый раз когда вы услышите слово «день» или слово «ночь» обменивайтесь мячами. Я для этой игры использую «Дары Фрёбеля» - вязанные мячики. Для первоначальной игры используем короткие рассказы и стихи, часто встречающимися словами-активаторами, далее усложняем и все реже даем слова-активаторы. Таким образом увеличивая время – (Выдержку).

#### **Литература**

1.Ю. В. Карпова, В. В. Кожевникова, А. В. Соколова: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фрёбеля». «Использование игрового набора «Дары Фрёбеля» в дошкольном образовании в соответствии с ФГОС ДО».2019

2. Конец формы Начало формы Конец формы Мухаматулина Е., Михеева Н. «Попробуй повтори! Нейропсихологическая игра», Издательство: Генезис, 2021 год.
3. Баум Х. «Крокодилопопугай. Игры в помещении для развития и отдыха.», Издательство Теревинф, 2020 г., с.-144.



## **КАРТОТЕКА ИГР «АДАПТАЦИЯ К УСЛОВИЯМ ДОУ»**

**ЩЕГОЛЕВА АЛЕВТИНА ВЛАДИМИРОВНА**  
**ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №170**

### Актуальность

Если рассматривать игру, как особую форму освоения действительности путем ее воспроизведения и моделирования, а технологию – как комплекс техник, предполагающих определенный результат на выходе, то игровая педагогическая технология, применяемая в период адаптации ребенка 3-4 лет к условиям ДОУ – это такая подборка игр и игровых действий, которая будет направлена на снижение эмоционального напряжения и тревоги малыша и на формирование коммуникативных навыков общения со сверстниками и чувства доверия к педагогу, а также поможет ему изучить индивидуальные особенности ребенка, для составления его дальнейшего индивидуального образовательного маршрута.

#### **Игровые технологии как средство адаптации ребенка к условиям ДОУ.**

В возрасте 3-4 лет ребенок имеет ряд специфических возрастных особенностей. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно.

В период адаптации ребенок в самостоятельной игре является главным ее участником, задача педагога заключается в формировании у него игровых навыков. Позиция педагога по отношению к игре бывает следующей:

- педагог «над» детьми;
- педагог – создатель игры;
- педагог – равный партнер в игре.

Игры, используемые в период адаптации, имеют два направления:

1. Игры, способствующие накоплению детьми опыта общения с малознакомыми взрослыми и детьми;
2. Игры по освоению пространства группы.

*Задачами первого направления будут:*

формирование положительного эмоционального настроения; снижение эмоционального напряжения и тревоги.

*Задачами второго направления будут:*

формирование положительного отношения к предметной среде группы; развитие творческих и интеллектуальных способностей детей: внимания, памяти, мышления. Дать положительный эмоциональный заряд и обеспечить комфортное состояние детей могут следующие **игровые моменты**:

- словесно-тактильные игры, игры забавы, удовлетворяющие потребности малышей в движении, хороводные и подвижные игры, потешки, пестушки, прибаутки, музыкально-ритмические движения с речевым сопровождением, игровые упражнения, способствующие установлению контакта ребенка со сверстниками.

### **1. Игры, способствующие накоплению детьми опыта общения с малознакомыми взрослыми и детьми**

#### ***«Иди ко мне»***

Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и зовет его к себе, приговаривая: «Иди ко мне, ты мой хороший!». Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: «Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!»

#### ***«Хоровод с куклой» (проводится с 2-3 детьми)***

Педагог приносит новую куклу. Она «здоровается» с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди поддержать куклу за руку. Кукла «предлагает потанцевать». Педагог 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. Красива).

#### ***«Поезд»***

Педагог предлагает поиграть в «поезд»: «Я – паровоз, а вы – вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего ребенка. «Поехали», - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: «Чу-чу-чу». Педагог ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом, замедляя ход, объявляет: «Остановка». Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

#### ***«Паровозик»***

Педагог предлагает поиграть в «паровозик»: «Я – паровоз, а вы – вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего ребенка. «Поехали», и под слова песенки Е. Железновой «Паровозик чух-чух...» поезд начинает свое движение. На остановке дети выполняют движения в соответствии со словами песенки.

#### ***«Солнышко и дождик»***

Дети ходят по комнате, изображают, что гуляют. Как только педагог звенит в колокольчик и изображает капли дождя, дает команду «Дождик», - дети бегут под большой зонт. Шум дождя прекращается и звучит команда «Солнышко»- дети вновь идут гулять. Игра продолжается 2-3 раза.

### **Игры на формирование эмоционального контакта и доверия**

#### ***«Мяч»***

Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а педагог, 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!  
«Игра с собачкой»

*Ребенок убегает, а взрослый его догоняет.*



Педагог 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 подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносит миску с воображаемой едой, собачка «ест суп», «лает», говорит ребенку: «Спасибо».

**«Кто в кулачке?»**

Педагог 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 мне в кулачок?

*Сжимают пальцы в кулак.*

Это, может быть, сверчок?

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай!

*Выставляют вперед большой палец.*

*Книжка – «Угадай-ка»*

В записной книжке через страницу (на правой стороне) наклеивают картинки с изображением известных ребенку предметов. Каждую страницу без картинок разрезают на несколько горизонтальных полосок, начиная с левого края.

Рассматривают книжку вместе с малышом, воспитатель постепенно отворачивает полоску за полоской. Ребенок старается догадаться, что изображено на картинке.

### **Игры, направленные на сближение детей друг с другом и окружающими взрослыми**

**«Раздувайся пузырь!»**

Дети с педагогом делают тесный кружок – это «сдутый» пузырь. Все начинают его «надувать»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки, идут по кругу со словами:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой, да не лопайся!

Получается большой растянутый круг. Затем ведущий (сначала это педагог, а позже – кто-то из детей) говорит: «Хлоп!» - пузырь лопнул. Все должны расцепиться и сбежаться к центру круга (сдулся) или разбежаться по комнате (разлетелись пузырьки).

**«Чей голос?»**

Дети садятся полукругом, ведущий – впереди всех спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает ведущего по имени. Ведущий, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голосок он услышал. Как всегда, воспитатель наравне с детьми участвует в игре. Сначала дети окликают ведущего обычным голосом, со временем, когда они хорошо узнают друг друга, можно специально изменять интонацию, высоту голоса для затруднения узнавания.

### **Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком**

**«Идем в детский сад»** (Журнал-справочник «педагог-психолог в ДОУ», №9, сентябрь 2019/стр63)

Педагог достает фигурки животных, из серии «мама и детеныш (возможно использовать и картинки) и раздает их детям. Выбирает «воспитателя» из детей. Педагог: - Давайте, поиграем в детский сад для зверят! Катя и Оля будут воспитателями, а остальные животными-детьми и животными мамами. Мамы будут отводить своих детей в группу к воспитателям. Там животные дети будут здороваться с группой и воспитателями, а мамы прощаться и уходить на работу. Я раздала вам фигурки, посмотрите какое вы животное? Давайте начнем. Кто из вас первый пойдет в детский сад для зверят? Дети проигрывают ритуалы приветствия и прощания. Из своего опыта добавлю, что необходимо организовать эту игру на столе, предположительно организовать зоны, обозначив их строениями – «дом» – «детский сад». А затем игру возможно вывести за пределы предметного мира.

#### **«Найди игрушку»**

Ведущий (сначала воспитатель, потом дети) прячет небольшую игрушку в группе, в одном из ее помещений, после чего предлагает остальным найти ее. Сначала ее найти не так сложно, например: «Игрушка лежит на подоконнике в приемной (раздевалке)». Затем – сложнее: «Игрушка лежит в спальне, под подушкой на Надиной кровати». После того, как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала («Собиралась на прогулку», «спала» и т.д.). Можно загадывать местоположение игрушки иначе: через функцию помещения («Мое посуду»), через ее действия («Лежит тихо, закрыв глаза») и т.д.

#### **«Прячем Мишку»**

Воспитатель прячет знакомую детям так, чтобы она немного была видна. Говоря: «Где мишка?», ищет его вместе с детьми. После того как игрушка будет найдена, воспитатель проговаривает место, где была спрятана игрушка, например: «Наш мишка спрятался на полочке, где стоят все машинки», или «мишка спрятался в корзинке для мячиков».

#### **«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 на место. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее на место. Пока вы складываете игрушки напевайте что-нибудь вроде: «Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем». Или:

А теперь за дело дружно,	Динь-ля-ля, динь-ля-ля!
Убирать игрушки нужно!	Кушать (гулять, спать) нам уже пора!
Мигом мы взяли за дело-	Все машины ждут,
И работа закипела!	Куклы, мишки ждут,
	Когда к ним подойдут
	И на место уберут.

### **Игры на развитие мышления, внимания, сенсорики (Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации А.С. Роньжина)**

#### **Игра «Карусели» с обручем.**

«Петрушка» раздает детям «билеты». Девочки получают желтые прищепки, а мальчики – синие. Дети самостоятельно прикрепляют прищепки к одежде. Петрушка обращается к каждому из детей с вопросом: «Какого цвета у тебя билет? Почему?» Дети отвечают: У меня синий, потому что я мальчик. У меня желтый, потому что я девочка.

«Петрушка» показывает «карусель» (обруч с желтыми и синими лентами), предлагает детям подойти к тем лентам, которые совпадают по цвету с их «билетиками». Дети выбирают себе ленты и называют их цвет. Игра повторяется 2-3 раза.

### **Игра «Морковка для зайчика»**

Психолог показывает детям мешочек, в котором лежат пластиковые овощи и говорит:

- Зайчик принес с собой мешок овощей. Давайте посмотрим, какие здесь есть овощи. А какой овощ заяц любит больше всего?

Психолог достает овощи из мешочка и показывает детям. Верно, морковку! Подержите морковку в руках, потрогайте ее пальцами. Какая она? Правильно, продолговатая, один конец острый. Теперь я все сложу обратно, а вы, не заглядывая в мешок, потрогаете все овощи и найдете морковку. Дети поочередно опускают руку в мешочек и на ощупь находят морковку.

Психолог по окончании игры хвалит детей, за то, что они накормили зайца.

**Игра –упражнение «Расставь картинки»** (Справочник «педагог-психолог/детский сад», №9, сентябрь 2019/стр63)

У этой игры большой потенциал. Здесь развивается и ВПФ и в то же время, вырабатывается ритуал, который позволяет ребенку легче принять уход из дома в детский сад.

Педагог: Давайте вспомним, что вы делаете до того, как прийти в детский сад. Как вы собираетесь туда по утрам? На своей доске я разместила картинки, на которых нарисовано, все что вы делаете до садика. Но подул сильный ветер и все перепутал. Поможете мне расставить все по местам? Из опыта могу сказать, что лучше иметь по комплекту картинок на каждого ребенка, и использовать как дидактическую игру в дальнейшем.

Педагог вместе с детьми проговаривает, что нарисовано на каждой картинке, и расставляет их в правильном порядке. Например на первой за окном светит солнце, мама сидит у кровати и будит малыша, на второй малыш встает, на третьей – умывается и так далее.

**Игра «Я знаю пять...»** (справочник «педагог-психолог/ детский сад, №6, июнь 2019/стр60)

Педагог зовет к себе детей с помощью колокольчика. Пора играть! Дети встают в круг. Педагог показывает им мяч и говорит: «Я знаю пять названий фруктов/растений/животных/имен мальчиков и девочек и т.д. Называет фрукт и передаю мяч ребенку рядом, тот тоже называет и передает мяч дальше. Когда назвали пять фруктов, следующий по кругу ребенок говорит: «Я знаю пять названий цветов и т.д.» Игра начинается заново.

Источники:

1. <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/404759-kartoteka-igr-v-period-adaptacii-k-dou>
2. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации» А.С. Роньжина
3. Справочник педагога-психолога/ детский сад, №6, июнь 2019/стр60
4. Справочник педагога-психолога / детский сад, №9, сентябрь 2019/стр63)

## **КОНСПЕКТ ВЫСТУПЛЕНИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА НА РОДИТЕЛЬСКОМ СОБРАНИИ ВО ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ: "АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА В ДОУ"**

**ГАНЕЕВА РУФИНА РАФАИЛЕВНА**

**ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №161**

План:

Знакомство с родителями. Упражнение «Волшебный клубок»

Разминка.

Упражнение «Никто не знает, что...»

Беседа в формате вопрос- ответ о том, как проходит процесс адаптации детей в группе,

Упражнение «Ассоциации».

Мини-лекция: уровни адаптации.

Упражнение «Рекомендации родителям».

Заполнение первичных анкет. Буклеты.

Упражнение «Все в наших руках»

#### **Знакомство с родителями. Упражнение «Волшебный клубок».**

Родителям в кругу предлагается представиться и коротко рассказать о своем ребенке. Психолог передает клубок ниток родителям, оставив у себя начало клубка. Родители отматывают, говорят и передают дальше.

Психолог: Посмотрите, каждый из нас соединен ниточкой, не простой ниточкой, а нитью, которая будет связывать всех нас на протяжении нескольких лет. Эта нить должна быть настолько прочной, насколько это возможно ради здоровья и счастья ваших детей! Думаю, что вы с нами согласитесь!

#### **Разминка.**

**Упражнение «Никто из вас не знает, что я ...».** (Сказать, чем любит заниматься родитель с ребенком.) (разматывают клубок)

Психолог начинает первым: «Никто из вас не знает, что я люблю читать сказки ребенку и рассматривать иллюстрации к сказке».

Мы с вами познакомились и теперь с хорошим настроением переходим к серьезным вопросам.

вопрос адаптации ребенка к ДОУ. При поступлении в ДОУ ребенок попадает в новую социальную среду со своими правилами, нормами и требованиями. В новых условиях малышу приходится адаптироваться не только на социальном, психологическом, но и на физиологическом уровне.

Беседа в формате вопрос- ответ о том, как проходит процесс адаптации детей в группе.

А какие ассоциации вызывает у вас слово «адаптация»?

#### **Упражнение «Ассоциации».**

Родители называют, какие ассоциации вызывает у них слово «адаптация», как они его понимают.

#### **Мини-лекция: уровни адаптации.**

Психолог: Известно, что адаптация (от лат. «приспособляю») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, социальном, психологическом. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Адаптивные возможности ребенка дошкольного возраста не безграничны. Поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям и замедлению темпа психофизического развития.

В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени адаптации ребенка к детскому саду:

1 – 16 дней - легкая адаптация

16 - 32 дней – адаптация средней тяжести

от 32 до 64 дней – тяжелая адаптация

#### **Лёгкая адаптация**

Поведение ребенка нормализуется в течение двух недель, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного.

#### **Физиологические критерии:**

##### **Здоровье**

В период адаптации – заболевание не более одного раза сроком на 10 дней.

##### **Аппетит**

В первые дни может быть снижен, затем нормализуется. Отказа от еды не наблюдается.

##### **Сон**

В первую неделю возможны проблемы с засыпанием, сон может быть непродолжительным. К 20 дню сон нормализуется.

#### **Психоэмоциональные критерии:**

##### **Эмоциональный фон**

У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние; он контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников), однако это состояние не стабильно. Любой новый раздражитель влечет за собой возврат, как к положительным, так и к отрицательным эмоциональным реакциям. Бодрое, заинтересованное настроение может сочетаться с утренним плачем.

##### **Поведение**

В первые дни возможно проявление пассивно-разрушительной активности, направленное на выход из ситуации - это активный двигательный процесс. Активность ребенка направлена на восприятие и переработку информации. Речь может затормаживаться, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого .

#### **Адаптация средней тяжести**

Сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить

Заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса.

(Признаки психического стресса: ребенок возвращается к соске, вновь начинает мочиться в штанишки или кровать, избыточные страхи, агрессивное поведение или неконтролирующие вспышки плохого настроения, заикание, гиперактивность, нервные движения).

#### **Физиологические критерии:**

##### **Здоровье**

Заболевают не более 2 раз за этот период сроком до 10 дней. Возможны изменения вегетативной нервной системы.

Может снизиться вес, могут появиться тени под глазами, бледность, потливость.

Восстановление происходит через 20-40 дней.

##### **Аппетит**

Аппетит снижается. В первые дни возникает отказ от еды. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней.

##### **Сон**

Ребенок плохо засыпает. Сон короткий. Вскрикивает во сне. Просыпается со слезами.

Сон восстанавливается через 20-40 дней.

#### **Психоэмоциональные критерии:**

##### **Эмоциональный фон**

Эмоциональное состояние ребенка нестабильно в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Отношение к близким – эмоционально-возбужденное: плачь, крик при расставании и встрече.

Наблюдается подавленность, напряженность, пассивное подчинение. Быстрый переход к отрицательным эмоциям, частый плач, или, наоборот, заторможенность. Постепенно, обычно к 20 дню, эмоциональное состояние нормализуется.

#### Поведение

Отсутствие активности. В дальнейшем активность избирательна. Возможен отказ от участия в деятельности, в игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная и кратковременная, речью может не пользоваться. Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношении с взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкая к новой ситуации.

#### **Тяжелая адаптация**

Длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

#### **Физиологические критерии:**

##### Здоровье

Часто болеют, более 3 раз за период. Изменение вегетативной нервной системы.

Появляются признаки невротических реакций. Шелушение кожи, диатез, бледность, потливость, тени под глазами, вес может снижаться.

Возможны нарушение стула, неконтрольный стул, невротическая рвота.

##### Аппетит

Аппетит снижен. Стойкий отказ от еды. С трудом привыкает к новой пище. Может отказываться от самостоятельного приема пищи. Аппетит восстанавливается к 60 дню.

##### Сон

Плохо засыпает, сон короткий, прерывистый. Во время сна наблюдаются всхлипывания, могут вскрикивать во сне.

Восстанавливается примерно к 60 дню.

#### Психоэмоциональные критерии:

##### Эмоциональный фон

Реакции ребенка, направлены на выход из ситуации: это либо активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик, агрессивно-разрушительные реакции, двигательный протест). Либо активность отсутствует при выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

##### Поведение

Пассивное поведение. Активность отсутствует. Часто отрицание любой деятельности. Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Может иметь место задержка речевого развития.

Нервная система ребенка порой оказывается не в силах самостоятельно справиться с переживанием чего-то непонятного и страшного (в восприятии самого ребенка), и как следствие, это может привести к нарушению здоровья, поведения и психики ребенка.

Хорошим способом снять стресс является быстрое, механическое рисование с использованием ярких красок, а также крик-дайте на улице покричать ребенку. Старайтесь, чтобы ребенок хотя бы несколько часов в день проводил в тишине наедине с книгой или тихими традиционными играми. Чаще разговаривайте с ребенком, обнимайте.

В адаптационный период возможны **невротические реакции:**

рвота;

энурез;

тики;  
бесконтрольный стул;  
заикание;  
пристрастие к личным вещам;  
наличие страхов;  
неуправляемость в поведении;  
стремление спрятаться от взрослых;  
истерические реакции.

**Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:**

состояние здоровья;  
уровень развития;  
личностные особенности;  
умение общаться с взрослыми и сверстниками;  
сформированность предметной и игровой деятельности;  
приближенность домашнего режима к режиму детского сада;  
сформированность элементарных культурно – гигиенических навыков;  
готовность родителей к пребыванию ребенка в массовом дошкольном учреждении;  
компетентность педагога в вопросах, связанных с индивидуальным подходом в процессе воспитания и развития дошкольников.

Известные трудности в адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям – причины, тормозящие образование у малыша умение контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни пребывания в детском саду, он будет негативно относиться к воспитателям, няне, что усложнит уход за ним. Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского нелзя.

Ребёнок, у которого дома не тренируется способность тормозить свои желания, а с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым начинается с первого дня его пребывания в детском саду.

Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с воспитателями, няней. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней, малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы.

Многие особенности поведения ребенка в период адаптации к саду пугают родителей настолько, что они задумываются: а сможет ли ребенок вообще адаптироваться к саду, закончится ли когда-нибудь этот «ужас»? С уверенностью можно сказать: те особенности поведения, которые очень беспокоят родителей, в основном являются типичными для всех детей, находящихся в процессе адаптации. В этот период почти все мамы думают, что именно их ребенок «несадовский», а остальные малыши якобы ведут и чувствуют себя лучше. Но это не так.

**Упражнение «Рекомендации родителям»**

Как вы думаете, какова ваша роль в том, чтобы помочь ребенку успешно адаптироваться к условиям детского сада?

Психолог предлагает в подгруппах составить рекомендации родителям: что могут сделать родители для того, чтобы помочь ребенку успешно адаптироваться к условиям детского сада.

Команды родителей по очереди предлагают свои варианты решения данной проблемы.

### **Чем может помочь мама**

Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш, и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребенку требуется «отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

Не отучайте ребенка от «дурных» привычек (например от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему малыша. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую). Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке – заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете «проиграть» с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернется.

**Спокойное утро**

Больше всего родители и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается.

И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заражается его уверенностью и хорошим настроением.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода.

Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама



придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

У вас должен быть свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

Не делайте ошибок

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка. Чего нельзя делать ни в коем случае:

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держат слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

### **Помощь нужна еще и маме!**

Когда речь идет об адаптации ребенка к саду, очень много говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но «за кадром» остается один очень важный человек – мама, которая находится в не меньшем стрессе и переживаниях! Она тоже остро нуждается в помощи

и почти никогда ее не получает. Часто мамы не понимают, что с ними происходит, и пытаются игнорировать свои эмоции. Но не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства, и в данном случае они являются естественными. Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвется» сердце, когда она видит, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад. Чтобы помочь себе, нужно: быть уверенной, что посещение сада действительно нужно семье. Например, когда маме просто необходимо работать, чтобы вносить свой вклад (порой единственный) в доход семьи. Иногда мамы отдают ребенка в сад раньше, чем выходят на работу, чтобы помочь ему адаптироваться, забирая пораньше, если это будет нужно. Чем меньше у мамы сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится. И малыш, реагируя именно на эту уверенную позицию мамы, адаптируется гораздо быстрее.

Поверить, что малыш на самом деле вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком – с вами! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. Плач – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье». Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь. воспользоваться помощью. Если в саду есть психолог, то этот специалист может помочь не только (и не столько!) ребенку, сколько его маме,

рассказав о том, как проходит адаптация, и уверив, что в саду действительно работают люди, внимательные к детям. Иногда маме очень нужно знать, что ее ребенок быстро успокаивается после ее ухода, и такую информацию может дать психолог, наблюдающий за детьми в процессе адаптации, и воспитатели.

Заручиться поддержкой. Вокруг вас мамы, переживающие те же чувства в этот период. Поддерживайте друг друга, узнайте, какие «ноу-хау» есть у каждой из вас в деле помощи малышу. Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя. Теперь, когда вы знаете, что многие негативные проявления в поведении ребенка являются нормальным проявлением процесса адаптации, вам нужно понять: очень скоро они начнут уменьшаться, а потом и вовсе сойдут на «нет». Через некоторое время вы с удивлением, а потом и гордостью начнете отмечать, что малыш стал самостоятельным и с радостью ходит в детский сад.

В качестве рекомендации хочу вам предложить терапевтические сказки для малышей.

#### **Заполнение первичных анкет. Буклеты.**

Психолог: Уважаемые родители! Чтобы вы могли вспомнить некоторые рекомендации, которые вы получили на нашей встрече, мы для вас приготовили памятки. Также в вашей группе есть информационная папка «Консультации педагога-психолога».

Заполнение первичных анкет. Информационные листовки.

#### **Упражнение «Все в наших руках».**

Родителям предлагается обвести на листе бумаги свою ладонь, и на каждом пальчике написать свои личные качества, которые помогают им быть хорошей мамой, папой.

Педагог-психолог: Дорогие родители! В вашей руке - ваши сильные стороны, которые помогут вам справиться со всеми трудностями адаптационного процесса и воспитания ваших детей. Я хочу, чтобы вы помнили о них, они в вас. Все в ваших руках!

- Скажите, пожалуйста, была ли тема нашей встречи для вас познавательной, и если да, то, что вы взяли для себя из полученной информации. Скажите свои пожелания.

#### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

«Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой во время, как пообещали.
5. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
6. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
7. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
8. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра.
9. Будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом.
10. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
11. Не скупитесь на похвалу.
12. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

**РАДУЙТЕСЬ ПРЕКРАСНЫМ МИНУТАМ ОБЩЕНИЯ СО СВОИМ  
МАЛЫШОМ!**

**СБОРНИК АДАПТАЦИОННЫХ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**  
*ГАНЕЕВА РУФИНА РАФАИЛЕВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №161*

**«Сон колобка».**

Жил у бабушки и дедушки Колобок. Он был послушным, а потому никуда не убежал от них. Каждое утро Колобок катился по дорожке в детский сад. Там он играл с друзьями, веселился, пел всем свою любимую песенку о себе, а когда вечером он возвращался назад к бабушке и дедушке, то всегда говорил им, что интересного произошло с ним сегодня в саду. Все нравилось Колобку в детском саду, кроме одного - он не мог лечь в обед в саду спать: плакал, капризничал, долго не мог заснуть, даже пробовал скатываться с кровати и пытался покатиться из садика домой к бабушке и дедушке. Но однажды его воспитательница - Лисичка, вовремя успела остановить его на пороге детского сада и принести его обратно в группу. Она положила Колобка назад в удобную кровать, укрыла его теплым одеялом и спросила.

- Почему ты, Колобок, не любишь спать в саду?

- Потому что это так грустно, лежать в кровати с закрытыми глазами и ничего не видеть. Это так не интересно!

- А ты не просто лежи, а попробуй заснуть, чтобы увидеть интересные сны! - Ласково сказала Лисичка.

- Сны? Я не знаю, что такое сны. Они мне никогда не снятся.

- Ложись удобнее и я научу тебя видеть сны ... - сказала Лисичка.

Тогда воспитательница Лисичка посоветовала Колобку не просто лежать в кровати с закрытыми глазками, а расслабиться, почувствовать какая теплая и удобная у него кровать и попробовать помечтать о чем-то приятном.

Колобок закрыл глазки и попытался сделать все так, как ему сказала Лисичка. И произошло чудо - он заснул и увидел хороший сон. Ему приснился веселый зайчик, который прыгал с ним, потом Волк играл с ним в игру «Догони меня» - и им было очень весело, потом Мишка танцевал с ним под радостную, веселую музыку. А еще Колобку приснилась его воспитательница Лисичка, в его сне она была такая же добрая и приветливая, как и на яву. Она играла с ним в прятки. А потом Колобок со всеми животными: зайчиком, волком, мишкой и воспитательницей Лисичкой взяли за ручки и по кругу заплясали веселый хоровод. Вот такой хороший сон увидел Колобок.

Когда он проснулся - у него был веселый и бодрый настрой. Он сразу рассказал воспитательнице и всем зверям в саду свой увлекательный сон.

С тех пор, Колобок с нетерпением ждал обеда в детском саду, чтобы увидеть новый интересный сон

Терапевтический эффект - привыкание ко сну в детском саду.

**«Рыбка БУЛЬ-БУЛЬ».**

Жила в море маленькая рыбка-Буль-буль. Каждое утро она приплывала в морской детский сад, но ей было очень грустно, она часто плакала, потому что не хотела ни с кем подружиться, ей было совсем не интересно в морском саду и все, что она делала - это плакала и ждала, когда же приплывет мама и заберет ее домой.

В этом саду была воспитательница, но она была не обычная рыбка, а золотая. Ее так и звали - воспитательница Золотая рыбка. И вот, однажды, она сказала я маленькой рыбке Буль-буль:

- Я помогу тебе, я волшебная Золотая рыбка и сделаю так, чтобы ты больше не плакала в детском саду, чтобы тебе не было грустно. Махнула Золотая рыбка-

воспитательница своим хвостиком - и произошло чудо - рыбка Буль-буль перестала плакать, она подружилась с другими маленькими рыбками в группе и они вместе играли, смеялись и резвились в морском саду. Буль-буль даже было странно - почему же она раньше не замечала, какие дружелюбные рыбки с ней рядом в детском саду и как весело и интересно проводить с ними время!

С тех пор Буль-буль с удовольствием каждое утро плыла в садик, ведь знала, что там ее ждут ее друзья.

Терапевтический эффект - осложненная адаптации ребенка к условиям детского сада.

#### **«Зайчик в детском саду».**

В сказочном лесу жила мама Зайчиха и была она самая счастливая на свете, ведь у нее родился маленький зайчонок. Она назвала его Пушистик. Мама очень любила своего зайчика, ни на минуту не отходила от него, гуляла, играла с ним, кормила его вкусной капустой, яблочком, а когда он начинал плакать, мама вместо пустышки давала ему сочную морковку и зайчонок успокаивался.

Прошло время и Пушистик подрос. Мама решила отвести его в лесной детский сад, в который ходили все маленькие звери этого леса. И вот, однажды, мама привела своего зайчика в детский сад. Пушистик расплакался, ему было страшно и грустно без мамы, он не хотел там оставаться. К нашему зайчику подошла воспитательница, рыженькая Белочка. Она была хорошая и очень любила всех маленьких лесных зверьков. Белочка взяла его на ручки и нежно прижала его к своей пушистой, меховой шубке.

Воспитательница пожалела, успокоила зайчика и познакомила его с другими зверушками, которые ходили в детский сад. Она познакомила его с маленькой веселой лисичкой, добрым мишкой, дружелюбным ежиком и другими зверушками.

Все зверушки очень обрадовались, что в их лесном саду появился новенький - зайчик. Они начали играть вместе с ним в игры, гуляли на зеленой лужайке, потом поели, отдохнули в кроватках. И вот за зайчком пришла мама, чтобы забрать его домой. Как же она обрадовалась, когда увидела, что ее зайчик не плачет, а весело играет в саду! Пушистик всю дорогу домой рассказывал маме, с кем он познакомился в саду, и как интересно и весело ему было играть с новыми друзьями. Мама гордилась своим зайчиком и радовалась тому, что Пушистик понял, что плакать в детском саду не стоит, потому что там совсем не страшно, а наоборот весело и интересно.

Терапевтический эффект - позитивный настрой на посещение детского сада.

#### **«В темной норе».**

Два друга, Цыпленок и Утенок, пошли гулять в лес. По дороге они встретили Лисичку. Она пригласила друзей к себе в гости, в свою нору, пообещав угостить их вкусными сладостями. Когда малыши пришли к Лисичке, она открыла дверцу в свою норку и предложила им зайти первыми.

Только переступили порог Цыпленок и Утенок, как Лисичка быстро закрыла дверь на замок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Как ловко я вас обманула. Побегу я теперь за дровами, разожгу огонь, нагрее воды и брошу в нее вас, малышей. Вот уже вкусный супчик у меня будет».

Цыпленок и Утенок, оказавшись в темноте и услышав насмешки Лисички, поняли, что попались. Цыпленок расплакался и стал громко звать свою маму, ведь ему было очень страшно в темноте.

А Утенок, хотя тоже очень боялся темноты, не плакал, он думал. И вот, наконец, придумал! Утенок предложил цыпленку вырыть подземный ход. Они начали со всех сил разгребать лапками землю. Вскоре в небольшую щель проник лучик света, щель становилась все больше, и вот друзья уже были на свободе.

- Вот видишь, Цыпленок, - сказал маленький Утенок. - Если бы мы сидели и просто плакали от того, что нам страшно сидеть в темноте - Лисичка бы нас уже съела. Надо

всегда помнить, что мы сильнее и умнее наших страхов, а потому легко сможем с ними справиться! Цыпленок и Утенок обнялись и радостные побежали домой. Пришла Лисичка с дровами, открыла дверь, заглянула в норку и замерла на месте от удивления ... В норке никого не было. Терапевтический эффект – снижение у ребенка страха темноты.

#### **«Почему Сережа не боится засыпать сам?».**

Маленький Сережа лежал под одеялом и весь дрожал. На улице было темно. И в комнате у Сережи тоже было темно. Мама положила его спать и сама спала в своей комнате. А Сережа никак не мог заснуть. Ему казалось, что в комнате кто-то есть. Мальчик казалось, что он слышал, как в углу что-то шуршит. И ему становилось еще страшнее и даже маму позвать он тоже боялся.

Вдруг прямо на Серезину подушку приземлилась яркая небесная звезда.

- Сережа, не дрожи, - шепотом сказала она.

- Я не могу не дрожать, мне страшно, - прошептал Сережа.

- А ты не бойся так - сказала звезда и осветила своим мерцанием всю комнату. -  
Смотри, ни в углу, ни под шкафом никого нет!

- А кто это шуршал?

- Никто не шуршал, это к тебе проник страх, но его очень легко прогнать.

- Как? Научи меня, - попросил яркую звезду мальчик.

- Есть одна песенка. Только становится тебе страшно, сразу же начинай ее петь! - Так сказала звезда и запела:

Живет в лесу темном страшный маленький страх,

Живет он у болота в темных кустах.

И из леса не показывается страшный маленький страх,

Пугается страх света - сидит в своих кустах.

А еще боится смеха страшный маленький страх,

Как только рассмеешься ты, исчезает страх в кустах!

Сначала Сережа слушал песенку звезды, а затем и сам спел с ней. Именно тогда страх исчез из Серезиной комнаты, и мальчик сладко заснул.

С тех пор Сережа не боится засыпать в комнате без мамы. А если вдруг к нему снова придет страх, поможет волшебная песенка!

Терапевтический эффект – снижение у ребенка тревожности по поводу страха темноты.

#### **« Сказка о медвежонке, который не хотел ходить в садик».**

Жил-был медвежонок по имени Алирик. Были у него папа-медведь и мама-медведиха. Жили они дружно, весело. Мама-медведиха много играла с Алириком, кормила его, гуляла с ним. Папа-медведь строил с ним дома из кубиков и рассказывал разные интересные истории. Медвежонок Алирик всегда был с родителями, а они были с ним. Они чувствовали себя единым целым, как цветочек с его лепестками, стебельком и листиками.

Алирик рос, становился больше. Теперь он многое умел делать сам: кушать, возить машинку, одевать обувь. Тогда родители приняли решение, что Алирик уже достаточно взрослый, чтобы ходить на занятия к мудрой Сове.

И вот, в один прекрасный день, мама-медведиха повела Алирика к Сове на занятия.

Идти туда было не долго, но весело, потому что мама рассказывала много интересного по дороге: где птички вьют гнезда, почему трава растет вверх, куда бегут муравьи.

Когда они пришли к Сове, Алирик понял, что теперь нужно будет расстаться с мамой.

Пусть и не надолго, но ее рядом не будет. Алирику стало очень грустно. Но в это время он услышал смех в группе. Ему стало интересно: кто и почему так смеется? Смело Алирик взял за руку Сову и пошел к другим детям.

Вечером мама-медведиха вернулась, чтобы забрать Алирика. Он с радостью подбежал к маме и обнял ее. Ему так много хотелось рассказать ей: и как они играли, и как пели песни, и как Сова рассказывала про лесных жителей, и еще много чего интересного. Теперь Алирику было весело расставаться с мамой и папой. Он знал, что они всегда вернуться и можно будет им рассказать о новых впечатлениях. Они же не ходят к мудрой Сове!

Терапевтический эффект - позитивный настрой на посещение детского сада.

### **«Как Кенгуреныш стал самостоятельным».**

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел поесть, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.

Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку; но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал коленки и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще Дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые Дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девочками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время. Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.

Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин — ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.

Терапевтический эффект - позитивный настрой на посещение детского сада. Страх расставания с мамой. Переживания, тревога, связанные с одиночеством.

#### **«Сказка о солнышке».**

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого. И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно всем, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму.

Какой молодец Солнышко-сынок!

А ты тоже не капризничает и слушаешься родителей?

Терапевтический эффект - показать ребенку другую сторону чрезмерной капризности и вредности.

#### **«Мокрая фея».**

В одной волшебной стране под странным названием Нетландия жил мальчик Рома. Когда он ложился спать, в его сны прилетала поиграть Мокрая Фея. С ней было так весело! Вместе они могли улететь на другую планету, попутешествовать к Ниагарскому водопаду или просто посидеть у реки Кубань, спустив ноги в воду. Во

сне можно было заказать разные времена года. И Рома часто заказывал лето. И Мокрая Фея тоже любила лето.

Звали Фею Мокрой, потому что она была похожа на улитку и оставляла после себя мокрый след. И, конечно, ей нравилась вода. Купаться она любила больше, чем другие развлечения.

Когда же Рома просыпался, то постель всегда была мокрой. И взрослые почему-то думали, что это сам малыш не доходит до туалета и делает лужу в постели. И действительно, так оно все и выглядело, и тут ничего не поделаешь. Но Рома был сообразительным мальчиком и решил в следующий раз, когда прилетит Мокрая Фея, поговорить с ней о мокрых следах. Так и сделал. И вот что он услышал от нее:

- Мне жаль, что из-за меня у тебя «мокрые» неприятности. Извини, но я так люблю играть с тобой во сне! Что же нам делать?

Рома ей ответил:

- Давай мы отныне будем играть в ванной комнате, где можно играть с водой.

- Давай, - сказала Мокрая Фея и добавила, - и еще, прежде чем ложиться спать, ты, Рома, а не забывай сходить в туалет. А когда в течение нашего путешествия захочешь в туалет, то только скажи, и мы вернемся домой, а потом продолжим игры.

- Хорошо - ответил Рома.

И вы, детки, к кому во сне прилетает Мокрая Фея, помните: перед сном обязательно сходите в туалет.

А как приснится, что хотите в туалет, проснитесь, проверьте (ущипните себя), чтобы понять, что это не сон.

Встаньте с кровати, дойдите до туалета, найдите унитаз и тогда ... делайте свое мокрое дело.

Терапевтический эффект - научить детей перед сном ходить в туалет.

При подготовке материала использовала различные интернет ресурсы

## **СЕМИНАР-ТРЕНИНГ ДЛЯ КОЛЛЕКТИВОВ АДАПТАЦИОННЫХ ГРУПП:**

### **«ВОПРОСЫ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОУ»**

*ТЕРЕНТЬЕВА ЮЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №160*

**Цель:** знакомство педагогического состава и помощников воспитателей адаптационных групп с психологическими аспектами адаптации детей к условиям детского сада, повышение психологической компетентности по проблемам воспитания и взаимодействия с детьми.

**Оборудование:** бланки с вопросами, ручки, стакан с водой, соль, перец, горсть земли, бумага, музыкальные записи, яблоко разрезанное на дольки.

#### **Ход семинара - тренинга**

##### **Вступление**

Психолог: Эту встречу сегодня я посвящаю проблеме адаптации детей к условиям детского сада. Надеюсь, что вопросы, которые мы будем рассматривать, помогут нам лучше разобраться в причинах возникновения проблем адаптационного периода. Любой наш тренинг мы начинаем с приветствия, поприветствуйте друг друга комплиментом.

##### **Обсуждение правил работы:**

Быть активным.

Не перебивать.

Быть открытым, доброжелательным.



Не критиковать (каждый имеет право на свою точку зрения).

### **Что такое адаптация ребенка в ДОУ**

Психолог: Адаптация - это процесс привыкания организма к новым условиям. Выделяют психологическую и физиологическую адаптации: физиологическая - оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада; психологическая - готовность малыша к расставанию с матерью, до принятия нового окружения. У маленького ребенка еще нет опыта взаимодействия со сверстниками, и взрослый для него является образцом для подражания, партнером по игре. Взрослые для ребенка - это внимание, и, самое главное, - защита, комфорт, стабильность. Чем сильнее эмоциональная связь ребенка с матерью, тем труднее проходит период адаптации. И для такого малыша ребенка воспитатель должен хотя бы частично попробовать заменить маму и быть в тесном сотрудничестве с ней. Настоящее искусство воспитания начинается с человека, который находится рядом с ребенком.

### **Практическое задание**

Участники делится на 3 подгруппы. Готовят и обсуждают ответы на вопрос:

Какими качествами обладаете вы?

Какими качествами должен обладать воспитатель и помощник воспитателя в период адаптации ребенка к детскому саду? (ответы педагогов, обсуждение)

Спасибо. А скажите пжл, педагоги нужна ли вам помощь от помощников? Предлагаю помочь новичкам и опытным помощникам рассказать о своих обязанностях. (обмен мнениями помощников воспитателей)

Психолог: А я немного уточню. (внимание на слайд)

### **Должностные обязанности**

В рамках трудовой функции присмотра за детьми дошкольного возраста от 3 лет помощник воспитателя имеет следующие должностные обязанности:

2.1. Оказание помощи детям дошкольного возраста (от 3 лет) в одевании и раздевании по мере необходимости.

2.2. Оказание помощи детям в возрасте от 3 лет в самостоятельном приеме пищи: доставка пищи с пищеблока (кухни) в группу строго согласно графику в закрытой таре, раздачу пищи воспитанникам (вместе с воспитателем), уборка и мытье посуды; организация сервировки детских столов вместе с воспитанниками старшего возраста; контроль и оказание помощи при приеме пищи детьми; осуществление работы по освоению воспитанниками правил поведения за столом.

2.3. Оказание помощи детям дошкольного возраста (от 3 лет) в развитии навыков самообслуживания и гигиены:

проведение гигиенических и закаливающих процедуры;

осуществление работы по привитию культурных и гигиенических навыков при приеме еды, умывании, одевании и т.д.;

проведение вместе с медработником детского сада и под руководством воспитателя группы ДОУ мероприятий, способствующих психологическому и физическому развитию детей;

контроль соблюдения воспитанниками распорядка дня;

подготовка воды, предназначенной для процедур закаливания воспитанников и полоскания рта;

контроль чистоты полотенец и наличия в группе кипяченой воды для питья.

2.4. Присмотр за детьми дошкольного возраста (от 3 лет) во время сна.

2.5. Сопровождение детей дошкольного возраста (от 3 лет) на прогулках, занятиях и мероприятиях:

2.6. Контроль поведения детей дошкольного возраста (от 3 лет) в ситуациях их взаимодействия с другими детьми с целью обеспечения их безопасности.

2.7. Информирование родителей (законных представителей, родственников) детей об их самочувствии.

2.8. Поддержание санитарно-гигиенического состояния помещений, оборудования, постельного белья и игрушек

#### **Ответственность**

Помощник воспитателя ДООУ несет полную персональную ответственность: за жизнь и здоровье воспитанников, соблюдение инструкций охраны жизни и здоровья воспитанников, нарушение их прав и свобод — согласно законодательству РФ;

за несоответствующее выполнение или невыполнение своих должностных обязанностей, установленных приведенной должностной инструкцией, — в пределах, установленных действующим трудовым законодательством Российской Федерации; При использовании, даже единожды, способов воспитания, включающих в себя элементы физического и (или) психологического насилия над личностью ребенка, а также за совершение любого другого аморального поступка помощник воспитателя детского сада может быть освобожден от занимаемой должности согласно трудовому законодательству и ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". Увольнение за такой поступок не принимается за меру дисциплинарного взыскания.

Контроль над выполнением настоящей должностной инструкции возлагается на воспитателя дошкольного образовательного учреждения.

Спасибо!

#### **Ступени адаптации**

Психолог: Адаптация у всех детей происходит по-разному, это зависит от многих факторов.

Существует 4 вида адаптации:

1. Легкая (1 - 2 недели). Я ее назвала «Как там было».

В эту группу входят дети, для которых процесс адаптации проходит легко, безболезненно. Такие дети:

- самостоятельные;
- коммуникабельные;
- уравновешенные;
- заинтересованные (общением, играми и т.п.).

2. Средняя (от 2 - 3 недель до 2 - 3 месяцев) - «То здесь, то там».

В эту группу входят малыши, которые проходят процесс адаптации тяжелее и медленнее. Такие дети:

- малоинициативны;
- менее самостоятельны;
- немного могут делать сами, но в основном зависят от взрослого;
- имеют недостаточно развитые навыки игры и общения.

3. Тяжелая (от 1 месяца до полугода) - «Точно не здесь».

Трудно адаптируются к новым условиям дети:

- несамостоятельные;
- неконтактные;
- которые быстро утомляются;
- с несформированными игровыми навыками;
- которые часто сталкиваются с проявлениями авторитаризма, жестокости, или, наоборот, если в семье царит слишком либеральный стиль. В этом случае у детей наблюдается страх, недоверие или игнорирование взрослых. Сон, аппетит у таких малышей плохой или вообще отсутствует, они часто болеют.

4. Дети, которым нежелательно посещать детский сад.

Дети домашние, не могут привыкнуть к условиям детского сада. Таких детей от 2 до 4 %.

Критический возраст для адаптации

Психолог: Исходя из собственного опыта, своих наблюдений, как вы считаете, в каком возрасте ребенок лучше адаптируется?

Какой оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада?

Однозначно на это вопрос ответить невозможно. Некоторые психологи наилучшим считают возраст 1 год 7 месяцев. Связь с матерью довольно тесная (если в семье царит любовь и гармония), ребенка приучают к общению со сверстниками, и к навыкам самообслуживания. Как следствие - ребенок сможет быстро влиться в коллектив детского сада. Некоторые психологи считают наилучшим возраст от 3 до 4 лет. Как лучше ребенку на самом деле, могут знать только родители.

От чего зависит облегчение адаптационного периода?

Факторы риска, которые усложняют адаптацию ребенка в ДООУ

Аntenатальные (до родов):

Токсикозы в течение беременности.

Острые инфекционные заболевания матери.

Хронические заболевания матери в период беременности.

Прием лекарственных препаратов.

Стрессовые ситуации в период беременности.

Употребление матерью алкоголя, курение.

Частое употребление отцом алкоголя перед зачатием ребенка.

Интранатальные (во время родов):

Осложнения при родах.

Асфиксия ребенка. Родовая травма.

Хирургическое вмешательство во время родов.

Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

Постнатальные фактора (после родов):

Недоношенность или переносимость ребенка.

Крупная масса тела (вес больше 4 кг).

Заболеваемость на первом месяце жизни.

Употребление матерью алкоголя, курение во время вскармливания ребенка грудью.

Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).

Искусственное вскармливание.

Фоновые заболевания (рахит, диатез, пар атрофия, анемия).

Частые ОРВИ, инфекционные заболевания до 3 лет.

Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, порок сердца и т. д.)

Задержка нервно-психического развития.

Социальные факторы (которые можно изменить):

Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.

Отсутствие оздоровительных процедур.

Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.

Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.

Конфликтные взаимоотношения в семье.

Неполная семья.

Первый или единственный ребенок.

Неправильное воспитание ребенка: «кумир семьи», «Золушка», гиперопека и прочее.

Отсутствие общения со сверстниками.

## Музыкальная притча «ОДИНОКАЯ ЗВЕЗДОЧКА»

(музыкальное сопровождение)

Когда-то очень давно ночное небо было совсем темным. На нем была только одна маленькая Звездочка. Она жила высоко в небе и когда смотрела вокруг, то замечала, что совсем одна. От своего одиночества ей становилось грустно, потому что очень хотелось видеть на небе другие звездочки, ловить их лучи и дарить им свое тепло. Как-то Звездочка решила отправиться на землю к одинокому, старому, мудрому человеку, который жил на высокой горе. Когда она его нашла, то спросила: «Можешь ли ты мне помочь? Мне так одиноко на небе. Нет никого, с кем бы можно было поговорить, разделить радость и грусть. Иногда я даже плачу, настолько мне одиноко».

Мудрец прекрасно знал это состояние, когда ты один - пропадает желание играть, еда становится невкусной, сон беспокойным, не поются веселые песни».

Ему очень понравилась маленькая звездочка, а поскольку он был старым, добрым, мудрым, то решил ей помочь. Он зашел в свой дом, нашел там блестящий волшебный мешок, открыл его и достал оттуда множество блестящих волшебных звездочек. Один взмах руки — и на ночном небе засияли тысячи ночных звезд.

- Посмотри,- сказал мудрец - как красиво и удивительно! Теперь на небе множество звезд, это твои друзья. Тебе не будет так одиноко, ты сможешь разговаривать с ними, играть в разные игры, дарить им свое тепло и любовь. Маленькая, когда-то совсем одинокая звездочка была очень рада и счастлива, что у нее появилось множество друзей. Она поблагодарила мудреца. И уже решила полететь на небо, но мудрец остановил ее: «Я хочу для тебя сделать еще кое-что. Я хочу, чтобы память о тебе навсегда осталась на земле. Я создам на чем-то необычном твоё изображение». Он хлопнул в ладоши, и изображение маленькой звездочки раз и навсегда осталось на земле.

Вопрос: Где осталась маленькая звездочка? (В сердцевине яблока; показать, разрезав целое яблоко на кружки, в центре получится звезда из семян и угостить.)

Психолог: Эту легенду я рассказала не просто так, а для того, чтобы вы почувствовали состояние ребенка, когда он приходит первый раз в детский сад, период адаптации. Задача педагогов - помочь ребенку безболезненно пройти этот период. Ежечасно, ежедневно все малыши нуждаются в нашей поддержке и понимании, а особенно дети, которые переживают период адаптации.

Задание: «Кто виноват, что дети не хотят идти в детский сад?».

Психолог: Попробуйте нарисовать словами портрет новоприбывшего ребенка, его внешний вид, эмоциональное состояние. (ответы педагогов и помощников).

Психолог: А я немного уточню:

Негативные эмоции - ныканье, которым малыш стремится выразить протест при разлуке с родителями.

Страх - спутник отрицательных эмоций. Ребенок боится новой обстановки, новых взрослых и т. д.

Положительные эмоции - противостоят всем негативным эмоциям. Радость, веселый смех - главные лекарства.

Социальные контакты. Даже коммуникабельный ребенок в период адаптации может замкнуться. Но на смену «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность». Как только малыш наладил социальные контакты, все возбуждение адаптационного периода пойдет на убыль.

Познавательная деятельность - верный «друг» всех положительных эмоций.

Социальные навыки. Под прессом стресса ребенок меняется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые давно усвоил. Однако по мере адаптации к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется речь в сторону регресса.

Аппетит. Плохой или отсутствует вообще. Как только ребенок начинает нормально питаться - тяжелая адаптация позади.

Сон. Вначале сон отсутствует совсем, сейчас малыш как «Ванька-Встанька». По мере привыкания сон появляется, беспокойный, урывистый, сначала его вряд ли можно назвать полноценным сном.

Двигательная активность. Ребенок или очень заторможенный, или гиперактивный. Однако иногда педагоги путают гиперактивность с активностью, присущей темпераменту, и забывают о том, что есть дети - зрители, слушатели, ораторы и деятели.

Психолог: Что же нам может прийти на помощь? Иногда детей невозможно уложить спать без слез и истерик, а особенно если ребенок проходит адаптационный период.

Но ребенка можно перехитрить. Поиграть с ним в сказку, в которую он поверит.

Возьмем для примера сказку «Белоснежка и семь гномов».

Жили-были Белоснежка (это я) и гномы (это вы). Все гномы ложатся спать и просыпаются в одно и то же время, за всеми гномами наблюдает Белоснежка.

Гномики за день очень часто мылись - и ножки устали, и ручки утомились - поэтому им нужно отдохнуть. Гномики стелят каждый в свою постельку, кладут головку на подушечку и сразу засыпают. Ни один гномик не должен разговаривать или играть, мешая спать другим гномикам. Спать нужно только в своей постельке, нельзя спать на коврик или на диванчике. Если в период дневного сна кто-то из гномиков проснется, а все остальные гномики спят, нужно тихонько полежать и подождать, пока они проснутся. А если маленькому гномику что-то нужно, он должен обратиться к Белоснежке.

Психолог: Не следует забывать о волшебной силе игры. Это подвижные игры, игры, которые помогут быстрее адаптироваться ребенку, пальчиковые, предметные, игры-малютки, которые помогают ребенку развиваться, игры-наблюдения, настольные и тому подобное.

Слово... Его великая магия очаровывает, поднимает до небес, будит в нас лучшие человеческие качества. С помощью слова можно установить контакт с любым ребенком дошкольного возраста. Сказки, песни, потешки, загадки, поговорки, являются незаменимым средством пробуждения познавательной активности, самостоятельности и яркой индивидуальности. Ласковые прибаутки, потешки вызовут радость у ребенка. Чаще всего через элементы фольклора мы доносим до ребенка свою нежность, заботу, любовь, веру в него.

Особенно важно обращаться к фольклору в первые дни появления ребенка в детском саду, именно это способствует скорейшей адаптации. Давайте вместе вспомним потешки, стишки (обращение к презентации) (ответы педагогов).

### **Как действуют слова на ребенка**

Психолог: Сколько бы мы не слышали о целительной силе доброго слова, иногда все равно говорим нехорошие вещи, срываемся от усталости, ужасным тоном, потом себя ругаем за это. Но слово не воробей, вылетело - не поймаешь.

Поэтому я решила вам на практике наглядно показать влияние слова на ребенка.

Особенно слово ранит душу малыша, который проходит период адаптации:( наглядно показываем)

стакан воды - ребенок (чистая, простая, наивная);

соль - грубые, соленые слова;

перец - слова, которые пекут, оскорбительные слова;

горсть земли - безразличие, невнимание к ребенку.

Соль, перец, землю высыпает в стакан. Все это хорошо перемешиваем - получим состояние ребенка. Сколько пройдет времени, пока все осядет, забудется. А стоит

лишь немного взболтать, и все поднимется наверх. А это стрессы, неврозы, другие проблемы.

Итак, мы с вами выяснили, что трудности адаптации к детскому саду возникают почти у каждого малыша. Задача педагога - «адаптироваться» к каждому ребенку, понять его, почувствовать, помочь.

**Рефлексия.**

**Монеточка.**

Психолог: Спасибо всем за участие в тренинге, за вашу активную работу, за желание пополнить свои знания, свои копилочки опыта. Возьмете ли вы в свою копилку мои монетки или они вам не нужны? Почему?

## **ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГАМИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

*МАРУС АЙСЛУ НАИЛЬЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №84*

Летняя работа в детском саду имеет свою специфику. Это время когда происходят существенные изменения в деятельности ДОО, а также и в работе педагогов.

Взаимодействие педагога-психолога с воспитателями является неотъемлемой частью работы. В работе с воспитателями появляется новая приоритетная задача - сопровождение адаптационного процесса.

Работа с воспитателями адаптационных групп - важное направление в работе психолога в летний период. Здесь важно: помочь педагогам перестроиться на работу по адаптации детей раннего и младшего дошкольного возраста к дошкольному учреждению, дать общие рекомендации по ведению документации, помочь педагогам найти контакт с родителями, организовать психологическую поддержку в период адаптации.

Подготовить картотеку рекомендуемых игр с детьми в адаптационный период.

Оказывать помощь педагогам в режимных моментах.

Для поддержки воспитателей в адаптационный период подойдут следующие формы работы:

консультации для педагогов

тренинг-игра

семинар- практикум и т.д.

картотеки игр

Следующая задача заключается в налаживание межличностных контактов.

Очень часто в летний период количество детей в группах сокращается, и группы объединяют между собой. В связи с объединением групп педагогам приходится нелегко. Задача психолога помочь не только детям адаптироваться к новым условиям, но и педагогам. Поэтому работа должна быть направлена на снятие психоэмоционального напряжения, отреагирование актуальных эмоций воспитателями. В качестве форм работы можно использовать:

психологические тренинги

индивидуальные консультации

группы поддержки

Чтобы организовать психологически комфортное пребывание детей в детском саду, разработаны картотеки игр для работы педагогов, так как в летний период увеличивается продолжительность прогулок.

Особенно сложно приходится в этот период молодым специалистам. В связи с этим перед психологом возникает следующая задача - наставничество.

Ее целью является оказание помощи молодым педагогам в период их адаптации к рабочей среде.

Наблюдая и изучая трудности молодых педагогов, имеющих не большой опыт работы, можно выделить ряд основных проблем, возникающих в процессе их педагогической деятельности:

установление и удержание контакта «педагог – ребенок», «педагог – коллектив», «педагог – родитель»;

развитие собственной наблюдательности, умение вовремя заметить, что ребенку необходима помощь и поддержка педагога;

управление конфликтными ситуациями;

умение увлечь детей каким-либо делом;

проблемы дисциплины в детском коллективе;

умение справляться с большим количеством дел одновременно

Задача педагога-психолога:

помочь научиться быстро и оптимально устанавливать эмоциональный контакт;

знакомство педагогов с основными трудностями, с которыми они могут столкнуться на практике в процессе работы;

развитие основных умений, необходимых при работе в образовательном учреждении;

повышение уверенности молодых педагогов в собственных силах.

Разносторонний характер деятельности требует от наставника высокого уровня профессионализма. Неотъемлемой частью наставничества является готовность опытного педагога к передаче опыта и с другой стороны, готовность молодого специалиста воспринимать этот опыт и эффективно применять в педагогической практике. В этой связи особую значимость приобретает совершенствование психолого-педагогической подготовки наставников и формирование у них готовности к продуктивному взаимодействию с преемниками.

Для успешной реализации наставничества в образовательной организации, целесообразна организация и осуществление не только методического сопровождения, но и психолого-педагогического со стороны специалистов – психологов.

Первостепенными задачами в процессе сопровождения являются выявление кандидатов в наставники и их подготовка к взаимодействию с молодыми специалистами. Педагог-психолог может провести психодиагностическую, профилактическую и просветительскую работу, направленную на содействие в создании эффективной системы наставничества.

При выборе наиболее эффективных форм психологического сопровождения в работе с педагогическим коллективом необходимо определиться с диагностическим инструментарием.

С целью выявления уровня мотивационной готовности наставников к работе с молодыми педагогами, оценки коммуникативных и лидерских навыков, способов реагирования в конфликтных ситуациях, определения наличия общей стрессоустойчивости и рисков профессионального выгорания у педагогов-наставников, можно провести мониторинг с использованием следующих психодиагностических методик:

тестовая методика «Диагностика лидерских способностей» (Е. Жариков, Е. Крушельницкий);

анкетирование «Оценка готовности педагога к участию в инновационной деятельности»;

оценка уровня коммуникабельности педагога в общении с родителями (на основе методики В.Ф. Ряховского);

методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко;

комплексная оценка проявления стресса Ю.В. Щербатых;

тест «Исследование особенностей реагирования в конфликтной ситуации» К. Томаса;

Психолого-педагогическое сопровождение наставничества может идти в следующих направлениях:

- формирование мотивационной готовности;
- развитие коммуникативных навыков и рефлексивных умений;
- профилактика эмоционального выгорания и повышение общей стрессоустойчивости;
- поддержка молодого педагога;
- помощь в адаптации молодого педагога

Для повышения компетентности педагогов-наставников в соответствии с указанными направлениями будут эффективны такие формы работы, как тренинг, деловая игра.

Еще одной из приоритетных задач является сохранение психологического здоровья педагогов. К концу учебного года педагоги более подвержены СЭВ. Летом также важно заниматься профилактикой выгорания используя при этом тренинги, релаксационные упражнения, психологические гостиные.. Грамотное решение всех этих задач позволит избежать неприятностей и обеспечить эмоционально насыщенную жизнь всем участникам образовательного процесса в летний период.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА**

#### **«ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ СРЕДИ ДОШКОЛЬНИКОВ»**

*АСЯЕВА ДИНАРА МАРАТОВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №32*

Детский конфликт, прежде всего это следствие неумения дошкольников выстроить свои взаимоотношения во время совместной игры или деятельности. Совместное взаимодействие– это проверка умения людей согласовывать свои интересы, вступать в отношения взаимопонимания и диалога, подчинять свои желания интересу общего дела. Но эта способность у детей чаще всего не сформирована. Очень важно для взрослого научить детей решать вопросы межличностных отношений мирным путем. А уж если конфликт случился – научить выходить из него с минимальными потерями.

В период дошкольного детства взрослые сталкиваются довольно часто с детскими конфликтами. Исследователи считают, что у детей старшего возраста конфликты чаще всего возникают из-за правил игры, в среднем возрасте – из-за ролей, а у малышей - из-за игрушек.

Таким образом, возникающие ссоры между дошкольниками отражают их возрастное развитие. Постепенно дети от стычек из-за игрушек переходят к спорам и разногласиям по поводу того, правильно ли действует тот или иной ребенок в ходе игры.

Конфликты разделяют на **два вида**: внешний и внутренний. Первые возникают во время совместной деятельности и общения. Обычно они возникают в сфере



отношений детей и не затрагиваются более глубокими межличностными отношениями. *Внешние конфликты* носят временный, ситуативный характер, и как правило, разрешаются самими детьми. Такие конфликты нередко полезны, так как они позволяют ребенку самостоятельно решать возникшие проблемные ситуации и координируют полноценные взаимоотношения детей.

*Внутренние* психологические конфликты чаще всего скрыты от наблюдения. Они отличаются от внешних, и вызывается противоречиями между запросами сверстников и объективными возможностями детей в их совместной деятельности.

Дошкольники не могут разрешить внутренние противоречия без содействия взрослых. Скрытые конфликты негативны, они сдерживают формирование полноценных, гармоничных отношений. В процессе этих разногласий ограничивается внутренний мир ребенка, его позитивное эмоциональное состояние. Малыш не может удовлетворить своих потребностей, трансформируются межличностные отношения, возникает психологическая изоляция от сверстников. При коммуникации детей с ровесниками возникают различные ситуации, которые требуют проявления доброжелательного отношения друг к другу. Детям необходимо уметь согласовывать свои действия ради достижения общих целей. Дошкольнику нелегко представить, что ощущает сверстник, так как он еще не осознает свой внутренний мир, свои переживания, намерения. Ребенок видит только внешнее поведение другого и не может осознавать, что каждый сверстник также обладает своим духовным миром, интересами и желаниями.

Участники детского коллектива подразделяются на популярных и непопулярных. К непопулярным относят тихих, вредных, агрессивных, плохо владеющих игровыми действиями и речью, а популярные дети – это ловкие, умелые, смелые. Дошкольники не контактируют с детьми, с которыми трудно договориться, кто нарушает правила, не умеет играть, медлительные, неумелые. При взаимодействии конфликтные ситуации часто провоцируют те дети, которых сверстники игнорируют (жалобщики, всезнайки, максималисты и др.).

**Основными причинами** возникновения конфликтов Я.Л. Коломинский и Б.П. Жизневский назвали:

1. «Разрушение игры» — разногласия из-за поведения детей, которые вмешивались в процесс игровой атмосферы, воображаемой игровой ситуации.
2. «По поводу выбора общей темы игры» — обсуждение вопроса, в какую игру будут играть.
3. «По поводу состава участников игры» — споры детей о том, кто именно будет играть в данную игру.
4. «Из-за ролей» — конфликты возникают из-за разногласий, кто будет выполнять наиболее привлекательную либо неинтересную роль.
5. «Из-за игрушек» — сюда входили споры из-за обладания игрушками.
6. «По поводу сюжета игры» — дети не могут договориться, каким образом должна проходить игра, какие в ней будут игровые ситуации, роли и их взаимодействия.
7. «По поводу правильности игровых действий» — дети конфликтуют, если в игре кто-то из участников действует не по правилам.

В детском коллективе конфликтные ситуации случаются довольно часто и обычно разрешаются сами собой. Небольшие ссоры и разногласия – это обычные проявления действительности, опыт взаимодействия с окружающим миром, со сверстниками, без которого ребенок не может обойтись. Детям нужно учиться самим выходить из конфликтных ситуаций и прекращать споры.

Очень важно, чтобы дети умели обозначать свои чувства, прислушиваться к мнению других людей и взаимодействовать с ними. Взрослым нужно научить детей высказываться о своих желаниях, объяснять другим, чего они хотят, обдумывать выход из создавшейся ситуации.

Для разрешения конфликтных ситуаций существует деструктивный и конструктивный способы. В первом варианте отношение ребенка выражается позицией: «Силой заставлю их играть», «Пожалуюсь взрослому, и она заставит всех играть», «Заберу игрушки и буду играть один». Во втором случае малыш решает вопрос разрешения конфликта путем позитивного отношения к ссоре: «Вместе с ребятами решим, как будем играть», «Поделюсь игрушками».

При решении конфликтов взрослому очень хорошо применять методику активного слушания. Это умение слушать и слышать ребенка. При активном слушании ребенку дают понять, что все о чем он поведал, его мысли и чувства взрослый понимает и принимает. В процессе слушания очень важно постоянно осуществлять обратную связь: отражать информацию и чувства ребенка. Взрослый выказывает поддержку, уточнения, слушает с сочувствием, повторяет наиболее важные мысли и чувства (т.е. подтверждает, отражает содержание информации и чувств ребенка). При этом педагог занимает нейтральную позицию, не принимает ничью сторону. Во время беседы обязательно нужно убедиться, что правильно поняли рассказ малыша, выдержать паузу – это время принадлежит ребенку, которая помогает ребенку разобраться в своем переживании. После ответа ребенка не надо сразу высказывать свое мнение, может он еще что-то добавит. Разговаривать важно в спокойной обстановке. Если ребенок еще не готов услышать слова взрослого, то это можно по его внешнему виду: если его глаза смотрят в сторону, «внутри» или вдаль.

При разрешении конфликтной ситуации необходимо выслушать всех участников спора. Каждый высказывает свою точку зрения и понимает, что в его проблему вникают. Дети должны сами сделать выводы из своих собственных слов. При обсуждении нужно правильно задавать вопросы: что произошло? (сформулировать суть конфликта), выяснить причины (почему это произошло), что привело к конфликту, определить и назвать какие чувства вызвал конфликт у участников, как быть в этой ситуации.

В детском коллективе ссоры легче предупредить, чем разрешать, наиболее перспективно предупреждение конфликтов на стадии их зарождения. Понять, что назревает конфликтная ситуация можно по повышению тембра голоса, нарушению правил игры, обзыванию, нежеланию играть с конкретным ребенком. Педагогу необходимо обращать внимание на каждый такой момент и принять меры по предупреждению назревающего конфликта.

В коллективе детей нужно формировать и поддерживать доброжелательную обстановку, оптимальный нравственно-психологический климат, авторитет воспитателя. Важен личный пример воспитателя, который к каждому ребенку относиться как к личности с ее достоинствами и индивидуальными особенностями. Взрослый должен заметить нежелательные проявления и перестроить их не приказным порядком, а психологическим путем, используя совместные игры и занятия.

В развитии коммуникативных навыков детей используются различные методы и приемы: сюжетно-ролевые игры с наличием проблемной ситуации, интерактивные игры, тренинги, обучающие формам конструктивного поведения в разрешении конфликтной ситуации, психогимнастика, чтение и обсуждение художественной литературы, просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов, беседы.

Педагог предлагает детям игры и активно в них участвует. Для доверительных бесед с детьми в группе можно оборудовать такие уголки и зоны как: «Коврик мира», «Уголок доверия», «Островок желаний», «Секретная комната», «Уютный уголок», «Стол переговоров», «Мирные стулья», и др. А в гости к детям могут приходиться литературные герои.

Вот один из вариантов игры , давайте с вами поиграем

Игра «Найти пару сапог»

Оборудование: сапожки из фетра, лента, веревка,

Установление правил игры:

Педагоги (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.

Предлагается им походить по помещению, присесть, что-то сделать, повернуться, лечь, встать, найти пары сапог левый и правый, чтобы получилась пара их нужно связать ниточкой. (Чтобы третья нога была «дружной», ее можно скрепить веревочкой).

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА**

**«ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗНЫХ ВИДОВ ИГР В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД В ДООУ»**

*ЕРГАЛИЕВА МАЙЯ СЕРИКОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 201*

Лето – самая любимая пора всех детей, ведь в теплую погоду можно практически целый день проводить на улице.

Одним из важнейших вопросов в работе дошкольного учреждения в летний период является организация досуга детей. С одной стороны, хорошая погода и возможность проводить достаточно времени на свежем воздухе во многом снимают остроту этой проблемы. Однако привычные игры детям быстро надоедают, и если их активность не находит применения, они стремятся заполнить своё время самыми разными формами деятельности и при отсутствии руководства способны нанести ущерб как самим себе, так и окружающим.

Оптимальной формой организации детского досуга в летнее время может быть такое мероприятие, которое не требует значительной подготовки со стороны детей, имеет развивающую и воспитательную функции проводится в эмоционально привлекательной форме. Кроме того, важно, чтобы это мероприятие не требовало также громоздкой подготовки со стороны педагогов. Таким видом деятельности является игра.

В жизни ребенка дошкольного возраста игра занимает одно из ведущих мест. Игра для него - основной вид деятельности, форма организации жизни детей, средство всестороннего развития.

На прогулке воспитатель может использовать различные виды игр: подвижные, малоподвижные, спортивные игры – соревнования, игры – забавы, сюжетно – ролевые игры, дидактические словесные игры, творческие игры, пальчиковые игры, настольные игры и мн. другие – с учётом индивидуальных и возрастных особенностей детей, а также учитывая погодные условия.

Во время игр на просторе, в природных условиях у детей формируются умения использовать приобретенные навыки в многообразных жизненных ситуациях. У них развивается ловкость, быстрота, они становятся сильными и выносливыми, приучаются действовать смело, проявляя активность, настойчивость, инициативу и самостоятельность. У них воспитывается чувство дружбы и товарищества, взаимопомощи и честности. В подвижных играх можно применять все виды движений.

Одним из основных средств физического воспитания являются подвижные игры. *Подвижная игра* – сознательная, активная двигательная деятельность ребенка, предполагающая точное и своевременно выполнение заданий, которые связаны с обязательными для всех играющих правилами. Соблюдение правил игры имеет

большое воспитательное значение. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной ответной реакции на сигналы типа «Лови!», «Беги!», «Стой!». Подвижная игра может исполнять роль дидактической со всеми ее особенностями. Благодаря ощущению радости движения ребенок выполняет дидактическую задачу игры более эффективно без ущерба для здоровья, так как не ущемляется потребность дошкольника в природной подвижности.

Подвижная игра становится эффективным средством закрепления знаний, умений, навыков (математика, сенсорика, грамота, коммуникабельность и т.д.) Физические упражнения и положительные эмоции, получаемые в ходе подвижной игры, способствуют решению ее дидактической задач, влияют на восприятие, память, внимание, способность быстро ориентироваться, сопоставлять, делать выводы.

При организации подвижной игры следует придерживаться следующих **правил:**

правила игры должны быть просты, четко сформулированы и понятны детям той возрастной группы, для которой она проводится.

игра должна способствовать развитию мыслительной и двигательной активности.

игра не должна подвергать детей риску, угрожать их здоровью.

каждый участник игры должен принимать в ней активное участие.

в играх должны решаться как двигательные, так и обучающие задачи.

игру нельзя оставлять незаконченной.

инвентарь для игры должен быть красивым, интересным, безопасным.

На участке, можно использовать игры с использованием художественных литературных текстов, игровых образов и сюжетных ситуаций. Такие игры не продолжительны по времени, и потому возможно их неоднократное повторение сменяющимися водящими. В зависимости от подготовленности детей, наличия необходимых условий, опыта воспитателя игры, предлагаемые для младших групп детей, могут быть использованы в старшем возрасте, и наоборот.

## ОСОБЕННОСТИ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ПРАВИЛАМИ В КАЖДОЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ

### МЛАДШАЯ ГРУППА

Дети младшего дошкольного возраста довольно активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают, поднимаются по лесенкам и т.п. В этом возрасте большое значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек, мячей, шариков, обручей, вожжей, скакалок и т.п. В этом возрасте необходимо внимание педагога, его помощи и даже непосредственного участия в играх и упражнениях малышей.

У детей младшей группы кругозор еще не велик, мышление конкретно, внимание неустойчиво, поэтому им даются игры с простым, несложным сюжетом.

Движения, которые входят в игры, просты и разнообразны. Это преимущественно основные, жизненно необходимые движения: ходьба, бег, ползание, прыжки, равновесие и т.д. В играх малышей отсутствует элемент соревнования.

### СРЕДНЯЯ ГРУППА

С детьми средней группы проводятся игры более разнообразные по содержанию, чем с малышами. У детей этого возраста в результате воспитательной работы расширяют представления об окружающем. Поэтому в игры можно включать не только те образы и явления, которые дети непосредственно видят, но и такие, с которыми детей знакомят при помощи рассказов, картинок.

В средней группе, как и в младшей, проводятся игры, в которых нет образа, но в средней группе в них носят элемент соревнования, сначала индивидуального, а затем и коллективного.

В средней группе также даются игры, сопровождающиеся текстом, причем исполнение текста может быть хоровым; например, в играх «У медведя во бору», «Перебежки», «Мы веселые ребята» и т.д. Текст дает ритм движению, помогает развитию речи у детей; окончание текста служит сигналом к прекращению действий или к началу новых движений.

#### СТАРШАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ

Дети старшего возраста более самостоятельны и активны, чем малыши. Их движения становятся более точными, поэтому можно проводить игры и забавы с более сложными двигательными заданиями.

В старшей группе увеличивается количество игр, в которых нет образов: даются разного рода «Ловишки», игры с мячом и т.д.

Игры детей этого возраста также построены на основных движениях - беге, прыжках, метании, лазании, но к детям предъявляются больше требований в отношении качества движений, правильности и точности их выполнения. Например, нужно идти по кругу, не нарушая формы круга, легко бегать.

Правила в старшей группе усложняются. Выполнение правил требует от детей торможения, выдержки, сосредоточенности внимания, наблюдательности, ловкости.

Дети этого возраста лучше владеют своими движениями и более заинтересованы результатом игры, поэтому в игры включается коллективное соревнование.

#### ОРГАНИЗАЦИЯ СЮЖЕТНО-РОЛЕВЫХ ИГР НА ПРОГУЛКЕ.

Перед каждым воспитателем детского сада стоит задача - создать дружный организованный коллектив, научить детей играть. Сюжетно - ролевая игра - как средство эмоционального, познавательного и коммуникативного развития дошкольников. Учить детей играть мы, воспитатели, начинаем сразу, как только они приходят в детский сад. Научить детей играть в коллективе, пользоваться одними и теми же игрушками - задача сложная. Дома ребенок привык, что все игрушки принадлежат ему одному, а в садике их приходится с кем-то делить. Правильная организация сюжетно - ролевых игр помогает детям становиться коммуникабельными, доброжелательными.

Игры могут быть разные: это и простые в «Дочки - матери», «Семья», «Ты - врач, а я доктор», сложнее: «Магазин», «Больница», «Парикмахерская».

В начале обучения играм воспитатель берет на себя главную роль организатора: например, в игре «Больница» он становится доктором, а дети приходят к нему лечиться, в игре «Семья» - дает непосредственные указания и следит за ходом игры. К 5-ти годам наступает расцвет ролевой игры. Дети активно взаимодействуют в игре, объединяются в группировки. Игровые интересы устойчивы. Роль воспитателя - это роль скрытого руководства. Это позволяет детям чувствовать себя взрослыми, «хозяевами» игры. В играх детей появились лидеры, которые «двигают» сюжет.

Все сюжетно - ролевые игры можно проводить на прогулке в летнее время года. Лучше проводить такие игры, как «Больница», «Парикмахерская», «Почта», чтобы атрибуты можно было вынести на улицу.

*Дидактические словесные игры* («Кто летает, бегаёт, прыгает», «В воде, в воздухе, на земле», «Один много», «Назови ласково», «Назови одним словом», «Доскажи слово», «Так бывает или нет», «Какая, какой, какое», «Кто больше назовёт действий», «Загадай, мы отгадаем», «Четвёртый лишний», «Когда ты это делаешь», «Испорченный телефон», «Нужно – не нужно» и др.) не требуют никакого оборудования. Проводятся они с целью закрепления знаний о функциях и действиях тех или иных предметов, обобщения и систематизации знаний. Эти игры развивают внимание, сообразительность, быстроту реакции, связную речь.

*Творческие игры* на прогулке это могут быть строительные игры с природным материалом: песком, глиной, мелкими камушками, шишками и т.д. в них дети, созидавая, познают свойства и качества материалов. Этими играми надо руководить. Для эффективности проведения таких игр необходимо иметь наборы формочек для игр с песком, резиновые фигурки людей и животных, фанерные силуэты домов, деревьев, шишки, веточки, печатки, карандаши для создания «картин» на песке и т.д.

#### РИСОВАНИЕ МЕЛКАМИ.

Намного интереснее рисовать с детьми на улице. Возьмите с собой набор цветных мелков, и смело разрисовываете асфальт. Причем рисовать можно не только человечков, картинки, но и изучать буквы, цифры и т. д. С детьми постарше можно поиграть в классики и другие аналогичные игры.

#### НАДУВАНИЕ МЫЛЬНЫХ ПУЗЫРЕЙ.

Такая игра будет, не только полезна, но и доставит массу удовольствия! Главное набраться терпения и научить ребенка надувать мыльные пузырьки. Летние игры для детей с помощью мыльных пузырей станут не только радужными, но и веселым развлечением в виде догонялок за пузырями. Надувая пузыри, малыши тренируют легкие. Кроме того, дуть в одну сторону не такое уж легкое задание! Дуть мыльные пузыри можно не только через палочку, но и через соломинку, и чем больше отверстие, тем больше получаются пузыри.

На *самостоятельную деятельность* у дошкольников остается сравнительно мало времени. В этом отношении прогулка особенно важна и необходима, поскольку детям предоставляется возможность проявить свои творческие способности, поиграть в любимые игры, используя оборудование участка, игрушки и пособия, которых нет в группе, побегать.

Хотелось бы представить вашему вниманию игровые картотеки, составленные мной, которые могут помочь в вашей деятельности.

## КОММУНИКАТИВНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ КАРТOTEKA

<p><b>Карточка № 1</b> <b>МАГАЗИН</b></p> <p>Выставляем на полке предметы – это товары. Чтобы что-то купить, надо так описать предмет, чтобы продавец понял. Например, «Здравствуйте, я хочу купить предмет красного цвета круглый, сделанный из резины. Спасибо за мяч».</p>	<p><b>Карточка № 2</b> <b>ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ?</b></p> <p>Запомним, как выглядит каждый из нас. Затем один из игроков выходит и производит в своем внешнем виде 1 – 3 изменения. Когда он возвращается, остальные ищут изменения.</p>
<p><b>Карточка № 3</b> <b>РАДИО</b></p> <p>Водящий объявляет: «Внимание! Внимание! Потерялась девочка. Она одета... На ней... Она веселая...». Дети угадывают.</p>	<p><b>Карточка № 4</b> <b>НАСТРОЕНИЯ</b></p> <p>Изобразите:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вы очень устали, совсем обессилели.</li> <li>2. Вы совершенно счастливый человек, вам сообщили чудесную новость (подарили подарок).</li> <li>3. Вы испугались.</li> <li>4. Вы чувствуете себя виноватым.</li> <li>5. Вы гордитесь собой, вам дали</li> </ol>

	<p>награду.</p> <p>6. Вы очень внимательны, вам надо пройти по канату.</p> <p>7. Вы удивились – увидели что-то невероятное.</p> <p>8. Вы очень сонный.</p> <p>9. Вы нежный, добрый человек, увидели котенка.</p>
<p><b>Карточка № 5</b></p> <p><b>ПАЛОЧКА, ОСТАНОВИСЬ!</b></p> <p>Договариваемся, о ком или о чем пойдет речь, например, о котенке. Затем передаем палочку по кругу и называем признаки и действия предмета.</p>	<p><b>Карточка № 6</b></p> <p><b>НЕОЖИДАННЫЙ ПРЕДМЕТ</b></p> <p>Мяч или любой другой предмет передаем друг другу. При этом мяч «превращается» в различные предметы (яблоко, кирпич, карандаш и др.), что сопровождается названием этих предметов. Поймавший мяч человек должен обходиться с ним как с названным предметом.</p>
<p><b>Карточка № 7</b></p> <p><b>НАЙДИ ПО ЦВЕТУ</b></p> <p>Выбираем любой цвет. По кругу передаем какой-либо предмет, при этом каждый называет, что может быть загаданного цвета. Например, красный: яблоко, помидор...</p>	<p><b>Карточка № 8</b></p> <p><b>ИНТЕРВЬЮ</b></p> <p>Выбираем «знаменитость», остальные становятся «журналистами». Журналисты берут у знаменитости интервью. Затем меняемся ролями.</p>
<p><b>Карточка № 9</b></p> <p><b>ЛОВИ!</b></p> <p>Участники располагаются по кругу. Кидаем друг другу и ловим воображаемые предметы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воображаемый мяч,</li> <li>- воздушный шар,</li> <li>- огромный мяч для фитнеса,</li> <li>- теннисный мячик,</li> <li>- тяжелую гирю,</li> <li>- драгоценную вазу,</li> <li>- прикосновение к правой коленке,</li> <li>- воздушный поцелуй.</li> </ul>	<p><b>Карточка № 10</b></p> <p><b>ЗЕРКАЛО</b></p> <p>Половина участников – зеркала, вторая половина – смотрящиеся. Ведущий объявляет причины, по которым смотрятся в зеркало (ситуации).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вы проснулись утром. Пошли в ванную умываться. Вы это делаете перед зеркалом.</li> <li>- Теперь вы чистите зубы.</li> <li>- Вы причесываетесь.</li> <li>- Вы переодеваетесь в выходную</li> </ul>

<p><b>Карточка № 11</b></p> <p style="text-align: center;"><b>УГАДАЙ, КТО ЭТО</b></p> <p>Дети по очереди изображают животных мимикой и жестами. Задача остальных – угадать, что это за животное.</p> <p>Вариант: изображаем и угадываем предметы.</p>	<p>одежду.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- У вас попала в глаз соринка. Посмотрите внимательно свой правый глаз, оттянув нижнее веко.</li> <li>- Вы наносите на лицо косметику (для будущих девушек) или вы бреетесь (для будущих мужчин).</li> <li>- У вас болит горло, и вы пытаетесь увидеть в зеркале, нет ли воспаления.</li> <li>- Вы проверяете свой язык.</li> </ul>
<p><b>Карточка № 12</b></p> <p style="text-align: center;"><b>УГАДАЙ, КТО ЧТО ДЕЛАЕТ</b></p> <p>Дети по очереди изображают какие-либо действия. Задача остальных – угадать, что кто что делает (например, смотрит телевизор, читает книгу).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Вы просто гримасничаете перед зеркалом, потому что у вас игривое настроение.</li> <li>- Вы вышли от парикмахера, и внимательно рассматриваете свою прическу.</li> <li>- Вы пришли фотографироваться и приводите перед зеркалом себя в порядок.</li> <li>- Вы купили шляпу и примеряете ее перед зеркалом.</li> </ul> <p>В середине игры зеркала и смотрящиеся меняются. В игре важно замечать все проявления другого человека и выдерживать прямой взгляд в глаза.</p>
<p><b>Карточка № 13</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ИСПОРЧЕННЫЙ ТЕЛЕФОН</b></p> <p>Дети располагаются по цепочке. Водящий быстро на ушко говорит первому участнику какое-либо слово (только один раз), первый - второму и т.д.. Последний вслух говорит то слово, которое он услышал.</p>	<p><b>Карточка № 14</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ОТВЕЧАЕТ СОСЕД СПРАВА</b></p> <p>Ведущий каждому задает вопросы, но отвечает не тот, кого спрашивают, а сосед справа.</p>
<p><b>Карточка № 15</b></p> <p style="text-align: center;"><b>КТО ПОГЛАДИЛ?</b></p> <p>Один участник сидит спиной к другим. Остальные по очереди гладят его по спине или прикасаются к плечу. Задача водящего – угадать, кто погладил.</p>	<p><b>Карточка № 16</b></p> <p style="text-align: center;"><b>КАРУСЕЛЬКА</b></p> <p>Дети располагаются парами, берутся за руки. Один называет 3 – 4 положительных качества своего партнера. Партнер после каждого качества отвечает: «Да, я ... (повторяет)». Затем меняются ролями, а после этого – партнерами.</p>



<p><b>Карточка № 17</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ЖЕЛАНИЯ</b></p> <p>Играет музыка, все танцуют. Музыка останавливается, ведущий спрашивает, кем или чем ты хотел бы быть в настоящий момент или что хотел бы делать и предлагает варианты. Каждый выбирает и сообщает.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стакан, кастрюля, коробка, чашка.</li> <li>- Печенье, конфета, котлета, суп.</li> <li>- Лес, река, гора, поле.</li> <li>- Нож, ложка, вилка, поварешка.</li> <li>- Зеленый, коричневый, красный, голубой.</li> <li>- Книга, телевизор, компьютер, магнитофон.</li> <li>- Рука, нога, глаз, ухо.</li>   <li>- Стул, диван, стол, шкаф.</li> <li>- Дождь, снег, солнце, радуга.</li> <li>- Медведь, заяц, кошка, мышка.</li> <li>- Торт, блины, хлеб, компот.</li> <li>- Петя, Вася, Леша, Тимоша.</li> <li>- Ксюша, Настя, Маша, Соня.</li> <li>- Лето, осень, зима, весна.</li> <li>- Спать, играть, петь, танцевать.</li> <li>- Автобус, самолет, поезд, автомобиль.</li> <li>- Дельфин, паук, ласточка, муравей.</li> <li>- Магазин, кинотеатр, детский сад, улица.</li> </ul>	<p><b>Карточка №18</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <p>По очереди читаем стихотворение (например, «Наша Таня громко плачет») с разными вариациями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ты генерал,</li> <li>- ты очень устал,</li> <li>- ты очень сердисься,</li> <li>- ты повышаешь голос, кричишь на кого-то,</li> <li>- ты как будто поешь,</li> <li>- очень медленно,</li> <li>- очень быстро,</li> <li>- ты обиделся,</li> <li>- ты очень счастлив,</li> <li>- ты робот,</li> <li>- ты хитрая лиса.</li> </ul>
<p><b>Карточка №20</b></p> <p style="text-align: center;"><b>СКУЛЬПТУРА</b></p> <p>Воспитатель делает скульптуру из ребенка. Дети угадывают, какая эмоция изображена или какое дело человек изображает.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поза мыслителя (думает).</li> <li>- Ликует, радуется.</li> <li>- Гордый человек, красуется.</li> <li>- Читает книгу.</li> <li>- Печатает на клавиатуре.</li> <li>- Злится, лезет в драку с кулаками.</li> <li>- Пьет чай.</li> <li>- Мечтает (щека на кулачке, взгляд вверх).</li> </ul>	<p><b>Карточка №19</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ТАМОЖНЯ</b></p> <p>Выбирается таможенник. Без его присутствия взрослый дает одному из оставшихся участников какой-либо предмет (контрабанду). Этот участник прячет предмет в руке или в одежде. Таможенник должен угадать, кто прячет контра-банду. Он может задавать вопросы, присматриваться к мимике и жестам.</p> <p><b>Карточка №21</b></p> <p style="text-align: center;"><b>АХ, КАКОЙ ЖЕ Я КРАСИВЫЙ!</b></p> <p>Дети разбиваются на пары. В каждой паре участники сидят напротив друг друга и смотрят друг другу в глаза. По очереди они говорят: «Ах, какой же я красивый!». Их задача – не рассмеяться. Чтобы рассме-шить соперника, они могут кривляться, «корчить рожи», говорить со странной интонацией и т.д.. Нельзя только дотрагиваться до соперника.</p>

<p><b>Карточка №22</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ИМПУЛЬС ИГРА - ПРИВЕТСТВИЕ</b></p> <p>Участники располагаются по кругу, берутся за руки. По кругу передаем импульс (сначала в обычном темпе, обратно - быстрее):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- рукопожатие,</li> <li>- дружба,</li> <li>- нежность, забота.</li> </ul>	<p><b>Карточка №23</b></p> <p style="text-align: center;"><b>УГАДАЙ ЭМОЦИЮ</b></p> <p>Один человек выходит. Между остальными распределяются эмоции, которые они должны выражать. Когда водящий зайдет, он должен догадаться, кто какую эмоцию выражает (взрослый называет эмоцию, водящий угадывает):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- радость,</li> <li>- ужас, страх,</li> <li>- грусть,</li> <li>- удивление,</li> <li>- ненависть, неприязнь,</li> <li>- любовь,</li> <li>- отчаяние.</li> </ul>
<p><b>Карточка №24</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ВОПРОС – ОТВЕТ</b></p> <p>Первый задает какой-либо вопрос и бросает мяч тому, от кого хотел бы получить ответ. Тот отвечает не позднее, чем через 5 секунд и задает свой вопрос, бросает мяч.</p>	<p><b>Карточка №25</b></p> <p style="text-align: center;"><b>РЕГУЛЯТОР ГРОМКОСТИ</b></p> <p>Один человек – регулятор громкости звучания группы. Каждый пропевает какой-либо гласный звук. Если регулятор стоит близко к вам, поете тихо; чем дальше – тем громче. Поем непрерывно, прерываясь только для вдоха.</p>
<p><b>Карточка №26</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ШШШ</b></p> <p>Сидим напротив друг друга. Один поет гласную, ругой –ШШШ. Чем громче первый поет гласную, тем громче второй – ШШШ. Чем тише первый, тем тише второй. Затем поменялись ролями.</p>	<p><b>Карточка №27</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ПИСЬМО НА РУКЕ (на спине)</b></p> <p>По парам пишем друг другу «письма» на руке (спине). Это могут быть цифры, буквы, фигуры. Задача того, на ком пишут, угадать, что написали.</p>
<p><b>Карточка №28</b></p> <p style="text-align: center;"><b>КРАСНАЯ ШАПОЧКА И СЕРЫЙ ВОЛК</b></p> <p>Берем 2 игрушки (Красную Шапочку и Волка или другие). Дети встают в круг. По кругу передаем игрушки, как будто Волк пытается догнать Красную Шапочку.</p>	<p><b>Карточка №29</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ПОВТОРЮШИ</b></p> <p>Выбираем водящего и повторяем за ним все движения.</p> <p>Вариант: по парам.</p>

<p><b>Карточка №30</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ОБЩИЙ РАССКАЗ</b></p> <p>Один начинает рассказ на какую-нибудь тему, произносит первое предложение. Второй произносит второе предложение, продолжая рассказ и т.д..</p>	<p><b>Карточка №31</b></p> <p style="text-align: center;"><b>СТЫКОВКА</b></p> <p>Дети сидят по парам напротив друг друга. Пожали друг другу руки сначала с открытыми глазами, затем - с закрытыми. Дотянулись друг до друга ладошками с открытыми глазами, затем - с закрытыми. Дотянулись друг до друга пальчиками с открытыми глазами, потом - с закрытыми.</p>
<p><b>Карточка №32</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ИМПРОВИЗАЦИЯ (выступление на телевидении)</b></p> <p>Приготовить место телеведущего, микрофон. Сегодня вы – специалист, который дает рекомендации.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Как нужно чистить зубы, умываться;</li> <li>2) Как нужно одеваться зимой;</li> <li>3) Как нужно играть на компьютере;</li> </ol> <p>Как нужно убираться в комнате.</p>	<p><b>Карточка №33</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ПЕРЕДАЧА ЧУВСТВ</b></p> <p>Все сидят в шеренгу, в затылок друг другу. Первый поворачивается ко второму и передает ему мимикой какое-либо чувство, второй – третьему и т.д.. У последнего спрашивают, какое чувство он получил.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- радость</li> <li>- гнев</li> <li>- печаль</li> <li>- удивление</li> <li>- страх</li> <li>- любовь.</li> </ul>
<p><b>Карточка №34</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ДИРИЖЕР</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Красиво вытянитесь, подняв руки высоко над головой, как будто пытаетесь достать до потолка.</li> <li>2. Раскиньте руки в стороны на высоте плеч, удлинняя в воображении каждую руку сантиметров на 5.</li> <li>3. Когда вы услышите музыку, каждый представит, что он дирижер. Представьте, что перед вами расположился оркестр. (например, Моцарт – от медленного до быстрого темпа)</li> <li>4. Вы – композитор, создавший эту музыку. Дирижируя, вы можете закрыть лаза. Двигайте кистями рук,</li> </ol>	<p><b>Карточка №35</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ОХОТА НА ТИГРОВ</b></p> <p>Необходимые приспособления: маленькая игрушка (тигр). Описание игры: дети встают в круг, водящий отворачивается к стене, громко считает до 10. Пока водящий считает, дети передают друг другу игрушку. Когда ведущий заканчивает считать, ребенок, у которого оказалась игрушка, закрывает тигра ладошками и вытягивает вперед руки. Остальные дети делают точно так же. Водящий должен найти тигра. Если он угадал, то водящим становится тот, у кого была игрушка. Можно потренировать детей в умении сдерживать эмоции, не проявлять их внешне.</p>

потом – локтями. Пусть музыка струится через ваше тело, вам нравится ваша музыка. Поблагодарите оркестр апплодисментами.	
---	--

## ***ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД В МЛАДШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.***

### ***ПТИЧКИ И КОШКА.***

Задачи: Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг (диаметр – 7 м.) или кладется шнур, концы которого связаны. Воспитатель выбирает одного играющего, который становится в центре круга. Это – кошка. Остальные дети – птички, находятся за кругом. Кошка спит. Птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички спешат вылететь из круга, тот, кого коснулась кошка в то время, когда он находился в кругу, считается пойманным, идет на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птичек, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные ранее птички присоединяются к играющим.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может только касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Птички влетают на гимнастическую стенку; вводится вторая кошка, кошка подлезает под воротики, дугу.

### ***НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге в разных направлениях и в подлезании.

Описание: Дети изображают цыплят, а воспитатель – наседку. На одной стороне площадки огорожено место – дом, где находятся цыплята с наседкой (натягивается веревка между стойками на высоте 50 см. от пола). Сбоку, в стороне, помещается «большая птица». Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма.

Она зовет цыплят – «ко-ко-ко». По сигналу все цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют пол площадке. Воспитатель говорит – «большая птица», все цыплята бегут домой.

Правила:

По зову наседки все цыплята выбегают из дома, подлезая под веревку.

По сигналу «большая птица» цыплята должны возвращаться домой

Варианты: Цыплята взбираются на насест – скамейку, натягиваются 2 шнура на расстоянии друг от друга, роль наседки поручается самим детям.

### ***ПОЙМАЙ КОМАРА.***

Задачи: Развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом, упражнять детей в прыжках (подпрыгивание на месте).

Описание: Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1-1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см.

Воспитатель обводит прутом, «кружит комара», немного выше головы играющих.

Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит «Я поймал!». Затем воспитатель снова обводит прутом круг.

Правила:

Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах.

Ловить комара нужно не сходя с места.

Варианты: Можно бежать впереди, держа в руках прут с комариком, дети бегут его догонять.

### ***ПРИНЕСИ МЯЧ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу (по слову воспитателя), наблюдательность, сообразительность (выбрать тот мяч, который удобнее взять). Упражнять детей в беге по определенному направлению.

Описание: Дети сидят на скамейках вдоль спортивной площадки. На расстоянии 3-4 шагов от сидящих проводится черта, за которой по назначению воспитателя становятся 5-6 детей спиной к сидящим. Рядом с ними стоит воспитатель. В руках у него ящичек с небольшими мячами, по количеству стоящих детей. «Раз, два, три – беги!» - говорит воспитатель и выбрасывает вперед все мячи из ящичка. Стоящие дети бегут за мячами, каждый догоняет какой-нибудь из мячей, бежит с ним к воспитателю и кладет его в ящичек. Затем дети садятся на свои места, а за чертой становится другая группа. Игра заканчивается, когда все дети пробегут за мячом.

Правила:

Бежать за мячом можно только после слова «беги».

Поднимать и класть в ящик нужно только один мяч.

Варианты: Кто быстрее принесет мяч, преодоление преграды через набивное бревно.

### ***МЫШИ В КЛАДОВОЙ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в подлезании, в беге.

Описание: Дети – мыши сидят в норках, на скамеечках. На противоположной стороне площадки натянута веревка на высоте 50 см. Это кладовая. Сбоку от играющих сидит кошка – воспитатель. Кошка засыпает, мыши бегут в кладовую. Проникая в нее они нагибаются, чтобы не задеть веревку. Там они присаживаются и как будто грызут сухарики или другие продукты. Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. Возвратившись на место, кошка засыпает и игра возобновляется.

Правила:

Мыши могут бежать в кладовую только тогда, когда кошка заснет.

Возвращаться в норки мыши могут лишь после того, как кошка проснется и замаякает.

Варианты: Мышки подлезают под дугу, убегая в норки, вводится вторая кошка.

### ***ВОРОБУШКИ И АВТОМОБИЛЬ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.

Описание: Границы площадки отмечаются флажками. На одном конце площадки на скамейках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – воспитатель. «Воробушки вылетают из гнезда!» - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях, подняв руки в стороны. Появляется автомобиль. Воробушки пугаются и улетают в гнезда. Автомобиль возвращается в гараж.

Правила:

Нельзя убегать за границы площадки

Вылетать из гнезда только по сигналу воспитателя.

Возвращаться в гнезда при появлении автомобиля.

Варианты: Детям, изображающим в игре автомобили, дать в руки руль или флажки.

Воробушки могут помещаться в гнездышках - кружочках, начерченных на земле.

Воробушки могут стоять на скамеечках и спрыгивать с них.

### ***МОЙ ВЕСЕЛЫЙ, ЗВОНКИЙ МЯЧ.***

Задачи: Развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.

Описание: Дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты.

Воспитатель находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой веселый, звонкий мяч...». Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Воспитатель кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

Правила:

Убегать можно только после слов: «Догоню!»

Варианты: Воспитатель имитирует отбивание движение мяча, показывая на детях (они мячики, затем они катятся, бегут в разных направлениях). Можно поставить рядом с собой несколько детей, которые будут вместе с ним отбивать свои мячи, затем ловить убегающих.

### ***УГАДАЙ, КТО КРИЧИТ.***

Задачи: Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.

Описание: Дети сидят полукругом на стульях, перед ними на расстоянии нескольких шагов ставится ширма. Воспитатель называет кого-нибудь по имени, и тот идет за ширму, договориться, какое животное или птицу ребенок будет изображать. За ширмой раздается мычание коровы, лай собаки и т.д. Воспитатель предлагает одному из детей отгадать, кто кричит.

Правила:

Отгадывать животных или птицу может только тот ребенок, на которого укажет воспитатель.

Художественное слово: Вот какой красивый дом.

Кто же в домике живет?

Тук-тук, кто же в домике живет?

Варианты: Включить запись голосов животных.

### ***НАЙДИ ФЛАЖОК.***

Задачи: Развивать у детей наблюдательность, выдержку (не открывать глаза до сигнала «пора»).

Описание: Дети сидят на стульях, по слову воспитателя дети встают и поворачиваются лицом к стене, воспитатель прячет флажки по числу детей. «Пора!» - говорит воспитатель. Дети поворачиваются к нему лицом и идут искать флажки. Тот, кто нашел флажок, садится на свое место. Когда все флажки найдены. Дети идут вдоль площадки. Держа флажок в руке. Впереди колонны идет тот, кто первый нашел флажок. По сигналу «На места!» дети садятся на стулья и игра начинается снова.

Правила:

Поворачиваться лицом к воспитателю можно только после слова «пора!».

Варианты: Вместо словесного указания использовать колокольчик. Кто первый найдет флажок, тот его и прячет. Летом прячут флажок в кустах, за деревьями.

### ***БЕГИТЕ КО МНЕ.***

Задачи: Учить детей действовать по сигналу. Упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении.

Описание: Дети сидят на стульях, поставленных у одной из стен комнаты.

Воспитатель отходит к противоположной стене и говорит «бегите ко мне!». Дети бегут к воспитателю. Воспитатель приветливо их встречает. Затем он переходит на другую сторону площадки и говорит «бегите ко мне!» На слова воспитателя «Бегите домой!» дети садятся на стульчики и отдыхают.

Правила:

Бежать к воспитателю только после слов «Бегите ко мне!»

Дети бегут к стульям и садятся только после слов «Бегите домой!»

Варианты: Вначале дети могут занимать любой стул, а затем находить свое место.

Внести колокольчик. Позвонить, сигнал «Побежали!».

### ***ПО РОВНЕНЬКОЙ ДОРОЖКЕ.***

Задачи: Развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место. Упражнять в ходьбе, прыжках, приседаниях, беге.

Описание: Дети сидят на стульях, воспитатель предлагает им пойти гулять. Они встают с места, свободно группируются или строятся в колонну. Воспитатель говорит «по ровненькой дорожке, шагают наши ножки, раз-два, раз-два, по камушкам, по камушкам, в яму - бух». При словах «По ровненькой дорожке..» дети идут шагом. «По камешкам» прыгают на двух ногах слегка продвигаясь вперед. «В яму бух» - присаживаются на корточки. Вылезли из ямы – дети поднимаются. После 2-3 повторов воспитатель произносит «по ровненькой дорожке устали наши ножки, вот наш дом – там мы живем».

Правила:

Движения должны соответствовать тексту.

Вставать с корточек после слов «Вылезли из ямы».

Убегать домой только после слов «там мы живем».

Варианты: Пройти по скамейкам, поставленным вдоль стены. Спрыгивание в глубину на мягкую дорожку.

### ***ЗАЙКА.***

Задачи: Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи.

Описание: На одной стороне площадки отмечают места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, - дети стоят в кругу,

Вот так, вот так он ушами шевелит! – шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – прыгают на 2 ногах на месте.

Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

Правила:

Дети убегают только после слов «И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

Варианты: На полу выложить шнур со связанными концами. По сигналу перепрыгивают шнур. В середину можно поставить нескольких зайцев.

### ***ПУЗЫРЬ.***

Задачи: Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям.

Описание: Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят: «Раздувайся пузырь! Раздувайся большой! Оставайся такой, да не лопайся». Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг. Когда воспитатель скажет – «Пузырь лопнул», все дети опускают руки, и хором говорят «Хлоп!» и

присаживаются на корточки. Воспитатель предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется.

Правила:

Говорить хором «Хлоп!» и присесть на корточки только после слов «Пузырь лопнул».

Варианты: Выполнять маховые движения руками, сначала шарик маленький, затем большой – широкие взмахи руками. После слов «Да не лопайся!» воспитатель говорит «Полетели пузыри!», дети разбегаются кто куда хочет.

### ***БЕГИТЕ К ФЛАЖКУ.***

Задачи: Развивать у детей внимание, умение различать цвета. Учить действовать по зрительному сигналу. Упражнять в беге и ходьбе.

Описание: Дети получают флажки двух цветов – одни красные, другие синие.

Воспитатель встает на одной стороне площадки и держит в одной руке синий, в другой красный флажок. Дети с синими флажками группируются около синего, с красными – около красного. Затем воспитатель предлагает детям погулять. Дети ходят и бегают по площадке. Воспитатель переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три – сюда скорей беги!». Он протягивает руки в стороны, дети бегут к воспитателю и группируются около флажка соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, он предлагает помахать флажками.

Правила:

Расходиться по площадке можно только по слову воспитателя «Идите гулять!».

Собираться около воспитателя можно только после слов «Раз, два, три – сюда скорей беги!».

Варианты: Взять вместо флажка ленточку или платочек, затем поплясать с ним.

Ввести по 2 красных и синих флажка. Воспитатель может менять флажки, перекладывая их из одной руки в другую. Включить добавочный сигнал «Стоп!» (все закрывают глаза).

### ***СОЛНЫШКО И ДОЖДИК.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, находить свое место на площадке. Упражнять в ходьбе и беге.

Описание: Дети сидят на стульях вдоль комнаты, это их «дом». Воспитатель смотрит в окно и говорит «Какая хорошая погода, идите гулять!». Дети встают и идут в любом направлении. «Дождь пошел, бегите домой!» - говорит воспитатель. Дети бегут к стульям и занимают свои места. Воспитатель приговаривает «Кап – кап – кап!».

Постепенно дождь утихает и воспитатель говорит «Идите гулять. Дождь перестал!».

Правила:

Дети уходят из дома по сигналу «Идите гулять!».

Бегут домой на сигнал «дождь пошел!».

Варианты: Дети вначале занимают любой стул, затем только свой. Вместо домика устроить переносной навес – прятаться от дождя. Во время прогулки могут собирать «грибы и ягоды». Ходьбу можно заменить пляской.

### ***ПОЕЗД.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

Описание: Дети строятся в колонну по одной стороне площадки. Первый – паровоз, остальные вагоны. Воспитатель дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). Вначале медленно, затем – быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу – чу – чу!». «Поезд подъезжает к станции» - говорит воспитатель.

Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Воспитатель вновь дает гудок, движения поезда возобновляется.

Правила:

Двигаться можно только после гудка, т.е. по сигналу воспитателя.



Варианты: Ввести остановку. Дети выбегают на полянку. Собирают «грибы и ягоды», танцуют.

### ***ВОРОБУШКИ И КОТ.***

Задачи: Развивать у детей умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга. Действовать по сигналу, упражнять в прыжках в глубину, с места в длину, в быстром беге.

Описание: Дети вдоль стен: на скамейках, на больших кубах или в обручах. Это воробушки на крыше или в гнездышках. Поодаль сидит кошка – воспитатель. «Воробушки полетели!» - говорит воспитатель. Воробушки спрыгивают с крыши, расправив крылья – руки в стороны. Бегают в рассыпную по всей комнате. «Кошка спит». Просыпается, произносит «мяу – мяу!», бежит догонять воробушков, которые прячутся, заняв свои места. Пойманных воробушков кошка отводит к себе в дом.

Правила:

Воробушки спрыгивают по сигналу воспитателя «Воробушки, полетели!».

Воробушки возвращаются на места. Когда кошка произносит «Мяу!».

Варианты: Ввести второго кота. Воробушки клюют зернышки.

### ***ДОГОНИТЕ МЕНЯ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении.

Описание: Дети сидят на стульях на одной стороне площадки. «Догоните меня!» - предлагает воспитатель и бежит к противоположной стороне площадки. Дети бегут за воспитателем, стараясь его поймать. Затем воспитатель говорит «догоните меня!», и бежит в противоположную сторону. Дети снова его догоняют. После двух раз дети садятся на стулья и отдыхают, затем продолжают игру.

Правила:

Бежать за воспитателем только после сигнала «Догоните меня!».

Варианты: Внести мягкую игрушку и догонять ее. Убегать от игрушки.

### ***ЧТО СПРЯТАНО?***

Задачи: Развивать у детей зрительную память, внимание.

Описание: Дети сидят на стульях, на полу, по одной линии. Воспитатель кладет в центре круга три – пять предметов и предлагает их запомнить. Затем играющие встают и поворачиваются спиной к центру или к стене и закрывают глаза.

Воспитатель прячет один предмет, лежащий в центре круга и говорит «Посмотрите». Дети открывают глаза, поворачиваются лицом к центру и вспоминают, какого предмета нет. Воспитатель подходит к детям и каждый из них на ухо говорит ему, что спрятано. Когда большинство играющих даст правильный ответ, воспитатель громко называет спрятанный предмет. После этого игра возобновляется.

Правила:

Когда воспитатель прячет предмет, играющие поворачиваются спиной и закрывают глаза

По сигналу «Посмотрите!», играющие открывают глаза и снова поворачиваются лицом к центру круга.

Варианты: Закрепить знания основных цветов, взять кубики или флажки. Вызывать одного играющего. Убирать по 2 предмета.

### ***ПТИЧКИ И ПТЕНЧИКИ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, запоминать свое место, упражнять в беге в разных направлениях, не задевая друг друга.

Описание: Дети делятся на 3-4 группы по 5-6 человек, каждая группа имеет свой домик – гнездо. Дети изображают птенчиков. У каждой группы есть птичка – мать. По слову воспитателя «Полетели!» - птенчики вылетают из гнезда. Летают около дома, помахивая руками – крыльями. Птички – матери улетают подальше, за кормом. По

слову воспитателя «Домой!» - птички – матери возвращаются и зовут птенчиков домой. В гнезде птенчики усаживаются в кружок и птичка – мать кормит их воображаемыми червячками.

Правила:

Птички и птенчики вылетают по слову воспитателя «Полетели!».

Птенчики возвращаются домой по зову птички – матери.

Птички – матери возвращаются домой по слову воспитателя «Домой!».

Варианты: Предложить птичкам взлетать на возвышенность. У каждой птички свой цвет домика – гнезда. Можно менять домики местами.

### ***НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ.***

Задачи: Развивать у детей внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу. Упражнять в беге, ходьбе.

Описание: Дети получают флажки 3-4 цветов и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты, в каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флажок. По сигналу воспитателя «Идите гулять!» дети расходятся по площадке. На слова «Найди свой цвет!» - дети собираются возле флага соответствующего цвета. Воспитатель отмечает, какая группа быстрее собралась.

Правила:

Выходить из домиков можно по сигналу воспитателя «Идите гулять!».

Бежать и собираться возле флажка соответствующего цвета только после слов «Найдите свой цвет!»

Варианты: Предложить закрыть глаза, переставить флажки, стоящие в углах комнаты.

### ***ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД В СТАРШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.***

#### ***ЛИСА В КУРЯТНИКЕ.***

Задачи: Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Описание: На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест.

Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

Правила:

Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

#### ***ЗАЙЦЫ И ВОЛК.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое

место, где волк их уже не может настичь. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

### ***У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ.***

Задачи: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

Описание: На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят: «У медведя во бору, грибы ягоды беру. А медведь сидит и на нас рычит». Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

Правила:

Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убегать домой только после слова «рычит!».

Медведь не может ловить детей за линией дома.

Варианты: Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

### ***ПТИЧКИ И КОШКА.***

Задачи: Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами.

Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка.

Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

### ***ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК.***

Задачи: Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Описание: Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

Правила:

Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек.

Перебираться можно только по сигналу.

Варианты: Увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

### ***КОШКА И МЫШКА.***

Задачи: Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.

Описание: Все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бегаёт вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка – только в ворота. Дети идут по кругу и говорят: «Ходит Васька серенький, хвост пушистый – беленький. Ходит Васька – кот. Сядет, умывается, лапкой вытирается, песенки поет. Дом неслышно обойдет, притаится Васька – кот. Серых мышек ждёт». После слов кошка начинает ловить мышку.

Правила:

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

Кошка может ловить, а мышка убежать после слова «ждет».

Варианты: Устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек.

### ***ЛОШАДКИ.***

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

Описание: Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне очерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила:

Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

Варианты: Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

### ***КРОЛИКИ.***

Задачи: Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в подлезании, в беге, в прыжках на 2 ногах.

Описание: На одной стороне площадки очерчиваются круги – клетки кроликов. Перед ними ставятся стульчики, к ним вертикально привязываются обручи или протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – дом сторожа. Между домом и клетками кроликов – луг. Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный круг. «Кролики сидят в клетках!» - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это

кролики в клетках. Воспитатель поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч и начинают бегать и прыгать. Воспитатель говорит «Бегите в клетки!». Кролики бегут домой и возвращаются в свою клетку, пролезая снова в обруч. Затем сторож снова их выпускает.

Правила:

Кролики не выбегают, пока сторож не откроет клеток.

Кролики возвращаются после сигнала воспитателя «Скорей в клетки!».

Варианты: В каждую клетку поставить скамеечку или стульчик по числу кроликов.

### ***ГДЕ ПОЗВОНИЛИ.***

Задачи: Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

Описание: Дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звоночек. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

Правила:

Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

Варианты: Раскрутить водящего; вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент.

### ***ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ.***

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

Правила:

Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

Поднимать по сигналу «Поднимите!».

Варианты: Вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние.

### ***КТО БРОСИТ ДАЛЬШЕ МЕШОЧЕК.***

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании в даль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.

Описание: Дети стоят вдоль стены. Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 разных цветов. По слову воспитателя «Бросай!» дети бросают мешочек вдаль. Воспитатель обращает внимание детей на то, чей мешочек упал дальше и говорит: «Поднимите мешочки!». Дети бегут за своими мешочками, поднимают их и садятся на места. Воспитатель называет других детей, которые занимают места бросавших мешочки. Игра заканчивается, когда все дети бросят мешочки.

Правила:

Бросать и поднимать мешочки можно только по слову воспитателя.

Варианты: Поставить ориентиры – кто дальше. Бросать шишки, мячики, копья.

### ***САМОЛЕТЫ.***

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила:

Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

### ***НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ.***

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Описание: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

### ***ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ.***

Задачи: Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2, и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила:

Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

### ***ЛОХМАТЫЙ ПЕС.***

Задачи: Приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.

Описание: Ребенок изображает собаку, он сидит на стуле в одном конце площадки, и делает вид что спит. Остальные дети находятся в другом конце помещения за чертой – это дом. Они тихо подходят к собаке, воспитатель говорит: «Вот лежит лохматый пес,

в лапы свой уткнувши нос. Тихо, смирно он лежит – не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим, и посмотрим – что же будет?». Собака просыпается, встает и начинает лаять. Дети убегают в дом (встают за черту). Роль передается другому ребенку. Игра повторяется.

Варианты: Поставить преграду – скамеечки на пути детей; на пути собаки.

#### **Список литературы:**

Глазырина, Л.Д. Двигательная деятельность в группе «Почемучки»: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования. Л.Д.

Глазырина– Минск: ЗорныВерасок, 2010. – 360 с.

Глазырина, Л.Д. Физкультурные занятия в группе «Малыши»: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования

Глазырина, Л.Д. Физкультурные занятия в группе «Фантазеры»: пособие для педагогов учреждений, обеспеч. получение дошк. образования.– Минск: Нац. ин-т образования, 2011.

Шишкина, В.А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования/В.А. Шишкина, М.Н. Дедулевич.- Минск: Нац. Ин-т образования, 2012. – 88с.

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ПЕСОЧНАЯ СТРАНА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ В ДЕТСКОМ САДУ»**

*ВАСИЛЕНКО ЛЮБОВЬ ИВАНОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №141*

#### **Цель и задачи:**

1. Совершенствовать знание педагогов в области песочной терапии;
2. Вызвать желание постоянного сотрудничества у воспитателей с педагогом – психологом.

Актуальность проблемы адаптации детей к ДОУ занимает в дошкольной педагогике и психологии ведущее место. Это связано с тем, что детский сад – новый период в жизни ребенка и поступление в него сопряжено с тяжелыми переживаниями, сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка. Как известно, адаптационные возможности ребенка раннего возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Для ребенка раннего возраста, особенно в период адаптации, характерны эмоциональная неустойчивость, импульсивность, яркое проявления эмоций. Все это определяет основную направленность психолого-педагогической работы с малышами – эмоциональное направление жизни ребенка и оказание помощи в более успешном прохождении ребенка раннего возраста процесса адаптации к условиям ДОУ.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, которая способна помочь успокоить ребенка в момент адаптации. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность малышу, восстановить свою психическую целостность, собрать свой еще маленький, но уже сформировавшийся уникальный образ, картину мира и выплеснуть её на песке. Чем же полезна «песочная страна малышу» в процессе адаптации к детскому саду?

Во-первых, у ребенка развивается интерес исследователя. Ведь игровые упражнения для малыша, как правило, кажется, окружено тайной. Это почти, как проведение научного эксперимента или волшебный ритуал. Для рисования выставляется специальный стол с подносом или с небольшим углублением тазик. И в руки дают вовсе не краски, а песок, который сыпется и сначала совершенно не поддается «приручению». А еще песок может быть не обычный, а подкрашенный.

Во-вторых, ощущение песка в руках расслабляет. Песок – это живой материал, его можно потрогать пальчиком, погладить всей ладонью, ощутить на коже твердость каждой песчинки. Во время игры нервные импульсы передаются от кожи в головной мозг, и малыш «подзаряжается», как батарейка, хорошей энергией. Творчество с песком позволяет снять волнения и фобии. Уходят эмоциональные «зажимы», и организм возрождается.

Игры с песком – одна из форм естественной активности ребёнка. Именно поэтому можно использовать песочницу, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия. Строя картины из песка, придумывая самые простые различные истории, в наиболее органичной для ребёнка форме передаются знания и жизненный опыт, познаются законы окружающего мира. Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, улучшает самочувствие взрослых и детей. Всё это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития маленького человека.

Игры с песком хороши тем, что можно пользоваться различными предметами, фигурками, отличается мобильностью создаваемых образов, возможностью многократного создания новых сюжетов. При работе с песком и водой не требуется особых умений. Набор фигурок, природные материалы, возможность создания простых композиций не только придают образу дополнительные свойства, но и во время адаптации отвлекает ребенка от слез, так как маленькие дети очень любят перебирать ручками песок, это кажется любимое дело ребенка. Надо помнить, что моторика малыша, еще не сформирована и песок может сыпаться на пол, действие рук может казаться не послушными, что даже ребенок может со стола уронить поднос с песком. Разумеется, игры с песком проходят при небольшом количестве детей 2-4 человека и под присмотром воспитателя, так как воспитатель показывает, направляет, помогает и наблюдает в этом процессе. Взрослый вначале показывает способы действия в играх с песком, а затем ребенок по принципу «рука в руке» или самостоятельно повторяет их. Не стоит настаивать на четком выполнении инструкции, взрослый должен на первых порах подстраиваться под ребенка.

Для начала и окончания игр в песочнице вырабатывается особый ритуал приветствия и прощания (это может быть определенная музыка или звук, действие с песочными часами и т. д.)

С начала ребенку не показывают весь набор игрушек, он должен освоить достаточно широкий спектр простых манипуляций с песком с помощью рук, лопатки, кисточки.

Желательно, чтобы ребенок принес из дома одну из своих любимых игрушек высота ее не более 10-15 см, она должна хорошо обрабатываться, либо он выбирает игрушку из предложенных ему взрослым. Данная игрушка становится посредником для ребенка в играх с песком.

Таким образом, игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности, которая помогает малышу адаптироваться к детскому саду. Взаимодействие с песком очищает энергетику ребенка и стабилизирует его эмоциональное состояние. Игры с песком позитивно влияют на эмоциональное самочувствие, и это делает его уникальным средством для развития и адаптации ребенка.



Список литературы:

1. Вахрамеев В. В. Арт-песочница. В сб. метод. материалов. – Череповец, 2014.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 1998.
3. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». – СПб. : Речь, 2005.

**СЕМИНАР С ПЕДАГОГАМИ**  
**«ЭФФЕКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ»**  
*БАГМЕТ МАРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 189*

**Цель:** формирование коммуникативной компетентности педагогов по взаимодействию с родителями.

**Задачи:**

- актуализировать существующие проблемы во взаимодействии с родителями;
- отработать навыки невербального и вербального взаимодействия, активного слушания.
- развить способности к анализу собственного поведения, умения строить свое поведение в соответствии с ситуацией.

Аудитория: до 12 человек.

Продолжительность: 35-40 минут.

**Содержание**

Приветствие, вступительное слово

Добрый день, уважаемые педагоги!

Все родители разные, это взрослые люди, и к каждому нужно найти определенный подход. Проблема конфликта между родителями и педагогами – это глобальная проблема самой системы образования. Даже при очень хорошем воспитателе и замечательном устройстве детского сада множество причин порождают сложные отношения.

При этом лучший выход состоит вовсе не в отстаивании своих позиций или пассивном бездействии, а в серьезном и вдумчивом взаимодействии.

Целью нашего семинара будет улучшение взаимоотношения педагогов с родителями и понимание четких механизмов избегания конфликтных ситуаций.

Я думаю, вы со мной согласитесь, что у педагогов и родителей есть единые задачи: сделать все, чтобы дети росли счастливыми, активными, здоровыми, жизнерадостными, общительными, чтобы они стали гармонически развитыми личностями.

Кто должен первый идти на контакт? Конечно, педагог. Чтобы выстроить контакт важно обладать коммуникативными умениями, ориентироваться в проблемах воспитания и нуждах семьи, быть в курсе последних достижений науки. Педагог должен дать родителям почувствовать свою компетентность и заинтересованность в успешном развитии ребенка, показать родителям, что он видит в них партнеров, единомышленников.

Но ведущая роль в воспитании ребенка лежит на семье. А педагог может подсказывать и направлять развитие ребенка.

**Упражнение «Мозговой штурм»**

Давайте найдем, как можно больше ответов на следующие вопросы:

В каких областях знаний должен быть компетентен педагог для полноценного общения с родителями?

Назовите причины, при которых может снизиться компетентность педагога?

Как педагог может решить эти проблемы?

Какие формы работы и взаимодействия с родителями вы знаете и используете?

Как думаете, в чем заключается эффективность взаимодействия между педагогом и родителями?

**Рефлексия:** сколько у нас собралось ответов! Я думаю, некоторые из них стоит записать!

Предлагаю провести небольшую диагностику и оценить наличие качеств педагога для эффективного взаимодействия с родителями у вас.

**ДИАГНОСТИКА «Самооценка качеств, которые являются важными для общения».**

**Цель:** развитие способности к самоанализу и самооценке своей личности.

*Инструкция:* Оцените, пожалуйста, развитие этих качеств у себя, в своей личности в общении с другими в процентном отношении от 0 до 100%.

Раздаются карточки со списком качеств, важных для общения:

Открытость

Отзывчивость

Доброта

Внимательность к людям

Умение решать конфликты

Тактичность

Вежливость

Готовность к сотрудничеству и др.

Обсуждение результатов: Что бы вы выделили на первое место? Что на последнее?

**Упражнение «Отработка навыков общения»**

Предлагаю на нашем семинаре отработать навыки общения, которые могут вам пригодиться, для этого выполним практическое упражнение.

Произнести следующие фразы

«Мне не безразличны успехи вашего ребенка»

«Мне хотелось бы, чтобы вы не опаздывали на занятия»

«Вам стоит уделить ребенку больше внимания»

с оттенками иронии, упрёка, вызова, безразличия, требовательности, доброжелательности.

Обсуждение: По ходу произношения педагоги могут сообщить, какой тон поможет им достичь цели.

Также хочется подарить вам подарок, уважаемые педагоги. Порой всем нам нужна поддержка, эмоциональная подзарядка. Не всегда нам ее готовы оказать другие, поэтому учимся заботиться о себе самостоятельно!

**Упражнение «Очень я собой горжусь!»**

Упражнение «Очень я собой горжусь!» направлено на овладение приемами релаксации и концентрации, которые способствуют повышению энергетического потенциала. Если вы будете регулярно выполнять его, вы сможете контролировать свои эмоции без ущерба для здоровья.

Встаньте, сведите лопатки и, улыбаясь, повторите: «Очень я собой горжусь, я на многое гожусь». Положите обе ладони на лоб, затем на грудь и повторяйте: «Я решаю любые задачи, со мною всегда любовь и удача». Теперь потрите ладони друг об друга, проговаривая «Я приманиваю удачу, с каждым днем становлюсь богаче». Сложите руки в замок, сделайте глубокий вдох и повторяйте за мной: «Вселенная мне улыбается, и все у меня получается». Теперь разведите руки широко в стороны и повторяйте: «Ситуация любая мне подвластна, мир прекрасен». Молодцы, теперь сможете выполнять аффирмации в любое удобное для вас время. И, конечно, немного правил эффективного общения с родителями.

## **ПРАВИЛА ЭФФЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Улыбайтесь

Обращайтесь к собеседнику по имени

Обязательно указывайте на достоинства и хвалите собеседника

Демонстрируйте свою готовность к общению

Берите паузы, если чувствуете, что ситуация накаляется

Если не миновать конфликта, приглашайте психолога (или стороннего человека) к решению ситуации

### **Подведение итогов:**

Эффективное взаимодействие между педагогами и родителями зависит, прежде всего, от того, как складывается взаимоотношение взрослых.

Родители и педагоги это воспитатели одних и тех же детей, и результат воспитания может быть успешным тогда, когда педагоги и родители станут на одну сторону. Спасибо за работу!

### **Использованная литература:**

1. Ненашева А.В., Осинина Н.Н., «Коммуникативная компетентность педагога ДОУ», 2014 г.

2. Прохорова Г. А., «Взаимодействие с родителями в детском саду»,

3. Электронный журнал «Справочник руководителя дошкольного учреждения», статья «Практикум для воспитателей по общению с родителями», сентябрь, 2018, №9

## **СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА: КАК НАУЧИТЬСЯ РАССЛАБЛЯТЬСЯ.**

### **«ДОЖДЬ В ДЖУНГЛЯХ»**

*КРОЛИК ЕЛЕНА ГРИГОРЬЕВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №142*

**Цель:** профилактика нарушений психологического здоровья педагогов.

**Задачи:**

- ознакомить педагогов с приемами саморегуляции,
- снять психологическое напряжение

**Участники:** педагоги.

**Примерное время:** 1 час 40 минут.

### **Вводная часть**

Педагог-психолог:

Здравствуйте, коллеги! Нашу встречу я хотела бы начать с Суфийской притчи «Тяжелый груз»: «По берегу реки шел странный человек. Он был одет в просторный халат, на голове он нес тыкву, наполненную протухшей водой, в руках тяжелые камни, а за ногой волочилась тяжелая цепь.

Прохожий с удивлением спросил:

– Зачем тебе эти камни? Смотри, на берегу полно камней. Когда тебе будет надо, ты поднимешь любой! Человек оглянулся и увидел, что это так. Тогда он выбросил камни и поблагодарил встречного путника. Действительно, идти стало легче.

Другой прохожий, встретившийся на пути, остановил его со словами:

– Уважаемый, в этой реке очень чистая вода, и ты в любой момент сможешь утолить свою жажду. Зачем тебе эта тыква? Человек оглянулся, и, увидев, что это так, выбросил тыкву, поблагодарив прохожего. Идти стало еще легче. Третий встречный прохожий обратил внимание на цепь. Но тяжелые мельничные жернова, привязанные к телу под халатом, никто увидеть не смог. И только тогда, когда он сам их заметит,

он сможет сбросить с себя эту тяжесть». Как вы думаете, о чем эта притча? Чему она учит? (*Участники отвечают.*)

Приветствие

**Цель:** сформировать доверительный стиль общения, научить педагогов налаживать контакт. Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга. При этом обязательно подчеркивают индивидуальность партнера, например: «Я рада вас видеть, и хочу сказать, что вы выглядите великолепно» или «Привет, ты как всегда энергичная и веселая». Можно вспомнить про индивидуальную черту, которую сам человек выделил при первом знакомстве. Участник может обращаться ко всем сразу или к конкретному человеку. Во время этой психологической разминки педагоги должны настроиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать доброе отношение друг к другу.

Основная часть

### **Мини-лекция «Напряжение»**

Педагог-психолог:

Напряжение – основа многих болезней. Быстрый ритм, высокая интенсивность современной жизни и неумение управлять собой приводят к тому, что человек постоянно находится в напряжении. Это главный недостаток в современной жизни. Поэтому умение расслабляться – главное условие здоровья. В тибетских монастырях учеников обучают расслаблению – ментальной релаксации, прежде всего искусству падать. Нужно уметь падать так, чтобы вставать красиво и без переломов. Почему маленький ребенок падает часто, но в большинстве случаев обходится без переломов? Взрослые так не могут. Почему дети падают больно, а встают почти всегда здоровыми? Потому что они расслаблены.

Совет для всех: будьте расслаблены, как дети. В повседневной жизни человек обычно сталкивается с умственным и физическим напряжением. Естественный способ расслабиться, который он использует, – это сон.

На семинаре мы познакомимся с методами и упражнениями, которые помогут снять психологические зажимы, повысить стрессоустойчивость. Научиться расслабляться просто. Нужно запомнить состояние организма во время расслабления, запомнить соответствующие ощущения в мышцах, теле.

### **Упражнение «Уставшая рука»**

Педагог-психолог:

Упражнение поможет развить в себе «мышечное чувство», запомнить ощущение расслабленной мышцы. Наблюдайте за внутренними ощущениями. Начинаем упражнение. Примите удобную позу сидя. Закройте глаза, чтобы сосредоточить внимание на внутренних ощущениях. Отключитесь от всего внешнего, постороннего. Поднимите правую руку на уровень плеч. Начните быстро и сильно, прямо изо всех сил сжимать и разжимать кулак. Еще и еще – до тех пор, пока не почувствуете, что рука устала и нет сил продолжать. Положите обе руки на колени, симметрично. Наблюдайте за ощущениями в них. Постарайтесь заметить разницу ощущений в правой и левой кисти. Обратите внимание на два ощущения, которые характерны для расслабленной мышцы: чувства веса и температуры. Почувствуйте, насколько правая кисть тяжелее, чем левая. Это чувство веса. Почувствуйте, насколько правая кисть теплее. Это чувство температуры.

### **Упражнение «Правильное дыхание»**

Педагог-психолог:

Справиться с напряжением поможет правильное дыхание. Когда вы испытываете эмоциональный дискомфорт, переживаете, паникуете, то проверьте, как дышите. Дыхание состоит из трех фаз: вдох, пауза, выдох. Предлагаю вам поработать с дыханием. Начнем: медленно выполняйте глубокий вдох через нос, на пике вдоха на мгновение задержите дыхание, после чего сделайте выдох как можно медленнее.

Постарайтесь представить себе, что с каждым глубоким вдохом и продолжительным выдохом вы частично избавляетесь от стрессового напряжения. *(Участники выполняют задание. Повторить 3 раза.)*

### **Упражнение «Пальминг»**

Педагог-психолог:

Сейчас мы выполним упражнение, которое помогает быстро расслабиться. Оно было введено в систему Уильямом Бэйтсом, который назвал его пальмингом. *Palming* происходит от слова *palm*, в переводе – «ладонь». Начинаем. Мягко закройте глаза. Прикройте их ладонями рук. Ладони сложите крест-накрест так, чтобы суставы первых фаланг мизинцев наложились друг на друга. Пальцы скрестите на лбу. Ладони сложите чашкообразно, чтобы не давили на глазные яблоки, иначе они вызовут напряжение глаз. Чтобы проверить, откройте и закройте несколько раз глаза под ладонями. В результате упражнение должно получиться без помех.

Помните: никакого напряжения в руках, кисти должны быть расслаблены. *(Участники выполняют задание.)* Теперь поверните лицо в сторону какого-нибудь яркого источника света. Не снимайте ладони с глаз. Сейчас глаза под ладонями должны быть открыты. Теперь вы можете заметить, откуда пробивается под ладони свет. Исправьте недостатки в положении ладоней, сдвинув их относительно друг друга. Закройте глаза под ладонями рук. Убедитесь в отсутствии напряжения в веках и бровях. Какие у вас ощущения после такого упражнения? *(Участники отвечают.)*

### **Упражнение «Учимся расслабляться»**

Подготовьте кресла или диваны. Если их нет, скорректируйте упражнение по ситуации.

Педагог-психолог:

Сядьте поудобнее. Закройте глаза. Положите руки на колени или ручки кресел. Сейчас вы проделаете несколько упражнений аутогенной тренировки. Слушайте внимательно мой голос и выполняйте мои инструкции. Итак, начинаем расслабление. Включите спокойную расслабляющую музыку.

Педагог-психолог:

Расслабляются ноги... Расслабляются пальцы ног, ступни и лодыжки. Расслабляются икры, колени и бедра... Расслабляется область таза. Волна расслабления поднимается от кончиков пальцев ног все выше и выше, заполняя ваши ноги изнутри. Ваши ноги расслаблены. Расслабляются пальцы рук... Расслабляются кисти и запястья... Расслабляются предплечья, локти, плечи. Руки расслаблены... Расслабляется плечевой пояс... грудь... живот... поясница. Расслабляется спина, все мышцы спины. Ваше туловище расслаблено, расслаблено... Расслабляются мышцы шеи. Голова мягко опирается на спинку кресла, шея расслаблена. Расслабляются мышцы лица. Лицо расслаблено. Расслабляются мышцы лба... глаза... щеки... губы... нижняя челюсть... язык. Вы отдыхаете... вы отдыхаете... *(Пауза 20 секунд.)* А сейчас – переплетите пальцы рук перед собой, потянитесь пятками вперед. Теперь глаза можно открыть. Поделитесь своими ощущениями после упражнения.

### **Упражнение «Дождь в джунглях»**

Педагог-психолог:

Давайте встанем в круг друг за другом. Так, чтобы вы могли дотронуться до спины человека перед вами. Представьте, что вы оказались в джунглях. Погода сначала была великолепная, светило солнце, было очень жарко и душно. Но вот подул легкий ветерок. Прикоснитесь к спине стоящего впереди человека и легко надавите руками. *(Участники выполняют задание.)* Ветер усиливается. *(Давление на спину увеличивается).* Начался ураган. *(Сильные круговые движения).* Затем пошел мелкий дождь. *(Легкие постукивания по спине партнера).* А вот начался ливень. *(Движение пальцами ладони вверх-вниз).* Пошел град. *(Сильные постукивающие движения всеми пальцами).* Снова пошел ливень, застучал мелкий дождь, пронесся ураган, подул

сильный ветер, затем он стал слабым, и все в природе успокоилось. Опять выглянуло солнце. Как вы себя чувствуете после массажа? (*Участники отвечают.*)

### **Упражнение «Аффирмации “Я...”»**

Педагог-психолог:

Последний метод, который я покажу вам сегодня, – это аффирмации, то есть подтверждения. Это легкий способ влиять на подсознание. Вы выбираете позитивную фразу и произносите время от времени. Фразы должны быть положительными и короткими. Вы можете составить их для себя сами. Вы можете применять аффирмации, где хотите и когда хотите. Если вы будете осознанно контролировать мысли, то со временем замените негативные положительными. Давайте встанем со стульев и закроем глаза. Повторяйте за мной предложения.

#### **Пример утверждений для повторения:**

*Я талантливый человек.*

*Я открытый человек.*

*Я добрый человек.*

*Я оптимистичный человек.*

*С каждым днем я уважаю себя все больше и больше.*

*У меня высокий потенциал.*

*Я уверена в своем будущем.*

*Я контролирую свою жизнь.*

*Я свободная личность.*

#### **Упражнение «Ожерелье благопожеланий»**

Педагог-психолог:

У меня в руках длинные и короткие разноцветные нити. Мы сплетем из них ожерелье для каждого. Пожалуйста, каждый возьмите по одной длинной нити. Повесьте себе на шею и завяжите концы. Это основа ожерелья. А теперь возьмите себе по охапке маленьких нитей. Подойдите к каждому человеку, скажите добрые слова, пожелания и в память об этом завяжите узелок на ожерелье.

Подведение итогов. Рефлексия

Педагог-психолог:

Какие методы вам запомнились? Какие собираетесь использовать в будущем? (*Участники отвечают.*) Для себя вы можете выбрать подходящий метод снимать эмоциональное напряжение и практиковать его регулярно. А теперь прошу вас заполнить анкету «Обратная связь».

Источник: Справочник Педагога-психолога «Детский сад», апрель, 2019г, №4.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ НА ТЕМУ: «РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ КАК ОСНОВА ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В КОЛЛЕКТИВЕ»**

**МАРУС АЙСЛУ НАИЛЬЕВНА**

**ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №84**

**Цель:** формирование представления о педагогическом взаимодействии как важнейшем условии эффективности образовательного процесса.

**Задачи:**

1. способствовать развитию умений определять пути и способы решения проблем, возникающих в процессе взаимодействия педагогов;
2. развивать ответственность и вклад каждого участника в решение общих задач;

3. формировать умения эффективного использования вербальных и невербальных средств в ситуациях педагогического общения, навыки совместной деятельности педагогов.

#### **Ход семинара-практикума.**

Педагог-психолог: Нашу встречу мне хотелось бы начать со следующего высказывания: «Если вы просто общаетесь, вы можете получить результаты. Но если вы общаетесь с умом, вы можете творить чудеса» (Джим Рон)

Большая часть рабочего дня педагога протекает в обстановке ситуации общения (с детьми, родителями, сотрудниками, представителями администрации) Сегодня я бы хотела затронуть тему "Взаимоотношений педагогов с педагогическим сообществом". Но сначала поприветствуем друг друга.

#### **1. Упражнение "Имя"**

Участники сидят в кругу. Необходимо назвать свое имя и на начальную букву своего имени придумать прилагательное. Следующий участник должен повторить предыдущее имя участника и его прилагательное, а также назвать собственные, и так дальше по нарастающей.

Гармоничные взаимоотношения в коллективе — одно из главных преимуществ любой рабочей среды. Это основа основ.

**ВЗАИМООТНОШЕНИЯ** — субъективные связи и отношения, существующие между людьми в социальных группах.

Педагог-психолог: В основе взаимоотношений лежит общение. Сегодня мы попробуем понять ценность общения, постараемся раскрыть содержание понятия «общение», познакомиться с его элементами и научиться преодолевать конфликтные ситуации, возникающие в процессе общения.

Начнем мы с понятия «общение». А поможет нам раскрыть это понятие упражнение «Расшифруй слово».

#### **2. Упражнение «Расшифруй слово»**

Участники выполняют работу самостоятельно, объединившись в небольшие группы (по два человека). Каждая группа расшифровывает только одну букву. По окончании работы педагоги обсуждают результаты исследования и объясняют свой выбор.

Например:

О- объединение, открытость;

Б- близость, безопасность;

Щ- щедрость;

Е- единение, единомыслие;

Н- необходимость;

И- искренность, истина...

Е- единомыслие;

Общение – форма связи между людьми, взаимодействие, действие совершаемое вместе, сообща.

#### **3. Психотехническое упражнение «Давление».**

Цель: осознание разных моделей в общении и взаимодействии с партнером, установка на равноправное общение. (10 мин.)

Инструкция: встаньте друг против друга, поднимите руки на уровне груди и слегка прикоснитесь друг к другу ладонями. Договоритесь, кто будет ведущим. Задача ведущего – слегка надавить на ладони своего партнера по игре.

Обменяемся впечатлениями. В какой ситуации Вам было эмоционально комфортнее: когда Вы давили или когда партнер давил на Ваши ладони.

Попытайтесь не давить друг на друга, выполняйте совместные движения так, чтобы между вами возникло ощущение тепла.

Насколько приятнее сотрудничать на равных, а не добиваться превосходства? Не забывайте, что стремясь к психологическому давлению на партнера по общению

(родитель, ребенок, коллега), мы рискуем вызвать у него реакцию не подчинения, а возмущения. И вместо помощи, он просто откажется от контакта с нами.

Наверно все сталкивались с тем, что, произнося одни и те же слова, в одной ситуации устанавливаются хорошие отношения с собеседником, а в другой – плохие, приводящие к конфликтам. Дорогие коллеги, не для кого ни секрет, что часто нам не важно, что нам говорят, а главное как говорят! В диалоге большую роль играет интонация.

Следующее упражнение «Интонация» поможет нам понять, почему так происходит.

#### **4. Упражнение «Интонация».**

Педагогам раздаются карточки с названиями разных эмоциональных состояний (радость, грусть, ирония, настороженность, удивление, скорбь, нежность, злость, восторженность, безразличие).

Инструкция: нужно сказать слово «Здравствуйте» с той интонацией, которая указана в карточке.

Обсуждение: легко или трудно было говорить с определенной интонацией, все ли эмоциональные состояния были узнаваемы?

Педагог-психолог: что такое интонация?

Интонация - манера произношения, отражающая чувства или состояние говорящего.

Какой вывод нам помогло сделать это упражнение? (отвечают педагоги).

Мы иногда не придаем должного значения словам и тону, в котором мы произносим эти слова, особенно сказанные в минуту раздражения, усталости....

Необходимо постоянно следить не только за тем, что вы говорите, но и с какой интонацией вы обращаетесь к человеку. Неслучайно об этом говорится в народных пословицах: «Слово пуще стрелы разит»; «От одного слова - да на век ссора»...

Сейчас я предлагаю Вам вспомнить правила эффективного общения. Общаясь с родителями, нужно помнить, что в общении существуют свои закономерности. Основа отношения к нам человека закладывается в первые 15 секунд! Для того, чтобы благополучно пройти через «минное поле» этих первых секунд, необходимо применить «Правило трех плюсов» (чтобы расположить к себе собеседника нужно дать ему как минимум три психологических плюса.

Самые универсальные – это:

Улыбка,

имя собеседника,

комплимент.

Для того чтобы люди хотели с нами общаться, мы сами должны демонстрировать свою готовность общаться с ними. И собеседник должен это видеть. Необходима искренняя, доброжелательная улыбка!

Имя человека – это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.

Важно использовать имя и отчество при приветствии. Не просто кивнуть или сказать: «Здрась-те!», а «Здравствуйте, Мария Николаевна!».

Во время конфликтов, желая снять их остроту, люди подсознательно начинают чаще использовать имя своего собеседника (прийти к согласию можно значительно быстрее). Потому что часто нам нужно не столько настоять на своем, сколько увидеть, что люди к нам прислушиваются, услышать при этом свое имя. Зачастую имя бывает решающей каплей, чтобы дело обернулось в нашу пользу.

Загруженные, усталые после работы родители особенно уязвимы в отношении хорошего и плохого поведения ребенка. Поэтому не стоит акцентировать внимание на плохом. Сначала нужно рассказать об успехах и только в конце тактично можно поведать о проблемных сторонах ребенка.

Кроме этих приемов существуют и другие приемы установления хорошего контакта с собеседником, какие приемы вы знаете:



- Одновременно с улыбкой необходим доброжелательный, внимательный взгляд (контакт глаз). Но не следует «сверлить» собеседника взглядом.
- Короткая дистанция и удобное расположение (от 50 см до 1,5 м). Такая дистанция характерна для беседы близких знакомых, друзей, поэтому собеседник подсознательно настраивается нас выслушать и помочь – благодаря этой дистанции мы воспринимаем его «ближе». Но не переступать «границы» личного пространства собеседника!
- Необходимо убрать барьеры, «увеличивающие» расстояние в нашем восприятии в общении (стол, книга, лист бумаги в руках).
- Использовать по ходу разговора открытые жесты, не скрещивать перед собой руки, ноги.
- Всем своим видом поддерживать состояние безопасности и комфорта (отсутствие напряженности в позе, резких движений, сжатых кулаков, взгляд исподлобья, вызывающая интонация в голосе).
- Использовать прием присоединения, т. е. найти общее «Я»: «Я сам такой же, у меня то же самое!». Как можно реже употреблять местоимение «Вы...» (Вы сделайте то-то!», «Вы должны это!») Чаще говорить; «Мы»: «Мы все заинтересованы, чтобы наши дети были здоровы, умели, знали!», «Нас всех беспокоит, что дети...», «Наши дети...», «Нас объединяет общее дело – это воспитание наших с вами детей!».

Благодарю за ваши ответы, приятно видеть компетентных педагогов!

Вот самые основные правила установления хорошего личностного контакта и построения эффективного общения и взаимодействия с родителями и педагогами. Столько хороших, важных слов раскрывает нам понятие «общение». Так почему же именно в общении возникают конфликты? Сегодня от части мы постараемся ответить на этот вопрос.

Конфликт – столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

### **5. Упражнение «Яблоко и червячок»**

Сядьте поудобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы – яблоко. Спелое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любят вас, восхищаются. Вдруг откуда не возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «сейчас я тебя буду есть! Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза и запишите свой ответ.

А теперь вспомним ваши ответы из упражнения «Яблоко и червячок» и соотнесите к способам выхода из различных ситуаций.

Психологи предлагают 5 способов выхода из конфликтных ситуаций: конкуренция (соревнование) предлагает сосредоточение внимания только на своих интересах. Полное игнорирование интересов партнера. («Сейчас как упаду на тебя и раздавлю»).

Избегание (уклонение) характеризуется отсутствием внимания, как к своим интересам, так и к интересам партнера («Вон посмотри, какая там красивая груша»)

Компромисс – достижение «половинчатой» выгоды каждой стороны. («Ну, хорошо, откуси половинку, остальное оставь моим любимым хозяевам»)

Приспособление предполагает повышенное внимание к интересам другого человека в ущерб собственным. («Такая, видно, у меня доля тяжкая»)

Сотрудничество является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон. («Посмотри, на земле уже есть упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные»)

Кеннет Томас считает, что:

- при ИЗБЕГАНИИ ни одна из сторон не достигает успеха;
- при таких формах поведения, как КОНКУРЕНЦИЯ, ПРИСПОСОБЛЕНИЕ и КОМПРОМИС, или один из участников оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, или оба проигрывают, так как идут на компромиссные уступки;

- и только в ситуации СОТРУДНИЧЕСТВА обе стороны оказываются в выигрыше. Почему одни люди легко общаются со всеми, а у других так не получается? По-видимому, для успешного общения человек должен сам обладать некоторыми особыми качествами и умениями. У некоторых людей они есть с самого начала, другие при желании могут им научиться.

Вот те качества, которые помогут вам для эффективного общения:

- способность чувствовать и проявлять свое доброжелательное отношение, уважение, симпатию к другим людям, даже когда не одобряешь их поступки, готовность их поддержать (доброжелательность);
- умение встать на место другого человека, посмотреть на мир его глазами, воспринимать поступки с его позиций, увидеть себя его глазами (эмпатия);
- умение быть естественным в отношениях, открытым, не скрываться за масками или ролями, не «строить из себя», не стараться казаться другим, а быть самим собой (аутентичность);
- умение говорить о своих конкретных переживаниях, мнениях, поступках, отказ от общих рассуждений, многозначительных и непонятных для собеседника, от пространных, наводящих скуку, «умствований вообще» (конкретность);
- способность самому устанавливать контакты, не дожидаясь инициативы со стороны других, склонность к активности в отношениях, к тому, чтобы «идти вперед и вести за собой»; готовность браться за какие-то дела, требующие активного вмешательства, а не просто ждать, когда другие начнут что-то делать (инициативность);
- умение говорить и действовать напрямую, открытая демонстрация своего отношения к проблемам, людям, своей точки зрения, не скрывая и не замалчивая (непосредственность);
- искренность, готовность открыть другому свой внутренний мир и твердая убежденность, что открытость способствует установлению здоровых и прочных отношений с окружающими; следует отличать открытость от нездорового стремления раскрыть все свои самые интимные секреты, выложить всю свою подноготную посторонним людям, поскольку сам человек, а не его тайны интересны людям (открытость);
- в случае возникновения трений или конфликтов — умение «с глазу на глаз» поговорить с другим человеком и, не допустив обострения ситуации, выяснить источники разногласий, найти компромисс; готовность в некоторых случаях пойти на конфронтацию, но не с целью испугать или покарать другого, а стремясь установить пусть не дружеские, но открытые и ровные отношения, прийти к какому-то соглашению (толерантность, терпимость) и др.

Педагог-психолог: Следующее упражнение покажет нам, как в коллективе могут возникнуть ситуации недопонимания и искажения информации.

#### **6. Упражнение «Идеальное общение»**

Педагогам дается 5 минут, чтобы придумать и показать жестами следующие сигналы:

Мне нужна помощь;

У меня есть свободное время;

Прекратите шуметь;

Поспешите;

Успокойтесь;

Я иду на помощь;

Приходите в гости.

Педагог-психолог: Большую роль в общении играют невербальные средства:

мимика, жесты, поза.

Можно заметить выражения на картину, которую несколько педагогов обыгрывают в виде пантомимы, остальные - угадывают.

#### **7. Упражнение «Карета»**

Цель: умение действовать организованно.

Психолог: Вам необходимо построить «карету» из присутствующих людей. Посторонние предметы не могут быть использованы. Во время выполнения задания психологу необходимо наблюдать за поведением участников: кто организовывает работу, кто какие «роли» в карете себе выбирает, к кому прислушиваются люди. Каждая выбранная «роль» говорит об определенных качествах человека, даже если это для вас окажется неожиданностью то все равно вы должны знать что этими качествами вы обладаете. И это показало наше упражнение. После того как «карета» готова, все садятся в круг и обсуждают, а затем психолог объясняет им значение тех «ролей», которые они выбрали.

крыша – это люди, которые готовы поддержать в любую минуту в сложной ситуации;

двери – ими обычно становятся люди, имеющие хорошие коммуникативные способности (умеющие договариваться, взаимодействовать с окружающими);

сиденья – это люди не очень активные, спокойные;

седоки – те, кто умеет выезжать за чужой счет, не очень трудолюбивые и ответственные;

лошади – это трудяги, готовые «везти на себе» любую работу;

кучер – это обычно лидер, умеющий вести за собой

Если кто-то выбирает себе роль слуги, который открывает дверь или едет сзади кареты, такие люди также имеют лидерские качества, но не хотят (не умеют) их проявлять, готовы больше к обеспечению тыла (либо это так называемые «серые кардиналы»).

#### **8. Упражнение «Цитаты»**

Предложить педагогам разделиться на группы. Для каждой группы предлагается лист с цитатой. За 5 минут необходимо прочитать цитату и подготовить краткий комментарий к ней.

1. “Когда задето чувство собственного достоинства одного из собеседников, непременно страдает само общение”.

2. “Важно не то, что говорят, а важно то, что окружающие слышат в словах говорящего”.

3. “Нет никаких гарантий, что ваш собеседник слышит то, что вы хотели бы ему сказать”.

4. “Настраивайтесь на человека, а не на сообщение”.

5. “Если увидишь лицо без улыбки, улыбнись сам”.

6. “Научись слушать, и ты сможешь извлечь пользу даже из тех, кто говорит плохо”.

После подготовки каждая группа педагогов представляет свои комментарии.

#### **Упражнение «Свидание» (вариант 2 упражнения «Цитаты»)**

Психолог. Следующее упражнение «Свидание» также будет проводиться в группах. Каждая группа получит конверты с набором отдельных предложений, которые нужно расположить последовательно, руководствуясь логикой, чтобы получилось содержательное повествование. Затем один представитель из группы представляет результат.

Карточки с предложениями:

- Его сердце екнуло.
- Было уже поздно.
- Где залаял пес.
- Месяц - словно большой апельсин.
- Поезд тронулся.
- Имеет ли что-то смысл в этой жизни?
- Он взял ее за руку.
- Послышался скрежет железа.

- Он посмотрел на нее.
- Раздался выстрел.
- Он понял, что только она могла сделать его счастливым.
- Ее глаза были закрыты.
- Эта встреча - последняя.
- Легкий ветерок доносил взволнованный шепот.

Психолог. Каждая группа создала свой рассказ, опираясь на полученную информацию. А чей же рассказ правильный? Люди привыкли действовать стереотипно, оглядываясь на созданные кем-то каноны.

Здесь нет правильного или неправильного ответа. У каждого получился свой рассказ, и каждый может объяснить логику его построения. Мы учимся принимать и уважать мнения других, ведь они имеют право на существование.

### **9.Релаксационное упражнение «Тайна женской силы» с метафорическими картами.**

#### **10. Упражнение «Сердце коллектива».**

Педагог-психолог: Наш коллектив такой, каким мы сами его делаем, и каждый из нас приносит в него что-то свое. Кто-то смех или юмор, кто-то доброту, строгость, дисциплину, организованность и т. д. – все это очень важно для коллектива. Сейчас мы заполним «сердце коллектива» – символ добра, тепла и любви, своими маленькими сердечками. Прикрепляя сердечки, каждый из вас должен сказать о своем вкладе в коллектив, начиная со слов

«Я даю коллективу ...».

Спасибо за участие!!!

## **ТРЕНИНГ**

### **ДЛЯ МОЛОДЫХ ПЕДАГОГОВ**

### **«ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА»**

*ЛАПИНА КСЕНИЯ ВИКТОРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ№108*

"Со мной работали десятки молодых педагогов  
Я убедился, что как бы человек успешно  
не кончил педагогический вуз, как бы он не был талантлив,  
а если не будет учиться на опыте, никогда не будет хорошим педагогом,  
я сам учился у более старых педагогов..."  
А.С. Макаренко

**Цель:** способствовать снижению проблем адаптации и успешному вхождению в профессиональную деятельность молодого педагога.

#### **Задачи:**

1. Создать условия для преодоления трудностей начинающих педагогов в проблеме осознания своей воспитательной позиции.
2. Оказать практическую помощь в снижении тревожности, формированию положительной Я – концепции,
3. Способствовать развитию умения анализировать собственную деятельность.

**Практическая значимость** работы тренинга «Профессиональная адаптация молодого педагога» заключается в успешном решении проблем удовлетворения потребностей личности в профессиональном (как педагога) самоопределении и становлении, а также формированию ответственности и мобильности.

**Методическое обеспечение:** фломастеры, цветные карандаши на каждого участника, листы бумаги А<sup>4</sup> по числу участников.

Ход проведения:

#### I. Вступительное слово

«Все люди отличаются друг от друга. Отличаются своим восприятием окружающего, отношением к тому, что происходит вокруг них. Разные люди имеют разные способности к адаптации к новым жизненным условиям, к коллективу тех сотрудников, которые их окружают. Одному человеку для того, чтобы чувствовать себя уверенно в новом коллективе, на новой работе необходимо небольшое количество времени, другому человеку, напротив, этого времени нужно намного больше. Но, так или иначе, все педагоги, пришедшие впервые в учреждение, сталкиваются с проблемами и всем необходим адаптационный период для того, чтобы приспособиться к новым условиям жизнедеятельности. Некоторые молодые педагоги описывают период своей адаптации к учреждению как сложный, напряженный. Другие наоборот отмечают, что им было довольно легко адаптироваться к новым условиям.

Давайте попытаемся вспомнить, что происходило с вами, когда вы впервые попали в наш коллектив. Попробуйте вернуть те ощущения, которые вы испытывали, вспомните о своих переживаниях. После этого подумайте, что изменилось сейчас. Можно ли сказать, что вы приспособились к специфическим условиям вашей деятельности, изменилось ли ваше отношение к своей работе, ваше восприятие происходящего».

Психолог предлагает высказаться об этом в кругу.

Высказываясь, стараться обращать внимание на следующие вопросы:

На что я обратила внимание, придя первый раз в данный коллектив?

Какие чувства я испытывала при этом?

Что я обо всем этом подумала?

Как изменились сейчас мои первоначальные представления?

Итак, социально-психологическая адаптация сотрудника представляет собой процесс включения специалиста в новый трудовой коллектив.

#### **1. Упражнение «Слепой и поводырь»**

Цель: смоделировать процесс адаптации нового сотрудника.

Описание: В помещении расставляются стулья и другие препятствия. Одному из участников на глаза одевается повязка. Остальные участники играют роль поводырей. Их задача – провести его мимо препятствий с помощью инструкций.

После выполнения упражнения задаются вопросы:

– как себя чувствовали в роли «слепого», в роли «поводыря»?

– какие были трудности в процессе выполнения задания?

– какая связь обнаруживается между чувствами у «слепого» в этом упражнении и чувствами молодого сотрудника в процессе адаптации?

#### **2. Упражнение «Щепки на реке»**

Цель: раскрепощение членов группы, вербальное и невербальное общение, установление контактов друг с другом и поиск быстрого решения поставленной задачи.

Описание: участники встают в два длинных ряда, один напротив другого. Это – берега реки. Расстояние между рядами должно быть больше вытянутой руки. По реке сейчас поплывут Щепки. Один из желающих должен «проплыть» по реке. Участники игры «берега» помогают руками, ласковыми прикосновениями движению Щепки. Когда Щепка проплывет весь путь, она становится краешком берега и встает рядом с другими. В это время следующая Щепка начинает свой путь...

II. Теоретическая часть:

Профессиональная адаптация - приспособление работника к выполняемой работе, ознакомление и активное освоение профессии, ее тонкостей, специфики, приобретения профессиональных навыков, достаточных для качественного выполнения обязанностей, формирование некоторых профессионально необходимых качеств личности, в развитие устойчивого положительного отношения работника к своей профессии.

Раскрытию творческого потенциала молодого педагога может способствовать осознание своей позиции, которую они занимают по отношению к детям. Существует несколько воспитательских позиций, каждая из которых может проявляться в чистом виде, но могут быть и комбинации из разных позиций.

#### **Первая позиция: Карабас-Барабас.**

Карабасу-Барабасу нужны послушные и умелые исполнители его спектаклей. Для достижения своих целей он использует следующие способы воздействия: плетку, окрик, диктат, наказание, наставление. Карабас не обучает, а дрессирует, добиваясь определенного успеха: куклы овладевают тем набором знаний, умений и навыков, которые нужны для спектаклей Барабаса.

#### **Вторая позиция: Мальвина**

Мальвина - благовоспитанная девочка. Она точно знает, что следует мыть руки перед едой, чистить зубы, читать книжки и т.д. Она искренне считает, что все должны следовать этим правилам. Когда же поведение ребенка не укладывается в те нормы, которые она считает единственно правильными, Мальвина сажает непослушного малыша в чулан. Позиция воспитателя - Мальвины приводит детей к ограниченной психической активности, воспроизведению стереотипных способов поведения и решения задач. Это происходит потому, что Мальвина предлагает себя детям в качестве единственного образца для подражания

#### **Третья позиция: Красная шапочка**

Красная Шапочка беспечна, надеется на то, что все как-нибудь обойдется. Позиция воспитателя - Красной Шапочки приводит детей к трудностям планирования и прогнозирования собственных действий.

#### **Четвёртая позиция: Спящая красавица**

Окружающая действительность для нее не существует: она к ней либо безразлична, либо воспринимает как помеху своим снам (грезам наяву). Воспитатель, занимающий позицию Спящей красавицы, фактически находится вне ситуации взаимодействия с детьми. Он предоставляет их самим себе.

#### **Пятая позиция: Наседка**

Наседка любит своих детей-цыплят. Сначала она долго высиживает их. Потом бдительно за ними присматривает, неустанно ухаживает, показывая, где и как следует добывать червячков и зернышки. Она постоянно тревожится о своем потомстве, кудахчет, скликая цыплят под свое крыло, под свой неусыпный контроль. Воспитатель, занявший позицию наседки, наносит ущерб психическому развитию детей, постоянно опекая их, делая многое за них. У детей пропадает желание узнавать, они не хотят учиться самостоятельно, преодолевать трудности.

#### **Шестая позиция: Снежная Королева**

Цель Снежной королевы - власть над миром, и в частности над Каем. «Снежная королева» искусно воспитывает подчиненных, дети становятся покорными исполнителями чужой воли, у них нет стремления сделать что-либо по собственному желанию.

#### **Седьмая позиция: Мери Поппинс**

Мери Поппинс весьма образованная особа, замечательно рассказывающая разные истории, хорошо воспитанная и точно представляющая, как следует себя вести в разных ситуациях (как в сказочных, так и в реальных). С ругой стороны, Мери Поппинс прекрасно разбирается в детях: понимает, что они чувствуют, думают, хотят

или не хотят, т.е. она знает детей как бы «изнутри». Воспитатель - Мери Поппинс преследует одну-единственную цель - развитие ребенка.

У каждого из присутствующих педагогов своя позиция воспитания, но из услышанного, мы можем сделать вывод: что самая оптимальная позиция для педагога – позиция № 7.

III. Практическая часть:

#### **Упражнение «Волшебные зеркала»**

Цель: формирование положительной Я -концепции, повышение уверенности в себе, снижение тревожности.

Описание: Участникам предлагается нарисовать себя в 3-х зеркалах, но не простых, волшебных: в первом – маленьким и испуганным, во втором – большим и весёлым, в третьем – не боящимся ничего и сильным.

Вопросы:

Какой человек выглядит симпатичнее?

На кого ты сейчас похож?

В какое зеркало ты чаще всего смотришься в жизни?

На кого ты хотел бы быть похож?

Какие ощущения у тебя возникали в процессе рисования 3-х рисунков?

#### **Упражнение «Я сильный – Я слабый»**

Цель: помочь членам группы отличить уверенное поведение от неуверенного, способствовать развитию уверенности в себе через ролевое проигрывание.

Процедура: Участники разбиваются по парам и становятся каждый друг напротив друга. Первый участник в паре вытягивает вперёд свою руку. Второй участник в паре пытается опустить руку напарника, нажимая на неё сверху. Первый участник в паре должен постараться удержать руку, говоря при этом громко и решительно: «Я сильный». Теперь повторяем тоже самое, но первый участник в паре говорит «Я слабый», произнося это с соответствующей интонацией, т.е. тихо, уныло. Попробуйте поменяться.

Вопросы:

Когда вам было легче удержать руку: в первом или во втором случае?

Почему, как вы думаете?

Какие чувства Вы испытывали при выполнении этого упражнения?

Какое влияние оказывали произносимые Вами фразы «Я сильный», «Я слабый» на выполнение задания?

#### **3. Упражнение «Рисунок Я».**

Цель: расширить представление о себе, самопознание.

Описание: Взяв карандаши, либо фломастеры, бумагу педагоги располагаются в любом месте комнаты. Желательно чтобы рядом с друг другом никто не сидел. На листке бумаги им предстоит нарисовать собственный образ в аллегорической форме так, как они себя представляют. Для рисования даётся определённое время. Например, 10 минут, по истечении, которого всё же не следует жёстко требовать окончания рисования, надо дать возможность каждому участнику закончить свой рисунок в спокойной обстановке.

Инструкция участникам: «Можете рисовать всё, что хочется. Это может быть картина природы, натюрморт, абстракция, фантастический мир, остросюжетная ситуация, нечто в стиле ребуса, в общем всё, что угодно, но с чем вы ассоциируете, связываете, объясняете, сравниваете себя, своё жизненное состояние, свою натуру».

Когда рисунки выполнены, психолог их собирает и перетасовывает в случайном порядке. Ведущий предлагает каждому участнику по очереди выбрать из стопки рисунок и демонстрируя его группе, просит участника поделиться впечатлениями, что за человек мог его нарисовать. Чей-то комментарий ограничивается одним словом, кто-то делится более подробными догадками. Это не самое важное. Главное –

способствовать тому, что бы высказались все, включая и авторов рисунков. Автору предлагается высказаться, что называется, для маскировки.

Вопросы:

Поделись впечатлениями, какой человек мог нарисовать данный рисунок.

Какими качествами обладает этот человек?

Это уверенный в себе человек или наоборот?

Когда высказывались по поводу вашего рисунка, какие чувства вы переживали?

Всё ли высказанное об этом рисунке совпадает с Вашими качествами?

**4. Упражнение: Продолжи предложение «За этот месяц мне удалось...»;**

Цель: способствовать развитию умения анализировать собственную деятельность самоанализа, конструктивно относиться к собственным успехам и неудачам.

Закончите фразы:

«За этот месяц мне удалось...»

«Если бы у меня была волшебная палочка...»

**5. Упражнение «Чемодан»**

Цель: пополнить ресурс молодого специалиста.

Описание: Группе объявляется, что сейчас каждому молодому педагогу дается воображаемый чемодан и участникам предлагается «собрать» его в «дорогу» – профессиональный путь в данном коллективе. «Вещи» – пожелания, советы, качества, которые понадобятся для успешного профессионального и личностного развития.

IV. Подведение итогов. Рефлексия впечатлений участников.

Педагогам даётся незаконченная фраза. Задача участников – закончить предложение.

«Во время встречи у меня получилось...»;

«Мои мысли после занятия о себе..., о группе...»;

«Мне хотелось бы...».

В конце педагог-психолог желает участникам творческих успехов и прощается до новых встреч.

## **ТРЕНИНГ-ИГРА**

**«ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ!»**

*САВЛЮКОВА МАРИНА АЛЕКСАНДРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №110*

**Цель:** помочь педагогам возрастных групп установить доверительные взаимоотношения с родителями, выстроить общие задачи, возможно, определить правила группы.

**Задачи:**

- познакомить участников образовательного процесса (педагогов и родителей) друг с другом;
- создать благоприятную атмосферу, установить доброжелательные отношения и сплотить участников;
- создать поле идентичности, согласия;
- найти ответы на вопросы: какие общие задачи воспитания стоят перед родителями и педагогами, и какие должны быть отношения между ними?

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

### **1. Приветствие. Разминка**

Педагог-психолог: здравствуйте, уважаемые родители и коллеги! Спасибо за то, что вы нашли время и пришли на нашу встречу. Сегодня мы обсудим, какие общие задачи воспитания стоят перед родителями и воспитателями и какими должны быть отношения между участниками образовательного процесса.



Предлагаю для начала познакомиться!

## **2. Упражнение «Давайте познакомимся»**

Оборудование: массажный мяч.

Участники встают в круг. Задача — передавая по кругу массажный мяч, представиться: назвать свое имя и отчество, имя своего ребенка (если это родитель), род занятия.

## **3. Упражнение «Поздороваемся локтями»**

Цель: настроить участников на совместную работу.

Музыкальное сопровождение: зазорная музыка.

Попросите участников расписаться на 1, 2, 3. Участники под № 1 ставят руки к плечам; под № 2 — руки на пояс; под № 3 — правую руку на пояс, левую руку на плечо.

*Задания:*

- 1) под музыку познакомиться, коснувшись локтями, друг друга;
- 2) поприветствовать друг друга внутри подгруппы;
- 3) создать, продемонстрировать и прокомментировать скульптурную композицию «Семья и детский сад»;
- 4) придумать девиз к скульптурной композиции.

## **4. Упражнение «Коробка»**

Оборудование: две большие коробки.

Пригласите трех участников (по желанию). Поставьте коробки на пол. Один участник ставит ногу в обе коробки (правую — в одну коробку, левую — во вторую). Два других участника встают по бокам от него и ставят одну ногу в коробку. Предложите участникам двигаться в таком положении.

*Вопросы для обсуждения:*

Удобно ли было двигаться?

Кому из участников наиболее сложно было перемещаться?

В каком случае игроку в центре двигаться легче, увереннее — когда участники помогают ему и двигаются в одном направлении или когда каждый участник двигается в своем направлении?

Вывод. В положении человека, который стоит в центре, находится ребенок. С одной стороны располагается ДОО со своими методами воспитания, требованиями, задачами, ожиданиями. С другой — родители со своими средствами воспитания, взглядами, ожиданиями. Ребенку необходимо соответствовать ожиданиям детского сада и семьи, выполнять требования и родителей, и педагогов. Успешность воспитания и обучения ребенка зависит от взаимопонимания, сотрудничества родителей и педагогов.

## **5. Упражнение «Наши общие задачи»**

Материалы: стикеры, лист бумаги с крупной надписью «Наши общие задачи», карандаши; магнитные доски (3 штуки), магниты.

Работа в группах — родители и педагоги.

Задача — ответить на вопрос «На что необходимо обращать первостепенное внимание в семье и в детском саду?».

Каждая группа подходит к своей магнитной доске, на которой размещены варианты ответов на данный вопрос. Около каждого варианта закрепите по одному стикеру. Каждый участник должен выбрать пять вариантов, совпадающих с его точкой зрения, и сделать отметку на стикере. Время — 10 минут.

По окончании задания участники подсчитывают количество ответов по каждому предложенному варианту и ранжируют ответы.

В это время разместите на магнитной доске заголовок «Наши общие задачи». Одна из групп представляет список. Участники последовательно зачитывают выбранные

варианты ответов. В том случае если ответ совпадает с ответом второй группы, то этот вариант приклейте под заголовком.

После составления списка общих задач обсудите одиночные варианты — если группа придет к выводу, что этот вариант тоже входит в общие задачи, добавьте его к списку. Вывод. Теперь мы знаем наши общие задачи.

*Материал к упражнению*

*Наши общие задачи:*

- соблюдать режим дня ребенка;
- обеспечивать рациональным и калорийным питанием;
- создать условия для полноценного сна.
- гулять с ребенком на свежем воздухе в необходимом количестве;
- создать здоровую гигиеническую среду;
- проводить закаливающие процедуры;
- создать благоприятную психологическую атмосферу;
- обеспечить спортивными площадками, физкультурным оборудованием;
- создать условия для полноценного интеллектуального, речевого, эмоционального, социального развития;
- применять адекватные способы поощрения и наказания;
- развивать позитивные межличностные отношения со сверстниками, родителями и работниками детского сада;
- относиться внимательно к проблемам ребенка, его успехам и неудачам;
- использовать активные формы проведения досуга;
- обобщать положительный опыт семейного воспитания;
- прививать культурно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания;
- воспитывать нравственность;
- развивать эстетичность.

## **6. Упражнение «Одной рукой и узла не завяжешь»**

Материалы: листы разноцветной бумаги прямоугольной формы, ножницы, магнитная доска с крупной надписью «Сотрудничество» и рисунком дерева (без листьев), магниты.

Педагог-психолог: Народная мудрость гласит: «Одной рукой и узла не завяжешь». Сотрудничество означает «совместный труд». Чтобы почувствовать это, предлагаю выполнить задание. Разбейтесь на пары. Один человек — правая рука, другой — левая. Задача пары — вырезать из бумаги осенний лист.

Вывод. Легче взаимодействовать с тем, кто готов сотрудничать.

## **7. Упражнение «Добрые пожелания»**

Материалы: свеча-ночник

Музыкальное сопровождение: релаксационная музыка.

Предложите каждому взять по очереди свечу, произнести добрые пожелания участникам тренинг-игры и передать следующему участнику.

## **8. Ритуал прощания «Мы вместе!»**

Участники остаются в круге. Попросите протянуть правую руку для общего рукопожатия и хором сказать: «Мы вместе!». Затем со словами «Мы рады друг другу!» улыбнуться соседям слева и справа.

## **9. Экспресс-диагностика в метафоре «Дерево поздней осенью»**

Цель: получить обратную связь.

Материалы: памятки; смайлики с различными пожеланиями на каждого участника.

Педагог-психолог: Вам понравился тренинг-игра? Предложенная информация нашла положительный отклик? Вы видите перспективу данного опыта?

Если ваш ответ «да» — приклейте ваш листик к любой ветке.

Если «нет» — приклейте листочек к подножию дерева.

Если ответ «не знаю» — приклейте листик в полете от ветки к земле.

После того как участники выполняют задание экспресс-диагностики, вручите им памятки «Общая стратегия воспитания и развития ребенка в семье и ДОО» и смайлики с различными пожеланиями.

### Общая стратегия воспитания и развития ребенка в семье и ДОО

СЕМЬЯ	ДОО
Создать у ребенка уверенность в том, что его любят, о нем заботятся. Ласково и нежно разговаривать с ним, при этом обнимать, гладить по голове и т. п.	Выяснить, каким ласковым именем называют ребенка дома, и так же называть его в детском саду
Отзываться на потребность ребенка в общении. Если нет возможности общаться в тот момент, когда хочет ребенок, — доброжелательно и аргументированно мотивировать свой отказ, например: «Извини, я сейчас не могу этого сделать, потому что готовлю обед»	Внимательно и уважительно относиться к каждому ребенку, его потребностям, интересам, переживаниям; поддерживать инициативу в общении
Заинтересованно, с вниманием и уважением относится к вопросам, которые задает ребенок, его просьбам и жалобам. Уметь успокоить, помочь отыскать иные источники утешения	Проявлять заботу и оказывать помощь
Никогда не говорить ребенку, что его не любят. Научиться доказывать ему, что его плохой поступок никак не влияет на отношение к нему. Не оставлять ребенка одного, когда его поступок требует серьезного осуждения. Договориться с родными и близкими о том, кто будет в семье «защитником» и в трудных жизненных ситуациях найдет слова утешения для ребенка. Не накапливать в ребенке отрицательные эмоциональные впечатления, груз безотчетных, неосознанных обид. Регулярно обсуждать «критические» ситуации: кто был не прав и почему	Понимать самоценность каждого ребенка, его неповторимость в этом мире. Рассердившись на ребенка, никогда не говорить ему, что его больше не любят. Даже в трудные минуты общения не допускать запугивающего тона, не создавать в группе атмосферу казарменной дисциплины
Признавать право ребенка на некоторую неумелость. Обсуждать вместе с ним забавные истории, которые происходили раньше, а теперь вызывают улыбку	Не критиковать результаты деятельности, но в игровой или шуточной форме высказывать замечания и помогать добиваться результата
Категорически запрещать бить и обижать других детей, животных, уничтожать насекомых, бездумно рвать траву, ломать деревья и кустарники	Не допускать бездумного и жестокого отношения к другим детям, животным и растениям
Отмечать и поддерживать любые успехи ребенка, его стремление научиться делать что-то, помогать оценивать достигнутые	Помогать ребенку осознавать свои самые незначительные достижения и открыто выражать радость по этому поводу. Чаще

результаты	рассказывать о его реальных и возможных достижениях в игре, во взаимоотношениях друг с другом, в рисовании, лепке, математике, музыке и т. п.
Никогда не выдавать детских тайн, не подшучивать над ними, в присутствии ребенка не обсуждать с педагогами, другими взрослыми, детьми его поведение	Обсуждать с родителями личные качества ребенка и особенности поведения только при его отсутствии
Уважать интересы и привязанности ребенка. По мере возможности представлять ему право выбора	Уважать вкусы, привычки ребенка и его родных, близких. С пониманием и уважением относиться к религиозным проявлениям

### ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Что значит сотрудничать:*

1. Найти возможность встретиться с педагогом (родителем) в спокойной обстановке.
2. Прояснить проблему: сформулировать свою точку зрения.
3. Выслушать точку зрения другого — постараться понять его цели, намерения, опасения.
4. Сформулировать суть проблемы.
5. Поставить перед собой и собеседником вопрос: «Что можно сделать в данной ситуации?».
6. Обсудить варианты решения и выбрать оптимальный для обеих сторон.
7. Обсудить действия каждой стороны в рамках принятого решения.
8. Договориться о сроках и способах связи друг с другом.

Литература: Электронный ресурс: [<https://e.psihologsad.ru/573536>]

## ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА - ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИЙ – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

*ЕРЕМЕНКО ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА*

*ПЕДАГОГ – ПСИХОЛОГ МДОАУ №101*

Летний период в детском саду считается оздоровительным. Этим определяются цели и задачи психологической работы с детьми.

**Цели**— сохранить и укрепить психофизическое здоровье воспитанников с учетом их индивидуальных особенностей.

**Задачи:**

- создать условия для психологически комфортного пребывания детей в детском саду;
- развитие личностной сферы дошкольников (особенно эмоционально-волевой и коммуникативной);
- профилактики дезадаптивного поведения (в случаях, когда в детский сад приходят воспитанники из других ДОО);
- развития навыков общения дошкольников;
- установления сотрудничества между педагогами и детьми (в случаях, когда ушедший в отпуск работник передает свою группу другому педагогу);

Для деятельности педагога-психолога в летний период характерны следующие особенности: преобладание профилактического направления работы; преимущественное использование групповых форм взаимодействия с дошкольниками; переход от «кабинетной» предметно-развивающей среды к организации развивающего пространства на групповых участках (верандах и игровых площадках).

Главный ориентир в работе педагога-психолога с детьми в этот период — сохранение и укрепление их психофизического здоровья.

Важный принцип организации режима дня ребенка в летний период — чередование различных видов деятельности (игровой, трудовой, наблюдений в природе, изобразительной, конструктивной, музыкальной), т.к. в поведении детей процессы возбуждения чаще преобладают над процессами торможения.

**Формы взаимодействия с детьми**

Работа педагога-психолога с детьми в летний период продолжается в традиционных формах взаимодействия: групповой, подгрупповой (мини-группы по 2–4 человека) и индивидуальной.

Также сохраняются психологические **методы и средства** воздействия на психофизическое развитие дошкольников:

- методы регулирования психического состояния детей — игры с песком и водой, изобразительность (рисование, аппликация), музыкотерапия, релаксация;
- методы стимулирования речедвигательной активности — пальчиковые игры, хороводные игры, театрализованная деятельность с элементами сказкотерапии;
- методы повышения работоспособности детей — физкультминутки, образные упражнения («попрыгали, как лягушки», «поплыли, как рыбки» и т. п.), чередование активных и спокойных игр и упражнений.

**Формы работы педагога-психолога ДОО с детьми летом**

1. Тематические дни. Такая форма работы позволяет детям погрузиться в определённую тему. Здесь очень важно взаимодействие педагога-психолога с воспитателями и другими специалистами ДОО. Каждый из участников образовательных отношений проводит свои мероприятия, используя различные формы работы.

2. Игровые сеансы. Как правило, летом каждая неделя в ДОО посвящена определённой теме. В каждом дошкольном учреждении тематика своя. Психолог может проводить с детьми игровые сеансы в соответствии с тематикой ДОО.

Игровые сеансы, направленные на развитие эмоционального интеллекта с использованием пособия Ю.Б. Гиппенрейтер «Психологические игры и занятия с детьми» (подготовительные группы).

Игровые сеансы, направленные на развитие социального поведения (младшие, средние и старшие группы).

3. Проектная деятельность. С детьми можно реализовать краткосрочный проект. Отлично для этого может подойти песок и вода. Так, как в летний период дети больше всего времени проводят рядом с водой и песком.

Вот несколько примеров эффективных форм работы с детьми в летний оздоровительный период, предлагаемых нашими педагогами – психологами.

В рамках игровых сеансов можно провести:

**Анималотерапевтические упражнения и игры** (игры с перевоплощениями).

Цель: получение положительных эмоций, развитие эмпатии, коррекция агрессивных тенденций в поведении, учить умению управлять своим телом.

Движения, выполняемые в этих упражнениях, почти всегда ассоциируются с образами животных. Это позволяет в игровой форме находить контакт друг с другом, снимать напряжение мышц тела, получать положительные эмоции, доверять друг другу.

Анималотерапевтические упражнения входят в состав хатха-йоги — древневосточной оздоровительной системы физической, психической и духовной культуры.

Гимнастика с использованием асан (элементов), отражающих повадки, позы представителей животного мира, полезны не только для укрепления здоровья детей, профилактики сколиоза, астмы, простуд.

Дети, занимающиеся хатха-йогой, становятся спокойнее, уравновешеннее, у них появляется уверенность в своих силах, концентрируется внимание, развивается усидчивость и воля.

Упражнения хатха-йоги естественны, копируют позы известных ребенку животных, птиц, насекомых, помогают войти в образ, будят фантазию и воображение, хорошо запоминаются.

### **Психологические игры с детьми.**

Цель: психологические игры способствуют объединению детей в группе, снимают конфликтность, воспитывают умение понимать чувства других людей и реагировать на них, корректировать нарушения поведения детей, формировать положительный психологический микроклимат в группе.

Психологическими можно назвать любые игры, в которых решаются задачи социализации, психоэмоционального развития, сплочения коллектива детей.

По сути, любая коллективная детская игра выполняет функцию развития навыков общения ребенка со сверстниками. Основная же задача взрослого — организовать процесс игры так, чтобы ребенок научился правильно пользоваться речевыми и неречевыми средствами коммуникации, а также взаимодействовать с партнерами по общению без проявления агрессии.

*Игры, помогающие детям в общении* («Катюшин день рождения», «Испорченный телефон», «С кем я подружился»)

*Игры, развивающие нравственные и волевые качества личности ребенка* («Ласковое имя», «Путешествие мяча», «Попугай»). На самом деле, вариантов летних игр с детьми очень много, просто подключите свою фантазию, и каждый день лета будет праздником для вас и ваших детей.

### **Релаксационные упражнения «Волшебные путешествия»**

Цель: создание положительного эмоционального фона.

Задачи:

- снятие психоэмоционального напряжения;
- развитие навыков саморегуляции;
- достижение расслабления и ощущения покоя;
- стимулирование воображения;
- управление своими мыслями.

Важно в работе с дошкольниками использовать упражнения на релаксацию, особенно в летний период. Научные данные доказывают, что для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения.

Существует классификация упражнений по следующим направлениям:

1. Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании.
2. Упражнения на расслабление мышц лица.
3. Упражнения на расслабление мышц шеи.
4. Упражнения на расслабление мышц рук.
5. Упражнения на расслабление мышц ног.
6. Упражнения на расслабление всего организма.

Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т.к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться. Научившись

расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми.

Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

Также можно реализовать программу эмоционального развития детей 4 - 6 лет "Давайте жить дружно" автор Королева М.

С приходом лета в некоторых детских садах ребенок попадает в смешанные по возрастам группы, в новые социальные условия. Предлагаемая программа позволяет ребенку легче адаптироваться в группе детей, создает безопасное пространство для общения, условия для самовыражения, объединяет всех детей совместной деятельностью, способствует повышению уверенности в своих силах, появлению сплоченности.

Основная цель программы — через создание зоны ближайшего развития способствовать психическому и личностному росту ребенка, и тем самым, помогать адаптироваться в новой группе.

Программа рассчитана на детей 4-6 лет и состоит из 7 занятий, которые проводятся 1-2 раза в неделю в форме мини-тренингов продолжительностью 30-40 минут.

**Кружковая работа**, например кружок «Арт-терапия на траве»

Цель: развитие творческого потенциала и эмоциональное насыщение воспитанников через необычные и новые для них формы работы.

Задачи:

создать условия для раскрытия и развития творческих способностей детей;  
создать условия для эмоциональной разгрузки детей;  
содействовать активному, творческому взаимодействию «Ребенок-Педагог», «Ребенок-Ребенок».

Направления в работе кружка:

работа с красками;  
работа с пластилином;  
работа с глиной;  
работа с природным материалом.

Основной задачей педагога является нахождение правильной эмоциональной волны общения с детьми. Это должно быть лёгкое, непринуждённое общение, доставляющее взаимное удовольствие детям и взрослым.

Занимаясь в кружке, дети проживают яркую, творческую и содержательную, наполненную радостью, жизнь. Правильно поставленная работа кружка имеет большое воспитательное значение. У детей развивается чувство коллективизма, ответственности и гордости за свою работу, уважение к труду других.

**Тематические недели**

Цель: развитие эмоциональной сферы, формирование социального доверия, чувства общности, сплоченности.

Принцип проведения тематической недели - каждый ребенок является активным участником всех событий недели. Каждый день это определённое задание, событие для детей.

Неделя позволит воспитанникам раскрыть свой творческий потенциал, проявить коммуникативные навыки, взаимовыручку.

## **Квест игры**

Цель: Развитие познавательного интереса воспитанников, личностных качеств (инициативности, любознательности, коммуникативных навыков) через разные виды детской деятельности. Квест-игра для дошкольников позволяет сочетать в одном занятии игровую деятельность, обучение, соревновательный момент, самостоятельный поиск решения и командную стратегию для достижения поставленной цели.

Больше всего дети дошкольного возраста любят бродилки и головоломки. Педагог продумывает задания для команд и создает островки, на которых дети находят задание и подсказки, которые указывают, куда идти дальше. Такой вид деятельности позволяет активизировать желание познать окружающий мир, изучить его и исследовать. Несмотря на развлекательный характер квест-игр, в них заложен огромный массив вспомогательных приемов, которые позволяют не только веселить детей, но и учить, и развивать.

Квесты бывают познавательные, спортивные, оздоровительные и др.

Среди основных приемов квестов можно выделить:

- игровой;
- арт-терапию;
- викторины;
- творческие задания;
- загадки, кроссворды, ребусы;
- задания с конструированием и моделированием;
- постановку эксперимента.

Ожидаемые результаты:

развитие у воспитанников интереса к познавательно- исследовательской деятельности;

развитие логического мышления;

формирование универсальных предпосылок к учебной деятельности;

формирование умения действовать самостоятельно;

воспитание нравственных качеств;

проявление эмоциональной отзывчивости в деятельности и в общении со взрослыми и сверстниками;

расширение и активизация словарного запаса.

Правильно организовав квест-игру, можно весело и полезно провести время, сплотить коллектив, проанализировать поведение детей в разных ситуациях, проверить их уровень знаний и умений.

## **Проектная деятельность**

Основной целью проектного метода в дошкольных учреждениях является развитие свободной творческой личности ребенка, которое определяется задачами развития социальной активности и поддержки детской инициативы. В процессе проектной деятельности ребенок учится решать интеллектуальные и личностные задачи, управляя своим поведением и планируя свои действия, овладевает средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Выделяют **три основных вида проектной деятельности**:

1. Исследовательско – творческий
2. Информационный (практико-ориентированный)
3. Ролево-игровой

### **Способ разработки проектов**

Способ разработки проектов, связан с использованием так называемой модели «Трёх вопросов». Её суть в том, что педагог-психолог задаёт детям три вопроса:



Сначала проводится общее обсуждение, чтобы дети выяснили, что они уже знают об определённом предмете или явлении.

Когда все дети выскажутся, воспитатель спрашивает: Как нам найти ответы на вопрос?

Способы сбора информации: чтение книг, обращение к родителям, специалистам, проведение экспериментов, тематических экскурсий, воссоздание предмета или события. Педагог-психолог оформляет поступившие предложения в **учебный план**.

Что мы знаем?

Что мы хотим узнать?

Что нужно сделать чтобы узнать?

Ответы на этот вопрос дают воспитателю понять, чему научились дети.

Анализ отдельных занятий позволяет улучшить будущие проекты. Для анализа воспитатель должен ответить на следующие вопросы: Какая часть проекта оказалась наиболее удачной? Что нужно изменить в следующий раз? Чему научились дети? Что не удалось? Почему?

### **Основные этапы проектирования**

1 этап. Поисковый.

Определение темы проекта.

В самом начале проекта должны прозвучать какая-либо проблема, вопрос, просьба, побуждающая детей искать выход из создавшегося положения и решения задачи. Проблемная ситуация должна быть с опорой на детский личный опыт. При этом любая ситуация может приобрести проблемный характер.

Педагог вводит детей в игровую или сюжетную ситуацию, после чего формулирует проблему цели и задачи проекта. Важно при формулировке темы и определения сроков учитывать возрастные особенности детей.

При определении темы и цели важно ориентироваться на итог: что мы хотим получить, каковы будут результат и форма его презентации.

2 этап. Аналитический.

Разработка плана деятельности по достижению цели:

-К кому обратиться за помощью (взрослому, педагогу) ;

-В каких источниках можно найти информацию;

-Какие предметы использовать (принадлежность, оборудование) ;

-С какими предметами научиться работать для достижения цели.

Включение в план проекта занятий, игр и других видов детской деятельности.

Педагоги, дети и родители подготавливают все необходимое для проекта.

3 этап. Практический.

### **Выполнение проекта.**

Работа с дошкольниками, работа с родителями, оснащение предметно - развивающей среды. Соблюдение принципа последовательности и регулярности в работе над проектом. В ходе работы над проектом необходимо создавать атмосферу сотворчества с ребенком, используя индивидуальный подход.

На этом этапе педагог (помимо организации деятельности) помогает детям и родителям грамотно планировать собственную деятельность в решении поставленных задач.

Жан Жак Руссо писал: «У ребёнка своё особое умение видеть, делать и чувствовать; нет ничего глупее, чем пытаться подменить у него это умение нашим...»

Содержание организованной деятельности по реализации проекта также должно находить отражение в оформлении группы и центрах развития (создание новых центров и уголков, изменении содержания имеющихся).

4 этап. Контрольный.

Подведение итогов.

Проводится презентация продуктов проекта и рефлексия, то есть размышления над новым знанием, приобретённым опытом. На данном этапе осуществляется не только оценка результатов проектной деятельности, но и определяются задачи для создания новых проектов.

При этом демонстрируется вклад каждого ребенка, родителя и педагога, возвращаясь к цели (получилось ли, что хотели).

Каждый проект должен быть доведен до успешного завершения, оставляя у ребенка чувство гордости за полученный результат.

**Программы**, которые можно использовать для психолого-педагогического сопровождения детей в летний период:

1. О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев, И.М. Первушина «Тропинка к своему “Я”: как сохранить психологическое здоровье дошкольников»;
2. Е.В. Котова «В мире друзей: программа эмоционально-личностного развития детей»;
3. М.А. Панфилова «Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры»;
4. В.В. Ветрова «Уроки психологического здоровья. Методическое пособие по развитию дошкольника».

**Материалы и оборудование:**

развивающие рабочие тетради (например, из серий «Мои первые тетрадки», «Школа для дошколят» С.Е. Гавриной, Н.Л. Кутявиной, И.Г. Топорковой, С.В. Щербининой); книги-пособия с картинками и заданиями к ним; набор «Пертра»;

книги В.Н. Поздняковой «Новая телесная терапия для детей и взрослых»; пазлы; кубики Коса; и прочее.

Таким образом, использование различных форм взаимодействия с детьми позволит реализовать цели и задачи, поставленные в летний период, т.е. сохранить психическое и физическое здоровье детей.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **КРУЖОК «АРТ-ТЕРАПИЯ НА ТРАВЕ»**

*ПОДКОВЫРОВА ЛЮДМИЛА АЛЕКСАНДРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 56*

*ЗЮБАНОВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 138*

**Цель:** развитие творческого потенциала и эмоциональное насыщение воспитанников через необычные и новые для них формы работы.

**Задачи:**

- создать условия для раскрытия и развития творческих способностей детей;
- создать условия для эмоциональной разгрузки детей;
- содействовать активному, творческому взаимодействию «Ребенок-Педагог», «Ребенок-Ребенок».

Возможности практического применения предоставленного материала  
Заботясь о развитии творческих способностей детей, приобщая их к творческому труду, мы, педагоги, создаем необходимые условия для развития детей дошкольного возраста. Именно в процессе решения творческих задач, поиска нестандартных способов их решения дошкольники вырабатывают умение критически относиться к окружающему миру, учатся размышлять, мыслить и дискутировать.

Раскрытие и развитие творческих способностей, во многом определяющих будущее детей, не терпит стандартных подходов. Поиск оптимальных путей раскрытия творческого потенциала каждого ребенка, достижения его эмоционального

благополучия необходимо вести постоянно, применяя фантазию и творчество, находя свои варианты решений в ходе непосредственного общения и активного взаимодействия взрослых и детей.

### **Структура занятия**

<b>Этап</b>	<b>Назначение</b>	<b>Комментарии</b>
<i>Приветствие. Ритуал начала занятия</i>	Создать атмосферу группового доверия и принятия. Обозначение актуальных чувств и переживаний каждого ребенка.	Упражнения на создание комфортной атмосферы. «Под зонтиком цветным проходи, свое имя и настроение назови!»
<i>Основная часть</i>	Развитие творческого мышления, воображения. Гармонизация психо-эмоционального состояния.	Использование одной арт терапевтической техники.
<i>Ритуал прощания</i>	Развивать навык рефлексии, присвоению нового опыта.	Обсуждение чувств переживаний, возникших в ходе создания творческой работы.

### **Содержание:**

#### **Работа с красками**

##### **«Ниткография»**

Цель: развивать сенсорные способности восприятия, чувства цвета, формы, композиции, развивать мелкую моторику пальцев, кистей рук, точность и координацию движений руки, формировать личностные качества – усидчивость, терпение, старательность, аккуратность, трудолюбие.

Материалы: шерстяная нить, краски, бумага.

Ход: необходимо опустить ниточки в краску так, чтобы они хорошо пропитались краской. Затем их нужно положить на бумагу так, чтобы с двух сторон листа бумаги выступали кончики нитки по 5-10см. Ниточки накрываются другим листом бумаги. Верхний лист придерживается руками. Нитки разводятся в разном направлении. Верхний лист поднимается. Необычная картинка готова.

Рассмотрите картинку с ребенком, может вы увидите какие-нибудь знакомые предметы. При желании их можно обвести и дорисовать детали.

##### **«Каляки-маляки»**

Цель: формировать интерес к рисованию, способствовать развитию творческого мышления, фантазии, воображения, снять эмоциональное напряжение.

Материал: бумага, малярный скотч, краски, кисти.

Ход: Предварительно наклеить на бумагу малярный скотч, полосками в хаотичном порядке. Дети хаотично закрашивают бумагу, используя краски разных цветов. После высыхания краски, скотч снимается и на бумаге получается необычный узор.

##### **«Бабочки»**

Цель: развивать художественный вкус, творческие способности, фантазию, воображение, мелкую моторику рук, пространственное воображение, воспитывать самостоятельность, аккуратность, усидчивость.

Материал: цветной картон, листы бумаги с изображением контура бабочек, краски, кисти, емкости для воды, ножницы, клей.

Ход: листы бумаги раскладываются контуром бабочек вниз. Дети хаотично закрашивают чистую сторону листа, используя краски разных цветов. Затем бабочки вырезаются по контуру, крылышки слегка загибаются и телом бабочки приклеиваются на цветной картон. Получается красивое панно, которое можно вставить в рамку и повесить на стене.

#### **«Рисование в пакете».**

Цель: активизировать творческое экспериментирование в процессе рисования, без изобразительных материалов, развивать мелкую и крупную моторику.

Материалы: файлы, моющее средство, пищевые красители, блестки, подсолнечное масло, скотч.

Ход: предварительно налить в файлы моющее средство, чтобы моющее средство приобрело разноцветный, красивый, сочный цвет в него можно добавить немного пищевого красителя. Чтобы рисование стало еще интересней, можно добавить в файл с краской несколько капель растительного масла, еще можно всыпать немного блесток. Масло будет препятствовать смешению цветов, краски будут как будто разбегаться друг от друга. А блестки просто сделают рисование интереснее. Далее нужно плотно заклеить файл с помощью скотча и приклеить его на стол.

Сначала предлагаем ребенку потрогать, почувствовать краску в файле, какая она мягкая. Показываем, как можно изобразить простейшие формы предметов. Потом ребенок сам выбирает файл с понравившимся цветом и надавливания на файл пальчиками, создает свой рисунок.

#### **«Мыльные пузыри»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, формировать умение находить в необычном рисунке художественный образ, развить воображение, фантазию.

Материалы: ёмкости, пищевой краситель, мыльный раствор, трубочки, бумага.

Ход: предварительно в ёмкости нужно налить мыльный раствор и красители. Можно сделать несколько ёмкостей с разными цветами жидкостей.

Попросите ребенка с помощью трубочки подуть в мыльный раствор, тем самым, надувая все больше и больше пузырей. Поднесите бумагу к мыльным пузырям, таким образом, чтобы у вас остался яркий и красочный рисунок. Чередую краски разных цветов можно получить интересный разноцветный узор.

#### **«Смешарики»**

Цель: развивать мышление, воображение, вызвать творческий интерес, желание творить.

Материалы: воздушные шарики, бумага, краски, одноразовые тарелки, пуговицы, бусинки.

Ход: предварительно налейте краски в одноразовые тарелки. Надуйте воздушные шарики небольшого размера.

Сначала определите с детьми тематику рисунка, например, «Зоопарк» или «Ферма».

Затем дети выбирают, какое животное они хотели бы нарисовать и подбирают краску соответствующего цвета. Дети должны взять шарик, окунуть его в краску и поставить шариком отпечаток на листке бумаги. Далее кистью или пальцем нужно дорисовать животным ушки. На еще не засохшую краску положить пуговицы или бусинки – глазки и носик (при высыхании краски они приклеятся). Если краска уже высохла, можно использовать свежую краску как клей.

#### **«Радуга»**

Цель: формировать интерес к рисованию, способствовать развитию творческого мышления, фантазии, воображения, снять эмоциональное напряжение.

Материал: обои, краски, губка, вода, емкости для разведения краски и мытья рук, салфетки.

Ход: Дети поочередно подходят к столу, на котором лежит ватман с разметкой под радугу. Взрослый наносит детям на ладонь гуашь одного из цветов радуги, дети делают отпечатки на соответствующей полосе.

#### **«Абстракция»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, формировать умение находить в необычном рисунке художественный образ, развивать воображение, фантазию.

Материал: пищевой краситель (или краски), вода, молоко, моющее средство, ватные палочки, емкости для разведения краски и мытья рук, салфетки.

Ход: В плоскую ёмкость налить молоко, капнуть в него разведенные красители. Затем дети берут ватные палочки и окунают их в цветные пятна. Краска начинает растекаться и смешиваться, получаются необычный узор.

#### **«Авангард»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, формировать умение находить в необычном рисунке художественный образ, развивать воображение, фантазию.

Материал: стеклянные шарики, картонная коробка (или крышка от неё, или любая емкость), двусторонний скотч, бумага, краски, вода, емкости для разведения краски и мытья рук, салфетки.

Ход: Лист бумаги вкладывается на дно коробки, на лист бумаги капается густо разведённая гуашь разных цветов, затем в коробку бросают несколько стеклянных шариков, и трясут коробку. Шарики катаются по дну коробки и перемешивают краску, получаются необычный узор.

#### **«Деревья под дождём»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, развивать воображение, фантазию.

Материал: обои, краски, губка, кисточки, вода, емкости для разведения краски и мытья рук, салфетки.

Ход: Дети поочередно подходят к макету с изображением ствола дерева. Взрослый помогает детям закрасить ладошку зеленой гуашью с помощью губки, затем дети делают отпечатки ладоней на дереве, когда всё дерево будет покрыто листьями, дети моют руки. Затем рисунок накрывают полиэтиленовой пленкой, дети берут кисточки и брызгают подкрашенной водой на дерево, имитируя дождь.

#### **«Морское дно»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, развивать воображение, фантазию.

Материал: плоские камни, краски, кисточки, вода, емкости для воды и мытья рук, салфетки.

Ход: Дети выбирают камень и полностью закрашивают в понравившийся цвет для фона. После того как краска на камнях высохнет, дети дорисовывают узоры.

#### **«Сюрприз»**

Цель: воспитывать интерес к творчеству, развивать воображение, фантазию.

Материал: заготовка (обои с рисунком, нанесённым восковыми мелками, парафиновой свечой или же кусочком сухого мыла на белой стороне), краски, кисточки, вода, емкости для разведения краски и мытья рук, салфетки.

Ход: Углом восковой свечи (канцелярским клеем или кусочком хозяйственного мыла) на белой бумаге рисуется изображение (елочка, домик, а может быть целый сюжет). Затем дети кистью наносят разведенную в воде гуашь или акварель, сверху на всё изображение. Вследствие того, что краска не ложится на жирное изображение свечой - рисунок как бы появляется внезапно перед глазами ребят.

Работа с пластилином

#### **«Пластилинография»**

Цель: развивать творческие и художественные способности детей, чувства формы, цвета, композиции, тренировать мелкую моторику, воспитывать терпение, старательность, эстетический вкус.

Материалы: заготовки рисунков, пластилин, стеки, бусины\бисер, блёстки.

Ход: дети выбирают понравившийся рисунок-заготовку и при помощи стека закрашивают рисунок пластилином. При желании можно размазывать пластилин пальцами. Дополнительно для украшения рисунка можно использовать бусины\бисер, блёстки.

#### **Работа с глиной**

##### **«Глиняные змейки»**

Цель: расширение сенсорного опыта; творческого потенциала. Отреагирование негативных переживаний. Работа с гневом.

Материалы: глина, вода, доски для лепки, стеки.

Ход: детям предлагается взять в руки кусочки глины. Проводим эксперимент с глиной ( мнем, давим, размазываем, собираем в шарик, гладим – обсуждаем как меняется глина в наших руках)

Катаем змей. Разыгрываем с ними ситуации нападения, защиты (шипим, фыркаем), сминаем и снова раскатываем змейку.

##### **«Человечки»**

Цель: расширение представлений о самом себе, формирование позитивной самооценки.

Ход: детям предлагается слепить самих себя. В обсуждении каждый ребенок презентует своего человечка.

##### **«Кулон-оберег»**

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, обучение приемам самопомощи и самоподдержки.

Ход: детям предлагается из глины сделать фигурку солнца, сердца и украсить узорами.

После высыхания раскрасить красками.

Работа с природными материалами.

##### **«Мандалы»**

Цель: гармонизация психоэмоционального состояния. Обучение способам творческого самовыражения.

Ход: на бумажных тарелочках детям предлагаем создание мандалы с использованием природных материалов, листьев, травы, камней, бутонов цветов и др.

## **РЕЛАКСАЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*ЗЮБАНОВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 138*

### **Радуга**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте, что перед вашими глазами необычная радуга.

Первый цвет – голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает в жару, он освежает тебя, как купание в озере. Ощутите эту свежесть.

Следующий – желтый цвет. Желтый приносит нам радость, он согревает нас, как солнышко, он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение.



Зеленый цвет – цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета, если нам не по себе, и мы чувствуем себя неуверенно, зеленый цвет поможет чувствовать себя лучше. Возьмите с собой эти цвета на весь день, будьте спокойными, как вода, радостными, как солнце, добрыми, как лето.

А теперь расслабьтесь, потянитесь и откройте глаза.

Замечаете ли вы, как разные цвета влияют на настроение и даже на самочувствие? Расскажите, что вы представляли.



### **Золотой путешественник**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Вдохните и представьте, что вы вдохнули золотой свет. Этот свет постепенно заполняет все-все внутри, руки и ноги. Тело начинает светиться, ноги, руки, пальцы... От вас исходит золотой свет.

Подумайте об этом как об энергии, укутывающем и всепроникающем облаке мягкого золотого цвета, как о силе. Глубоко дышите. Мысленно произнесите: «Я спокоен...». Вы почувствуете золотую энергию, ваше тело расслаблено, вы отдыхаете.

Откройте глаза. Некоторое время посидите спокойно.

Как вы себя чувствуете? Теперь медленно вставайте. Вы зарядились энергией. Вы бодры и веселы.

Скажите, на что был похож золотой свет? Что вы представляли и где были в своем воображении?

### **Достань звезду**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

«Достать с неба звезду» — что означает это выражение? Сделать что-то особенное, добиться успеха, осуществить мечту...

Представьте себе, что вы стоите на поляне. Над вами — темное ночное небо, все усыпанное звездами. Они светят так ярко, что кажутся совсем близко. Поляна залита мягким, нежно-голубым светом, люди говорят, что когда звезда падает, нужно загадать желание, и оно обязательно сбудется. Еще говорят, что звезду нельзя достать. Но, может быть, они просто не пробовали? Найдите на небе мысленным взглядом самую яркую звезду. Загадайте желание. О какой мечте она вам напоминает? Хорошенько представьте себе: чего бы вы хотели. (Пауза)

А теперь откройте глаза, глубоко вдохните, задержите дыхание, постарайтесь дотянуться до «звезды».

Это непросто: тянитесь изо всех сил, напрягите руки, встаньте на носочки... еще, еще немного, вы уже почти достали ее. Уф, достали «звезду»! Выдохните и расслабьтесь. Ваше счастье в ваших руках. Положите свою «звезду» перед собой в красивую шкатулочку. Порадуйтесь, глядя на нее. Теперь можно немного отдохнуть. Закройте глаза. Представьте, что ваша мечта исполнилась, если хотите, нарисуйте



свою мечту.

### **Небо**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте прекрасное голубое небо. По нему двигаются облака. Вы наблюдаете за ними. Если вы о чем-то думаете, пусть ваши мысли улетят вместе с облаками. Вы сосредоточены на небе.

Представьте прекрасное голубое небо.

Вы спокойны, уравновешены. Вам хорошо, вы счастливы. Ощущаете покой, тишину и радость.

Откройте глаза. Некоторое время посидите спокойно. Затем медленно встаньте.



### **Облака в небе**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Вы видели, как плывут по небу облака?

Кто не мечтал, представляя их мягкими и пушистыми, как перина, оказаться на одном из них?

Представьте, что ваше желание сбылось вы оказались на облаке. Вдох — вы вдыхаете свет и становитесь все легче и легче... И вот вы уже в вышине. Вы лежите, раскинув руки, медленно покачиваетесь на мягком, пушистом и самом большом, какое только можно вообразить, облаке. Вам легко и свободно. Вы отдыхаете.

Облако мягко покачивается, словно убаюкивает вас. Вы утопаете в белоснежном мягком облаке. Только синее-синее небо и белоснежный простор облака — вот и все, что вас окружает. Одно ваше желание, и облако может подняться выше в небо или опуститься ниже к земле. Что вы решаете? Ваше маленькое путешествие на облаке подходит сегодня к завершению. Чудесный полет. И сейчас вы можете спуститься ниже к земле, затем еще ниже. Плавно, медленно и мягко вы опускаетесь на землю, осторожно ее касаетесь. Вот и спустились с облака.

Раз, два, три. Откройте глаза, вы в нашей комнате.



### **Полет высоко в небе**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте, что вы находитесь на ароматном летнем лугу. Над вами теплое летнее солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и





счастливыми. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями.

Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук крыльев, энергично рассекающих воздух.

Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он – птица. Представьте, что вы медленно парите, плывете в воздухе, и ваши крылья рассекают воздух. Наслаждайтесь свободой и прекрасными ощущениями парения в воздухе.

А теперь, медленно взмахнув крыльями, вы приближаетесь к земле.

Вот вы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на весь день.

## **Облака**



Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно.

С каждым вдохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. Все ваше тело становится лёгким, как облачко.

Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... (пауза – поглаживание детей).

Гладит ..., поглаживает ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку.

Улыбнитесь своему облачку.

Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза.

Вы хорошо отдохнули на облачке.

## **Воздушные шарики**



Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают и вы становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше.

Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик ... (пауза – поглаживание детей).

Обдувает шарик ..., ласкает шарик ...

Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок.  
Но вот пришла пора возвращаться домой.  
Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Раз, два, три.  
Улыбнитесь своему шарикю.

### **Безмятежность**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.  
Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.  
Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).



Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Какой сегодня солнечный день! Всё залито вокруг солнечным светом.

Медленно плывут облака. Это облако напоминает большого кота с белой пушистой шерстью. Котик лежит на подоконнике и мечтает о вкусной сметанке. А вот другое облако, похоже на белого доброго слона. У него такой длинный – предлинный хобот, который на самом деле не хобот вовсе, а труба, из которой идёт дым.

Лягте на горячий песок, подставив солнышку свой животик. Глаза закрыты, легко и спокойно. Руки лениво лежат вдоль туловища. Ноги совсем не хотят двигаться...

Вдох-выдох, вдох-выдох.

Каждый из вас превращается в бабочку, у которой не одна пара крылышек, как у всех, а две: нижние маленькие крылышки оранжевого цвета, а верхние большие крылья похожи на розовый веер с зелёными краями. Бабочка легко и изящно перелетает с одного колокольчика на другой. Как приятно сидеть на колокольчике и раскачиваться, как на качелях, на его тонком стебле.

Дышится легко, ровно, глубоко...

Нежный ветерок ласкает ваши крылышки, словно играет с ними. Кругом тишина, всё замерло в мире солнца и тепла...

Подул лёгкий ветерок и превратил вас вновь в человека. Вы чувствуете, что вы многое можете...

### **Лентяи**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.  
Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.  
Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).



Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

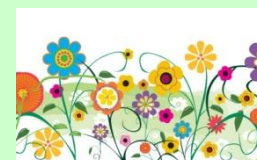
Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Сегодня мои дети много занимались, играли и наверное устали. Я предлагаю вам немного полениться. Представьте себе, что вы - лентяи и нежитесь на мягком, мягком ковре. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно.

Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает всё ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги ...(пауза – поглаживание детей).

Отдыхают ручки у ..., отдыхают ножки у ...

Приятное тепло охватывает всё ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, всё тело расслаблено. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всем телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя



лень и на счёт «три» откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

### **Сад чувств**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте, что вы входите в заброшенный сад и становитесь его садовником. Вам хочется очистить его от мокрых листьев и веток. Вы берете грабли, садовые инструменты и начинаете свою работу: собираете сухие листья, срезаете старые ветки, ходите по саду и везде наводите порядок. Сажаете новые цветы, кустарники.

Сад наполняется разными звуками: вы слышите жужжание пчел, пение птиц, невдалеке журчит ручеек... Вы отдыхаете, вас окружает прекрасная природа. Вы чувствуете себя спокойно, расслабленно, легко и радостно. Вы ощущаете запах розы, жасмина и других цветов, их так много. Как пахнет свежестью и хвоей сосны! Воздух отдает дымком. Кто-то разжег костер. Вероятно, собираются приготовить еду. Представьте что-нибудь вкусное...

Представьте, что сидите на бревне, а теперь опустите руку с края бревна, коснитесь прохладной, влажной земли. Вы можете надолго остаться в том саду.

Волшебный сад дарит за вашу маленькую заботу в благодарность возможность вернуться сюда вновь. Этот сад прекрасен, и вы можете прийти в него в любое время. Он цветет в вашем воображении, и каждый день там появляются новые ростки и цветы.

Несколько раз глубоко вдохните и выдохните. Медленно откройте глаза. Нарисуйте какой-нибудь уголок своего воображаемого сада.

### **Путешествие в лес**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать... Сегодня мы совершим маленькое путешествие в лес. Будем использовать нашу фантазию и, фантазируя, создавать различные картинки в нашем воображении.

Дышите спокойно. Представьте себе, что вы идете по лесной тропинке, прекрасный летний день, вокруг — лес. Светит солнышко, и вы ощущаете, как оно вас греет, какое оно теплое и ласковое. Дует нежный ветерок, который вас освежает. Солнце светит сквозь листву деревьев. В воздухе стоит удивительный лесной аромат.

Вы идете вперед, ощущая твердую почву, и слышите, как под ногами шелестят листья. Тропинка выводит вас к прекрасному лесному ручью, вы садитесь на камушек, он очень теплый, удобный, и глядите на воду. Она сверкает в лучах солнышка, пузырится и поет, протекая мимо вас. Вы легко можете перейти через ручеек, если захотите, но продолжаете сидеть на камушке, свесив ноги в прохладную воду. Небо синее над головой. Все дышит миром и спокойствием. Вы видите, как листья тихо падают с деревьев в воду и плывут, переворачиваясь в водном потоке. Вы слышите, как поют птицы.

Вам хорошо и спокойно. Ничто не беспокоит, все в порядке, и вы можете оставаться на этом месте, у лесного озера, в сказочном лесу столько, сколько захотите. (Пауза.)

Вы оборачиваетесь и видите оленя, который выходит из леса к другой стороне

озера. Олень останавливается и оглядывается. Вы сидите тихо-тихо, наблюдая за ним. Вам он очень нравится, и вы передаете ему свои мысли, что все в порядке и что вы его друг, он смотрит на вас и, кажется, понимает, что может вам доверять. Он склоняет голову к ручью и пьет воду. Затем медленно и спокойно поворачивается и уходит в лес, вы по-прежнему сидите на камушке, тихо и спокойно, отдыхаете и любуетесь окружающим: лесом, этим озером, вспоминаете оленя... потом вы неторопливо встаете с камушка, возвращаетесь на лесную тропинку, которая выводит вас обратно из леса в эту комнату.

### **Путешествие в волшебный лес**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).  
Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)  
Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).



Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте, что вы в лесу: где много деревьев, кустарников, всевозможных цветов. В самой чаще леса стоит белая каменная скамейка, присядьте на нее.

Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения: чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия.

Пусть они будут с вами целый день.

Пришла пора возвращаться домой.

Вы снова в этой комнате.

Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Раз, два, три.



### **Тропический остров**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Вы видите прекрасный волшебный остров. Это может быть место, где вы однажды побывали или видели на картинке, или любое, нарисованное вашим воображением.

Каждый из вас — единственный человек на этом острове. Кроме вас — только добрые звери, птицы и цветы. Какие звуки вы слышите? Какие запахи чувствуете?

Вы видите чистый берег и чистую прозрачную воду. Поплавайте в море. Какое оно? Какая погода на вашем острове?

Как вы себя чувствуете там? Ведь каждый из вас здесь совершенно один. Захватите это чувство с собой, возвращаясь назад в свою комнату. Теперь вы можете представлять этот остров, когда захотите.

Отправляйтесь в свой собственный райский уголок, на свой чудесный остров, когда захотите, в любое время.



### **Отдых на море**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть...

(пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое.

Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног и вы ощущаете приятную свежесть морской воды.

Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает лицо, шею, плечи, спину, живот, руки, ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным.

Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться.

Откройте глаза. Вы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день.



### **Путешествие к морю**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Сегодня мы с вами совершим путешествие к морю, мы будем использовать вашу фантазию, чтобы создать тот мир, который хотим увидеть. Чтобы подготовиться к путешествию, сделайте 3 глубоких вдоха и медленных выдоха. Вдох... задержите на миг дыхание, затем медленно выдохните.

Ваше тело успокаивается, расслабляется... используйте ваше воображение. Представьте, что вы находитесь на прекрасном морском берегу. Нежно и ласково светит солнышко. Вас мягко обдувает прохладный морской ветерок. Погода замечательная, вы ложитесь на песок и чувствуете его тепло. Вы закрываете глаза и слушаете звуки моря, и слышите, как тихо плещутся волны. Слышите крики морских чаек и видите, как они лениво летают в синем небе... Вам хорошо и спокойно. Вы лежите, глядя на белые пушистые облака, на морских чаек, чувствуете запах свежего, солоноватого от моря, воздуха, слушаете ритм моря, чувствуете теплоту песка. Все вокруг спокойно, и вам очень хорошо. Вы лежите на песке и отдыхаете... (пауза.)

Вы отдохнули и пора возвращаться назад.

Поднимайтесь с песка. До свидания, море. Раз, два, три! Откройте глаза.

А теперь, не торопясь возвращайтесь в нашу комнату.

### **Тихое озеро**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза).

Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте себе чудесное солнечное утро.

Вы находитесь возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, его лучи согревают вас, вы чувствуете себя все лучше и лучше.



Вы слышите пение птиц и стрекотание кузнечиков. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух прозрачен и чист. Вы ощущаете всем телом тепло солнца.

Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете.

А теперь откройте глаза. Мы в детском саду, мы хорошо отдохнули у нас бодрое настроение, и приятные ощущения будут с нами в течение всего дня.

### **Водопад**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза).

Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза)

Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Чудесный день, голубое небо, тёплое солнце. Горный воздух свеж и приятен. Вам дышится легко и свободно. Но водопад наш необычен, вместо воды в нём падает мягкий белый свет.

Представьте себе, что вы стоите под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как он льётся по лбу, затем по лицу, по шее... Белый свет течёт по вашим плечам ..., помогает им стать мягкими и расслабленными ...(пауза – поглаживание детей).

А нежный свет течёт дальше по груди у ..., по животу у ... Пусть свет гладит ваши ручки, пальчики. Свет течёт и по ногам и вы чувствуете, как тело становится мягче и вы расслабляетесь. Этот удивительный водопад из белого света обтекает всё ваше тело.

Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вздохом вы всё сильнее расслабляетесь.

А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза.

Волшебный свет наполнил вас свежими силами и энергией.



### **Придуманная страна**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно.

Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.

Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя...

(пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное.

Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Представьте, что вы находитесь в волшебной стране. Здесь живут только добрые люди и звери, растут самые красивые цветы, после дождя на небе появляется самая яркая радуга. Вам хорошо и спокойно.

Вы видите чистый берег и воду. Поплавайте в море. Ощутите приятную свежесть морской воды.

А теперь вы можете делать все, что вам хочется...

Ну вот пришла пора возвращаться домой.

Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Раз, два, три.

Расскажите о своих чувствах ощущениях, постарайтесь запомнить их.



### **Храм тишины**

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь



к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...

Вообразите себя гуляющим на одной из улиц многолюдного и шумного города... Ощутите, как ваши ноги ступают по мостовой... Обратите внимание на других прохожих, выражения их лиц, фигуры... Возможно, некоторые из них выглядят встревоженными, другие спокойны... или радостны... Обратите внимание на звуки, которые вы слышите... Обратите внимание на витрины магазинов... Что вы в них видите?... Вокруг очень много спешащих куда-то прохожих... Может быть, вы увидите в толпе знакомое лицо. Вы можете подойти и поприветствовать этого человека. А может быть, пройдете мимо... Остановитесь и подумайте, что вы чувствуете на этой шумной улице?... Теперь поверните за угол и прогуляйтесь по другой улице... Это более спокойная улица. Чем дальше вы идете, тем меньше вам встречается людей... Пройдя еще немного, вы заметите большое здание, отличающееся по архитектуре от всех других... Вы видите на нем большую вывеску: "Храм тишины"... Вы понимаете, что этот храм — место, где не слышны никакие звуки, где никогда не было произнесено ни единого слова. Вы подходите и трогаете тяжелые резные деревянные двери. Вы открываете их, входите и сразу же оказываетесь окруженными полной и глубокой тишиной...

Побудьте в этом храме...в тишине... Потратьте на это столько времени, сколько вам нужно...

Когда вы захотите покинуть этот храм, толкните двери и выйдите на улицу.

Как вы себя теперь чувствуете? Запомните дорогу, которая ведет к «Храму тишины».

Когда вы захотите, вы сможете возвращаться в него вновь.

### Мудрец из храма

Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...



Представьте себя стоящим на поляне в летнем лесу. Густая трава поднимается до колен, и лепестки цветов касаются ваших ног. Вокруг деревьев, их листвой шелестит теплый ветерок. Солнечные лучи создают причудливую мозаику света и тени. До вас доносятся пересвисты птиц, стрекотание кузнечиков, потрескивание веток. Вам приятен аромат трав и цветов. Кудрявые барашки в синеве летнего неба предвещают отличную погоду.

Вы пересекаете поляну и углубляетесь в лес. Под вашими ногами узкая тропинка. Она едва заметна в траве. Видно, по ней не часто ходят. Вы не торопясь идете по лесу и неожиданно видите сквозь крону деревьев крышу здания необычной архитектуры. Вы направляетесь к этому зданию. Деревья отступают, и вы оказываетесь перед удивительным строением. Это храм. Он стоит далеко от городов и уличной толкотни, от погони за призрачным счастьем. Этот храм — место тишины и спокойствия, место для размышлений и углубления в себя. Несколько широких ступеней ведут к тяжелой дубовой двери. Солнечные лучи играют на позолоте узоров, украшающих дверь. Вы подымаетесь по ступеням и, взявшись за золотую ручку, открываете дверь. Она поддается неожиданно легко и бесшумно. Внутри храма — полумрак и приятная прохлада. Все звуки остаются снаружи. На стенах — старинные росписи. Повсюду полки, на которых множество книг, старинных свитков. Напротив двери, через которую вы вошли, — большой дубовый стол, за которым сидит старец в белоснежной одежде. Его добрые и мудрые глаза устремлены на вас. Прямо перед ним в подсвечнике горит свеча.

Подойдите поближе к старцу. Это мудрец, знающий все сокровенные тайны

мира, события прошлого и будущего. Вы можете спросить его о том, что вас волнует, и, возможно, вы получите ответ, которого так долго искали... Мудрец указывает вам на свечу. Вглядитесь в ее живое пламя, в его волшебную сердцевину. Смотрите на него... Внутри пламени появляется сначала размытый, а теперь все более четкий образ... Переведите взгляд на мудреца. Он держит в руках календарь. На листе календаря четко выделяется дата — запомните ее...

Время посещения храма заканчивается. Поблагодарите мудреца за то, что встретился с вами...

Вы выходите из храма и прикрываете за собой дверь. Здесь, снаружи, по-прежнему солнечный день. Вы спускаетесь по ступеням и снова выходите на лесную тропинку, по которой возвращаетесь к полянке, где началось ваше путешествие. Вы останавливаетесь, в последний раз окидываете взглядом пейзаж вокруг... и вновь переноситесь сюда, в эту комнату.

### **Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании:**

#### ***«Задуй свечу»***

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дуя на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.

#### ***«Ленивая кошечка»***

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

### **Упражнения на расслабление мышц лица:**

#### ***«Озорные щечки»***

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

#### ***«Рот на замочке»***

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на “замочек”, сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы).

Ох как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с).

Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

#### ***«Злюка успокоилась»***

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть:

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (рычать).

Чтобы злоба улетела, и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

Может, даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть)».

### **Упражнения на расслабление мышц шеи:**

#### ***«Любопытная Варвара»***

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в



исходное положение, расслабить мышцы:

А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно – расслабление приятно!

### **Упражнения на расслабление мышц рук:**

#### **«Лимон»**

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить “лимон” и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон. Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю – Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов. Я лимон бросаю, руку расслабляю.

Выполнить это же упражнение левой рукой.

#### **«Пара»**(попеременное движение с напряжением и расслаблением рук).

Стоя друг против друга и касаясь выставленных вперед ладоней партнера, с напряжением выпрямить свою правую руку, тем самым сгибая в локте левую руку партнера. Левая рука при этом сгибается в локте, а у партнера выпрямляется.

#### **«Вибрация»**

Какой сегодня чудный день!

Прогоним мы тоску и лень.

Руками потрясли.

Вот мы здоровы и бодры.

### **Упражнения на расслабление мышц ног:**

#### **«Палуба»**

Представьте себя на корабле. Качает. Чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу. Руки сцепить за спиной. Качнуло палубу –перенести массу тела на правую ногу, прижать ее к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямиться. Расслабить ногу. Качнуло в другую сторону – прижать левую ногу к полу. Выпрямиться! Вдох-выдох! Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

#### **«Лошадки»**

Замелькали наши ножки,

Мы поскачем по дорожке.

Но внимательнее будьте,

Что вам делать, не забудьте!

#### **«Слон»**

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с «грохотом» опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе «Ух!».

### **Упражнения на расслабление всего организма:**

#### **«Снежная баба»**

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает

припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

#### **«Птички»**

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любят его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

#### **«Бубенчик»**

Дети ложатся на спину. Закрывают глаза и отдыхают под звучание колыбельной «Пушистые облачка». «Пробуждение» происходит под звучание бубенчика.

#### **«Летний денек»**

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

Я на солнышке лежу,  
Но на солнце не гляжу.  
Глазки закрываем, глазки отдыхают.  
Солнце гладит наши лица,  
Пусть нам сон хороший снится.  
Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!  
Прогуляться вышел гром.  
Гремит гром, как барабан.

#### **«Замедленное движение»**

Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.  
Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.  
Есть у нас игра такая—очень легкая, простая.  
Замедляется движение, исчезает напряжение.  
И становится понятно — расслабление приятно!

#### **«Тишина»**

Тише, тише, тишина!  
Разговаривать нельзя!  
Мы устали—надо спать—ляжем тихо на кровать  
И тихонько будем спать.

Электронный источник: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/12/07/psikhologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-ozdorovitel'nogo-protsesta-s>

## **АНИМАЛОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ**

*ТУХФАТУЛИНА ИЛЬМИРА ГАБЕСОВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 10*

**Цель** данных упражнений, это снятие у детей напряжение мышц тела, получать положительные эмоции, развитие доверия и чувства сопереживания к друг другу, развитие эмпатии, коррекция агрессивных тенденций в поведении, учить умению управлять своим телом.

### **«ПЕТУШИНЫЕ БОИ»**

(с 5-и лет)

Игра способствует эмоциональной разрядке, выходу агрессии, учит соблюдать правила, снимает телесные зажимы.

Дети в парах встают друг против друга на одной ноге. Руки спрятаны за спину. По команде ведущего они начинают наскакивать друг на друга, толкаться плечами, туловищем, головой, стараясь заставить соперника встать на обе ноги. Ведущий следит за соблюдением «бойцами» правил

### **«ЛЯГУШАТА»**

(с 3-х лет)

Игра развивает инициативность, смелость, способность постоять за себя, договориться с партнером по общению.

На полу раскладываются плоские обручи на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Дети — «лягушата», живущие на болоте. Обручи — «кочки», их на 2—3 меньше, чем «лягушат». Если на кочке «лягушатам» тесно, то они должны договориться, как разместиться вместе, а если не получается — прыгают на другие «кочки» и, выбирая разные стратегии (толкают, обнимают, просят подвинуться) ищут себе место «под солнцем».

Взрослый тоже прыгает по «кочкам». Если «лягушата» совсем не могут договориться между собой, он подскакивает и помогает найти выход из конфликта.

### **ТЕРЕМОК**

(с 4-х лет)

Умение договориться, работать в группе, думать о других очень важны для продуктивного общения.

На небольшом столике дети должны построить теремок и поселиться в нем. Дети советуются и выбирают роли разных животных. Задача — по очереди называя себя, занять место на столике, думая о других. Понятно, что медведь занимает много места, а мышь — мало. Пусть каждый помнит о цели — построить и заселить всеми зверями теремок, занимая свой кусочек «жилплощади»

### **«ЗВЕРИНЕЦ»**

(с 3-х лет)

Игра развивает коммуникативные способности, умение распознавать язык мимики и жестов, способствует снятию телесных зажимов.

Одна группа детей изображает движения, повадки, позы разных животных. Другая группа — зрители. Они гуляют по зверинцу, отгадывают «зверей», хвалят их и «фотографируют». Угадав всех, группы меняются ролями.

### **«СОРОКОНОЖКА»**

(с 3-х лет)

Игра развивает коммуникативные навыки, умение работать в общем режиме группы, снимает телесные зажимы

Выбирается «голова». Остальные дети приседают на корточки, берут друг друга за пояс и, следуя за «головой», стараются передвигаться всем «телом», обходя

препятствия, падая на бок, замедляя или ускоряя движение, заворачиваясь в кольцо. Задача каждого — не выбиться из общего ритма, не оторваться от частей тела.

#### «КРОКОДИЛ»

(с 3-х лет)

В игре развивается ловкость, наблюдательность, внимание, снимаются страхи. Выбирается водящий — он будет «крокодилом», — вытягивает вперед руки одна над другой, изображая зубастую пасть. Остальные дети просовывают руки в «пасть». «Крокодил» с невозмутимым видом отвлекает детей, поет песни, притопывает ногами, подпрыгивает и неожиданно смыкает руки — «пасть». Кто попался, становится «крокодилом».

#### «КЕНГУРУ»

(с 3-х лет)

Игра развивает чувство сопереживания другим, эмпатию, корректирует агрессивные тенденции в поведении, учит управлять своим телом.

На пояс детей свободно завязывают шарфик, образуя «сумку» кенгуру. В нее сажают детеныша — любимую мягкую игрушку-зверушку. По команде ведущего «кенгуру» начинают прыгать к условному месту, стараясь при этом не выронить малыша.

Руками придерживать нельзя. Побеждают самые быстрые и заботливые «кенгуру».

#### «СИМПАТИЧНЫЕ ЗВЕРЮШКИ»,

#### ИЛИ ВОЛШЕБНЫЕ ПРЕВРАЩЕНИЯ

(с 4-х лет)

Объясните ребенку, что сейчас вы будете превращаться в разных зверей. Начиная показывать, делайте это как можно смешнее и попросите ребенка, когда он догадается, изобразить зверушку самому. Выбирайте наиболее характерные движения животных.

Например, мышка — бегают на носочках мелкими шажками; заяц — прыгает, поджав лапки, и оглядывается по сторонам; лиса — плавно выхаживает, поглаживая хвост; слон — шумно переступает с ноги на ногу и медленно раскачивает головой из стороны в сторону; черепаха — медленно передвигается, вытягивая и) резко втягивая шею; тигр — напрягает передние лапы, выпускает «когти» и готовится к прыжку и т.д. Вашему воображению и фантазии детей не должно быть предела?

#### «ШАЛОВЛИВЫЕ ОБЕЗЬЯНКИ»

(с 3-х лет)

Дети делятся на пары. Договариваются быть двумя обезьянками-подружками. Одна будет показывать движения, а другая передразнивать, в точности копируя ее. Условия — не сбиваться. Можно включить веселую музыку. Порядок движений: присесть, сделать смешную рожицу, надуть щеки, улыбнуться, начать быстро растирать уши, затем нос с боков — по 10 раз. Похлопать себя по щекам, с шумом выпуская воздух, поворачивать головой 5—6 раз, попрыгать на месте 3—4 раза, сесть, изобразить смешную рожицу. Потереть живот по часовой стрелке, положив одну руку на другую, издавая при этом какие-нибудь смешные звуки. Поднять руки вверх и попрыгать, издавая победный клич. Таким образом, делается массаж, развивается внимание и наблюдательность

Литература: В.Н.Позднякова.

**КВЕСТ «В ПОИСКАХ МЕЛКОВ»**  
*ЗЮБАНОВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА*  
*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ № 138*

Цель: развитие у дошкольников умения выполнять задания посредством игровых действий.

Задачи:

- формировать у дошкольников умение выделять предмет по признакам;
- продолжать формировать у детей умения выполнять действия на слух.
- развивать у детей психические процессы: слуховое внимание, логическое мышление, память, произвольное внимание, воображение;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- формировать навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми, индивидуальных положительных качеств детей.
- создать условия для полного погружения в игровое действие, дать возможность испытать спектр положительных эмоций.

Содержание:

На территории детского сада раскладываются свертки с заданиями. Из корзины с выносным инвентарем для прогулки вынимаем цветные мелки, оставляем первый свёрток с запиской, что мелки спрятаны на участке. Мелки прячем на территории в загаданном месте.




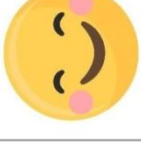


Во время прогулки педагог-психолог приходит к детям и предлагает порисовать цветными мелками. Дети находят в корзине сверток, педагог читает записку, и все отправляются на поиски следующего свертка, выполняют задания и в итоге находят мелки и рисуют на асфальте.

Материал для организации квеста.

Ребята!  
Ваши мелки спрятаны  
где-то на площадке.  
Ищите подсказки,  
выполняйте задания  
и найдёте их!  
Удачи вам!



Первую подсказку ищите в беседке.

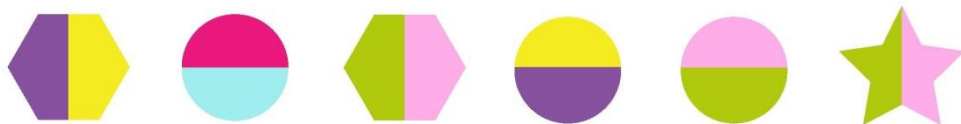
							
Б	А	Ж	О	Л	К	У	М



--	--	--	--	--	--	--

*Разгадайте шифр и найдете ваши мелки!*

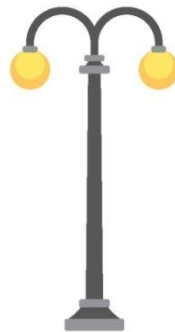
			
	К	С	Ч
	Е	А	Л
	Р	З	И



--	--	--	--	--	--

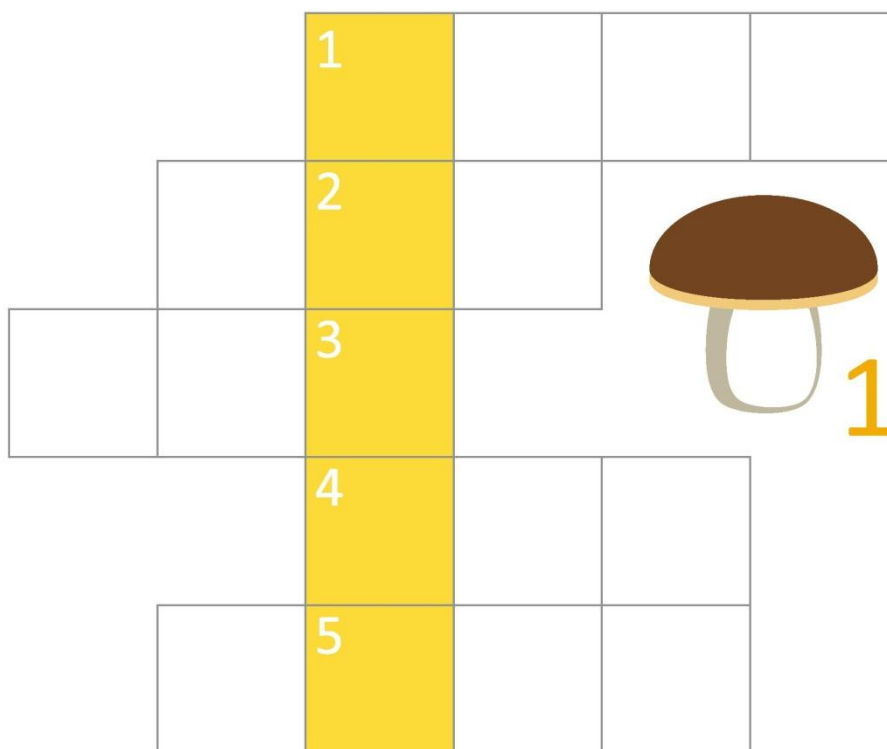
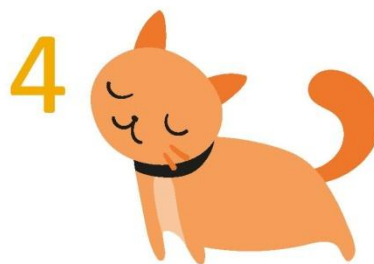
Расшифруйте слово и узнаете, где спрятано следующее письмо.

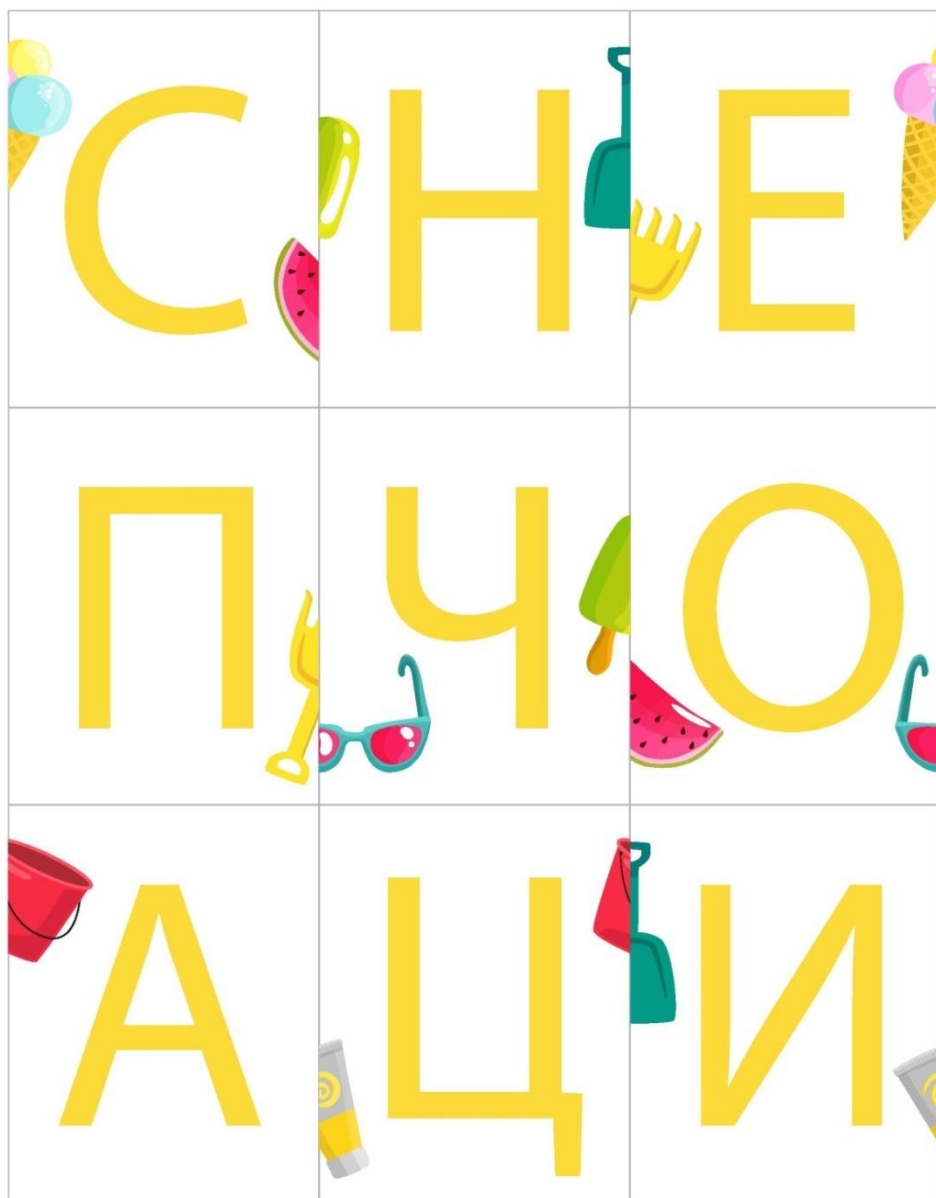




Найдите предмет, у которого нет тени, подсказка рядом с ним.

Разгадайте кроссворд,  
следующая подсказка там.





*Расшифруйте слово,  
и найдите подсказку.*

У	А	М
С	К	Е
Ч	Б	Й
Е	А	К



С							
---	--	--	--	--	--	--	--

*Расшифруйте слово и узнаете,  
где искать дальше.*

## ТЕМАТИЧЕСКАЯ НЕДЕЛЯ «РАЗНОЦВЕТНЫЕ ДНИ

КУЗМИЧЁВА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №22

Цель: развитие эмоциональной сферы, формирование социального доверия, чувства общности, сплоченности.

**Принцип проведения тематической недели** - каждый ребенок является активным участником всех событий недели

Дни недели	Тема	Цель. Задачи.	Содержание
Понедельник « В понедельник, спорует, Самый лучший - красный цвет»	«Красный цвет»	Цель:создание положительной эмоциональной атмосферы в группах. Задачи: 1.Расширять представления детей о красном цвете. 2.Развивать способность тонко чувствовать цвет. 3. Развивать эмпатию; умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других	1.Ритуал приветствия«Дерево эмоций» (все группы).2.Упражнение «Ощущение цвета» (с помощью стеклянных камешков и смайлов) (старший дош.возраст) 3.Упражнение «Найти на участке предметы красного цвета» (группа 3-4 лет) 4.Игра «Что бывает красным?» (группа 4-5 лет) 5.Упражнение «Кто самый внимательный» (старший дош.возраст) 6.Динамическая пауза «Я иду, и ты идешь» (группа 3-4 лет) 7.Упражнение «Слушаем свое сердечко»(группа 4-5 лет) 8.Коллаж «Красное сердце» (продуктивная деятельность) (старший дош.возраст) 9.Упражнение «Рукопожатие» (старший дош.возраст) 10.Ритуал прощания «Круг друзей»(все группы)
Вторник «А во вторник - желтый цвет, Потому что солнца свет»	«Страна желтого цвета»	Цель:формирование социального доверия, чувства общности, сплоченности. Задачи: 1. Активизация произвольного слухового внимания и умения концентрироваться на слуховых образах. 2.Развитие мелкой моторики рук и двигательной координации, контрастное	1.Ритуал приветствия «Дерево эмоций» (все группы) 2.Упражнение «Солнечный зайчик» (психомышечная тренировка) (группа 4-5 лет) 3.Упражнение «Ощущение цвета» (с помощью стеклянных камешков и смайлов) (старший

		<p>напряжение и расслабление кистей.</p> <p>3.Расширение представлений об эмоциях. Формирование произвольных мимических движений.</p> <p>4. Активизация творческого мышления, воображения, фантазии.</p>	<p>дош.возраст)</p> <p>4.Упражнение «Огонек» (маленькое солнышко) (старший дош.возраст)</p> <p>5.Игра «Назови желтое» (группа 3-4 лет)6.Игра «Что растет в саду, огороде» (старший дош.возраст)</p> <p>7.Упражнение «Бабочки» (группа 3-4 лет)</p> <p>8.Упражнение «Фотографии Колобка»» (группа 3-4 лет)</p> <p>9.Упражнение «Подарки от Колобка»(группа 4-5 лет)10.Упражнение «Ветерок» (группа 3-4 лет)</p> <p>11 Рисование мелками «Солнышко» (на асфальте) (все группы)11.Желтая песенка. (координация речи с движением) (старший дош.возраст)</p> <p>12.Танец жителей Желтой страны(старший дош.возраст)</p> <p>13.Ритуал прощания «Круг друзей» (все группы)</p>
<p>Среда «Цвет зеленый - огородный В среду будет самый модный!»»</p>	<p>«Зеленый цвет»</p>	<p>Цель: формирование социального доверия, чувства общности, сплоченности.</p> <p>Задачи:</p> <p>1.Способствовать развитию способности тонко чувствовать цвет и подбирать адекватные прилагательные для его описания.</p> <p>2.Способствовать развитию восприятия, внимания.</p> <p>3.Совершенствовать мелкую моторику рук и координацию движений;</p> <p>4.Продолжать учить детей снимать эмоциональное и телесное напряжение,</p> <p>5.Стимулировать развитие творческих способностей и воображения;</p> <p>6.Формировать у каждого ребенка чувства принадлежности к группе;</p>	<p>1.Ритуал приветствия «Дерево эмоций» (все группы)</p> <p>2.Игра-активизация «Что бывает зеленым?» (группа 4-5 лет)</p> <p>3.Упражнение «Ощущение зеленого цвета» (с помощью стеклянных камешков и смайлов) (старший дош.возраст)</p> <p>4.Игра «О чём расскажет зелёный огурец?» (активизация сенсорных процессов)(группа 4-5 лет)</p> <p>5.Пальчиковая гимнастика «Можжевелик» (старший дош.возраст)</p> <p>6.Упражнение-психогимнастика «Живой зелёный мир» (старший дош.возраст)</p> <p>7.Продуктивная</p>

		7.Приобщать детей к природе.	<p>деятельность «Удивительные превращения Зелёной ладошки» (группы 3-4 лет, 4-5 лет)</p> <p>8. Полив грядок на огороде» (старший дош.возраст)</p> <p>9.Ритуал прощания «Круг друзей»(все группы)</p>
<p>Четверг «Синий – неба, моря цвет, как красив наш синий цвет»</p>	<p>Путешествие в «Синюю страну»</p>	<p>Цель: формирование социального доверия, чувства общности, сплоченности.</p> <p>Задачи:</p> <p>1.Закрепление представления о синем цвете.</p> <p>2.Развитие зрительного и слухового внимания, воображения, мелкой и моторики, координации слова с движением.</p>	<p>1.Ритуал приветствия «Дерево эмоций» (все группы)</p> <p>2.Игра «Собери букет» (группа 3-4 лет)</p> <p>3.Отгадывание загадок (группы №-4 лет, 5-6 лет)</p> <p>3.Логоритмическая игра «Вышла чашка погулять» (старший дош.возраст)</p> <p>4.Упражнение «Ощущение цвета» (с помощью стеклянных камешков и смайлов) (старший дош.возраст)</p> <p>5.Игра «Озорные карандаши» (мультимедиа) (группы 3-4 лет, 4-5 лет)</p> <p>6.Игра «4-й лишний»(старший дош.возраст)</p> <p>7.Игра «Волны»(группа 4-5 лет)</p> <p>8.Просмотр мультфильма «Весёлая радуга. Синий цвет» (группы 3-4 лет)</p> <p>8.Коллективная работа «Синий кит»(группа 4-5 лет)</p> <p>9. Рисование на молоке «Цвет настроения синий» (старший дош.возраст)</p> <p>10.Ритуал прощания «Круг друзей» (все группы)</p>
<p>Пятница «Пятница – полосатница»</p>	<p>«Радужная страна» Или «Разноцветный мир»</p>	<p>Цель:развитие эмоциональной сферы.</p> <p>Задачи:</p> <p>1.Развитие психических процессов: восприятия, внимания, мышления, развитие эмоционально волевой сферы.</p>	<p>1.Ритуал приветствия«Дерево эмоций» (все группы)</p> <p>2.Раскрашивание мелками «Цветная дорожка» (группы 3-4 лет, 4-5 лет)</p> <p>3.Танец – зарядка «Солнышко лучистое любит скакать» (старший</p>

		<p>2.Повысить эмоциональный тонус, создать положительный эмоциональный настрой.</p> <p>3.Развивать слуховое внимание, произвольность, способность реагировать на инструкцию.</p> <p>4.Развивать общую и мелкую моторику. 5.Воспитывать интерес к достижению результата в выполняемой работе.</p>	<p>дош.возраст)</p> <p>4.Упражнение «Гусеница» (старший дош.возраст)</p> <p>5.Упражнение «Зажги фонарик» (группа 4-5 лет)</p> <p>6.Подвижные игры: «Разноцветные шарики», «Колпак» (группа 3-4 лет)</p> <p>7. Полянка загадок (старший дош.возраст)</p> <p>8.Медитация «Волшебный лес» (старший дош.возраст)</p> <p>9. Выставка совместных работдетей и родителей «Разноцветные дни в выходные»(все группы)</p> <p>10.Ритуал прощания «Круг друзей» (все группы)</p>
--	--	--	--

## **ПОДБОРКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР**

*ИСМАГУЛОВА АЙМАН МУХАМБЕТОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №8*

### **Игры, помогающие детям в общении**

*Игра « Катюшин день рождения»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: развитие навыков словесного общения и слушания.

Необходимое оборудование: кукла.

Ход игры. Ведущий показывает детям куклу и предлагает всем вместе придумать рассказ, о том, как маленькая девочка Катя проводит свой день рождения, какие подарки она получает, кого из друзей приглашает в гости и т. д. Взрослый начинает историю какой-нибудь простой фразой, например: «Как обычно, будильник прозвенел в семь утра. Катя открыла глазки, зевнула и посмотрела в окошко. Там она увидела...» Не завершив фразы, ведущий передает куклу одному из детей. Ребенок, получивший из его рук «Катюшку», должен продолжить фразу, завершить ее. Например, он может сказать так: «Там она увидела птичку на ветке. Птичка пела веселую песенку». После этого он передает куклу следующему игроку, и тот тоже сочиняет продолжение истории: «Потом птичка улетела, Катя встала с постели и пошла умываться». И так далее по кругу. В результате общих усилий получается настоящий рассказ про девочку Катю и ее день рождения.

Примечание. В игре участвует не менее 5—6 человек.

*Игра «Испорченный телефон»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: развитие навыков произвольного слушания и речевого общения.

Ход игры. Дети рассаживаются на стульях, расположенных по одной линии. Ведущий произносит короткое предложение шепотом в ухо первого игрока. Первый игрок таким же образом передает фразу второму игроку и т. д. Последний игрок произносит фразу вслух. Все игроки сравнивают результат с оригиналом. Затем следующая фраза передается в обратном направлении — от последнего игрока к первому.



*Теремок (сюжетно-ролевая игра)*

Возраст: 3 — 5 лет.

Цель игры: развитие навыков речевого и неречевого общения, произвольного слушания.

Ход игры. Ведущий помогает (если это необходимо) детям распределить роли. Кто-то будет мышкой, кто-то — лягушкой, зайцем, ежиком, лисцей, волком, медведем. Всех животных может быть по нескольку, а медведь только один. Игроки встают в хоровод и начинают движение по кругу со словами:

Стоит в поле теремок, теремок,  
Он не низок, не высок, не высок,  
Вот по полю, полю мышка бежит,  
У дверей остановилась и стучит.

В это время все дети, исполняющие роль мышек, вбегают в круг и говорят:

Кто, кто в теремочке живет,  
Кто, кто в не высоком живет?

Они изображают с помощью жестов, мимики, характерных звуков животное, роль которого исполняют.

Никто не отвечает, и «мышки» остаются в кругу. Хоровод продолжает движение по кругу, произнося те же слова, но называя другое животное. Дети, исполняющие роль названного животного, выбегают в круг и спрашивают:

Кто, кто в теремочке живет,  
Кто, кто в не высоком живет?

Им отвечают дети, уже стоящие внутри круга.

Я — мышка-норушка (жестами и мимикой изображая животное).

Я — лягушка-квакушка и т. д.

А ты кто?

И, получив ответ, приглашают поселиться в теремке.

Игра продолжается до тех пор, пока не останется один «медведь». Ребенок, исполняющий роль медведя, ходит вокруг обитателей теремка. На вопрос: «А ты кто?» — он отвечает: «А я мишка — всех ловишка». При этом дети разбегаются в условленные места (стулья, которые являются неприкосновенными для «медведя»). А тот, кого поймает «медведь», становится теперь водящим.

*Игра «С кем я подружился»*

Возраст: 3 — 5 лет.

Цель игры: развитие навыков неречевой коммуникации.

Необходимое оборудование: коробка с отверстиями по размеру детской руки.

Ход игры. Участники засовывают в отверстия коробки каждый по одной руке. Рука одного ребенка находит руку другого ребенка и тщательно ощупывает ее, задача игроков — запомнить ощущения. После этого ребенок должен угадать, чью руку он трогал в коробке. Обмениваться словами или другими речевыми сигналами запрещено.

Примечание. В игре участвует не менее 8 человек — по числу отверстий в коробке.

*Игра «Лев — зайчик»*

Возраст: 2 — 4 года.

Цель игры: развитие коммуникативной чувствительности ребенка.

Ход игры. Ведущий предлагает ребятам превратиться сначала в больших и сильных, потом в маленьких и слабых животных (волк — мышонок, слон — котенок, тигр — ежонок) и рассказать о своих чувствах, ощущениях.

*Игра «Большие — маленькие»*

Возраст: 2 — 4 года.

Цель игры: развитие коммуникативной чувствительности ребенка.

Ход игры. Дети поочередно изображают то маму, то ее детеныша у различных животных (слониху и слоненка, кошку и котенка), а затем делятся своими впечатлениями.

Игры, развивающие нравственные и волевые качества личности ребенка

*Игра «Ласковое имя»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: помочь детям осознать свое место в мире.

Необходимое оборудование: мяч.

Ход игры. Дети располагаются в кругу. Ведущий просит детей вспомнить, как их ласково называют дома. Затем ведущий говорит: «Сейчас мы будем бросать друг другу мячик. Тот, у кого мячик окажется в руках, должен назвать одно из своих ласковых имен. И еще — заполните того, кто бросил вам мячик, это важно. Потом, когда вы все по очереди назовете свои ласковые имена, мячик пойдет в другую сторону. И вам нужно будет бросить мяч тому, кто в первый раз бросил его вам, и произнести его ласковое имя».

*Игра «Попугай»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: научить детей распознавать чувства по интонации голоса.

Ход игры. Ведущий рассказывает, как соотносятся чувства человека и его голос. Он демонстрирует это на конкретном примере — говорит одну и ту же фразу с различной интонацией, имитируя определенные чувства. Затем ведущий произносит короткое предложение, например, «Я хочу спать». Первый участник повторяет это предложение, выражая при этом заранее задуманное чувство. Остальные игроки отгадывают, какое чувство задумал ребенок.

*Игра «Репка»*

Возраст: 3 — 5 лет.

Цель игры: научить детей взаимодействовать друг с другом, развить у них чувство взаимопомощи и справедливости.

Необходимое оборудование: небольшая игрушка «репка».

Ход игры. Детям предлагается вспомнить сказку «Репка». Ведущий помогает ребятам (если это необходимо) распределить роли. Далее дети вместе с ведущим действуют по сценарию сказки.

Ведущий рассказывает: «Посадил дед репку. Выросла репка большая-пребольшая.

Стал дед репку из земли тащить. Тянет-потянет, вытянуть не может». После этого ведущий задает вопрос: «Что же делать деду?» Дети отвечают: «Позвать бабу!»

Ребенок, исполняющий роль деда, зовет бабу. Так продолжается до тех пор, пока не будут задействованы все персонажи сказки. Когда репка будет выдернута из грядки, ведущий спрашивает, что же теперь делать с репкой. Дети (или ведущий) предлагают поделить репку поровну между всеми участниками игры.

Примечание. В качестве репки можно использовать мешочек со сладостями.

*Игра «Море волнуется»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: развитие сознательной воли и терпения. Ход игры. Из числа игроков выбирается водящий. Остальные дети встают на расстоянии 1 м друг от друга.

Водящий поворачивается к игрокам спиной и говорит: «Море волнуется — раз. Море волнуется — два. Море волнуется — три. Морская фигура, замри». Пока водящий говорит, игроки могут бегать, прыгать. Но как только произнесено слово «замри», дети замирают в позах морских животных (рыб, осьминогов, кораллов). Водящий поворачивается к игрокам, ходит между ними, рассматривает фигуры и пытается рассмешить замерших игроков. Если ему это удастся (игрок засмеялся или пошевелился), то ребенок меняется с водящим местами и сам становится водящим.

#### *Игра «Путешествие мяча»*

Возраст: 3 — 5 лет.

Цель игры: научить детей взаимодействовать, играть в команде.

Необходимое оборудование: мячи.

Ход игры. Игроки делятся на две команды и располагаются в две колонны. Первый игрок каждой команды получает мяч. Далее ведущий говорит: «Сейчас наш мяч отправится в путешествие, а вы, ребята, поможете ему. По моему сигналу вы будете передавать мяч друг другу. Если я скажу «На самолете», то вы отправите мяч в путь у себя над головами; после слов «На подводной лодке» вы начнете передавать друг другу мячик между расставленными ногами. А когда я скажу «На поезде» — мяч пойдет через «боковые ворота» (между согнутой в локте рукой и телом).

#### *Игра «Бездомный заяц»*

Возраст: 4 — 6 лет.

Цель игры: развить в детях чувство сопереживания, научить их взаимовыручке и взаимодействию.

Ход игры. Ведущий выбирает среди игроков «охотника» и «бездомного зайца». Остальные игроки образуют группы по 4—5 человек: трое или четверо, взявшись за руки, образуют домик, а один игрок располагается внутри домика. По сигналу ведущего начинается игра: «бездомный заяц» убегает от «охотника», а «охотник» старается его догнать. «Заяц» может спастись от преследователя, забежав в любой домик, но тогда находящийся в домике игрок вынужден его покинуть и сам стать «зайцем». Если «охотник» догоняет «зайца», то игроки меняются ролями. Ведущий через некоторое время может прервать игру и поменять игроков: детей, образующих домики, «охотника» и «зайцев».

### **КВЕСТ «В ПОИСКАХ ПИРАТСКОГО КЛАДА» (старшая группа)**

*ПОДКОВЫРОВА ЛЮДМИЛА АЛЕКСАНДРОВНА*

*ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МДОАУ №56*

**Цель:** Развитие познавательного интереса воспитанников, личностных качеств (инициативности, любознательности, коммуникативных навыков) через разные виды детской деятельности.

#### **Задачи:**

Образовательные:

- совершенствовать умение выделять существенные признаки предмета, строить умозаключения,
- закреплять умения: соотносить предметы, находить сходства и отличия.

Развивающие:

- развивать мыслительные операции в решении проблемных ситуаций, внимание, фантазию, пространственные представления;
- побуждать детей включаться в совместную со взрослыми игровую ситуацию;
- развить уверенность в себе, наблюдательность, сообразительность, смекалку;

- развить физические качества – быстроту, ловкость, выносливость.

Воспитательные:

- воспитывать творческую активность, инициативность, целеустремленность, умение согласовывать свои действия со сверстниками.

**Расширять и активизировать словарный запас:**

**Методы:** наглядный, словесный, практический, стимулирование.

**Приемы руководства деятельностью в ОД:**

1. Приемы постановки целей и мотивации деятельности детей: комментирование, создание комфортной психологической обстановки.

2. Приемы активизации деятельности детей в процессе ОД: беседа, создание развивающей среды, театрализация, создание проблемной ситуации, обследование, анализ, выводы.

3. Приемы организации практической деятельности детей в процессе ОД: моделирование, экспериментальная деятельность.

4. Приемы поддержания интереса у детей: ситуация выбора, планирование, физкультурная пауза, музыкальное сопровождение, чередование видов детской деятельности.

5. Приемы оценки и самооценки: поощрение, совместное с педагогом и детьми определение качества продуктивной детской деятельности, взаимопомощь детей.

Создание среды для организации и проведения ОД: элементы пиратских костюмов для детей (банданы, тельняшки и т. п.), оружие и прочее, конверты с заданиями и подсказками маршрута, сундук с сокровищами, посылка, попугай, сюрприз от пирата, мольберты, столы и стулья.

Виды детской деятельности в ОД:

Игровая.

Коммуникативная.

Познавательная – исследовательская.

**Ожидаемые результаты:**

- развитие у воспитанников интереса к познавательно- исследовательской деятельности;

- развитие логического мышления;

- формирование универсальных предпосылок к учебной деятельности;

- формирование умения действовать самостоятельно;

- воспитание нравственных качеств;

- проявление эмоциональной отзывчивости в деятельности и в общении со взрослыми и сверстниками;

- расширение и активизация словарного запаса.

**Критерии оценки деятельности детей в ходе ОД:**

1. Ребенок отвечает на поставленный вопрос.

2. Проявляет самостоятельность.

3. Проявляет интерес к познанию.

4. Активно участвует в упражнениях.

5. Эмоционально реагирует.

6. Проявляет волевое усилие.

7. Обращается в случае необходимости за помощью к воспитателю и детям, оказывает помощь своим сверстникам.

**Интеграция образовательных областей:**

Области	Интеграция	Решаемые задачи
Познавательное развитие	Классификация геометрических фигур. Экспериментальная деятельность.	Развивать логическое мышление: сравнивать, анализировать, классифицировать, обобщать. Развивать память, внимание,

		наблюдательность Формировать умение ориентироваться в пространстве.
Речевое развитие		Продолжать развивать связную, диалогическую речь. Расширять словарный запас детей.
Коммуникативное развитие	Беседа о взаимопомощи.	Воспитывать культуру поведения, активность, свободу общения в совместной деятельности, умение слушать и слышать друг друга, при затруднениях обращаться к воспитателю за помощью; использовать вербальные и невербальные средства общения.
Художественно – эстетическое развитие	Музыкальная композиция «Море». Музыкальное сопровождение познавательной деятельности.	Воспитывать эмоциональное реагирование на музыкальные произведения. Развивать у детей воображение, умение самостоятельно действовать.
Физическое развитие	Физкультминутка	Соблюдать элементарные правила здорового образа жизни, совершенствовать двигательную активность детей.

### План ОД

1. *Вводная часть:* 7 мин.  
Создание проблемной ситуации.  
Создание мотива для деятельности детей.  
Определение цели.  
Письмо пирата.  
Превращение в пиратов.
2. *Основная часть:* 22 мин.  
Решение проблемной ситуации, в совместной деятельности с детьми.  
Выполнение заданий и поиск подсказок.
3. *Заключительная часть:* 3 мин.  
Оценка деятельности детей.  
Подведение итогов ОД.  
Сюрприз от пирата.

*Длительность ОД* 30 мин.

### Содержание

*Вводная часть:* Педагог-психолог встречает детей около главного входа и показывает письмо.

Педагог-психолог: Ребята, почтальон принес необычную посылку. Интересно, кто ее прислал? Здесь указан адрес нашего детского сада, написано: «Вручить детям подготовительной группы». Давайте откроем и прочитаем?

1. Письмо Джека Воробья Йо-хо-хо! Я известный пират Джек Воробей, гроза морей и океанов, приветствую вас! Я долго ходил по морям и океанам и, сойдя на сушу, забыл в вашем детском саду сундук с сокровищами. Тот, кто пройдет все испытания, не бросит друга в беде и выполнит успешно все задания, будет находчивым, ловким, смелым, тот обязательно найдет мои сокровища!

Р. С. Ваша задача: найти сундук с сокровищами. Подсказки, как и с помощью чего найти клад, вы обнаружите в тайных местах». Ну что, ребята, хотите найти сокровища пирата Джека Воробья?..

Тогда вперед!

«Посвящение в пираты»

Психолог: Как вы думаете, вы сможете пройти все испытания и найти клад? Только настоящие пираты могут найти клад. И так нас ждет превращение - переодеваемся в пиратские костюмы! (Участники надевают банданы, шляпы на голову, повязки на глаза. Педагог-психолог становится пиратом.)

Пират: А сейчас вы принесете присягу и станете настоящими пиратами. Пират: Клянитесь быть всегда сообразительными и находчивыми пиратами!

Дети: Клянемся!

Пират: Клянитесь быть всегда вместе со своей командой и приходить на помощь своему товарищу, даже если это грозит гибелью!

Дети: Клянемся!

Пират: Клянитесь быть настоящими пиратами!

Дети: Клянемся! Клянемся! Клянемся!

Основная часть: 2. «Приключения начинаются»

1 испытание «В путь по лабиринту!»

Пират: Ну а теперь отправляемся на поиски сокровищ Джека Воробья.

В письме говорилось про подсказки, и вот чтобы получить первую вам нужно выполнить задание. «Лабиринт»

(дети получают задание на листках, необходимо найти предметы, которые нам пригодятся в поиске сокровища) Предметы мы нашли, но где искать подсказку? Как вы думаете в какой коробке лежит для нас подсказка? Как Вы догадались? (подсказка в том конверте, где есть все найденные предметы)

Пират: (читает, что написано на найденном листе) Молодцы, догадались, но приключения все впереди бегите на спортивную площадку там для вас есть послание. Пираты, все построились, вперед, за мной, не отстаем!

2 испытание «Подбери код»

Пират: Вот мы и пришли. Команда, стой, где стоишь

Перед нами новое задание «Подбери код»

Как вы думаете, что нужно сделать, чтобы выполнить задание? Посмотрите внимательно, человечки передают сигналы. Найдите в каждом ряду лишнего человечка. Молодцы. А теперь, как нам подобрать код из этих фигур? (на правильно выбранной карточке ждет следующее задание).

Пират: (читает, что написано на листе с правильным кодом) Молодцы, догадались, а теперь ищите на улице дерево, на котором сидит обезьянка!

3 испытание: Задание от обезьянки «Запомни и найди!»

Пират: Здесь задание приготовила нам обезьянка-любимица капитана. Внимательно посмотрите на лист с фигурами и постарайтесь их запомнить. (для запоминания 1 минута). А теперь найдите эти фигуры. Как нам выбрать нужную подсказку? (читает послание)

Пират: Молодцы! Вы еще на шаг приблизились к сокровищам Джека Воробья! На поиски моих сокровищ отправились корабли капитана Флинта. Не дайте им вас опередить! Корабли идут по морю, следующее задание около бассейна .

4 испытание: «Вражеский флот»

Пират: Но что я вижу для нас следующее испытание! Нужно их остановить! Пираты, за мной! На абордаж! Ищем корабли.

-Как вы думаете, как нам найти следующую подсказку? (нам опять предстоит сделать правильный выбор)

Пират: Из четырех кораблей нужно выбрать тот, на котором есть для нас послание, остальные корабли пирата Флинта.

Нам нужен небольшой корабль, у которого порваны паруса и нет изображения черепа на флаге, (корабль с полосатыми парусами). Прежде, чем дать ответ посоветуйтесь , вы не должны попасться в руки хитрым пиратам!

(пират читает послание) Молодцы, не попались на уловки Флинта! Вы близки к моим сокровищам. Для прохождения следующего испытания вам нужно выиграть подсказку, отгадав загадки)

5 испытание «Загадки»

(ребята тянут карточки, пират читает загадки , игра продолжается до тех пор, пока ребята не найдут послание от пирата, которое спрятано за картинками с ответами загадок)

Не надо путь искать на глаз

Укажет север нам (компас)

Бриги, шхуны и фрегаты

Это собственность пиратов

Отплывают от земли

Прямо в море (корабли)

Эту птицу теплых стран

Очень любит капитан

Ей секрет не доверяй

Все разболтает (попугай)

Чтобы сильная волна

Нас с места сдвинуть не могла,

За борт мы цепь бросаем

И в воду опускаем (Якорь)

Чтоб увидеть мне в доли

Как проплывают корабли

В него я быстро погляжу

И всем ребятам расскажу

(подзорная труба, бинокль)

В бинокль злюку разгляжу

И капитану доложу

Знают все прекрасно-

С ней играть опасно.

Зубы острые как нож,

Лучше ты ее не тронь!

(акула)

Ты со мною не знаком  
Я живу на дне морском  
Голова и восемь ног  
Вот и весь я (осьминог)

Великан стоит в порту  
Освещая темноту.  
И сигналит кораблям,  
Заходите в гости к нам!  
(маяк)

(читает послание)

Пират: Молодцы! Вы все ближе и ближе подходите к моим сокровищам! И вам нужна карта, чтобы их отыскать попробуйте ее собрать, но сначала выиграйте ее в поединке с пиратом!

6 испытание «Битва умов»

Пират: Каждый из вас получит возможность выиграть у меня карты, которые сможете обменять на шарики, а в них части карты, по которой мы найдем клад.

( у каждого игрока две попытки, играем в игру «Кортекс-битва умов». Дети получают столько шаров сколько выиграла карт.)

Пират: Вот мы и добрались до нашей цели! И команда наша достойна салюта!

Не забываем – нам осталось найти собрать карту Джека Воробья!

(Задача детей – лопать надувные шары. В каждом из них лежат скрученные части карты.

Заключительная часть:

7 испытание «Ищем клад»

Пират: Ура! Карта в наших руках! Йо-хо-хо! Давайте скорее ее соберем! : Но что это карту мы собрали, а где искать клад непонятно. Пират хитер, а мы хитрее.

(когда карта собрана, склеиваем ее. Переворачиваем и ребята узнают место, где спрятан клад.)

Его найти желает каждый,  
Кто слышал про него однажды.

Найти его был каждый рад –  
Большой сундук, в котором...

(Клад.)

Открываем сундук

Для пирата лучший клад- это молочный шоколад.

Вручаются памятные медали и шоколадки.

### ***Литература***

- 1.Быховский Я.С. Образовательные веб-квесты//Материалы международной конференции «Информационные технологии в образовании ИТО-99»
- 2.Сокол И.Н. Квест: метод или технология? //Компьютер в школе и семье. -2014 №2
- 3.Справочник педагога-психолога детский сад №6 2017.

## **ПРОЕКТ**

### **«Я ВСЕ ВОСПРИНИМАЮ В ПОЛОЖИТЕЛЬНОМ КЛЮЧЕ»**

***ЯКОВЛЕВА ОЛЬГА НИКОЛАЕВНА***

***ПЕДАГОГ ПСИХОЛОГ МДОАУ «92***

Предлагаю вам проект, разработанный для старших дошкольников, по теме «Я все воспринимаю в положительном ключе». Данный материал будет полезен



воспитателям и психологам. Проект направлен на снижение уровня тревожности у детей и их родителей. Поможет педагогам найти подход к детям с высоким уровнем тревожности.

**Тип проекта:** психолого-педагогический, краткосрочный

**Сроки реализации проекта:** июнь - июль. (2 месяца)

**Участники проекта:**

Педагог-психолог, дети подготовительной, старших групп, родители групп, воспитатели групп.

**Актуальность:**

Многие специалисты по дошкольному образованию констатируют, что родители меньше стали уделять внимание своим детям, мало с ними разговаривают. Некоторые родители в общении с ребенком используют авторитарный стиль воспитания: «Я взрослый - значит я прав», не считаются с мнением ребенка, предъявляют к нему завышенные или негативные требования, что впоследствии приводит к возникновению у ребенка внутреннего конфликта, повышению уровня тревожности. Высокий уровень тревожности мешает ребенку легко общаться со сверстниками и взрослыми, адаптироваться к новым социальным условиям.

Проблема: Высокая тревожность свидетельствует о том, что ребенок не может адекватно справляться с возникающими жизненными трудностями и находится в состоянии эмоциональной дестабилизации.

**Цель:** Снижение уровня тревожности у детей

**Задачи:**

Повышать самооценку

Обучать ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.

Снимать мышечное напряжение.

**Предполагаемый результат:**

У детей адекватная самооценка

Дети умеют управлять собой в волнующих их ситуациях

Родители поменяли отношение к своему ребенку, умеют с ним взаимодействовать

Воспитатели умеют использовать методы и приемы для снижения тревожности в своей деятельности

Преобладание у детей положительных эмоций.

Подбор репродукций картин.

Подбор сказок.

Подбор музыкальных произведений.

Пополнение картотеки игр и упражнений для коррекции эмоциональной сферы.

**Структура проекта:**

Взаимодействие с детьми

Взаимодействие с воспитателями

Взаимодействие с родителями

**Методы и приёмы проекта:**

Игры и упражнения для повышения самооценки

Чтение и обсуждение сказок

Психогимнастика

Релаксация

Выражение своего эмоционального состояния в рисунке, музыке.

**Материальное обеспечение проекта:**

Ноутбук

Диски с релаксационной музыкой

Подбор классической музыки различных жанров, которая соответствует эмоциональным состояниям человека

**План действий по реализации проекта**

Целевая аудитория	Срок и	Содержание	Результат
дети:	Июнь - июль	Оценка уровня тревожности Использование игр и упражнений во время режимных моментов Проведение коррекционных занятий с детьми	Тест Теммл –Дорки - Амен Картотека игр и упражнений для повышения самооценки. Картотека игр и упражнений для снижения психоэмоционального напряжения Картотека релаксации Презентация «Репродукции картин», музыка дл релаксации
родители:	Июнь - июль (по мере обращения и приглашения)	Оформление памятки «Что делать, если у ребенка высокий уровень тревожности Индивидуальные консультации с родителями по вопросам снижения уровня тревожности	Конспект практикума Наглядная информация
педагоги:	Июнь - июль (по мере обращения и приглашения)	Практическое занятие «Способы снижения уровня тревожности». Индивидуальные консультации (проведение игр в ходе режимных моментов, во время НОД)	конспект занятия

**Этапы реализации проекта:**

**1 этап. Подготовительный**

Деятельность по созданию проекта, разработка этапов проектирования, подготовка необходимой документации, анализ литературы, постановка цели и задач, определение направлений, объектов и методов исследования, выбор материалов.

**2 этап. Внедренческий**

Диагностическое обследование детей.

Проведение игр упражнений с детьми во время режимных моментов, во время развивающих занятий, 1 раз в день.

Рекомендации родителям, по организации и проведению игр и упражнений с детьми в домашних условиях.

Проведение индивидуальных, консультаций для родителей и педагогов по снижению уровня тревожности.

3 этап. **Результативный**

анализ результатов реализации проекта в ДОУ, корректировка содержания, подведение итогов;

**Измерители:**

Тест Теммл –Дорки – Амен

Приложение 1

**Памятка для родителей**

**«Что делать, если у ребенка высокий уровень тревожности»**

Полезно снизить количество замечаний. Попробуйте в течение одного только дня записать все замечания, высказанные ребенку. Вечером перечитайте список и подумайте, все ли замечания были нужны.

Ласковые прикосновения помогут тревожному ребенку обрести чувство уверенности и доверия к миру, а это избавит его от страха насмешки, предательства.

Вы должны быть единокорны и последовательны, поощряя и наказывая ребенка.

Выполняйте вместе упражнения на релаксацию под музыку.

Используйте рисование

**Перспективный план занятий с детьми старшей, подготовительной групп по снижению тревожности**

**Цель:** Снижение уровня тревожности

**Задачи:**

1. Повышение самооценки.
2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
3. Снятие мышечного напряжения.
4. Избавление от негативных эмоций.

**Методические приемы:**

Рисование.

Словесные и подвижные игры.

Элементы музыкотерапии, цветотерапии.

№	Время проведения	Наименование форм работы, игр и упражнений
1	Июнь неделя)	1)Раскрашивание контуров 2)Словесные и подвижные игры. 3)Обучение детей умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях. 4)Рассматривание репродукций картин с преобладанием голубого (презентация), Рисование красками голубого цвета круги двумя руками под песню «Колыбельная медведицы» 5)Игра "Похвалилки" 6)Упражнение «Дыши и думай красиво»
2	(2неделя)	1)Рисование голубым цветом неба под муз. «Звуки природы»: «Пение птиц» 2)Игра «Передай клубочек» 3)Упражнение «Шалтай-Болтай» 4)Словесные и подвижные игры. ...5) Игра «Похвалка»

3	(3неделя)	<p>1)Рисование голубым цветом моря под муз. «Звуки природы»: «Шум океана»</p> <p>2)Упражнение «Я могу»</p> <p>3)Упражнение “Винт”</p> <p>4)Рисовать пальчиковыми красками листья деревьев зеленым цветом различными «орудиями труда» под муз. «Звуки природы»: «В лесу»</p> <p>5)Игра "За что меня любит мама"</p> <p>6)игра «Стойкий солдатик»</p>
4	(4неделя)	<p>1)Раскрашивание квадратов зеленым цветом различными «орудиями труда» под муз. «Звуки природы»: «У ручья»</p> <p>2)«Слепой танец»</p> <p>3)“Насос и мяч”</p> <p>...4) Этюды</p>
5	<b>Июль</b> неделя)	<p>1)Рассматривание репродукций картин с преобладанием зеленого цвета (презентация), Рисование красками зеленого цвета траву и листья на деревья под муз.Шопена «Вальс ля минор»</p> <p>2)«Смелый капитан»</p> <p>3)Упражнение «Просыпайся третий глаз!»</p> <p>...4)Этюды</p>
6	неделя)	<p>1)Раскрашивание квадратов голубым цветом различными «орудиями труда» под муз. Э.Грига «Шествие гномом»</p> <p>2)Игра “Волшебный стул”</p> <p>3)Игра «Ты – лев!»</p> <p>...4)Психогимнастика</p> <p>...5)Этюды</p>
7	неделя)	<p>1)Нарисовать геометрические фигуры на листе картона и заштриховать карандашом голубого цвета под муз. Э.Грига «Шествие гномом»</p> <p>2)Игра “Зайки и слоники”</p> <p>3)Игра «Врасти в землю»</p>
8	неделя)	<p>1)Раскрашивание гроздьев винограда, размазывая пластилин зеленого цвета, листья раскрасить акварельной краской под муз. С.Рахманинова «Этюды картины ля-минор, до-минор»</p> <p>2)Игра “Смена ритмов”</p> <p>3)Упражнение «Возьми себя в руки»</p>

## Приложение 2.

Тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)

Цель методики: Определить уровень тревожности ребенка. Методика предназначена для детей 4-7 лет.

Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

Экспериментальный материал :

14 рисунков (8,5х11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Проведение исследования:

Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

Инструкция.

1 Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»

2 Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»

3 Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

4 Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»

5 Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»

6 Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»

7 Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»

8 Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

9 Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

10 Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

11 Собираание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»

12 Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

13 Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»

14 Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Анализ результатов: Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

Количественный анализ

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

Число эмоциональных негативных выборов

$$\text{ИТ} = \frac{14}{14} \times 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Приложение 3.

### **Нетрадиционные техники рисования**

#### **Кляксография**

Она заключается в том, чтобы научить детей делать кляксы (черные и разноцветные). Затем уже 3-летний ребенок может смотреть на них и видеть образы, предметы или отдельные детали.

Вам понадобится гуашь, толстая кисть и бумага (лучше 1/2 или 1/4 листа).

Согните лист бумаги пополам и разверните снова. На одной половине попросите ребёнка поставить несколько жирных клякс, мазков или завитков. Теперь согните лист снова пополам и плотно прижмите ладонью. Осторожно разверните лист. Вы увидите причудливый узор "На что похожа твоя или моя клякса?", "Кого или что она тебе напоминает?" - эти вопросы очень полезны, т.к. развивают мышление и воображение. После этого, не принуждая ребенка, а показывая, рекомендуем перейти к следующему этапу - обведение или дорисовка клякс. В результате может получиться целый сюжет.

#### **Точечный рисунок**

Детям нравится все нетрадиционное. Рисование точками относится к необычным, в данном случае, приемам. Для реализации можно взять фломастер, карандаш или обыкновенную палочку для чистки ушей. Но вот лучше всего получаются точечные рисунки красками.

Для каждого цвета вам понадобится отдельная палочка. С помощью этой техники прекрасно получаются цветы сирени или мимозы. Проведите линии-веточки фломастером. А гроздь цветов уже делайте палочками. Но это уже высший пилотаж! Не меньшее удовольствие принесет ребенку и рисование более простых вещей - цветочки и ягодки (стебельки можно нарисовать фломастером). А можно вырезать из бумаги платье (платок, скатерть, варежки) и украсить орнаментом из точек.

#### **Поролоновые рисунки**

Почему-то мы все склонны думать, что, если рисуем красками, то обязательно и кисточкой. Далеко не всегда. На помощь может прийти поролон. Советуем сделать из него самые разные разнообразные маленькие геометрические фигурки, а затем прикрепить их тонкой проволокой к палочке или карандашу (не заточенному). Орудие труда уже готово. Получается большая кисточка без волосков. Палочка держится строго перпендикулярно к поверхности листа, без наклона. Теперь его можно обмакнуть в краску и методом штампов рисовать красные треугольники, желтые кружки, зеленые квадраты (весь поролон в отличие от ваты хорошо моется). Вначале дети хаотично будут рисовать геометрические фигуры. А затем предложите сделать из них простейшие орнаменты - сначала из одного вида фигур, затем из двух, трех.

След, оставляемый такой «кисточкой» может имитировать шерсть животных, крону деревьев, снег. Палочка с поролоном обмакивается в краску (главное, чтобы не было большого количества воды), и малыш начинает ее следами покрывать лист. Пусть сначала он просто поймет, что с помощью «волшебной палочки» можно быстро и легко рисовать следы. Потом изобразите черным фломастером ветви дерева или кустик, пусть ребенок дорисует листву зеленой, желтой, красной или оранжевой краской. Нарисуйте карандашом незатейливый контур зайчика или лисицы, пусть малыш «затопчет» его своим «волшебным инструментом» — зайка и лиса получатся пушистыми, их шерстка будет казаться такой взъерошенной, что малышу непременно ее захочется потрогать.

Крайне интересно работать в этой технике с трафаретом. Вырежьте посередине плотного листа картона какое-либо изображение, например голову тигренка или медведя. Приложите картон с вырезанным трафаретом к альбомному листу и предложите малышу «затоптать» ту часть альбомного листа, который виден в отверстие трафарета. После того как ребенок сделает это, дайте работе высохнуть, после чего нарисуйте кисточкой глаза, рот, усы, полоски.

### **«Фигурная» фигурка»**

Очень интересен способ рисования карандашом, фломастером, шариковой ручкой по заранее сделанным трафаретам. Трафареты могут быть двух видов — одни вырезаны внутри листа, другие сделаны из листа и отделены от него. Маленьким детям проще обводить фигуры, выбитые внутри листа. Многие угольники и линейки имеют такие лекала. Приложите их к альбомному листу, вы просите малыша обвести фигуры. Потом убираете трафарет и вместе с ним придумываете, как можно дорисовать ту или иную форму. Ребятам 4,5-5 лет под силу будет обвести одиночные трафареты, вырезанные из картона. Это сложнее, т. к. рука плохо удерживается на внешней стороне лекала и малыш прочерчивает лишние линии. Но заинтересовать детей можно содержанием трафаретов: для мальчиков — это силуэты машин и самолетов, для девочек — животные, матрешки, банты и домики. Обведя лекала, дети могут закрашивать их изображения фломастерами и красками, штриховать различными линиями: прямыми, волнистыми, зигзагообразными, с петлями, волнообразными с острыми вершинами. Трафареты могут помочь при создании собственных рисунков, они дополняют то, что создал сам малыш.

Можно затеять игру: ребенок обводит различные предметы, а вы отгадываете, что это такое. Во-первых, не все предметы можно обвести. Находя их, малыш поймет, в чем разница между объемными и плоскими предметами или вещами, у которых есть хотя бы одна ровная сторона, и тех, у которых таковые отсутствуют. Во-вторых, самому, без помощи взрослого непросто обвести тот или иной предмет. А в-третьих, в этой игре роли меняются: малыш ставит родителей в тупик, а взрослые силятся найти ответ. Все это радует ребенка, обеспечивая ему прилив творческих сил.

### **Загадочные рисунки**

Загадочные рисунки могут получаться следующим образом. Берется картон размером примерно 20x20 см. И складывается пополам. Затем выбирается полушерстяная или шерстяная нитка длиной около 30 см, ее конец на 8 - 10 см обмакивается в густую краску и зажимается внутри картона. Следует затем поводить внутри картона этой ниткой, а потом вынуть ее и раскрыть картон. Получается хаотичное изображение, которое рассматривают, обводят и дорисовывают взрослые с детьми. Чрезвычайно полезно давать названия получившимся изображениям. Это сложная умственно-речевая работа в сочетании с изобразительной будет способствовать интеллектуальному развитию детей дошкольного возраста.

### **Рисование мелками**

Дошкольники любят разнообразие. Эти возможности предоставляют нам обыкновенные мелки, сангина, уголь. Гладкий асфальт, фарфор, керамическая плитка, камни - вот то основание, на которое хорошо ложится мелок и уголь. Так, асфальт располагает к емкому изображению сюжетов. Их (если нет дождя) можно развивать на следующий день. А затем по сюжетам составлять рассказы. А на керамических плитках (которые порой в остатках хранятся где-нибудь в кладовой) мы рекомендуем изображать мелками или углем узоры,

маленькие предметы. Большие камни (типа валунов) просятся украсить их под изображение головы животного или под пенек. Смотри, что или кого по форме камень напоминает.

### **Рисуем пеной**

Возьмите краски, шампунь, воду, стакан и трубочку для коктейлей. И набулькайте себе в стакане много цветных пузырей. А потом вместе с детьми прикладывайте бумагу к разноцветной пене, и там отпечатывались цветы, салюты, мороженое и многое другое, что вы с малышом можете увидеть.

### **Метод волшебного рисунка**

Реализуется этот метод так. Углом восковой свечи на белой бумаге рисуется изображение (елочка, домик, а может быть целый сюжет). Затем кистью, а лучше ватой или поролоном, краска наносится сверху на все изображение. Вследствие того, что краска не ложится на жирное изображение свечой - рисунок как бы появляется внезапно перед глазами ребят, проявляясь. Можно такой же эффект получить, рисуя вначале канцелярским клеем или кусочком хозяйственного мыла. При этом не последнюю роль играет подбор фона к предмету. К примеру, нарисованного свечой снеговика лучше закрасить голубой краской, а лодочку зеленой. Не нужно беспокоиться, если при рисовании начнут крошиться свечи или мыло. Это зависит от их качества.

### **«Странные узоры»**

Взять ватман и маленький апельсин (мандарин) или мячик, вылить немного краски разного цвета на лист и катать мячик по листу в разных направлениях. Потом «оживлять» полученное.

### **Метод пальцевой живописи**

Вот еще один из способов изображать окружающий мир: пальцами, ладонью, кулачком, ступней ноги, а может быть, и подбородком, носом. Не все воспримут такое утверждение серьезно. Где же грань между шалостью и рисованием? А почему мы должны рисовать только кисточкой или фломастером? Ведь рука или отдельные пальцы - это такое подспорье. Причем указательный палец правой руки слушается ребенка лучше, чем карандаш. Ну, а если карандаш сломался, кисточка вытерлась, фломастеры кончились - а рисовать хочется. Есть еще одна причина: иногда тематика просто просит детскую ладошку или пальчик. Например, рисование дерева ребенок лучше исполнит руками, чем другими орудиями. Пальцем он выведет ствол и ветви, затем (если осень) нанесет на внутреннюю сторону руки желтую, зеленую, оранжевые краски и нарисует сверху багряно-красное дерево. Хорошо ещё смешивать несколько цветов и оттенков. Например, сначала прикладываете желтую краску, а потом коричневую или оранжевую, получается пушисто! Хорошо, если мы научим детей пользоваться пальцами рук рационально: не одним указательным пальцем, а всеми.

### **Метод монопии**

Два слова об этом, к сожалению, редко используемом методе. И напрасно. Потому что он таит в себе немало заманчивого для дошкольников. Если кратко сказать, то это изображение на целлофане, которое переносится потом на бумагу. На гладком целлофане рисуем краской с помощью кисточки, или спички с ваткой, или пальцем (не надо единообразия). Краска должна быть густой и яркой. И сразу же, пока не высохла краска, переворачивают целлофан изображением вниз на белую плотную бумагу и как бы промокают рисунок, а затем поднимают. Получается два рисунка. Иногда изображение остается на целлофане, иногда на бумаге.

### **Рисунок под пленкой**

На картон или бумагу выдавливаем краску, сверху кладем пленку и разглаживаем ватой, потом резко отдергиваем пленку. Таким образом хорошо получается закат, море, огонь.

### **Рисование на мокрой бумаге**

До недавних пор считалось, что рисовать можно только на сухой бумаге, ведь краска достаточно разбавлена водой. Но существует целый ряд предметов, сюжетов, образов, которые лучше рисовать на влажной бумаге. Нужна неясность, расплывчатость, например, если ребенок хочет изобразить следующие темы: "Город в тумане", "Мне приснились сны", "Идет дождь", "Ночной город", "Цветы за занавеской" и т.д. Нужно



научить дошкольника сделать бумагу немного влажной. Если будет бумага излишне мокрой - рисунок может не получиться. Поэтому рекомендуется намочить в чистой воде комочек ваты, отжать ее и провести или по всему листу бумаги, или (если так требуется) только по отдельной части. И бумага готова к производству неясных образов.

**Рисуем с помощью открыток**

Почти в каждом доме хранится масса старых открыток. Переберите вместе с детьми старые открытки, научите вырезать нужные образы и наклеивать к месту, в сюжет. Яркое фабричное изображение предметов и явлений придаст даже самому простому незатейливому рисунку вполне художественное оформление. Трех-, четырех- и даже пятилетнему ребенку порой сложно нарисовать собаку и жука. Их можно взять готовыми, а к собачке и жучку пусть он дорисует солнышко, дождик и будет очень рад. Или если вместе с детьми вырезать из открытки и наклеить сказочный домик с бабушкой в окошке, то дошкольник, ориентируясь на свое воображение, знание сказок и изобразительные навыки, бесспорно, дорисует что-то к нему.

**Зеркальная копия**

Еще один способ основан на том, что силуэт, нарисованный красками, может легко отпечататься при накладывании на него листа бумаги. Последовательность работы такая: лист сгибается пополам, разворачивается, поверхность слегка смачивается водой. На одной половине листа рисуется красками силуэт какого-либо предмета или часть симметричного изображения, например, половина елочки, половина цветка, половина домика. Лист складывается и сильно прижимается рукой. Развернув лист, вы увидите целое изображение или два предмета (если вы на одной половине рисовали целый предмет). Этот способ по душе многим малышам, детям кажется чудом появление на второй половине листа такого же изображения. Когда работа подсохнет, детали могут быть дорисованы фломастерами, карандашами или красками.

**Чей след**

Другой способ рисования, а точнее, печатания основан на возможности многих предметов оставлять красочные отпечатки на бумаге. Вы берете картофелину, разрезаете ее пополам и из одной половинки вырезаете квадратик, треугольник, ромбик, цветочек или что-нибудь интересное. Причем одна сторона печати должна быть плоской для прикладывания к бумаге, а за другую вы будете держаться рукой. Потом вы или ребенок макаете такую печатку в краску (лучше гуашевую) и прикладываете к бумаге. Как вы догадываетесь, остается отпечаток. С помощью этих печаток можно составлять бусы, орнаменты, узоры, мозаики.

Штампиком может служить не только картофелина, а так же и крышки от бутылок, колпачки от фломастеров, пуговицы, небольшие коробочки и т.п.

Можно попробовать изобразить что-нибудь по принципу конструирования из разных деталей. Например, машину (катушка - колёса, кубики - кузов и окно); замок волшебницы, животных и т.д.

**Соленые рисунки**

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. Попробуйте, это очень увлекательно!

**Зубная краска**

Или давайте создадим зимние пейзажи еще одним способом — рисуя зубной пастой. Предварительно малышу надо объяснить, что это творческий поиск, и такое использование зубной пасты не дает ему право выдавливать ее на полу, полках и столах. Вместе с малышом 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. Для творчества лучше всего использовать отечественный продукт — он быстрее засыхает.

**Рисунок с рельефом**

В краску добавляется мука, наносится на лист. Картонная полоска нарезается зубцами и прочерчиваем узоры вдоль и поперек. Из высохшего листа вырезаем форму, например вазу.

Нарисуем на белом листе цветы, а потом приклеиваем. Прочерчивать можно и палочкой, зубочисткой, вилкой, спичкой.

### **Клеевая картина**

Выдавливает на изображение на бумаге клей, даем высохнуть, а потом закрашиваем краской, получается рельеф.

Как художник художнику

А вот совсем необычный путь! Надо раздобыть большой лист бумаги. Вы просите малыша лечь на такой лист и обводите его. Конечно, лучше, чтобы он влез весь (этого можно добиться склеив два или три листа ватмана) или, на крайний случай, чтобы поместилось туловище и голова. Вы обвели малыша, а теперь пришло его время — пусть он попробует разукрасить силуэт: нарисовать глаза, рот, волосы, украшения, одежду. Если ребенок мал, то выполняйте эту работу вместе — малыш предлагает, а вы, восхищаясь его фантазией, рисуете вместе с ним.

### **Дождливые фантазии**

Еще один вариант нетрадиционного рисования заключается в следующем: во время дождя или снегопада вы смело открываете окно и выставляете меньше чем на минуту лист бумаги, держа его горизонтально. Вы, наверное, догадались, что капли дождя или снега останутся на листе. А этого мы и добивались. Теперь следы непогоды могут быть обведены и превращены в сказочные существа. Их также можно соединить между собой, отгадывая, что за образ получается.

### **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 название.

### **Картинка с двух сторон**

Вам понадобится картонный лист, широкая кисть, скрепки, цветные карандаши. Сначала надо закрасить любой краской лист картона (подойдет старая картонная папка). Сразу же, пока краска не высохла, положите сверху лист обычной белой бумаги (лучше писчей). Прикрепите бумагу скрепками и пусть ребёнок нарисует что-то цветным карандашом на белом листе. Если хотите, можете использовать раскраску, но рисунок должен быть простым - какой-нибудь предмет. Когда рисунок будет закончен, открепите и снимите бумагу. Смотрите, что получилось - на той стороне, что была прижата к папке, получилась цветная картинка с выпуклым, как бы оттиснутым рисунком.

### **Царапки**

Возьмите густую не разведенную водой краску (лучше использовать акриловую или гуашь) и нарисуйте цветное пятно. Кусочком картона или вязальным крючком процарапайте линии. А можно вырезать картон зубчиками и процарапать в краске гребешочки. Крючком процарапайте разные завитки. Краем картона выдавите линии крест-накрест. Сделайте отпечатки колпачком фломастера. После того как ребенок освоит эту технику, можно приступать к созданию картины. Для этого на нескольких листах бумаги нанесите краску разных цветов и разными способами процарапайте поверхность. Теперь собирайте композицию. Например, из кусочка с гребешками вырежьте водоем, из завитушек - небо с облаками, из чешуйчатой поверхности сделайте змейку и так далее. Вырезанные элементы наклейте на чистый лист бумаги.

### **Рисуем гуашью методом тычка**

Понадобится гуашь, кисточка, альбомные листы. Ребёнок держит в руках кисточку и ставит её на бумагу перпендикулярно. Покажи, как кисточка у тебя прыгает! Таким методом тычка можно нарисовать салют, можно раскрасить пушистую кошку (кошку заранее следует нарисовать фломастером или карандашом), можно раскрасить и цветы.

### **Техника разбрызгивания**

Опустите зубную щетку в один цвет краски. Держите щетку над бумагой. Пальцем распыляйте краску – разбрызгивайте по листу. Можно использовать несколько цветов. Таким же способом можно делать рисунки с помощью трафарета.

На цветную бумагу наложите трафарет. Это могут быть различные цветы, силуэты домов,

деревьев. В баночке из-под йогурта жидко разведите краску. В краску опустите зубную щетку и проведите линейкой по щетине щетки в направлении к себе, разбрызгивая краску вокруг силуэта. Старайтесь, чтобы весь фон был покрыт крапинками. Снимите трафарет и дорисуйте детали на “незапятнанной” части рисунка. Можно так же использовать в качестве трафаретов листья деревьев.

### **Осенняя картина**

Соберите с малышом несколько листочков разных деревьев. На нижнюю часть листа (там, где выступают жилки) нанесите ровный слой краски. Аккуратно положите лист на бумагу окрашенной стороной вниз, сверху прижмите сооружение салфеткой. Теперь можно убирать салфетку и листок, а на бумаге останется симпатичный отпечаток. Для осенней картины сделайте на бумаге красные, желтые, зеленые и оранжевые отпечатки листьев разных деревьев.

### **Учимся делать фон**

Обычно дети рисуют на белой бумаге. Так отчетливее видно. Так быстрее. Но некоторые сюжеты требуют фона. И, надо сказать, на сделанном заранее фоне лучше смотрятся все детские работы. Многие дети делают фон кисточкой, к тому же обыкновенной, маленькой. Хотя есть простой и надежный способ: делать фон ватой или кусочком поролона, смоченным в воде и краске.

### **Коллаж**

Само понятие объясняет смысл данного метода: в него собираются несколько вышеописанных. В целом нам в идеале кажется важным следующее: хорошо, когда дошкольник не только знаком с различными приемами изображения, но и не забывает о них, а к месту использует, выполняя заданную цель. Например, один из детей 5-6 лет решил нарисовать лето, и для этого он использует точечный рисунок (цветы), а солнышко ребенок рисует пальцем, фрукты и овощи он вырежет из открыток, тканями изобразит небо и облака и т.д. Предела совершенствованию и творчеству в изобразительной деятельности нет.

Английский педагог-исследователь Анна Роговин рекомендует все, что есть под рукой, использовать для упражнений в рисовании: рисовать тряпочкой, бумажной салфеткой (сложенной много раз); рисовать грязной водой, старой чайной заваркой, кофейной гущей, выжимкой из ягод. Полезно так же раскрашивать банки и бутылки, катушки и коробки и т.д. Выдуваем из соломки

Понадобится трубочка для питья. Можно использовать или темперу или акриловые краски, чтобы создать уникальную картину, используя только навыки выдувания из соломки. Разведите немного краски водой.

Налейте небольшое количество одного из цветов на бумагу. Держите один конец трубочки около краски и раздувайте ее во всех направлениях. Угадывайте, что у вас получилось.

Чудо – рисунок

Предложите ребенку нарисовать портрет мамы, бабушки, животное или что-либо еще из разных цветов (ромашки, колокольчика, розы ...), из овощей (огурцы, морковки, арбузы), из зайчиков, мишек, котиков.

## **ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВО ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ «СОЛНЕЧНЫЙ ЛУЧИК»**

*ЯКОВЛЕВА ОЛЬГА НИКОЛАЕВНА*

*ПЕДАГОГ ПСИХОЛОГ МДОАУ «92*

Участники проекта: психолог, дети второй младшей группы.

Срок реализации: 2 недели.

Тип проекта: краткосрочный, познавательный – развивающий.

Возраст детей: 3-4 года.

**Актуальность проблемы:** Название проекта выбрано не случайно. Без солнышка невозможна жизнь и развитие всего живого на земле – и животных и растений. Согревая лучами землю, солнышко радует всех людей – и взрослых, и детей. Использование

изображения солнышка в качестве сюрпризного момента на занятиях помогает в игровой форме ввести детей в увлекательный мир природы, повышая интерес к миру растений и животных. Как добрый и ласковый друг, солнышко сопровождает ребенка все детство, ведь с самого рождения ребенок является первооткрывателем, исследователем того мира, который его окружает. Для него все впервые: солнце и дождь, слезы и радость, цветы и деревья, радуга, времена года и многое другое. Самостоятельно ребенок не может найти ответ на все интересующие вопросы – ему помогают родители, педагоги. В ходе реализации проекта дети получают знания о природном объекте – солнце и его влиянии на окружающий мир.

**Цель проекта:** Формирование первичных представлений о солнце, положительного отношения к природе, активного словаря через организацию разных видов деятельности: игровой; познавательной (наблюдения, эксперимент, художественное слово); продуктивной.

**Задачи:**

1. Дать детям элементарные представления о природном объекте – солнце, его влиянии на окружающий мир.
2. Формирование познавательной активности детей при проведении экспериментов, наблюдений.
3. Обогащение словарного запаса детей по данной теме.
4. Закрепление понятия «желтый», «круглый», «похоже», «не похоже».
5. Воспитание у детей правильного отношения к поведению на солнце, к правилам безопасности.

**Ожидаемый результат:**

- обогащение активного и пассивного словаря детей за счет слов: «яркое», «светлое», «теплое», «светит», «улыбается», «греет» и т. д.
- познавательный интерес к экспериментам;
- развитие у детей наблюдательности;
- узнают и называют жёлтый цвет.

**Подготовительный этап:**

1. Беседы с детьми, для выявления знаний детей о солнце.
2. Подготовка стихотворений, потешек, загадок, игр о солнце, иллюстративного материала.
3. Подготовка атрибутов для игр, занятий.

**Основной этап:** виды деятельности:

1. Чтение художественной литературы.

Чтение и заучивание потешки «Солнышко», «Солнышко-ведрышко!».

Музыкально-художественная.

Физкультминутка – песня «Я на солнышке лежу».

2. Двигательная.

Подвижная игра «Солнышко и дождик», «Солнечные зайчики».

3. Коммуникативная.

Дидактическая игра «На что похоже?» (по форме, цвету, ощущениям).

4. Познавательно-исследовательская.

- Знакомство с правилами безопасного поведения в солнечную погоду (для чего нужны солнечные очки, панамка и др.)

- Наблюдение за восходом и закатом солнца (по возможности в группе, по иллюстрациям, с помощью родителей дома);

- Наблюдение за изменениями в природе, связанных с солнцем; опыты и эксперименты:

- Наблюдение на прогулке: предметы на солнце отбрасывают тень. Цель: помочь увидеть детям свою тень. Наблюдение: можно ли увидеть тень в пасмурную погоду?

- Эксперимент «Холодно – тепло» :

Предложить потрогать предметы на солнце и в тени. На солнышке предметы нагреваются, в тени – нет.

5. Продуктивная.

Проведение занятия по рисованию «Солнышко лучистое».

Проведение занятия по лепке по теме «Лучики для солнышка».

6.Использование атрибута «Солнышко» в качестве сюрпризного момента на итоговом занятии «В гости к солнышку».

7. Комплекс утренней гимнастики «Лучистое солнышко».

8. Комплекс гимнастики после сна «В гостях у солнышка».

9. Познавательная- исследовательская.

Проведение наблюдений за восходом и закатом солнца (по возможности в группе, по иллюстрациям, с помощью родителей дома), просмотр мультфильма «Паровозик из Ромашкова».

10.Познавательная- исследовательская.

Эксперимент «Холодно - тепло».

#### **Заключительный этап:**

Подведение итогов проекта.

Подготовка презентации по фотографиям.

В перспективе –

1.Эксперимент с растениями «Растения и солнце».

2. Эксперимент «Лед – вода».

3. Наблюдения за сезонными изменениями природы, связанными с солнцем (наблюдение за деревьями, травой, цветами).

4.Правила поведения в солнечную погоду (для чего нужны солнечные очки, панамки и др.)

5.Закаливание солнцем.

**Вывод:** Хотелось дать детям элементарные представления о солнце и его влиянии на природу. А также вовлечь каждого участника в активный, познавательный и творческий процесс.

В процессе реализации данного проекта дети с интересом наблюдали за деятельностью солнца, делали выводы о его влиянии на природу. Это способствовало развитию познавательных способностей детей, наблюдательности и развитию творческого воображения.

Литература:

1. Давыдова Г. Н « Пластилинография для малышей» – 3. Автор: Давыдова Г.Н.

Издательство: Скрипторий 2003 Год: 2008.

2. Колдина, Д. Н. Лепка и рисование с детьми 2-3 лет. Конспекты занятий/Д. Н. Колдина. – М.,2009.

3. Янушко, Е. А. Лепка с детьми раннего возраста. 1-3 года. /Е. А. Янушко. – М., 2005.

4. Янушко, Е. А. Развитие речи у детей раннего возраста. 1-3 года. /Е. А. Янушко. – М., 2010.

5. Теплюк С.Н. «Занятия на прогулке с малышами».

6. Материал из интернета.

7.Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду»-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

*Приложения к работе «Проектная деятельность во второй младшей группе «Солнечный лучик».*

1.Конспект НОД по рисованию на тему «Солнышко лучистое».

2.Конспект НОД по лепке на тему «Лучики для солнышка».

3.Конспект НОД «В гости к солнышку».

4.Комплекс утренней гимнастики «Лучистое солнышко».

5.Комплекс гимнастики после дневного сна «В гостях у Солнышка».

6.Подвижная игра «Солнечные зайчики».

7.Физкультминутка- песня «Я на солнышке лежу».

8.Потешки и стихи о солнышке.

9.Фотоальбом.

Результаты проекта.

Проект «Ласковое солнышко» краткосрочный и длился 2 недели. Так как проект познавательный – развивающий, дети узнали много о природном объекте – солнце и его

влиянии на окружающий мир, наблюдали за изменениями в природе, связанные с солнцем. Дети узнали, что благодаря солнцу живут растения, люди, животные, без солнца не было бы жизни на Земле.

Во время эксперимента «Холодно- тепло» дети узнали, что солнышко греет, от него тепло, светло, а без солнышка – холодно и темно. Обогатился активный и пассивный словарь детей за счёт слов «яркое», «светлое», «ласковое», «светит», «улыбается, греет» и т.д. Появился интерес к экспериментальной деятельности, дети стали более наблюдательными и любознательными.

Во время подвижных игр «Солнышко и дождик», «Солнечные зайчики» дети научились осознанно и осмысленно выполнять действия с текстом. На непосредственно организованной деятельности научились изображать солнце. Выучили стихотворение «Солнышко».

Таким образом, задачи и цели проекта были выполнены: даны элементарные представления о солнце; сформирована познавательная активность детей при проведении экспериментов, наблюдений, обогащён словарный запас.

#### Приложение 7

#### **Физкультминутка – песня «Я на солнышке лежу»**

##### **Цель:**

- 1.Формирование умения детей сопровождать речь движениями.
- 2.Спеть детям «Песенку львенка и черепахи», сопровождая ее соответствующими движениями. Когда малыши хорошо запомнят текст и сопровождающие его движения, попросить их допевать пропущенные слова.

Я на солнышке лежу,  
(медленно поворачивать голову из стороны в сторону)  
Я на солнышко гляжу,  
Все лежу и лежу  
И на солнышко гляжу.  
Крокодил-дил-дил плывет.  
(развести руки в стороны)  
Носорог-рог-рог идет.  
(ходить вперевалку)  
Только я все лежу  
(поворачивать голову из стороны в сторону)  
И на солнышко гляжу.  
Рядом львёночек лежит  
И ушами шевелит,  
(приставить прямые ладони к ушам и пошевелить ими из стороны в сторону)  
Только я все лежу  
(поворачивать голову из стороны в сторону)  
И на солнышко гляжу.

#### Приложение 8 Потешки, заклички, стихи о солнышке.

Солнышко-ведрышко!  
Взойди поскорей,  
Освети, обогрей  
Телят да ягнят,  
Еще маленьких ребят.  
Гори-гори ясно! Е. Благинина

Солнышко, солнышко,  
Ты не спи за тучей!  
Солнышко, солнышко,  
Покажись нам лучше!  
Из-за тучки появись!  
Нам скорее улыбнись!  
По тебе мы все скучаем!  
Поскорее к нам явись!

Солнышко красно,  
Гори-гори ясно!

В небе рыбкой поплыви,  
Нашу землю оживи,  
Всех на свете ребятишек,  
Обогрей, оздорови!

Ласточки-касаточки,  
Скорее к нам летите,  
Из дальних стран спешите,  
И весну на крылышках  
И тепло несите

В.Шипунова

## Приложение 2

### **Конспект НОД по лепке на тему «Лучики для солнышка».**

**Цель:** Учить в сотворчестве с педагогом и другими детьми создавать выразительный образ весёлого солнышка.

#### **Программное содержание:**

*Образовательная область «Художественное творчество»:* формирование умения детей изображать солнышко из пластилина, вермишели.

*Образовательная область «Познание»:* знакомство детей с доступными явлениями природы; развитие мелкой моторики рук.

*Образовательная область «Здоровье»:* формирование правильной позы при лепке: сидеть свободно, не наклоняться низко над столом.

*Образовательная область «Физическая культура»:* развитие стремления играть в подвижные игры с простым содержанием.

**Материал:** пластилин, доски для лепки, бумажные салфетки, вермишель.

#### **Ход занятия.**

Игра-приветствие: «Здравствуй, друг». (*Установление эмоционального контакта.*)

Подойди ко мне, дружок.

Соберемся все в кружок.

Мы за руки все возьмемся.

И друг другу улыбнемся.

Здравствуй, друг. Здравствуй, друг.

Здравствуй, весь наш дружный круг!

Психолог: Посмотрите дети, как светло у нас с в **группе**. Вы знаете, почему (*ответы детей*)  
Когда просыпается **солнышко** и протягивает нам свои **лучики**, становится светло и радостно.

Посмотрите на картину (*показывает картину с изображением солнца*). На картине мы видим круглое желтое **солнце**. Вот и к нам оно заглянуло, чтобы порадовать нас своим светом и теплом.

Психолог: рассказывает стишок «*Смотрит солнышко в окошко*» А. Барто

Светит в нашу комнатку.

Мы захлопаем в ладошки:

Очень рады **солнышку**.

Ребята, **солнышко не появляется**, видимо, ему нездоровиться. А давайте, пока **солнышко болеет**, мы его слепим. Может быть, тогда оно разгонит тучи, и начнет всем дарить свое тепло. Значит мы будем лепить из пластилина.

- У вас на столе лежат желтый пластилин и голубой картон. Сначала возьмите пластилин желтого цвета, разделите стекой на несколько кусочков. Одну часть положите между ладошками. Скатывайте шарик круговыми движениями слева направо (справа налево,

надавливая на него ладошкой. Готовый шар положить на середину картона и расплющить, чтобы шарик **солнышко** закрепился на картоне.

- Вот какие красивые **солнышки** получились.

Психолог: Посмотрите, у меня в окошке светит **солнышко** (обращает внимание детей на мольберт, на котором приклеен лист бумаги с наклейным жёлтым кругом).

Только мне кажется, что у моего **солнышка**, чего-то не хватает. Как вы думаете, чего (*ответы детей*)

Правильно. Сейчас мы сделаем **лучики солнышку**. Какого цвета пластилин мы возьмем для **лучиков**? (*ответы детей*).

Правильно мы возьмем пластилин желтого цвета, разделим комочек на несколько кусочков и раскатаем колбаски. Из нашего кусочка пластилина нужно сделать тоненькие **лучики**.

Поэтому надо раскатывать пластилин посильнее. Вот один **лучик готов**. Посмотрите, какой **получился луч**! Вылепленные **лучики прикладывайте к солнышку**. А еще лучи можно сделать из спиралек, вот так.

Психолог: Давайте, посмотрим какое же **солнышко у нас получилось** (*ответы детей: круглое, желтое, лучистое*). Правильно! Теперь оно будет светить ярко!

Посмотрите, как оно протянуло всем нам свои **лучики**! Молодцы!

Вы устали ребята? (*да*)

Психолог: Давайте поиграем в игру называется «**Солнышко и дождик**»

*Когда я показываю солнышко вы гуляете по группе, а когда покажу солнышко с зонтиком, то все подбегаете ко мне.*

Итог

- Что мы сегодня лепили? (*солнышко*)

-Из чего мы лепили **солнышко**?

-**Солнышко какое оно?** (*лучистое, желтое, радостное, круглое*)

-Какую игру мы сегодня играли?

-Вам интересно было?

Приложение 1

**Конспект НОД по рисованию на тему «Солнышко лучистое».**

**Программное содержание:**

продолжать вызывать интерес к рисованию;

формирование умения рисовать округлые формы (солнышко) слитным и безостановочным движением закрашивать внутри контура;

закрепление цвета, формы;

воспитание интереса к окружающему миру, создание радостного настроения;

развитие мелкой моторики пальцев рук, артикуляционной моторики.

обогащение словарного запаса (солнце, солнышко, лучик, лучистое, теплое, яркое, светит, греет).

**Предварительная работа:** наблюдение, рассматривание иллюстрации, чтение потешек, стихов, беседа.

**Материалы:** плоскостное изображение солнышка, зонтик, гуашь желтого цвета, кисточки, листы для рисования, салфетки, музыкальное сопровождение.

**Ход занятия:**

*Психолог*: Ребята, давайте посмотрим в окошко, а что там так светит ярко? Послушайте загадку и попробуйте её отгадать:

Круглое, теплое,

Красивое, доброе

Всем светит,

Всем греет,

Всех веселит,



Всем здоровья дарит.

*Дети:* Это солнышко.

*Психолог:* Правильно, ребятки это солнышко (показывает картинку солнышка) .

Давайте поиграем в игру «Солнышко и дождик» (проводится игра под музыку).

Воспитатель показывает картинку солнышка и приглашает детей на прогулку, дети гуляют под музыку. По сигналу «дождик» дети прячутся под зонт - игра проводится два раза.

*Психолог:* Вот и вновь появилось солнышко (читает стихотворение).

Тучка прячется за лес,

Смотрит солнышко с небес

И такое чистое,

Доброе, лучистое

Если б мы его достали

Мы б его расцеловали.

*Психолог:* Давайте улыбнемся Солнышку и поздороваемся с ним.

*Игра «Детки улыбнулись».*

Губы растянуты в «улыбке» (3 сек.)

*Психолог:* Давайте солнышку подарим добрые слова. Расскажите, какое оно? (психолог обращает внимание детей на солнышко, обводит его по контуру. Затем предлагает детям обвести его пальчиком в воздухе).

Дети вместе с психологом рассказывают: Круглое (как шар, мячик, тарелочка), жёлтое, лучистое, теплое, яркое, ласковое.

*Психолог:* А теперь давайте мы с вами нарисуем солнышко (дети садятся за столы). Чтобы наше солнышко получилось красивым, давайте поиграем с пальчиками.

*Пальчиковая игра «Солнце»*

Наше солнышко растёт, (*Пальцы рук сжаты вместе, как шар*)

Наше солнышко встает, (*Ладони вместе, пальчики широко расставлены*).

Солнце просыпается, деткам улыбается! (*Руки поднять над головой*)

*Психолог:* Какой краской мы будем рисовать солнышко?

*Дети:* Желтой.

*Психолог:* Правильно ребята, солнышко мы будем рисовать желтой краской. Посмотрите, как я нарисую солнышко (берёт гуашь, круговыми движениями рисует солнце на листе бумаги, т. е. показывает приёмы изображения солнца и его закрашивание) А теперь вы нарисуйте солнышко.

Дети рисуют. Психолог наблюдает за их работой, если необходимо помогает, задаёт вопросы.

В конце занятия устраивается выставка рисунков «Солнышко лучистое улыбнулось весело».

Психолог хвалит детей, предлагает рассмотреть рисунки солнышек, читает стихотворение «Светит солнышко в окошко». Обращает внимание детей на то, что все солнышки получились красивые, активизируя в речи детей слова: круглые, желтые.

Приложение 4

**Комплекс упражнений для утренней гимнастики (с элементами дыхательной и корригирующей гимнастики) «Лучистое солнышко».**

**Вводная часть.**

Ребята, посмотрите в окно.

Смотрит солнышко в окошко,

Смотрит в нашу комнату.  
Мы захлопаем в ладоши,  
Очень рады солнышку. А. Барто.

Давайте покажем солнышку, как оно нам нравится.  
Ходьба по кругу, взявшись за руки (15 секунд).  
Ходьба в разных направлениях (10 секунд).  
Бег по кругу (20 секунд).  
Ходьба по кругу (10 секунд).  
Построение в круг.

## **ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

*1. «Погреем руки на солнышке».*

И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены.  
Руки вперед, повернуть ладонками вверх-вниз.  
Вернуться в исходную позицию.  
Повторить 5 раз.  
Указание: «Спина прямая». Индивидуальные указания.

*2. «Спрячь ладошки».*

И. п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны.  
Наклон вперед, ладони на живот.  
Вернуться в исходную позицию.  
Повторить 4 раза. Темп умеренный.  
Показ и объяснение воспитателя. Поощрения.

*3. «Греемся на солнышке».*

И. п.: лежа на спине, руки прижать к полу- греем животики.  
Поворот на живот- греем спину. Можно повернуться на бок- погреть бочок.  
Повторить 5 раз. Темп умеренный.  
Показ и объяснение воспитателя. Поощрения.

*4. «Радуемся солнышку».*

И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на пояс.  
8-10 подпрыгиваний на месте.  
Повторить 2-3 раза, чередовать с ходьбой. Дыхание произвольное.

### **Заключительная часть.**

*Подвижная игра «Солнышко и дождик».*

На слова воспитателя «Солнышко!» дети бегают по залу в разных направлениях. Указание: «Не сталкиваться».

На слова: «Дождик!» дети бегут в определённое место (под зонтик, садятся на стульчики).

Повторить 2 раза.

Упражнение на дыхание «Вырастем большими».

Встать прямо, ноги вместе, поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки - вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню - выдох. Произнести: «У-х-х-х!»

Повторить 4-5 раз.

Приложение 3

### **Конспект**

#### **Во второй младшей группе**

*Интеграция образовательных областей:* «Познание», «Физическая культура», «Коммуникация», «Социализация», «Художественное творчество», «Музыка».

**Цель:** Объединение опыта и знания детей для создания музыкально – театрализованного представления. Воспитание эстетических эмоций к яркому разнообразию окружающего мира.

**Задачи:**

Закрепление умение группировать однородные предметы по указанным признакам, называть их количество, оперируя понятиями «большой», «маленький», «много», «мало» («Познание»).

Развитие двигательной активностью детей посредством реализации игр «Зайка серенький», «Солнышко проснулось» («Физическая культура»).

Обогащение и активизация активного словаря ребёнка в словесной игре «Опиши солнышко» (Коммуникация).

Воспитание элементарных навыков вежливости: умение здороваться прощаться, извиняться, развивать чувства других людей их настроение «Социализация».

Развитие творческие способности детей посредством нетрадиционной техники рисования - ладошками (Художественное творчество).

Развитие любви к музыкальному искусству через исполнение песни «Маленькая птичка» («Музыка»)

**Предварительная работа:**

Наблюдение за солнышком.

Чтение детям сказки «У солнышка в гостях».

Беседа «Какого цвета солнышко?»

Игры с мозаикой

Игра «Спрячемся от Солнышка»

Подвижная игра «Поймай Солнечного Зайчика»

Коллективная работа «Навстречу к Солнышку»

Рисование пластилином « Помогите взойти Солнышку»

Рисование « Наше единственное Солнышко»

**Материал:** краски желтого цвета, ватман, поролоновые губки, игрушки (ежик, птичка, зайчик, солнышко), по количеству детей картонные ежи.

Формы организации совместной деятельности:

Детская деятельность

Формы и методы организации совместной деятельности:

*Игровая :* Сюрпризный момент «Волшебный сундучок».

*Двигательная:* Подвижные игра «Зайка серенький», «Мы сначала будем хлопать».

*Познавательно-исследовательская :* Ситуативные разговоры, дидактическая игра «Опиши солнышко», «Много - мало»

*Коммуникативная:*

Речевая проблемная ситуация. Рассказ воспитателя о воде, какая вода нужна для умывания.

**Продуктивная: Рисование ладошками.**

*Музыкально-художественная:* Исполнение песни «Маленькая птичка».

**Проведение НОД**

Радостно встречаем детей.

Мы сначала будем хлопать:

Хлопают в ладоши.

Хлоп, хлоп, хлоп!

Хлоп, хлоп, хлоп!

А затем мы будем топтать:

Топают ногами.

Топ, топ, топ!

Топ, топ, топ!

А сейчас мы повернёмся

Кружатся.

И все вместе улыбнёмся.

Улыбаются.

*Воспитатель:* Посмотрите, ребята, а у нас сегодня светит солнышко? Нет, и нам с вами грустно. Да... Давайте позовём солнышко.  
Солнышко-вёдрышко,  
Выгляни в окошко,  
Твои детки плачут  
Под окошком скачут  
Солнышко покажись  
Красное появись.

Не слышит нас солнышко. А вы хотите отправиться на поиски солнышка?

*Дети:* Да...

*Психолог:* Тогда мы с вами отправляемся в путешествие по сказке,

Раз! Два! Покружись и в сказке окажись! Дети, что вы слышите?

Посмотрите, кто это нас в сказке встречает? Это зайчик. Встреча с зайчиком, который замёрз без солнышка. *Дети приветствуют зайчика.*

Здравствуй, зайчик!

Зайка, зайка, расскажи,

Зайка, зайка, покажи.

Как найти дорожку

К солнышку в окошке?

Психолог сообщает детям, что зайчик замёрз и предлагает детям и зайчику погреться.

### **Игра**

Зайка серенький сидит и ушами шевелит –

Вот так, вот так и ушами шевелит.

Заинька замёрз сидеть - надо лапоники погреть –

Вот так, вот так надо лапоники погреть.

Заинька устал стоять - надо зайке поскакать -

Вот так, вот так надо зайке поскакать.

Зайчик сообщает дорогу к солнышку. Дети благодарят зайчика, прощаются с ним.

### **Встреча с Ежиком.**

Здравствуй ёжик!

Ежик, ежик, расскажи,

Ежик, ежик, покажи,

Как найти дорожку

К солнышку в окошке?

*Психолог:* Ёжик растерял свои колючки. В лесу темно без Солнышка. Дети находят Ежику колючки (прикрепляют прищепки на форму соответствующего цвета). Ёжик благодарит деток и сообщает дорогу к солнышку. Дети благодарят ёжика, прощаются с ним (дети по тропинке идут дальше и встречают птичку).

*Дети приветствуют птичку.* Спрашивают дорогу к солнышку.

Здравствуй птичка!

Птичка, птичка, расскажи,

Птичка, птичка, покажи,

Как найти дорожку

К солнышку в окошке?

Психолог предлагает детям подарить птичке песню.

### **Песня.**

Маленькая птичка прилетела к нам, к нам к нам.

Маленькой птичке зёрнышек я дам, дам, дам  
Маленькая птичка зёрнышки клюёт, клюёт, клюёт.  
Маленькая птичка песенки поёт, поёт, поёт

Птичка сообщает дорогу к солнышку. Дети её благодарят. Прощаются.

*Встреча с Белочкой*

Здравствуй белочка!

Белка, белка, расскажи,

Белка, белка, покажи,

Как найти дорожку

К солнышку в окошке?

Белочка рассыпала и перепутала шишки и орехи. Дети помогают рассортировать и собрать в корзинки. Белочка благодарит детей, сообщает дорогу. Дети прощаются с белочкой.

*Встреча с Солнышком.* Оно грустное. Воспитатель предлагает детям поиграть с солнышком.

Солнышко проснулось, дети проводят руками по лбу

Лобика коснулось.

Лучиками провело

И погладило.

Солнышко проснулось, проводят руками по щекам

Щечек коснулось

Лучиками провело

И погладило.

Солнце личико согрело, проводят руками по щекам,

Потеплело, потеплел. подбородку

Наши ручки потянулись

Наши губки улыбнулись

Дети и воспитатель встают в круг.

**Д.и. «Какое солнышко?».**

Дети, посмотрите, вот мы и нашли с вами солнышко! Какое оно?

(желтое, круглое, доброе, веселое, ласковое, лучистое, озорное).

Солнышко желтое, круглое, а наше солнышко грустное, как вы думаете почему.

Рассмотрите, чего у солнышка нет. Лучиков-ладошек, правильно!

А где у наших малышек лучики-ладошки? Вот они! Какие они теплые, ласковые (трем себя ладошками по щекам). Дети, а мы с вами можем

помочь солнышку? Да! Мы можем нарисовать солнышку лучики. Психолог помогает намазать ладошки краской и дети по очереди подходят рисовать к ватману лучики. Вот теперь у нас солнышко веселое, радостное. А мы с вами веселые (улыбаемся)?

**Оценка деятельности:**

Вот и солнышко нашли, вместе солнцу помогли. Кого мы ещё нашли? Кому мы ещё помогли? Дети: На своём пути встретили зайку, ёжика, птичку. Зайке помогли согреться, ёжику собрали колючки, птичку песней порадовали. Теперь нам пора возвращаться в детский сад. Раз! Два! Три! В д/с попади! Вот мы с вами в д/с. Вам понравилось путешествовать по сказке.

*Дети:* Понравилось!

*Психолог:* И мне тоже. Солнышко приготовило вам сюрприз (психолог раздаёт сюрпризы.)

Приложение 5.

**Комплекс гимнастики после сна «В гостях у солнышка».**

(с использованием приёмов снятия психоэмоционального напряжения и самомассажа).

Проводится в кроватях, затем в групповой комнате.

Играет спокойная музыка. Педагог подходит к каждому ребенку, гладит его по голове.

*Психолог:* Ребята, посмотрите, как светло и тепло у нас в спальне.

А знаете почему? Очень просто: К нам в гости заглянуло солнышко.

*Проводится игра «Солнечный зайчик».*

Солнечный зайчик заглянул вам в глазки. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте зайчика ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке.

Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть зайчика. Теперь погладьте его на голове, шее, животике, руках, ногах. Зайчик забрался за шиворот — погладьте его и там. Он не озорник — он просто любит ласкать вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним.

Вставайте, ребята. Давайте поиграем с солнечным зайчиком.

Дети встают с кровати и переходят в групповую комнату.

*1. «Улыбаемся солнышку».*

И. п. — стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены.

Руки через стороны вверх, помахать ими, улыбнуться.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 3 раза. Темп умеренный.

*Указание:* «Сохранять устойчивое положение тела».

*2. «Играем с солнышком».* И. п. — сидя, ноги согнуты в коленях, колени обхвачены руками.

Поворот на ягодицах, переступая ногами, на 360°. Вернуться в и. п. Повторить пять раз; темп умеренный.

*Указание:* при повороте руками не помогать.

*3. «Играем с солнечными лучами».* И. п. — сидя, ноги вместе, руки опущены. Ноги развести в стороны, ладошками хлопнуть по коленям. Вернуться в и. п. Повторить шесть раз; темп быстрый.

*Указание:* ноги в коленях не сгибать.

*4. «Отдыхаем на солнышке».* И. п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях и прижаты к груди. Перекатиться на правый бок. Вернуться в и. п.

Перекатиться на левый бок. Вернуться в и. п.

Выполнить по три раза в каждую сторону, темп умеренный.

*Воспитатель:* «А вы знаете игру про солнышко?»

*Проводится игра «Солнышко и дождик».*

(По команде «Солнышко» дети бегают по залу, по команде «Дождик» приседают. Игра проводится два раза. Дети прощаются с солнышком).

*5. Ходьба по залу в медленном темпе.*

(Проводятся закаливающие процедуры).

Приложение 6.

**Подвижная игра «Солнечные зайчики»**

(по стихотворению А. Бродского «Солнечный зайчик»).

**Цели:** уточнение направления: вверх, вниз, в сторону;

Формирование умения выполнять разнообразные движения.

**Материал:** маленькое зеркальце.

**Ход игры.**

Воспитатель держит в руке маленькое зеркальце и говорит: «Посмотрите, к нам прискакал в гости веселый солнечный зайчик. Видите, как он радуется, скачет вверх, затем вниз, потом в сторону. И заплясал! Поиграем с ним».

Воспитатель произносит: Скачут побегайчики-  
Солнечные зайчики.

Прыг! Скок!

Вверх- вниз- вбок!

Дети пытаются поймать солнечного зайчика.

Мы зовём их-  
Не идут.  
Были тут-  
И нет их тут.  
Прыг! Скок!  
Вверх- вниз- вбок!  
Прыг, прыг  
По углам.  
Были там-  
И нет их там.  
Где же побегайчики- Солнечные зайчики?

Дети включаются в игру и ищут солнечного зайчика. По желанию детей игра повторяется.

Примечание: составитель не несёт ответственность за соблюдение авторских прав размещённых в сборнике материалов.





