

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 22 «РОМАШКА» ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА
С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ХУДОЖЕСТВЕННО-
ЭСТЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ ГОРОДА
НОВОТРОИЦКА ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ**

СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

**«РОЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ В СОХРАНЕНИИ
ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
ДОШКОЛЬНИКОВ»**

НОВОТРОИЦК

2015

ЦЕЛЬ: повысить уровень применения технологий обеспечения социально-психологического благополучия ребенка в детском саду.

ЗАДАЧИ: обобщить материал по применению здоровьесберегающих технологий в работе с детьми; совершенствовать педагогическое мастерство воспитателя; способствовать творческому поиску.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

1. Проведение консультации для педагогов: «Применение здоровьесберегающих технологий в детском саду и семье».
2. Анкетирование родителей.
3. Оформление наглядного материала по оздоровительной работе, проводимой в детском саду.
4. Подготовка воспитателей по предложенным темам.

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ СЕМИНАРА

1. Социально-психологическое благополучие ребенка (старший воспитатель).
2. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка:
 - игротерапия (воспитатели старшей группы);
 - сказкотерапия (воспитатели средней группы);
 - куклотерапия (воспитатели второй младшей группы);
 - анималотерапия (воспитатели первой младшей группы);
 - музыкотерапия (музыкальный руководитель);
 - арттерапия (руководитель изо).

(Рекомендуемый печатный материал сложить в «педагогическую копилку».)

3. Итог. Рефлексия участников (старший воспитатель).

ХОД СЕМИНАРА

1. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО «СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ РЕБЕНКА». (Старший воспитатель.)

Свое выступление я начну со стихотворения «Золотое детство».

Почему мы называем наше детство золотым?

Потому что мы играем, веселимся и шалим.

Потому что окружает нас заботою семья,

Потому что обожают нас родные и друзья!

На эти все «потому что» ребенок имеет право, и это право подтверждено «Декларацией прав ребенка». А права эти обеспечивают, прежде всего, семья, образовательные учреждения и в конечном счете все наше государство. Детство понастоящему будет «золотым», если наши дети будут здоровы и физически, и нравственно.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический здоровьесберегающий процесс современного детского сада. В широком смысле слова это процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Здоровьесбережение и здоровьесобогащение - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ.

В более узком смысле слова это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьедобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Эти технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей, педагогов и родителей. Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку - обеспечение высокого уровня реального здоровья дошкольнику и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно ко взрослым - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО, и валеологическому просвещению родителей.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании и их классификация по важности целей и решаемых задач: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьедобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей, здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Часто задают вопросы по поводу того, что же такое технология?

ТЕХНОЛОГИЯ - это инструмент профессиональной деятельности педагога. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор

Шукшина Лия Марсовна

определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают конкретность и четкость цели и задач; наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов. Важнейшей характеристикой педагогической технологии является ее воспроизводимость. Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей! Или, по-другому, это планируемый педагогический процесс, включающий в себя поставленные цели и задачи, направленные на конечный результат; включающий в себя продуманный используемый набор форм и методов; включающий в себя весь арсенал необходимого материала (художественные произведения, картины, схемы, таблицы, игрушки, музыкальные произведения и т.д.).

ТЕХНОЛОГИИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА - технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. К этому виду технологий можно отнести технологию педагогического и психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ.

Зачитаю небольшую цитату из «Декларации прав ребенка».

Ребенок имеет право на защиту от информации, пропаганды и агитации, наносящей вред его духовному здоровью, нравственному и психическому развитию. Сюда относится защита ребенка:

- от национальной, классовой, социальной нетерпимости;

Шукшина Лия Марсовна

- рекламы алкогольной продукции и табачных изделий;
- пропаганды социального, расового, национального и религиозного неравенства;
- распространения печатной аудио- и видеопродукции, пропагандирующей насилие, жестокость, порнографию, наркоманию, антиобщественное поведение.

В целях обеспечения безопасности жизни, охраны здоровья и нравственности ребенка проводится экспертиза (социальная, психологическая, педагогическая, санитарная) настольных, компьютерных и иных игр, игрушек и игровых сооружений для детей.

Мы, как педагоги, своей работой должны содействовать обеспечению этих прав посредством укрепления нравственного здоровья наших детей, используя уже упомянутые сегодня технологии:

- 1) игротерапию;
- 2) сказкотерапию;
- 3) куклотерапию;
- 4) анималотерапию;
- 5) музыкотерапию;
- 6) арттерапию.

2. ТЕХНОЛИГИИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА

- 1) **ИГРОТЕРАПИЯ.** (Выступление воспитателя старшей группы.)

ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ - это метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром - игра (М.В. Киселева). Она позволяет заранее предупредить проблемы, возникшие в эмоциональной сфере и поведении ребенка, или справиться с ними, а также провести коррекцию отдельных черт характера дошкольника.

Шукшина Лия Марсовна

ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ - помочь ребенку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом - через игру, а также проявить творческую активность в решении сложных жизненных ситуаций (А.А. Осипова). Игры можно проводить в любое свободное время как индивидуально, так и с подгруппой детей, но при этом необходимо придерживаться определенных правил.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ.

ПЕДАГОГ ДОЛЖЕН:

- развивать теплые, дружеские отношения с ребенком, принимая его таким, какой он есть;
- осознавать чувства, выражаемые ребенком, и отражать их так, чтобы дошкольник понимал свое поведение;
- сохранять глубокое уважение к способности ребенка решать свои собственные проблемы;
- не пытаться направлять действия ребенка или его речь, ребенок - ведущий, педагог следует за ним;
- устанавливать только те ограничения, которые необходимы для закрепления эффектов игротерапии в реальной жизни;
- не пытаться ускорить ход коррекционной помощи, это постепенный процесс, и педагог должен осознавать это.

ВЫВОД: в работе с дошкольниками, направленной на профилактику и коррекцию неконструктивного поведения, предпочтительны не прямые манипулятивные методы (наказания, запреты, нравоучения), а косвенные, и прежде всего - игра. Таким образом, через специально организованную коррекционную игровую деятельность дети с проблемами в развитии удовлетворяют различные потребности: в общении, активных действиях, возможности узнавать новое, выражать свое отношение к тому, что является содержанием игры.

Коррекционные игры направлены на решение различных психологических задач: развитие познавательных процессов, речи, эмоционально-волевой и коммуникативной сферы.

ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КОРРЕКЦИИ НЕКОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ

1. Игры с правилами, игры-соревнования, длительные совместные игры (лото).
2. Игры-драматизации, образно-ролевые игры, раскрепощающие игры в преодолении конформного поведения детей. (Дети-тихони, которые легко «идут на поводу» у более активных сверстников. Если такое поведение закрепляется, то оно приводит к искажению личностного развития ребенка.)
3. Коллективные дидактические игры в работе по коррекции протестного поведения детей.
4. Сюжетно-ролевая игра в коррекции демонстративного поведения детей.
5. Режиссерские и психотехнические освобождающие игры в коррекции агрессивного поведения детей.
6. Народная игра как универсальное средство коррекции недостатков личностного развития и неконструктивного поведения детей.

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ.

Воспитатели рассказывают об универсальности народной игры и приводят практические примеры применения игр (любых), объясняя, на коррекцию чего они могут быть направлены.

Далее предлагают печатный материал (игры, направленные на коррекцию поведения) для составления картотеки игр.

2) СКАЗКОТЕРАПИЯ. (Выступление воспитателя средней группы.)

СКАЗКОТЕРАПИЯ - метод, использующий сказочную форму для интеграции личности детей, речевого развития, развития творческих

способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром (М.В. Киселева).

Работа над сказкой, прежде всего, решает задачу речевого развития. Современные представления о здоровье человека неразрывно связаны с его речевым развитием, коммуникативными возможностями и способностью найти адекватное вербальное выражение своим мыслям, чувствам, стремлениям. Насыщенное и гармоничное речевое пространство может играть роль терапевтической среды, погружение в которую способствует укреплению здоровья на всех структурных уровнях.

С помощью сказочных историй воспитатель может решить и другие проблемы, выявленные у дошкольников: трудности, связанные с общением (конфликты, противоречия, обиды); страхи и тревоги по различным поводам (боязнь темноты, одиночества, животных, чужих людей, шума и др.).

ВЫДЕЛЯЮТ НЕСКОЛЬКО ПРИЕМОВ РАБОТЫ НАД СКАЗКОЙ:

- рассказывание сказки по определенной проблеме (народной, литературной или сочиненной воспитателем);
- обсуждение сказки, ответы на вопросы;
- высказывание ребенком своего мнения об услышанном;
- сочинение новой концовки сказки (при необходимости);
- рисование (позволяет снять напряжение, вызванное обсуждением проблемы);
- драматизация сказки.

Анализ сказок позволяет понять, что стоит за каждой сказочной ситуацией, конструкцией сюжета, поведением героев. После прослушивания сказки детям задаются вопросы:

- Как вы думаете, о чем (про что, кого) эта сказка?
- Кто из героев вам больше всего понравился (не понравился)?
- Как вы думаете, почему тот или иной герой совершалте или иные поступки?

- Придумайте, что было бы, если бы герой не совершил этого поступка?

- Как вы думаете, если бы в сказке были одни хорошие герои (или одни плохие), что это была бы за сказка?

- Для чего в сказке и плохие, и хорошие герои?

В работе с дошкольниками можно использовать следующие сказки: «Маленький медвежонок» - коррекция агрессивного поведения, «Мышонок и темнота» - коррекция страхов, тревожности, «Сказка про енота» - коррекция коммуникативной сферы (О.В. Хухлаева «Терапевтические сказки»); «Жадный кармашек», «Про ябеду» - коррекция негативных проявлений в поведении (Е.А. Алябьева «Коррекционно-развивающие занятия») и др.

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ.

Воспитатель рассказывает, как в группе проводится работа над сказкой с использованием книжного уголка и пособий, изготовленных по рекомендуемой методике.

Важную роль в воспитании познавательного интереса к сказке и благоприятного воздействия ее на души детей играют родители.

Что же можем порекомендовать родителям? *(Подготовить и раздать рекомендации родителям.)*

3) **КУКЛОТЕРАПИЯ.** (Выступление воспитателя второй младшей группы.)

КУКЛОТЕРАПИЯ - метод комплексного воздействия на детей, предполагающий использование кукол и театральных приемов (этюдов, игр, упражнений, специально заданных ситуаций с помощью персонажей кукольного театра) для профилактики и коррекции эмоционально-личностных проблем у ребенка.

ЗАДАЧИ КУКЛОТЕРАПИИ (А.Ю. Татаринцева):

- совершенствование мелкой моторики руки и координации движений;

Шукшина Лия Марсовна

- развитие посредством игры с куклой способов выражения эмоций, чувств, состояний, движений, которые в обычной жизни по каким-либо причинам ребенок не может или не позволяет себе проявлять;
- обучение способам адекватного телесного выражения различных эмоций, чувств, состояний и др.

КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПРЕДПОЛАГАЕТ:

- воздействие педагога на ребенка с помощью куклы;
- непосредственное взаимодействие ребенка с куклой;
- лечебные этюды;
- лечебные спектакли.

Практическая часть (с педагогами): воздействие педагога на ребенка с помощью игрушки. (Материал об истории народной игрушки.)

Игрушка во все времена занимала важное место в народной культуре. В старину игрушки мастерили почти в каждой семье. Считалось, что куклы-пеленашки охраняли детский сон, оберегали маленького ребенка от порчи, сглаза и болезней. Когда дети подрастали, для них изготавливали тряпичных куколок, с которыми можно было играть. А потом дети подрастали и сами учились мастерить различные игрушки.

Сегодня мы с вами сделаем кукол-пеленашек, которые нам помогут спокойно заснуть во время дневного сна. ***(Участники делают куклу-пеленашку, используя технологическую карту изготовления куклы.)***

Эту куклу можно взять в кулачок или положить под подушку, после чего закрыть глаза и мысленно рассказать этой кукле свой секретик.

Такое занятие рекомендуется проводить с детьми старших групп, а готовые куклы использовать практически.

4) АНИМАЛОТЕРАПИЯ. (Выступление воспитателя первой младшей группы.)

Дети очень любят животных. Имеются интересные результаты психологических исследований о том, что дети, у которых есть домашние

Шукшина Лия Марсовна

питомцы, обладают более высоким уровнем развития памяти, мышления, внимания, речи. У них выше познавательная мотивация, лучше развиты пространственные представления, они успешнее справляются с заданиями на установление причинно-следственных связей. Коррекционную работу с детьми, испытывающими страхи, трудности в адаптации и общении, имеющими неадекватную самооценку, нарушения в поведении, можно проводить с помощью метода анималотерапии.

АНИМАЛОТЕРАПИЯ - метод, направленный на профилактику и коррекцию эмоционально-личностных проблем у детей, который предполагает использование животных или их символов в виде образов, игрушек, рисунков.

Н.Л. Кряжевой, З.Л. Рыжковой разработана программа по анималотерапии «Ребята и зверята», направленная на коррекцию эмоционально-личностных проблем у детей 3-10 лет. В ней представлены практические материалы по диагностированию и коррекции данной проблемы.

ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ АНИМАЛОТЕРАПИИ:

- игры;
- упражнения, направленные на релаксацию;
- упражнения-дискуссии;
- сказки, рассказы о животных, их взаимоотношениях, повадках, занятия с использованием образов животных, направленные на решение конкретной проблемы;
- наблюдения за животными, их поведением, повадками, беседы по итогам наблюдений.

Использование анималотерапии положительно влияет на дошкольников: дети становятся спокойнее, уравновешеннее, у них появляется уверенность в своих силах, концентрируется внимание, снижаются негативные проявления в поведении во время адаптации.

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ. (Материал, рекомендуемый в работе с родителями.)

ЧЕТВЕРОНОГИЙ АЙБОЛИТ

С одной стороны, педиатры и психологи уверены, что для развития ребенку просто необходимо иметь четвероногого друга. В медицине даже используется особый метод анималотерапии (то есть лечения с помощью животных), который открыл нью-йоркский врач Левинсон. Однажды к нему на прием пришла мать с ребенком. В кабинете в этот момент случайно оказался любимый пес врача Джинглс. Целый час Левинсон наблюдал за игрой мальчика и собаки. «А можно мне прийти еще раз поиграть с Джинглсом?» - спросил ребенок в конце сеанса. Несколько следующих сеансов он провел, играя с псом и не обращая особого внимания на врача. Но вскоре его доверие к собаке распространилось и на ее хозяина. Врач смог поговорить с ребенком, поставить верный диагноз и назначить соответствующее лечение. Вскоре Левинсон взял себе в помощники еще и кошку, а потом поместил в приемной аквариум с яркими тропическими рыбками.

В 1970 году Левинсон провел опрос среди детских психотерапевтов, разослав им специальные анкеты. Выяснилось, что из 150 ответивших ему врачей, по крайней мере, треть использует при лечении домашних животных. Самыми популярными помощниками оказались собаки, на втором месте - кошки. Некоторые специалисты предпочитали птиц и черепах. А один врач для этих целей использовал даже змей. Вскоре ученые пришли к выводу, что метод анималотерапии могут с успехом использовать не только психотерапевты. Например, наблюдение за аквариумными рыбками помогает при лечении нейродермитов. А заводить канареек и попугайчиков рекомендуют людям, страдающим от депрессий, испытывающим стресс или соблюдающим из-за болезни постельный режим. Хомяки, морские свинки, мыши и кролики снимают боль при болезнях суставов. Кошки помогают справиться с детской гиперактивностью и агрессией.

Собака - прекрасное средство от гиподинамии, вызванной малоподвижным образом жизни. Четвероногий любимец приучает своего хозяина соблюдать распорядок дня и заставляет его больше времени проводить на свежем воздухе. Прогулки с собакой снижают вероятность сердечно-сосудистых заболеваний, инфаркта миокарда и других заболеваний сердца и сосудов. Игры с животными предупреждают срывы, возникающие в результате нервных напряжений и стрессов, а необходимость заботиться о незащищенном существе учит ребенка ответственности, чуткости, способности сопереживать - гуманности.

Но все же, прежде чем покупать животное, тщательно обдумайте свое решение. Несмотря на многочисленные клятвенные обещания ребенка «взять на себя все-все заботы» по уходу за домашним питомцем, решать вопрос о приобретении последнего, равно как и все проблемы, связанные с его кормлением, выгулом и лечением (кстати, щенки и котята, как и все дети, часто болеют), придется, скорее всего, именно вам. Если вы не уверены, что хотите обзавестись еще одним членом семьи, если вы не готовы тратить деньги и время (и то, и другое в довольно большом количестве) на животное, если днем в вашем доме никого нет больше 5-6 часов, повремените с приобретением питомца. Также не стоит заводить животных, если у кого-то из членов семьи аллергия на шерсть. Чем пушистее пес или кот, тем более аллергенна его шерсть. Хотя определенные породы собак (терьеры и шнауцеры) практически не линяют, но их нужно тримминговать (выщипывать вручную подшерсток). В этом случае шерсть не будет летать по всей квартире, и снижается риск аллергии.

Некоторые врачи придерживаются мнения, что дети, выросшие в одном доме с кошками и собаками, гораздо менее подвержены различным аллергическим заболеваниям, нежели их ровесники, в семье которых не было животных. Американские ученые проследили за развитием 474 здоровых детей в Детройте с рождения до семи лет. Оказалось, что 33 % детей, не контактирующих с кошками и собаками, страдают от обычной аллергии. Из Шукшина Лия Марсовна

тех же, у кого есть домашние животные, этой болезни подвержены всего 15%. «Возможно, многие дети страдают от аллергии и астмы, потому что мы живем в чрезмерной чистоте. Когда ребенок играет с кошками и собаками, ему передается множество бактерий, которые меняют реакции иммунной системы и тем самым помогают защищать организм от аллергии», - считает руководитель исследований Деннис Оунби. Из кошачьих пород наименее аллергенны сиамские, русские голубые, абиссинские, сфинксы, а самые опасные для аллергиков - персидские кошки. Птичий пух и шелуха от зерен также вредны для детей. Не стоит вешать птичью клетку в детской комнате или спальне. Прежде чем определяться с породой и видом домашнего животного, проверьте, насколько ваш малыш, да и вы сами, готовы взять на себя столь большую ответственность. Если есть возможность, попросите у знакомых на день то животное, о котором мечтает малыш: морскую свинку, попугайчика, щенка или котенка (взрослых собак и кошек брать не стоит). Пусть ребенок сам почистит клетку, выгуляет собаку (при этом объясните ему, что с ней придется гулять в любую погоду, невзирая на снег и дождь) или покормит кошку. Если у вас нет добрых знакомых, готовых «одолжить» домашнего любимца, потренируйтесь на игрушках. Конечно, выгуливание плюшевого зайца в 7 часов утра может вызвать недоуменные взгляды окружающих, зато и вы, и малыш войдете в роль счастливого обладателя собаки. Если ничто, даже ранний подъем или грязная клетка, не изменило вашей уверенности и уверенности ребенка в том, что четвероногий друг вам просто необходим, тогда выбирайте породу и пол животного. Если же вы поймете, что ребенок пока не готов самостоятельно ухаживать за питомцем, подумайте: может, стоит все-таки завести домашнего любимца, но на первых порах помогать сыну или дочери. Ведь, скорее всего, домашнее животное со временем научит ребенка ответственности и дисциплинированности.

Для детей, как и для животных, очень важен тактильный контакт. Прикосновения и поглаживания означают для нас внимание и любовь. Активным детям, помимо этого, нужны компаньоны для игр. Поэтому

Шукшина Лия Марсовна

птички и рыбки интересуют такого ребенка меньше, чем пушистые кошки и собаки. Рыбок не погладишь, а с попугайчиком не побегаешь наперегонки и не поиграешь в прятки.

Но если ваш малыш любит спокойные игры и склонен к размышлению, аквариум будет для него лучшим подарком. Созерцание плавающих рыбок в аквариуме или «общение» с попугайчиками в течение 5 минут снимает стрессовую нагрузку не менее эффективно, чем двадцатиминутный массаж.

Если малыш мечтает о симпатичном грызуне или условия не позволяют завести более крупное животное, приобретите ему морскую свинку или одного хомячка. Как бы вас ни уговаривал продавец, не приобретайте пару животных.

Иначе через несколько месяцев вы не будете знать, куда девать их многочисленное потомство. Кроме того, необходимо помнить, что грызуны живут совсем недолго, а расставание с другом для малыша - настоящая трагедия.

Брать в дом щенка или котенка лучше всего после того, как ребенку исполнится 3-4 года. Тогда они будут расти вместе и станут настоящими друзьями. Но и воспитывать вам придется уже не одного, а двоих детей. Если же вы хотите, чтобы животным занимался ребенок, подождите, пока ему не исполнится 12-14 лет.

Кинологи считают, что собаки не всех пород ладят с маленькими детьми. Самыми сообразительными и терпимыми к детским шалостям считаются колли, сенбернары, ньюфаундленды, спаниели, немецкие овчарки, лабрадоры, тибетские терьеры, боксеры, шнауцеры, эрдельтерьеры и дворняжки.

А вот таксы, борзые, бульдоги, бультерьеры, южнорусские овчарки, левретки, пули, тойтерьеры плохо уживаются с детьми. Они слишком ревнивы и могут соперничать с малышом за ваше внимание. Тем не менее, не торопитесь поддаваться на уговоры ребенка и покупать немецкую овчарку «такую же умную, как в фильме».

Шукшина Лия Марсовна

Во-первых, чудеса интеллекта, которые демонстрируют собаки-актеры, достигаются в результате долгой и сложной дрессировки. А во-вторых, держать большую собаку в тесной городской квартире негуманно и неудобно.

Среди кошек самыми дружелюбными специалисты считают представителей таких пород, как ангорская, бирманская, гималайская, мэнкс, корат, бурма, рэгдолл, бурмила, экзот, бенгальская, русская голубая.

Старайтесь не покупать и не брать котенка или щенка по наитию. Приобретите справочник по домашним животным и выбирайте породу будущего питомца вместе с детьми. Несколько раз сходите с ребенком на птичий рынок или в зоомагазин. Покажите ему разных животных. Объясните, что животное - это не игрушка, его нельзя купить, поиграть, а потом забросить в угол.

Все необходимые вещи - от ошейника до клетки - также нужно покупать всей семьей. Пусть ребенок почувствует свою ответственность за нового друга.

Малыши обожают играть с животными, но необходимо следить, чтобы их игры не были грубыми. У котят и щенят в возрасте нескольких месяцев очень хрупкие кости, а вестибулярный аппарат еще не сформирован, так что обращаться с ними надо очень осторожно. Кроме того, у всех животных хорошо развит инстинкт самосохранения.

Если ребенок будет слишком шуметь или фамильярничать, они могут пустить в ход зубы или когти. Научите детей не приближать свое лицо слишком близко к животному, а также соблюдать элементарные правила гигиены: мыть руки после каждого общения с четвероногим другом и всегда после чистки клетки или кошачьего туалета.

Дети обычно хорошо ладят с животными, но часто бывают слишком эмоциональными. Редко какой кошке или собаке понравится, когда у нее выдергивают волосы из хвоста, откручивают уши или проверяют усы на прочность. Прежде чем приносить щенка или котенка в дом, покажите

Шукшина Лия Марсовна

ребенку, как правильно держать животное, и объясните, что к новому члену семьи нужно относиться уважительно. Американская ассоциация по лечению животных по результатам опроса более тысячи владельцев собак выяснила, что в 66 % семей собакой занимается мать, в 19 % - отец и лишь в 7 % семей дети принимают самое активное участие в уходе за четвероногим любимцем.

Аквариум с рыбками - прекрасное средство от простуды и астмы. Вода, испаряясь из аквариума, повышает влажность воздуха, а значит, и восприимчивость организма к инфекциям.

Немецкий психолог Рейнольд Берглер обнаружил, что дети, в семье которых живут собаки, более дисциплинированы и добиваются больших успехов в учебе.

Профессор и его коллеги опросили около 400 семей школьников. Половина опрошенных содержит дома собак. Выяснилось, что дети, особенно мальчики, у которых есть четвероногие питомцы, чаще получают в школе хорошие оценки, чем их ровесники, растущие без домашних животных. Берглер считает, что регулярные прогулки и кормление животных развивают у детей чувство ответственности.

Если у ребенка конфликты в школе, врачи советуют завести хомячка или кролика. Эти зверьки помогают застенчивым, замкнутым и неуверенным в себе детям победить страх перед общением с окружающими.

5) **МУЗЫКОТЕРАПИЯ.** (Выступление музыкального руководителя.)

МУЗЫКОТЕРАПИЯ - это контролируемое использование музыки в коррекции психоэмоциональной сферы ребенка. Музыка - это лекарство, которое слушают. Непосредственное лечебное воздействие музыки на нервно-психическую сферу детей происходит при ее пассивном или активном восприятии.

Музыкотерапия позволяет решить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту ребенка - успокоить или, наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить контакт между взрослым и ребенком, помогает развивать коммуникативные и творческие возможности

Шукшина Лия Марсовна

ребенка, занять его увлекательным делом - музыкальными играми, пением, танцами, движением под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах.

В дошкольном возрасте активизирующий эффект музыки достигается музыкальным оформлением различных игр, специальных коррекционных занятий с детьми. Музыкаотерапия осуществляется в форме подгрупповых занятий с ритмическими играми, дыхательной гимнастикой, воспроизведением заданного ритма с постепенным замедлением темпа. Громкость звучания музыки должна быть строго дозирована. Звук не должен быть громким и в то же время чрезмерно тихим.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ ВКЛЮЧАЕТ: прослушивание музыкальных произведений, пение песен, ритмические движения под музыку, музыкальные паузы на занятиях, сочетание музыки и изобразительной деятельности, игру на детских музыкальных инструментах, музыкальные упражнения и др.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ МУЗЫКОТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ:

- использовать для прослушивания только то произведение, которое нравится всем детям;
- выбирать знакомые детям музыкальные пьесы;
- продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут в течение всего занятия.

Положительное влияние оказывает классическая музыка. Музыкальные произведения подбираются в соответствии с воздействием, оказываемым на те или иные функции: при раздражимости, утомлении, угнетенном настроении, гиперактивности, повышенной возбудимости. Благоприятными, успокаивающими оказываются произведения Баха, Моцарта, Бетховена. Возбуждающий эффект свойствен музыке Вагнера, Оффенбаха, Равеля. Тяжелый рок вызывает стрессовые реакции.

РАЗНЫЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ИМЕЮТ РАЗНЫЙ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ (М.А. Поваляева):

- фортепиано - снимает возбудимость, успокаивает нервную систему;
- скрипка, флейта - расслабляют;
- кларнет - улучшает кровообращение, нормализует сердечно-сосудистую систему.

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ.

Музыкальный руководитель проводит с участниками музыкальное упражнение «Вырази характер музыки движениями».

ПЕЧАТНЫЙ МАТЕРИАЛ: музыкальные упражнения и музыкальные игры, которые могут использовать воспитатели в работе с детьми.

6) АРТТЕРАПИЯ. (Выступление руководителя изостудии.)

АРТТЕРАПИЯ включает в себя хромотерапию и изотерапию. Хромотерапия изучает свойства цвета. Издавна было замечено, что цвет оказывает благотворное или отрицательное влияние на человека, так как зрение является самым важным из всех видов чувств.

КАЖДЫЙ ЦВЕТ ИМЕЕТ СВОЮ ЦЕЛЕБНУЮ СИЛУ ИЛИ НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ НА ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ:

- синий - оказывает успокаивающее воздействие, расслабляет, снимает напряжение;
- зеленый - успокаивает, создает хорошее настроение, оказывает благотворное влияние на ослабленных детей и детей с ослабленным зрением;
- розовый - тонизирует при подавленном состоянии;
- желтый - цвет радости и покоя, нейтрализует негативные действия;
- красный - активизирует, повышает физическую работоспособность, вызывает ощущение теплоты, стимулирует психические процессы, однако может вызвать раздражение;
- фиолетовый - оказывает угнетающее действие, снижает настроение;
- коричневый - вызывает чувство вины;

- черный - оказывает угнетающее действие, вызывает страх.

Педагогам необходимо владеть элементарной информацией о цветотерапии и использовать эти знания в воспитательно-образовательном процессе и коррекции.

ИЗОТЕРАПИЯ - метод коррекционного воздействия на ребенка с использованием разнообразных изобразительных средств, где дети имеют возможность отразить свое настроение и реализовать свои возможности. Рисование само по себе несет множество развивающих функций: совершенствует чувственно-двигательную координацию, образное мышление, выступает способом постижения и преобразования своих возможностей и окружающего мира, является способом выражения различного рода эмоций.

ЭТАПЫ РАБОТЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИЗОТЕРАПИИ:

- Выбор материала (карандаши, фломастеры, краски гуашевые и акварельные, пастель, уголь, штампики, трафареты, кисти с мягкой и жесткой щетиной, тампончики, бумага, картон разных размеров и цветов, фольга, лоскутки, клей, нитки, восковые карандаши, восковые свечи, разнообразный природный материал и др.).

- Процесс творческой работы - создание образов, выражение своих впечатлений.

- Процесс рассматривания - размещается в удобном для ребенка месте на вертикальной поверхности (стене, окне, стенке шкафа, двери).

- Анализ работы - педагог просит описать картинку так, как будто картинкой является он сам, с использованием слова «Я», затем выделяются специфические предметы на картинке для того, чтобы ребенок их сравнил с чем-нибудь («Будь голубым квадратом») и описал себя. При необходимости ему задают вопросы, чтобы облегчить выполнение задания. Затем воспитатель предлагает обратить внимание на цвет, который был использован, и просит объяснить, почему был выбран именно он. Впоследствии

ребенок должен выделить самое важное в рисунке. Далее можно предложить внести изменения в рисунок (исправить, добавить).

Детям нравится все нетрадиционное. Они любят рисовать необычно, по-новому. Нетрадиционное рисование снимает нервное напряжение, страхи, отвлекает от грустных мыслей, обеспечивает эмоционально-положительное состояние, вызывает радость. Так, при рисовании пальчиками или ладошкой дети преодолевают чувство неуверенности, боязни, неприятные ощущения (не каждый ребенок может сразу решиться обмакнуть палец в краску или раскрасить свою ладошку). При рисовании «тычковым» способом можно проявить свои эмоции на бумаге силой «тычка», его ритмом. Хорошо расслабляют занятия со свечой, когда при наложении цвета появляется придуманный образ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.

Участники делятся на 3 группы. Одной из них предлагается нарисовать свое настроение, другой - свои желания, третьей - своих обидчиков с использованием нетрадиционных способов рисования и разнообразных художественных средств.

АНАЛИЗ РАБОТ.

Воспитатель обращает внимание на то, какие рисунки получились.

– Что вы рисовали? Какие были выбраны краски? Почему? Как ваше настроение влияет на выбор цвета?

Кроме этого, в рисунках имеются скрытые картинki, нарисованные восковым белым карандашом. Они незаметны вначале, но после тонирования листа проявились и вызвали у вас улыбку. С помощью этого приема также можно повысить настроение у детей.

Таким образом, с помощью метода изотерапии мы можем проводить тестирование и коррекцию некоторых негативных проявлений.

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ

Какие занятия по ИЗО можно проводить как коррекционные? Какие проблемы они решают?

Шукшина Лия Марсовна

ПЕЧАТНЫЙ МАТЕРИАЛ: примеры двух-трех коррекционных занятий.

3. ИТОГИ. РЕФЛЕКСИЯ.

Старший воспитатель.

Подведем итог семинара:

- Понравилось ли вам наше мероприятие?
- Что нового вы сегодня узнали?
- Что было самым запоминающимся?
- Какие здоровьесберегающие технологии вам захотелось

использовать в своей работе?

После исчерпывающих ответов участников предложить взять понравившийся материал для использования в дальнейшей своей работе **(ОБМЕН ОПЫТОМ РАБОТЫ)**.

- Какие из данных методов работы с детьми вы применяете в своей практике?
- Поделитесь своим опытом.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ

«ЗВЕРИНЕЦ»

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.

«ОСЬМИНОГ»

В игре дети учатся работать в команде, проявляют ловкость, сообразительность, целеустремленность.

Дети ложатся на коврик по кругу, зацепляются друг с другом в центре ногами и превращаются таким образом в осьминога. Другая группа детей - «рыбки». Они шустро двигаются между «щупальцами» (руками) осьминога и пытаются достать «икринки» - мячики, которые лежат между щупалец осьминога. Побеждает та «рыбка», которая сможет собрать больше всех «икринок» и не будет поймана «осьминогом» и посажена в центр круга.

«СОРОКОНОЖКА»

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.

«КРОКОДИЛЬ»

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».

«ТЮЛЕНИ»

Игра способствует развитию сообразительности, умений преодолевать препятствия, используя ресурсы тела, активизирует воображение.

Детям, лежащим на полу, связывают шарфиком ноги под коленями, и они превращаются в лаконогих. Ведущий бросает воздушный шарик, и каждый пытается поймать его, отобрать у других и забросить его в корзину на полу, передвигаясь необычным способом. Побеждает самый меткий и вежливый «тюлень».

«КЕНГУРУ»

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».

«ПЕТУШИНЫЕ БОИ»

Игра способствует эмоциональной разрядке, выходу агрессии, учит соблюдать правила, снимает телесные зажимы.

Детив 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.

Шукшина Лия Марсовна

«ТЕРЕМОК»

Умение договориться, работать в группе, думать одругих 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».

«ЛЯГУШАТА»

Игра развивает инициативность, смелость, способность постоять за себя, договориться с партнером по общению.

На полу раскладываются подушки на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Дети- «лягушата», живущие на болоте. Подушки - «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.

«ДИНОЗАВРИКИ»

Игра способствует выходу психофизического напряжения, агрессивности, страхов и поднимает настроение.

Детям предлагается превратиться в динозавриков: сделать страшные мордочки и, высоко подскакивая, бегать по залу, издавая душераздирающие крики.

«УЛИТКА»

Суетливость и поспешность нередко мешают детям организовать свое поведение, эта игра способствует развитию самоконтроля, выдержки.

Дети встают в одну линию. Им предлагается представить себя улитками, которые передвигаются очень медленно. По команде все начинают медленно продвигаться к указанному месту. Побеждает «улитка», доковылявшая до финиша самой последней. Останавливаться и разворачиваться нельзя.

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. Основное внимание необходимо обратить на дыхание (оно должно быть ровным, спокойным) и статическое поддержание поз (нагрузка должна быть умеренной и сочетаться с расслаблением).

Вот несколько асан, которые дети могут с успехом выполнять под руководством взрослых.

«ПОЗА ДОБРОЙ КОШКИ»

Ребенок встает на колени, руки и бедра надо поставить перпендикулярно полу и параллельно друг другу. Плавно поднять голову, максимально

прогнуться в пояснице. Необходимо удерживать позу 10-15 секунд. Дыхание ровное, спокойное. Попросите ребенка подумать о чем-то добром и радостном.

«ПОЗА СЕРДИТОЙ КОШКИ»

Полезно чередовать с позой доброй кошки. Исходное положение то же. Далее ребенок опускает голову, а спину плавно выгибает вверх. Дыхание произвольное. Ребенка просят подумать о том, что его сердит и злит. Удерживать позу 10-15 секунд.

«ПОЗА ЛАСКОВОЙ КОШКИ»

Ребенок, лежа на животе, медленно наклоняет корпус, вытянув руки вперед ладонями вниз. Подбородок касается пола, грудь прижата к коврику, спина плавно прогнута. При этом бедра должны быть перпендикулярны полу. Дыхание спокойное, выдох глубокий, долгий. Удерживать позу 10-15 секунд. Затем предложите ребенку отдохнуть, лежа на животе, расслабившись, и потянуться, как это делают кошки.

«ПОЗА ХРОМОГО КУЗНЕЧИКА»

Ребенок, лежа на животе, касается подбородком пола. Руки вдоль тела, пальчики сжать в кулак. Упираясь руками в пол, надо как можно выше поднять левую ногу. Дыхание спокойное, поза удерживается 10-15 секунд. Затем на выдохе надо плавно опустить ногу, отдохнуть 3-5 секунд и повторить то же с правой ногой.

«ПОЗАПРЫГАЮЩЕГО КУЗНЕЧИКА»

Ребенок лежит на животе, касаясь подбородком пола. Руки вдоль тела ладонями вниз. Сделав спокойный вдох и выдох, нужно одновременно как можно выше поднять руки ладонями вверх и прямые ноги. Держать позу 5-10 секунд. Затем с выдохом плавно опустить руки и ноги. Отдохнуть необходимо лежа на животе; можно повторить 2-3 раза.

«ПОЗА АИСТА»

Ребенок стоит прямо, ноги вместе. Поднимая руки вверх ладонями вперед, надо прогнуться и, вдыхая, медленно наклониться. При этом руками необходимо захватить голени ног. Надо постараться не сгибать ноги в коленях, хорошо бы достать лбом колени. Дышать можно произвольно. Держать позу 5-10 секунд, а затем медленно выпрямиться.

«ПОЗА ВЕРБЛЮДА»

Ребенок стоит на коленях, ноги вместе, руки опущены. Выдыхая, необходимо прогнуться назад, ладонями обхватив пятки. Одну руку надо поднять вверх, а на другую прогнуться всем телом перпендикулярно полу. Дыхание произвольное. Позу следует удерживать 10-15 секунд. Отдохнув, лежа на спине, следует повторить то же, но с опорой на другую руку.

«ПОЗА ЦАПЛИ»

Стоя прямо, ребенок сгибает левую ногу, устойчиво удерживаясь на правой.левой рукой надо захватить голень, а правой стопу левой ноги. Развернув ее вверх, ступню положить на бедро правой ноги как можно выше. Правую ногу не сгибать! Ладони можно сложить перед грудью, держа локти параллельно полу. Можно поднять руки со сложенными ладонями над головой. Дыхание ровное, произвольное. Поза удерживается 10-15 секунд. Затем необходимо руками отвести стопу от бедра и плавно опустить ногу. Отдохнув, следует повторить позу, стоя на левой ноге.

«ПОЗА ЗМЕИ»

Лежа на животе и вытянув руки вдоль туловища, ребенок плавно поднимает голову, приподнимаясь на локтях и ровно дыша, держит позу 10-15 секунд. Отдохнув, лежа на полу, повторяет позу 2-3 раза.

«ПОЗА ЛЬВА»

Ребенок сидит на коленях, обхватив их кистями рук. Пальцы напряжены, туловище слегка наклонено вперед, шея напряжена, дыхание произвольное. Длительность позы 10-15 секунд. Отдохнув, расслабив спину, плечи, шею, повторить 2-3 раза.

Шукшина Лия Марсовна

В замечательной книге В.Н. Позднякова «Новая телесная терапия для детей и родителей» представлены элементы анималотерапевтических техник, позволяющих регулировать отношения в семье. Движения, выполняемые в них, почти всегда ассоциируются с образами животных. Это позволяет родителям в игровой форме находить контакт со своим ребенком, снимать напряжение мышц тела, получать положительные эмоции, доверять друг другу.

Приведу лишь несколько игр, которые развивают воображение ребенка, снимают мышечные зажимы, дарят радость общения.

«ШАЛОВЛИВЫЕ ОБЕЗЬЯНКИ» (С 3-4 ЛЕТ)

Договоритесь с ребенком, что вы будете 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. Лечь на спину, поднять вверх руки и ноги, подергать ими, издавая при этом какие-нибудь смешные звуки. Поднять руки вверх и попрыгать, издавая победный клич. Таким образом делается массаж, развивается внимание и наблюдательность.

«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 зверюшку самому. Выбирайте наиболее

Шукшина Лия Марсовна

характерные движения животных. Например, **мышка** - бегаёт 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!

«ДОБРЫЙ ПИТОН» (С 3-Х ЛЕТ)

Взрослый представляет себя добрым питоном книги «Маугли»: он пластичный, нежно любит маленького друга. Садится на пол и мягко обвивает руками и ногами тело ребенка, немного сжимая его. Пусть ребенок сам находит решение, как освободиться, постепенно преодолевая сопротивление «питона». Не стоит доводить игру до слез, иногда можно и поддаться. Ребенок не только укрепляет мышцы, но и развивает сообразительность, упорство и терпение.

«СТРОПТИВАЯ ЛОШАДКА» (С 3 ДО 13 ЛЕТ)

Играть удобнее на поролоне или матрасе. Взрослый встает на четвереньки, а ребенок садится ему на спину и крепко держится. «Лошадка» начинает медленно менять положение тела, наклоняясь вперед, в стороны, выгибая спину, поднимая голову, ноги в разных ритмах (с учетом возраста «наездника»). Можно пропустить шарфик под грудью «лошадки» и концы дать «наезднику» - так будет сложнее. Работают мышцы разных групп у ребенка и взрослого, у них повышается настроение, растет уверенность в своих силах, уходят страхи.

«СОННЫЙ МЕДВЕДЬ» (С 3 ЛЕТ)

Ребенок ложится животиком на ковер. Взрослый осторожно, бережно, стараясь расслабиться, опускается, слегка прижимая бедрами или животом малыша. Пускай ребенок медленно выползает, стараясь не разбудить «медведя». Если очень трудно, взрослый ослабляет давление, переворачивает.

Шукшина Лия Марсовна

ваясь и образуя пустоты. Ребенок не только проявляет упорство, волю, но и учится контролировать свои силы.

«ЛЮБОПЫТНАЯ КОШКА»

Взрослый встает на четвереньки и говорит, что он бревнышко, а ребенок - любопытный котенок, который очень хочет пролезть под бревнышком и посмотреть, что там за ним. «Котенок», выгибая спину, аккуратно пролезает под «бревном», рассказывает, что увидел, и возвращается тем же способом назад. Промежуток между полом можно постепенно уменьшать и повторять упражнение несколько раз, развивая гибкость, пластичность и воображение.

«МЫШОНОК И КОТ»

Взрослый занимает положение на четвереньках, он кот. Ребенку предлагается представить себя маленькой мышкой и, слегка попискивая, бегать на коленках между рук, ног, животом кота, меняя направление. «Кот» долго терпит, но внезапно ловит «мышонка», прижимая его животом, грудью и бедром к полу, не очень сильно.

Ребенок, напрягая все силы, постепенно освобождается от захвата. В игре может быть несколько «мышат». Развивается сноровка, снимаются страхи, повышается настроение.

Анималотерапевтические игры и техники естественны и понятны детям, они появляются в процессе наблюдения за животными и совместных игр с детьми. являясь плодом воображения, они могут постоянно обновляться и пополняться деталями, помогая совершенствовать здоровье и психику детей.