

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад N4»

Проект
«Песочная терапия – как метод
здоровье сбережения»

Воспитатель:

Пономарева Л.Н.

Паспорт проекта

Название проекта	Песочная терапия
Тип проекта	Групповой
Вид проекта	Игровой
Автор проекта	Пономарева Л.Н. воспитатель МБДОУДС N 4.
Участники проекта	дети старшего дошкольного возраста, родители воспитанников.
Продолжительность проектной деятельности	Среднесрочный
Актуальность	Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетным направлением в работе любого дошкольного учреждения. Немаловажную роль при этом играет эмоционально-личностное благополучие ребенка. Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, непонимания со стороны взрослых и сверстников приводит к формированию у ребенка чувства тревожности, незащищенности, неуверенности в себе. У этих детей часто наблюдается низкий уровень речевого общения, они агрессивны, не умеют и не желают уступать друг другу, не хотят быть терпимее и доброжелательнее. Песочная терапия - это возможность выразить то, для чего трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, увидеть в себе то, что обычно ускользает от сознательного восприятия. Песочная терапия - это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью множества миниатюрных фигурок, подноса с песком, некоторого количества воды - и ощущения свободы и безопасности самовыражения, возникающей в общении. Это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи. Он проигрывает тревожащие его ситуации, создает картину собственного мира из песка, освобождается от напряжения. Он приобретает опыт положительного разрешения жизненных ситуаций. И наступает момент, когда я могу заметить в поведении ребенка изменения. Он начинает применять в реальности свой «песочный» опыт. Повышается мотивация ребенка узнавать новое, экспериментировать и работать самостоятельно.
Цель	Обеспечение социальной успешности, сохранение и укрепление психического здоровья ребенка через внедрение

	элементов песочной терапии в практику работы ДОУ.
Задачи	1.Организовать работу с воспитанниками ДОУ с применением методов песочной терапии(далее МПТ); 2.Развитие умений элементарного самоконтроля и саморегуляции своих действий у дошкольников в ходе коррекционных занятий с применением МПТ; 3.Развитие детской самостоятельности и инициативы, воспитание у каждого ребенка чувства собственного достоинства, самоуважения, стремления к активной деятельности в ходе реализации проекта. 4.Способствовать развитию коммуникативных навыков ребенка с помощью совместной игровой деятельности. 5.Развивать тактильную чувствительность как основу раскрепощения сознания детей. 6.Развивать все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление) речь. 7.Развивать интерес ребенка к экспериментальной деятельности, его любознательность.
Этапы реализации проекта	1 этап - Организационный этап (сентябрь) 2 этап – Практический этап (октябрь - март) 3 этап – Заключительный этап. Итоговый (апрель)
Принципы проекта	1. Системность предполагает регулярное последовательное выполнение этапов развития мелкой моторики занятия. 2. Повтор позволяет каждому ребенку прочно усвоить материал в индивидуальном для него темпе. Для эффективного повторения необходимо сочетание с новым, чтобы процесс повторения носил вариативный характер. 3. Наглядность осуществляется путем эмоционального показа выполнения воспитателем, разными играми. 4. Доступность и индивидуализация предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей. 5. Постепенное повышение требований. Переход к новым сложным техникам рисования должен происходить постепенно.
Реализация проекта предполагает	• организация предметно-развивающей среды в ДОУ, выступающей в роли стимулятора, движущей силы в целостном процессе становления личности дошкольника, обеспечивающая эмоциональное благополучие детей и отвечающая их интересам, потребностям, желаниям. • осуществление коммуникативно-диалоговой основы

	взаимоотношений дошкольников с взрослыми и сверстниками как аспект личностного развития ребенка при регулярной включенности игры в образовательный процесс ДОО и семьи; • создание единого ценностно-смыслового сотрудничества педагогов и родителей на основе понимания сущности проблемы, форм и методов обеспечения социальной успешности, сохранение и укрепление здоровья детей; • включение в целостный педагогический процесс разнообразных форм и методов работы с песком.
Ресурсное обеспечение проекта:	Стол для песочной терапии с подсветкой. Дополнительный материал: - формочки для работы с песком, - наборы тематических игрушек, - индивидуальные, импровизированные планшеты, - бросовый, природный материал, - строительный материал, трафареты.
Ожидаемые конечные результаты	Развитие психических функций (внимания, памяти, мышления, восприятия, воображения); • Стабилизацию эмоционального состояния детей и их психофизическое оздоровление; • Развитие познавательных способностей, тактильной чувствительности, мелкой моторики дошкольников; • Личностное развитие ребенка и развитие его индивидуальных особенностей; • Формирование коммуникативных навыков сотрудничества в общении со сверстниками, необходимых для успешного протекания процесса обучения; • Формирование самосознания и адекватной самооценки; • Совершенствование предметно – игровой деятельности, что способствует развитию сюжетно-ролевой игры; • Приобретение педагогами опыта самостоятельного выбора исследовательски-творческой деятельности, оценки и самооценки полученных результатов.

План совместной деятельности с детьми и родителями.

1-й этап – подготовительный

<i>мероприятие</i>	<i>сроки</i>	<i>результат</i>
Работа с воспитанниками		
Изучение и анализ литературы по исследуемой проблеме.	<i>Сентябрь</i>	Создана база знаний по изучаемой теме.
Подобрать коммуникативные игры , игры с песком.		Картотека игр.
Создание кружка «Песочное чудо превращение»		План кружковой работы.
Работа с родителями		
Информирование родителей о проекте.	<i>Сентябрь</i>	Вызван интерес у родителей к предстоящей деятельности.
Анкетирование родителей «Что вы знаете о песочной анимации?»		Изучено мнение родителей по данному вопросу, определены направления проекта, связанные с взаимодействием с родителями.
Привлекать родителей к созданию оборудования (световой стол) и методических пособий для работы с песком;		Создано оборудование для предстоящей работы.

2-ой этап основной (практический)

<i>мероприятие</i>	<i>сроки</i>	<i>результат</i>
Работа с воспитанниками		
Презентация «Песок в жизни человека»	Сентябрь	Сформированы знания детей о песке.
Знакомство с правилами игры с песком.		Сформированы знания о безопасной деятельности с песком.
Игра на коммуникацию «Ласковое имя» Стихи , пальчиковая гимнастика Кинетическая игра «Отпечатки наших рук» Пальчиковая игра	Октябрь	Сформированы представления о песочном мире.

Коррекционная игра «Деление слов на слоги» Игра на коммуникацию «Жжужа» Стихи	Ноябрь	развитие зрительно-моторной координации; свободное владение кистями обеих рук.
Пальчиковая игра «Цыплята» Конспект ООД «Песочные картинки» Стихи		Развита мелкая моторика, координация движений, умение работать всеми пальцами, обеими кистями рук.
Упражнение с песком «Песочный детский сад» Коррекционная игра «Путешествие в страну А» Пальчиковая гимнастика «Улитка»	Декабрь	Развит познавательный интерес, зрительное восприятие, воображение, логическое мышление, творческое воображение.
Упражнение с песком «Победитель злости» Конспект ООД «Путешествие в страну песков» Кинетическая игра «По камешкам» Пальчиковая игра	Январь	Развит познавательный интерес, зрительное восприятие, воображение, логическое мышление, творческое воображение.
Коммуникативная игра «Интервью» Прослушивание музыкальных произведений Коррекционная игра «Путешествие в страну букв» Физминутка	Февраль	Дети умеют передавать в рисунках характер музыки, снимать напряжение с помощью музыкальных произведений.
Конспект ООД «Мастер песочного дела» Кинетическая игра «Кому повезет» Физминутка, пальчиковая гимнастика	Март	Развитие эмоциональной сферы дошкольников, воображения, творческого потенциала.
Работа с родителями		
Консультация для родителей «Безопасные игры детей в песочнице».	Ноябрь	Повышен уровень знаний родителей об организации безопасных игр детей с песком.
Собрание «Песочная анимация для развития ребенка»	Декабрь	Родители вовлечены в педагогический процесс, увеличения уровня педагогической грамотности родителей в вопросах песочной анимации.
Мастер класс «Песочные картинки»	Январь	Родители вовлечены в педагогический процесс, повышен уровень знаний по

		теме проекта, активизирована работа родителей в жизни ДОУ.
Фотовыставка “Пусть не сердятся родители, что измажутся строители”;	Февраль	Вызван интерес родителей к деятельности детей в ДОУ.
Создание газеты «В гостях у песочного человека»	Март	Информированность родителей о деятельности детей в ходе реализации

3-й этап – заключительный

<i>мероприятие</i>	<i>сроки</i>	<i>результат</i>
С воспитанниками		
Работа кружка «Волшебный песок»	Апрель	Вызван интерес к рисованию песком. Сформированы различные техники рисования песком.
С родителями		
Создание индивидуальных планшетов для рисования песком	Апрель	Родители имеют возможность организовывать игры с песком в домашних условиях.
Презентация проекта на итоговом родительском собрании		Родители информированы о результатах реализации проекта.

План мероприятий по реализации проекта.

Организационный этап (сентябрь).

- Изучение и анализ литературы по исследуемой проблеме.
- Создание кружка «Песочное чудо превращение»
- Информирование родителей о проекте.
- Анкетирование родителей «Что вы знаете о песочной анимации?»
- Привлекать родителей к созданию оборудования (световой стол) и методических пособий для работы с песком;
- Подобрать дидактические, подвижные игры.

Практический этап (октябрь - март).

Работа с детьми

1. Игры на развитие тактильно – кинестетической чувствительности, мелкой моторики рук, координации и ловкости.
2. Правила игры с песком.
3. Игры на коммуникацию
4. Ритуалы приветствия
5. Конспекты ООД
6. Стихи
7. Пальчиковая гимнастика
8. Физминутки
9. Корректирующие игры

Работа с родителями

1. Консультация для родителей «Песочная анимация»
2. Создание газеты «В гостях у песочного человека»
3. Фотовыставка “Пусть не сердятся родители, что измажутся строители”;
4. Показ педагогом мастер класса

Заключительный этап. Итоговый (апрель).

1. Создание индивидуальных планшетов для игровой деятельности, рисования песком.
2. Презентация проекта на итоговом родительском собрании

Правила игры с песком.

1. Береги песчинки — не выбрасывай их из песочницы. Если случайно песок высыпался, покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу. Нельзя выбрасывать песок из песочницы.
2. Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей. Нельзя брать песок в рот и бросать его в других людей.
3. У детей всегда должны быть чистые ручки и носики. Поиграл с песком — помой ручки и покажи чистые ладошки зеркалу.
4. Наши игрушки любят, когда их ставят на место. После игры надо убрать все игрушки на свои места.

*Вредных нет детей в стране —
Ведь не место им в песке!
Здесь нельзя кусаться, драться
И в глаза песком кидаться!
Стран чужих не разорять!
Песок — мирная страна.
Можно строить и чудить,
Можно много сотворить:
Горы, реки и моря,
Чтобы жизнь вокруг была.
Дети, поняли меня?
Или надо повторить?!
Чтоб запомнить и дружить!*

Т. М. Грабенко

Пальчиковые игры:

«Приветствие»

Здравствуй, солнце
золотое
(растопырить пальчики
в разные стороны)
Здравствуй, небо
голубое
(поднять руки вверх)
Здравствуй, свежий
ветерок
(покачать поднятыми
руками)
Здравствуй, кудрявый
дубок
(соединить пальчики
над головой, округлив
руки).
Мы живем в родном
краю
(развести руки в разные
стороны).
Я Вас всех люблю
(обнять себя руками).

«Пальчики»

(В соответствии с
текстом, дети
поочередно сгибают
и разгибают один из
пальцев,
при этом стараясь не
шевелить остальными.)
Вот это самый толстый
пальчик у меня,
(Сгибают и разгибают
большой палец)
Вместе с ним танцуют
все его друзья.
(Сжимают и
разжимают кулачки)

Этот самый ловкий
пальчик у меня
(Указательный палец)

И, когда танцует
пальчик,
с ним танцуют все
друзья.

Вот этот самый
длинный пальчик у
меня,

(Средний палец)
Вместе с ним танцуют

все его друзья,
А вот этот пальчик

лодырь у меня,
(Безымянный палец)

Но, когда танцует
пальчик,

с ним танцуют все
друзья.

А этот пальчик-
мальчик лучший у
меня,

(Мизинец)

Вместе с ним танцуют
все его друзья.

Все мои пять пальцев
дружная семья,

(Выполняют движение
“фонарики”)

И, когда они танцуют,
танцую с ними я
(Хлопки в ритме
текста.)

«Рисование»

(Дети выполняют
движения в
соответствии с текстом.

Можно рисовать на
столе, коленях, полу,
животе...)

Мы кружок нарисовали
Наши пальчики устали,
Мы руками потрясём,
Рисовать опять начнём.

Мы черту
нарисовали...

Мы волну
нарисовали...

Точки мы
нарисовали...

«Веселые грибочки»

-Ножки, ножки, где вы
были? (1)

- За грибами в лес
ходили.

- Что вы ручки
работали

- Мы горшочки
собирали. (2)

- А вы, глазки,
помогали

- Мы искали да
смотрели. (3)

Все пенечки оглядели.
(4)

Вот и Ванюшка с
грибком, (5)

С подосиновичком!

«Падают листья»

Раз, два, три, четыре,
пять.

Загибают пальчики,
начиная с большого.

Будем листья собирать.
Сжимают и разжимают

кулачки.

Листья березы,

Листья рябины,
 Листики тополя,
 Листья осины,
 Листики дуба
 мы соберем,
 Маме осенний букет
 отнесем.
 "Шагают" пальчиками.
«Цыплята»
 Раз, два, три, четыре,
 пять.
 Соединять пальцы
 обеих рук, образуя шар.
 Будем мы цыплят
 считать.
 Ритмично сжимать и
 разжимать кулачки.
 Раз – цыплёнок на
 крыльце,
 Загибать по одному
 пальчику на обеих
 руках,
 начиная с больших, на
 каждый счёт.
 Два – ещё сидит в яйце,
 Три – цыплёнок самый
 смелый,
 А четыре – самый
 белый,
 Пятый – маленький
 цыплёнок,
 Загнув мизинец,
 прижимать кулачки
 друг к другу.
 Кушать захотел
 спросонок.
 Стучать указательным
 пальцем правой руки
 по левой ладони.
«Самолёт»
 Вот на небе самолёт.
 Прямая кисть
 «взлетает» вверх
 Он отправился в полёт.

Вот кораблик
 поплывёт,
 Одноимённые пальцы,
 кроме больших,
 соединяют
 подушечками,
 протягивают вперёд.
 Носом волны разведёт.
 А от самого порога
 Для машин идёт
 дорога.
 Руки перед собой
 сжимают в кулачки и
 двигают по кругу –
 «крутят руль»
 (имитируют движения
 шофёра)
 Солнце (прищепки)
 Вышло из-за тучки
 солнце
 (Закреплять прищепки
 на каждый лучик
 муляжа солнышка).
 И глядит в моё оконце.
 От него лучей так
 много,
 Что просохли все
 дороги.
 Тучки (прищепки)
 А вот и облачко –
 смотри
 Прищепки вниз
 цепляем мы.
 (Закреплять прищепки
 по нижнему краю
 муляжа облачка).
 Это дождь идёт
 грибной:
 Весёлый, тёплый
 озорной.
«Елочка»
 Перед нами елочка
 (пальцы рук
 переплетены, из

больших пальцев –
 верхушка «елочки»),
 Шишки, иголки
 (пальцы сжаты в
 кулаки, указательные
 выставлены),
 Шарики, фонарики
 («шарики» из пальцев
 вверх, вниз),
 Зайчики и свечки
 («ушки» из
 указательного и
 среднего пальцев,
 обе ладони сложены,
 пальцы сжаты),
«Тучка»
 Тучка солнце
 повстречала,
 Поочерёдное сжатие
 в кулак («тучка») и
 разжатие (пальчики
 растопырены – «сол-
 нышко») ладоней обеих
 рук.
 Погостить его позвала.
 «Приглашающий» жест
 пр.рукой. Показать
 ладошку лев.руки
 (пальчики
 растопырены
 «солнышко»)
 «Нет!» - ей солнышко в
 ответ.
 Погрозить ук пальцем
 пр.руки.
 Тучка закрывает свет.
 Соединить кулачок пр.
 руки («тучка») с
 ладошкой лев.руки
 (пальчики
 растопырены –
 «солнышко»).

Физминутки:

«Вышла курочка гулять».

Воспитатель выполняет движения и произносит слова, ребёнок повторяет за педагогом и движения, и слова:

Вышла курочка гулять
(ходьба на месте),
Свежей травки
пощипать
(щиплющие движения всеми пальцами обеих рук),

А за ней ребятки -
Жёлтые цыплятки
(бег на месте).

«Ко-ко-ко, ко-ко-ко
(хлопки в ладоши),
Не ходите далеко
(ходьба на месте)

«Одуванчики»

Одуванчики начинают расти.

Растут, растут –
выросли.

(Начинают медленно вставать)

Подул ветер,

Одуванчики качаются.

(Руки вверх, легкое покачивание)

Наступил вечер,

Одуванчики
закрываются.

(Приседают, руки на голове)

Выглянуло солнце,

Одуванчики

проснулись.

Головками качают.

Радуются солнцу.

(Опять медленно встают, руки наверху, качаются на месте.

Улыбаются)

Вот какие веселые
одуванчики

Растут на нашей
поляне.

(Идут на свои места)

«На лугу»

Вместе по лугу идем,

(Ходьба на месте)

Не спешим, не отстаем.

(Потягивания — руки в стороны)

Вот выходим мы на луг

(Наклониться и

коснуться левой

ступни)

Тысяча цветов вокруг!

(Затем коснуться

правой ступни)

Вот ромашка, василек,

Медуница, кашка —

клевер.

Растиляется ковер

И направо, и налево.

(Повороты вправо — влево)

Чтоб сорвать в лесу

цветочки,

(Наклоны вперед)

Наклоняйтесь до

носочков.

Раз цветок, два -
цветок,

А потом сплетем венок.

(Руки поднять над головой)

Снова мы идем по лесу.

(Ходьба на месте)

А вокруг так

интересно!

(Потягивание — руки в стороны)

Отдохнуть пора дружок

Мы присядем на пенек.

(Садятся дети на места).

«Дождь»

Приплыли тучки

дождевые

Лей дождик – лей!

(руки вытянуты, ладошки вниз)

Дождинки пляшут,

(потрясти руками,

потопать ногами)

Как живые,

Пей рожь, пей!

И рожь, склоняясь к

земле зелёной,

пьёт, пьёт, пьёт

а тёплый дождик

неугомонный

лёт, лёт, лёт!

(наклониться, присесть)

«Листочки»

Мы листики осенние,

На ветках мы сидим.

(присесть)

Дунул ветер - полетели,

Мы летели, мы летели
(легкий бег по кругу)
И на землю тихо сели.
(присесть)
Ветер снова набежал
И листочки все поднял.
(легкий бег по кругу)
Закружились, полетели
И на землю тихо сели.
(присесть)

«Соберем букет»
Мы гуляем, мы гуляем
в садике садочке.
(погулять по комнате)
Собираем, собираем в
садике цветочки
(наклоны с
продвижением вперед)
Вот какой у нас букет,
Лучше в целом мире
нет!
(потянуться –
«показать букет»)

«Бабочка»
Бабочка летала, над
цветком порхала
(медленный бег на
носочках, руки делают
взмахи вверх-вниз)
Села, посидела и
нектар поела
(присесть, покачать
головой вниз - вверх)
Два своих больших
крыла опустила,
подняла
(встать опустить и
поднять выпрямленные
руки)

Полетела дальше,
чтобы мир был краше
(медленный бег на
носочках, руки делают
взмахи вверх-вниз)

«Цветок»
Спал цветок и вдруг
проснулся
(сидит на корточках,
встаёт),
Больше спать не
захотел.
Шевельнулся,
потянулся
(повороты влево,
вправо, потянуться),
Взвился вверх и
полетел
(плавное движение рук
в стороны).
Солнце утром лишь
проснется,
Бабочка кружит и
вьется
(кружится на месте).

«Солнце»
Солнце глянуло в
кроватку,
1, 2, 3, 4, 5
(шагает на месте).
Все мы делаем зарядку,
Надо нам присесть и
встать,
Руки вытянуть пошире,
1, 2, 3, 4, 5.
(Наклониться -3,4)
И на месте поскакать.
На носок, потом на
пятку.

Все мы делаем зарядку.

«Солнце»
Солнце спит, небо
спит,
(кладёт голову на руки)
Даже ветер не шумит.
Рано утром солнце
встало,

Всем лучи свои
послало
(встаёт руки вверх с
разведенными
пальцами)
Вдруг повеял ветерок
(махи руками из
стороны в сторону с
наклонами туловища)
Небо тучей заволок
(круговые движения
руками влево, затем
вправо)
Дождь по крышам
застучал.
Барабанит дождь по
крыше
(барабанит пальцами
по столу)
Солнце клонится всё
ниже.
Вот и спряталось за
тучи,
Ни один не виден
лучик
(постепенно садится и
кладёт голову на руки)

Художественное слово:

Я рисую на песке,
 Словно мелом на доске.
 Просто палочкой черчу
 Все, что только захочу.
 Это ежик, это кит,
 Это бабочка летит...
 Места здесь - для всех
 ребят!
 Все рисуют, все творят!
 Только вдруг пролился
 дождь,
 Все исчезли: кит и
 еж...
 И покрыл рябой узор
 Весь песок, асфальт и
 двор.
 Вот какой художник
 Этот бойкий дождик!
«Рисуем спираль»
 Просит слизень: "На
 спине
 Нарисуй-ка домик мне
 С печкой и калиточкой
 Стать хочу улиточкой!
 Я, куда ни поползу,
 Дом с собою повезу!
 Чуть кто на дорожке –
 Спрячу в домик
 рожки."
«Мы рисуем дождь»
 Я рисую дождь с утра,
 Капельки на ветках,
 Поиграть ко мне
 пришла
 Машенька-соседка.
 У меня был грустный
 дождь,
 Небо – синей краской,
 Кошка мокрая сидит,
 Грустненькие глазки.

Но сказала Маша мне:
 - Дождик – это весело,
 Рядом с тучкою она
 Солнышко повесила.
 А потом ещё мы с ней
 Радугу добавили.
 И рисунок стал
 светлей,
 Мы его подправили.
 Захотелось поиграть
 Мне с подругой
 Машей,
 А рисунок тот теперь
 Называем нашим.
«Я рисую солнышко»
 Рисуем окружность и
 "лучики".
 Нарисуем желтый круг,
 После лучики вокруг –
 Пусть на белом свете
 Ярче солнце светит!
 На детей и на цветы,
 Смотрит солнце с
 высоты,
 Чтоб росли скорее
 Их теплом согреет.
«Туча и дождь»
 Рисуем контур тучи и
 капельки-точки.
 Тучу толстую с дождем
 Сизым цветом обведем.
 Брюшко пощекочем –
 Туча загрохочет:
 "Трам-бам-бам!
 Тарарам!
 Вот сейчас я вам
 задам!"
 "Кап-кап-кап!" – дождь
 льется.

Зонт раскрыть
 придется.
«Я рисую осень»
 Я рисую осень.
 Жёлтые листочки.
 Из лесу приносят
 Рыжие грибочки.
 Веточка рябины,
 Будто бы заря.
 Вот какие краски,
 Краски сентября.
 Окуну я в осень
 Кисточку свою.
 Осень золотая,
 Я тебя люблю.
 Мы идём по парку.
 Всюду листопад.
 Осени багряной
 Каждый очень рад.
«Тропинка»
 Рисуем извилистую
 линию.
 Заблудившимся в лесу
 Ты тропинку нарисуй.
 Мимо дуба, мимо елки,
 Мимо мишки, мимо
 волка.
 Мимо зайки и лягушки
 Прямо к солнечной
 опушке.
 И тогда Степан с
 Кузьмой
 Прибегут по ней домой.
«Море»
 Рисуем волны.
 Нарисуем мы волну,
 А потом еще одну –
 Вот как на просторе
 Разлилося море!

Ритуалы приветствия: (входа в песочницу)

Приветствие «Снежный ком»

Цель: формирование желание сказать приятное товарищу.

Ведущий показывает детям снежок, который поможет им найти ласковое имя для своего соседа. Дети передают снежок по кругу и называют друг друга ласковыми именами.

Приветствие «Солнечные лучики»

Цель: сплочение группы

Ведущий и дети протягивают вперед руки и соединяют их вместе, как лучи солнца. Ведущий предлагает детям почувствовать себя теплым солнечным лучом, поделиться теплом с друзьями.

Приветствие «Ладони»

Цель: развитие групповой сплоченности

Дети садятся в круг на стульчики. Ведущий предлагает им поздороваться друг с другом с помощью ладошек, здороваться со своим соседом, ласково поглаживая его ладони, демонстрируя детям, как можно это сделать.

Приветствие «Чуткие руки»

Цель: сплочение группы

Дети становятся в круг, говорят слова, и крепко держатся за руки. А теперь почувствуйте тепло рук ваших соседей.

Приветствие «Злюка»

Цель: сплочение группы, навыков сплочения

Дети становятся в круг, выбирают ведущего, он изображает злость, дети называют прилагательные к слову злость.

Приветствие «Радуга»

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие воображения

Дети располагаются на коврике, звучит тихая, спокойная музыка. Дышите легко и спокойно. Сейчас мы попробуем представить радугу, увидеть ее цвета.

Игры на коммуникацию:**«Интервью»**

Цель: развитие навыков общения детей.

Ведущий, по очереди подходя к каждому ребенку, представляется журналистом и просит его сказать несколько слов о себе. Берется интервью по очереди у каждого из присутствующих, также могут задавать вопросы и все остальные дети.

«Подари улыбку»

Цель: учить ребенка справляться с грустью

Участники становятся в круг, берутся за руки за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза. Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

«Ласковое имя»

Цель: развивать чувства доверия друг к другу

Каждый из участников по очереди становится в круг и протягивает руки ладонями вверх тому, с кого бы он хотел начать движение по кругу. Все по одному называют варианты (ласкательные) имени участника, стоящего в центре круга, и как бы «дарят» их. Важно при этом прикоснуться к ладоням и посмотреть в глаза, поблагодарить за «подарок».

«Обзывалки»

Цель: учить детей выплескивать свой гнев, развивать дружеские отношения

Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться). Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели. Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты,, морковка!». Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем.

«Жужжа»

Цель: учить детей быть более обидчивыми

«Жужжа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строя рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает. Она вскакивает и начинает гоняться за обидчиком, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужжей».

«Доброе животное»

Цель: помочь детям истратить накопившуюся негативную энергию

Ведущий тихим и спокойным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем,

как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох – два шага назад.

«Тух, тух»

Цель: учить детей снимать мышечное напряжение

В этой игре заложен комический парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух, тух!» сердито. Через некоторое время они могут не смеяться.

«День рождения»

Цель: учить детей снимать напряжение, учить детей высказывать свои обиды. Выбирается именинник, все дети дарят ему подарки жестами, мимикой.

Имениннику предлагается вспомнить, обижал ли он кого – то, и исправить это. Детям предлагается пофантазировать и придумать будущее имениннику.

«Зайчики»

Цель: учить детей задерживать внимание ребенка на разнообразных мышечных ощущениях.

Взрослый просит детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий – силу, темп, резкость – и направляет внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений

«Два барана»

Цель: учить снимать напряжение, злость

Ведущий разбивает детей на пары и читает текст: «Рано – рано, два барана, повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

Упражнения с использованием песка:

«Песочный дождик»

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление

Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь. Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой – либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются.

«Узоры на песке»

Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей
Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры. Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу, либо продолжить узор взрослого.

«Мы едем в гости»

Цель: развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листке»

Взрослый в игровой форме знакомит ребенка с пространственными представлениями «верх – низ», «право – лево», «над – под», «из-за – из-под», «центр – угол». Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит», «прыгает», «ползает» по песку, изображая различных персонажей.

«Секретные задания кротов»

Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса
Предварительно необходимо познакомить ребенка с животными, обитающими под землей. Взрослый погружает руку под песок, шевеля пальцами под песком. То же самое делает и ребенок, можно дуть на песок, использовать перышки, палочки, кисточки.

«Отпечатки»

Цель: развитие мелкой моторики рук

Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делить с помощью формочек. Используем формочки, изображающие животных, транспорт, различные по величине.

«Кто к нам приходил»

Цель: развитие зрительного и тактильного восприятия

Ребенок отворачивается, взрослый изготавливает с помощью формочек отпечатки, ребенок отгадывает, потом они меняются местами.

«Песочные строители»

Цель: развитие пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти

Дети строят песочные домики по памяти, если ребенок не справляется, то ребенку дается инструкция, если ребенок не справляется, то взрослый должен ему помочь.

«Песочный круг»

Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, бусинками, монетами. Ребенок может дать название своему песочному кругу.

«Победитель злости»

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки. Ребенок по примеру взрослого делает из мокрого песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот. Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за «плохое поведение, мысли, чувства».

«Песочный детский сад»

В игре обыгрывается целый день в детском саду, с соблюдением последовательностей выполнения основных режимных моментов, а также все доступные ребенку навыки самообслуживания.

Игры, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук

"Отпечатки наших рук".

На ровной поверхности чуть влажного песка ребенок и взрослый по очереди делают отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. При этом важно немного задержать руку, слегка вдавив ее в песок, и прислушаться к своим ощущениям.

Взрослый начинает игру, рассказывая ребенку о своих ощущениях: "Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю руками, по моим ладоням скользят маленькие песчинки. А что чувствуешь ты?"

Теперь, когда ребенок получил образец устного описания своих ощущений, он попробует сам рассказать о том, что чувствует. Чем младше ребенок, тем короче будет его рассказ и тем чаще необходимо повторять эту игру. Не беда, если в начале игры ребенок в точности воспроизводит ваши слова, рассказывая о своих ощущениях. Постепенно, накапливая собственный чувственный опыт, он научится передавать свои ощущения и другими словами. Не исключено, что ваши ощущения будут различны, но постарайтесь не навязывать ребенку своего мнения.

Далее, взрослый переворачивает свои руки ладонями вверх со словами: "Я перевернул руки, и мои ощущения изменились. Теперь я по-другому чувствую шероховатость песка, по-моему, он стал чуть холоднее. А что чувствуешь ты? Мне не очень удобно держать так руки. А тебе?" Если у ребенка появились сходные ощущения, можно обсудить возможные дальнейшие действия, направленные на то, чтобы их изменить. Может, подвигать руками? Попробуйте:

поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинка, змейка, санки и др.);

выполнить те же движения, поставив ладонь ребром;

"пройтись" ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы;

создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшек кистей рук всевозможные причудливые узоры на поверхности песка и попытаться найти сходство полученных узоров с какими-либо объектами окружающего мира (ромашкой, солнышком, капелькой дождя, травинкой, деревом, ежиком и пр.);

"пройтись" по поверхности песка поочередно каждым пальцем правой и левой рук, после — двумя руками одновременно (сначала только указательными, потом — средними, затем — безымянными, большими, и наконец — мизинчиками);

"поиграть" пальцами по поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом двигать не только пальцами, но и кистями рук, совершая мягкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола;

сгруппировав пальцы по два, по три, по четыре, по пять, оставлять на песке загадочные следы. (Как хорошо вместе пофантазировать: чьи они?)

Эти незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Во-первых, такого рода игры с песком стабилизируют

эмоциональное состояние. Во-вторых, наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук мы учим ребенка прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения. А это, в свою очередь, способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Но главное — ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа). Играя, он учится понимать себя и других. Так закладывается основа для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Автогонки. Проведите на влажном песке извилистую линию. Для маленькой машинки она станет настоящей автотрассой. Еще лучше, если на трассе будут поставлены флажки (палочки), которые юному гонщику надо постараться не сбить во время движения.

По камешкам. Для этого упражнения используются плоские речные камешки. Расположите их на некотором расстоянии друг от друга. Предложите ребенку перебраться пальчиками правой руки, а затем левой руки по камешкам от старта к финишу, через реку или по кочкам через болото. Дотягиваться пальчиками от одного камешка к другому, как бы шагая, ребенок должен не оступиться, чтобы не угодить в «воду». Можно написать в них буквы какого-нибудь слова, например имя ребенка (если ребенок уже знает буквы). Чтобы прийти к финишу, ребенок должен будет пройти по всем буквам по порядку.

Кому повезет. (*Игра для нескольких игроков*). Ребенок-водящий берет по одной вещи у всех играющих и прячет их в кучки песка, так чтобы в одной было две вещи, в другой — одна, а в третьей — ни одной. Спрятав предметы, водящий предлагает остальным поискать их. Тот, кому достанется пара — выигрывает. Выигравший сам становится водящим.

Секрет. (*Игра для детей с 5 лет*) Для игры понадобится стеклышко или кусочек прозрачного пластика не меньше чем 10 см² (он может быть даже неправильной формы). В песке делается углубление. В нем ребенок раскладывает листья и мелкие цветочки, а затем накрывает их сверху стёклышком. Затем композиция засыпается песком, и секрет готов. Осторожно расчистив пальцами песок, любой желающий может посмотреть на цветочную композицию, сделанную юным флористом. Можно предложить детям побыть археологами.

Выкладываем и печатаем на песке. Создавать изображения, а также украшать свои постройки или «выпечные изделия» из песка ребенок может с помощью камешков, желудей, семечек, ракушек, шишек или других природных материалов. Покажите ему, как можно выкладывать на песке узор, геометрические фигуры, контуры разных предметов, например самолета, солнышка, цветка или целую картину с домиком, дорожками и деревьями. Поначалу взрослый может рисовать на песке палочкой контур предмета, а ребенок будет выкладывать по нему изображение. Затем сам начнет придумывать сюжеты для своих картин. На песке можно создавать изображения методом печатания. Чтобы выдавливать их на песке

контурные или объемные изображения, нужно сначала с помощью лопатки, дощечки или ладоней разровнять влажный песок, подготовив таким образом гладкую поверхность. А дальше, слегка вжимая в песок формочки, а затем осторожно их снимая, отпечатывать на нем разные изображения. Для печатания можно использовать формы без дна, которые применяют кулинары для вырезания из теста печенья разной конфигурации

Что же спрятано в песке? Взрослый и ребенок вместе погружают в сухой песок кисти рук. И начинают ими шевелить, наблюдая за тем, как изменяется песчаный рельеф. Задача: полностью освободить руки от песка, не совершая резких движений, только шевеля пальцами и сдувая песчинки.

Игра “Мина”. Рука одного играющего превращается в “мину”: она может находиться в песке в любом положении. Задача другого играющего – “сапера”, откопать “мину”, не дотрагиваясь до нее.

“Сапер” может действовать руками, дуть на “мину”, помогать себе тонкими палочками.

Взрослый вместо руки может закапать любую игрушку (важно, чтобы ребенок не знал, какую именно). В процессе раскопок, по открывающимся частям предмета, ребенок пытается догадаться, что же было закопано.

Можно закапывать не один, а несколько предметов или игрушек, и на ощупь узнавать: что или кто это? (Вариация игры “Чудесный мешочек”) и т.п. Любой из этих вариантов игры можно предлагать ребенку в виде сказки.

Например:

"В одной сказочной стране жила прекрасная Принцесса. Она была доброй и умной. Но этого мало. Она обладала даром и всех вокруг делать добрыми и умными. Поэтому все жители сказочной страны чувствовали себя счастливыми.

Это было не по вкусу Дракону, жившему неподалеку. Задумал он похитить Принцессу и отнять у нее бесценный дар. Так и случилось...

Чтобы Принцесса никогда больше не могла дарить радость людям, Дракон превратил ее в невиданное существо и заточил в подземном замке. Мало того: смельчак, который решится спасти Принцессу, своим прикосновением может погубить ее. И тогда она навеки останется заколдованной.

Можешь ли ты помочь Принцессе и жителям этой сказочной страны? Попробуй!.."

"Откопай разгадку".

Наверное, дорогие друзья, многие из вас в детстве делали "секретики". Каждый из вас наверняка до сих пор помнит свой узор из стеклышек, фантиков, блесков, цветочков и пр. А ведь "засекречивать" можно не только это, но и буквы, цифры, геометрические фигуры.

Мы предлагаем вам сказочные задания в форме стихотворных загадок, которые сочинил студент-психолог Института специальной педагогики и психологии Алексей Густышкин.

Разгадка закопана в песок. Ребенок проверяет себя, откапывая ее. Или же "пишет" ответ, вылепляя песочные буквы.

Если отгадал загадку, Вслух сказать не торопись. Ты, используя разгадку, За задание берись.

Кто колдует, заклинает, В ступе по ночам летает? У избы на курьих ножках Кто хозяйка?(**Бабка Ежка**)

* * *

Спрятал кто иглу в яйце, А яйцо хранит в ларце? Кто всех злее и тощей? Кто не верит всем?(**Кашей**) Отгадал, не называй, Вылепи (выкопай) и прочитай.

* * *

Леший Ежке к дню рожденья

Сочинил стихотворенье.

В нем желал он счастья ей,

Быть мудрее и (**добрей**).

Что за слово Леший здесь не написал?

Вылепи из песка, если отгадал.

* * *

На розовом облачке феи

Кружились и песенки пели,

Даря вновь и вновь

Всем мир и (любовь).

И, радуясь, дальше летели.

Очень важный дар от фей

Вслух не прочитался.

Игры, направленные на развитие фонематического слуха и коррекцию звукопроизношения

Путешествия в страну звуков начнем с игры-сказки "Путешествие в страну "А"".

Есть прекрасная страна, где принцессу зовут А. (Взрослый ставит в песочницу фигурку, на которой прозрачным скотчем приклеено изображение буквы А).

В реке плещутся А - кулы...

(В песочнице создается река (для этого следует прокопать канавку так, чтобы было видно голубое дно песочницы), в нее помещаются акулята из коллекции "Киндер-сюрприза", на них тоже наклеена буква А).

А - исты в садах живут...

(В песочнице создается сад из веточек и цветов и появляются птицы, на них также наклеена буква А).

А - пельсины и А - рбузы и А - кации цветут...

(В песочнице появляются растения, на которых изображена буква А).

Чтобы здесь нам поиграть, надо много слов назвать. Привести сюда друзей, в чьих названиях — А. Смелей!

(Произнося стихотворную инструкцию, взрослый делает интонационный акцент на звук "А".)

Для того чтобы провести эту игру, взрослому придется подготовиться:

отобрать фигурки, в названиях которых есть звук "А" (5—10 штук);

наклеить на них букву А;

подготовленные к игре фигурки расставить рядом с песочницей (если нужных фигурок нет, их можно нарисовать, вырезать, вылепить);

приготовить деревянную или пластмассовую букву А или же карточку с ее изображением.

Взрослый произносит стихотворение-инструкцию и одновременно вместе с ребенком строит сказочную страну. Таким образом речь согласовывается с действием. Ребенок становится непосредственным участником процесса — положительная мотивация сформирована... И тут звучит задание, требующее самостоятельной работы.

Для того чтобы поиграть в песочнице с привлекательными фигурками, ребенок должен назвать не менее трех слов, в которых есть звук "А". Важно помнить о последовательности называния слов, содержащих звук, который вы отрабатываете с ребенком. Первыми предъявляются слова, в которых этот звук стоит в начале, потом — в конце, затем — в середине. При этом лучше не использовать те слова, в которых звук слышится нечетко. Помогая ребенку, взрослый может задавать наводящие вопросы:

"Ты знаешь, у Принцессы есть друзья, которых зовут Аня, Антон, и... кто еще?"

"Кто может жить в этой стране — мама, папа, бабушка и... кто еще?"

"Посмотри на другие фигурки, назови их. В каких именах и названиях ты услышал звук "А"?"

"Как ты думаешь, что любит есть Принцесса — кашу, варенье, малину и... что еще?"

Когда ребенок назовет слова, взрослый объявляет ему, что теперь он получил Ключ в страну принцессы А и является ее почетным гостем (при этом вручается заранее приготовленная буква или ее изображение на карточке). Теперь он может играть с каждым жителем этой страны и подселать в песочницу других героев самостоятельно.

С милым звуком Е

Живет в той сказочной стране Спокойный, добрый, милый Е, Он утром Ели объезжает И все игрушки проверяет.

И мчатся с ним по веткам Ели, Как по зеленой карусЕли, МЕдвЕдь и БЕлочка, СкворЕц, И ЛЕв и даже... ОгурЕц!

Но вот, друзья мои, беда — Забыл другие он слова, Где тоже есть наш милый Е. Поможем вместе мы беде?

С волшебником И

На облаке мягком, Что в небе парит, Звук И, как волшебник, Над миром летит...

Он счастье несет, И добра всем желает И где что рассыпалось Соединяет!

Он любит Индейцев, Изюм и Икру, И любит в песочке Простую игру!

Он рад и с тобою

В песок поиграть,

Чтоб ты все слова

С звуком И мог назвать!

(Д. Фролов)

Обратите внимание — в стихотворной инструкции уже не дается конкретных указаний по строительству определенной страны. Это позволит вам и ребенку проявить творческое воображение.

С бедным О

В огромной, пустынной стране Лимпопо Живет одиноко прекрасный звук О. Он сирота: ни друзей, ни реки. Зачахнет звук О там один от тоски! Что делать ребята? Страну как найти? Как бедный звук О поскорее спасти?

Отметим, что мы не даем последовательности изучения звуков, так как эту методику несложно найти в учебниках и пособиях. Мы предлагаем лишь принцип работы со звуком. На приведенных примерах вы сможете сами познакомить ребенка с другими звуками (как гласными, так и согласными), опираясь на свою фантазию, знания и жизненный опыт. Совершенно не обязательно, чтобы инструкции к играм были стихотворными. Главное, чтобы ребенок понял задание и заинтересовался им.

Опыт показывает, что в такого рода игры с увлечением играют дети уже с трех лет. Играя, вы можете постепенно вводить понятия о гласных и согласных звуках.

"Путешествие в страну букв". Непросто дошкольнику понять разницу между звуком и буквой. Для него это лишь абстракция. Что ж, с миром звуков ребенок уже знаком. Теперь он может узнать, кто же такие буквы. Взрослые знают, буква — это графическое изображение звука. Но, согласитесь, такая терминология — не для ребенка. Так что мы снова позовем на помощь игру-сказку.

"Мы уже побывали с тобой в царстве Звуков. И ты, наверное, заметил, что на одежде каждого Звука нарисованы какие-то таинственные знаки. Ты, может быть, уже догадался, что если Звуки не произносят свое имя вслух, то они находят друг друга по этим знакам. Это нужно не только самим жителям страны Звуков, но и нам, путешественникам, гостям этой страны. Давай-ка вспомним наших старых друзей и внимательно рассмотрим их одежду. (В это время взрослый выставляет фигурки Звуков, которые были использованы в предшествующих играх. На каждой фигурке наклеена буква.) Вот они, эти знаки! Путешественники по стране Звуков называли эти знаки "Буквами". Правда, интересное название? Давай его запомним". Таким образом, мы разделили понятия "Звук" и "Буква". Теперь можно приглашать сказочных жителей не только голосом, проговаривая, пропевая звуки, но и прописывая знаки-буквы на песке. Итак, в играх появляются новые персонажи — буквы (пластмассовые и деревянные, вырезанные из плотного картона, наждачной, бархатной бумаги — это важно для мануального осознания ребенком абстрактных символов: он должен не только зрительно запоминать буквы, но и подключать к этому телесную память).

При изучении темы "Ударение" обучающийся произносит написанное на песке слово, интонационно выделяет ударный звук. Держа в руке "Волшебную палочку", он дотрагивается до буквы палочкой и оставляет над ней след удара.

Тема "Деление слов на слоги" осваивается с помощью игры "Построй ступеньки". На возвышенностях, сделанных из песка, мы располагаем домики с одним, двумя и тремя окнами. Дети должны выложить ступеньки из слов, напечатанных на карточках, поделившись, по какому принципу они будут располагаться (строить ступеньки). Возле домика с одним окном выкладываются односложные слова; с двумя - двухсложные; с тремя окнами — трехсложные.

Игра "Мой город". Логопед дает задание выбрать фигурки, в названии которых есть заданный звук, и построить город, используя эти фигурки. Потом можно составить устный рассказ об этом городе и его жителях.

Игра «Назови звук» (Журова) Педагог предлагает детям вырыть в песке небольшие лунки для мячика. Затем он подталкивает мячик в лунку ребёнка и называет слово, интонационно выделяя согласный звук. Ребёнок называет выделенный звук и перекачивает мяч обратно в лунку педагога. Затем задание даётся другому ребёнку и т.д. Слова: с-с-сом, су-м-м-мка, за-р-р-ря, ку-с-с-сок, сту-л-л-л, ру-ч-ч-чка, кра-н-н-н, шар-ф-ф-ф, кры-ш-ш-шка, д-д-дом.

Игра «Найди друга» (Журова) Педагог достаёт из коробки картинки (бабочка, корова, лягушка, петух, медведь) и раздаёт их детям.
- Сделайте домики для этих животных, скоро к ним в гости придут их братья. (Дети выполняют.)
Затем педагог достаёт из коробки следующие картинки (белка, кит, павлин,

лошадь, мышка).

- Как же нам узнать, где, чей братец? Для этого давайте произнесём названия животных и выделим первый звук в этих словах. - кит - [к'] – он пойдёт в гости к корове, первый звук в этом слове [к]; [к] и [к'] – братцы.

Дети по очереди называют тех, кто изображён на картинках, выделяют первый звук и подбирают пару. Вывод: Чем различаются данные пары звуков? (Твёрдые – мягкие.)

Игра «Кто это был?» (Р.Г.Голубева) Педагог достаёт из коробки игрушки: корова, тигр, пчела, змея, ёж. Каждой из них присваивается определённое звучание: корова – мычит «м-м-м», тигр – рычит «р-р-р», пчела – жужжит «ж-ж-ж», змея – шипит «ш-ш-ш», ёж – фырчит «ф-ф-ф». Педагог длительно произносит какой-либо звук и предлагает детям определить, кто это был. Тот, кто правильно называет животное, получает эту игрушку.

Игра «Какой звук лишний?»

- А сейчас животные поиграют в игру «Кто лишний?». Давайте вспомним, какие звуки издают животные? (Дети повторяют звуки.)

- А теперь я буду называть звуки (смотри игру «Кто это был?»), а те животные, звуки которых я не назову, должны будут спрятаться в песок:

- р, л, д, ж, с, т, к, м, ш (ф)

- д, в, р, с, ш, н, ж, л, х (м)

- ч, т, л, д, ш, в, ж, к (р)

- з, ш, к, п, л, д, б, с, в (ж).

Игра «Эхо». Педагог произносит слоги, а дети повторяют их по очереди, при этом за каждое правильно выполненное повторение ребёнку предлагается взять любую игрушку для последующей игры в песке.

- та-ка-па

- па-ка-та

- ка-на-па

- га-ба-да

- па-ба-па

- по-бо-по

- пу-бу-пу

- пы-бы-пы

- та-да-та

- да-та-да

- ла-га-ка

- га-ка-га

Упражнение "Песочный ветер" (дыхательное). Дети учатся дышать через трубочку, не затягивая в нее песок. Детям постарше можно предложить сначала сказать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожелание песочной стране,

"задувая его в песок", можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля. При выдохе ребенок легко дует на свои ладони с песком, сдувая его в песочницу.

Конспект ООД с детьми старшего дошкольного возраста использованием стола для анимации.

«Путешествие в страну песков»

Цель:

Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, имеющих нарушения в поведении, в межличностном общении.

Задачи:

1. Создавать у детей положительный эмоциональный настрой с помощью применения методов песочной терапии, учить их передавать разные эмоциональные состояния в имитационно-образных играх;
2. Стабилизация эмоционального фона воспитанников с помощью песочной техники;
3. Обогащение тактильного опыта у воспитанников;
4. Формирование навыка экспериментирования с песком;
5. Отражать в речи свои ощущения, свое настроение, называть свойства и признаки песка (мягкий, рассыпчатый, лёгкий, сухой, снега (*холодный, мокрый, белый*));
6. Совершенствовать навыки коммуникативного общения, поддерживать интерес детей к сотрудничеству;
7. Способствовать развитию воображения и творческих способностей;
8. Воспитывать эмоциональную отзывчивость детей на проблемные ситуации, желание прийти на помощь;
9. Вызвать положительные эмоции, связанные с новыми впечатлениями.

Материал:

Искусственный снег (сода+пена для бритья, тазики с водой, салфетки, стол для песочной анимации, маленькие фигурки, деревья, цветы, бусинки, диск с записью спокойной музыки,

Ход занятия:

Под спокойную музыку дети заходят в зал. Детей встречает Песочная Фея (*педагог*).

- Здравствуйте, ребята! Предлагаю вам отправиться в сказочную страну вместе со мной. Я – Песочная Фея! Раскрою вам один секрет. В моей стране произошла беда! На страну налетела Песочная буря. Она уничтожила все в песочной стране и все жители разлетелись. И стала песочная страна темной и безжизненной. Добрые мои друзья, готовы ли вы мне помочь вернуть красоту в мою страну? Спасибо, что вы согласились. Нам в пути помогут: верность, доброта, смелость и дружба. Я вам предлагаю отправиться туда и заселить её новыми жителями. Но для начала поприветствуем друг друга:

Ритуал приветствия: я поприветствую своего соседа справа, взяв его за руки и называя ласково по имени (*Я рада видеть тебя, называю имя ребенка*). Он передаст моё приветствие и улыбку своему соседу справа таким же образом. И так наше приветствие обойдёт всех ребят по кругу и вернётся снова ко мне. После

того, как все дети поприветствуют друг - друга Песочня Фея приглашает в путешествие в песочную страну.

Но чтобы попасть в песочную страну, нужно очень сильно, всей душой, всем сердцем верить в чудеса и всем вместе произнести волшебные слова. Может быть, кто то из вас знает волшебные слова из сказок?

Я сейчас скажу вам заклинание, а вы постарайтесь его запомнить:

«Песочная фея нам помоги, В страну волшебную перенеси,
В ладоши мы хлопнем

Раз, два и три,

Сердце свое для добра распахни!»

Музыкальное сопровождение: Чайковский П. И. Балет «Щелкунчик» «Танец феи Драже».

- Ну вот мы с вами и оказались в песочной стране. Но что это?

- Вместо песочных степей и дюн у нас горы снега. Ребята, оказывается, мы с вами оказались высоко в горах. А в горах всегда как *(ответы детей)*

- холодно и поэтому снег не тает. Попробуйте на ощупь, какой у нас снег?

Чтобы спуститься с гор в теплую песочную страну, нужно выполнить мое задание.

Давайте все дружно слепим по одному маленькому комочку снега.

Что нужно сделать чтобы все снежки растаяли? Правильно! Сейчас я возьму свою

волшебную палочку и нашу водичку сделаю теплой. Давайте опустим все наши

комочки в эту водичку. Что у нас произошло? *(ответы детей)*. От снега не

осталось и следа. Теперь без опаски мы можем спуститься по волшебной тропинке в

мою страну. Детки по цветным дорожкам подходят к столу для песочной

анимации. Песочная фея предлагает детям для начала познакомиться со

свойствами песка. А вот и песочная страна, где живут друзья песочной феи.

Посмотрите. Как здесь пусто и тоскливо. Один песок. Но этот песок не простой. Он волшебный. Он может чувствовать прикосновения. Слышать. Говорить.

Упражнение «Здравствуй, песок!»

Дети различными способами дотрагиваются до песка.

Положите ладошки на песок. Давайте его погладим внутренней, затем тыльной стороной ладони. Какой песок? *(сухой, шершавый, мягкий)*.

Давайте с ним поздороваемся: «Здравствуй песок!».

Послушайте... Он с вами здоровается. Вы все слышите?. *(ответы детей)* мы его

не слышим, потому что ему грустно и одиноко. Он говорит тихим голосом. А

давайте его развеселим! Пощекочем его сначала одной рукой каждым пальчиком, затем другой. А теперь пощекочем двумя руками.

Теперь плавными движениями как змейки побежали по песку пальчиками.

Вы слышите, как он смеется?

Давайте его погладим между ладонями.

Возьмите за руки песок крепко-крепко, потихоньку отпустите. Еще раз давайте его возьмем за руки крепко, чтобы ни одна песчинка не упала с кулачков. Песочек, мы тебе поможем!

-Ребята, а кто знает, что такое Дюны, как они образуются и где располагаются?*(ответы детей)*.

- Это скопление песка с меняющейся формой. Когда ветер дует сильный, дюна преобразуется.

- Ну а теперь я предлагаю вам поиграть в игру «*Ветер и дюны*». Вы превратитесь в дюны, а я стану ветром.

Подвижная игра «*Ветер и дюны*».

Под музыку педагог с лентой в руке прикасается к детям. Тот, к кому он прикоснулся, меняет положение тела.

Мимическая гимнастика.

- Замечательно! Наш песочек тоже приготовил для вас сюрприз. Найдите среди песка интересные карточки с эмоциями. Это те эмоции которые царили когда-то в нашей стране. Каждому из вас нужно будет изобразить ту эмоцию, которая будет у ребенка в руках.

Под песком спрятаны пиктограммы с различными эмоциями.

(Дети аккуратно поднимают карточки и по очереди мимикой передают настроение, которое изображено у них).

- Ребята, а кто может рассказать, когда бывают такие настроения?

(Дети высказывают свои мнения).

Посмотрите, на полянке у нас кто-то есть.

Медленно ползёт в траве,

Тащит ношу на спине:

Дом тащить такая пытка,

И зовут её. *(улитка)*

Дети отгадывают загадку.

- Правильно, к нам улитка приползла не одна. Вместе с ней приползли и ее детки, которые очень хотят с вами поиграть. Поиграем с улитками?

Предлагаю детям сыграть в игру, а для этого нужно превратиться в улиток *(дети одевают браслетики с изображением улиток)* .

Пальчиковая гимнастика: «*Улитка*».

В круглом домишке -

С круглым окошком

Грела улитка на солнышке рожки.

Грела улитка на солнышке рожки.

И притомилась улитка немножко

Вот потянулась улитка лениво

Вот затворила улитка калитку

Спрятала ключ -

И отправилась спать

В самую круглую в мире кровать.

-Вы хотите узнать, что снится улитке?

Дети подходят к столам с подсветкой для рисования на песке, выполняют рисунок в соответствии с текстом:

Снится улитке, что ползет она по песочку – мягко шуршит песочек под ней.

Ползла, ползла улитка и увидела цветочек (*дети рисуют одним пальчиком цветок*) .

Подползла, понюхала – чудесный запах!

Дальше поползла... вдруг пошел дождь. (*покажите, как он капает? Рисуют капли подушечками пальцев.*)

От дождя целый ручеек получился (3- мя пальцами рисуют волны) .

Решила улиточка обсушиться – легла и рожки свои подставила солнышку (*рисуют солнышко*) .

Высохла, дальше поползла. Захотела улитка есть – нарисуйте вкусный грибок (*рисуют грибок*) .

Ой, какой вкусный грибок! Поела и дальше поползла. Ползла, ползла, да и устала!

Прилегла на травку (*рисуют 2-мя пальцами травку*) .

Мягкая травка! Отдохнула и поползла домой на мягкую перинку.

Нарисуйте домик улитке.

Молодцы! Вот такой приснился сон улитке.

Мы с вами вместе, дружно пофантазировали, какой сон приснился улитке. А теперь давайте покажем и нашим гостям, что у нас получилось.

Сюрпризный момент.

На экран проектируется видео сюжет рисования песком «Сон улитки».

-Всем понравилось? Очень хорошо, но кто вспомнит, для чего мы отправились в путешествие? Для чего мы попали в сказочную песочную страну?(*Ответы детей*).

- Правильно, нужно помочь моей стране заселить её новыми жителями.

Представьте, что Вы — Волшебники. Среди песков хотите создать цветущую сказочную страну. Сейчас вы выберете себе героев, которых вы хотели бы поселить в новой стране. А еще возьмите деревья, камни, цветы, дома — все, что понадобится вам для создания сказочной страны. Но помните, что вы- Волшебники, а как известно, они не могут ссориться между собой, их задача-быть дружными, помогать друг другу во всем.

- Очень хорошо! Я рада, что вы справились таким непростым заданием. А теперь нам нужно отправляться домой. Но прежде всего мне бы очень хотелось, чтобы вы по очереди рассказали, что вам сегодня понравилось, какое было настроение?(*Дети высказываются*).

- Мне тоже очень понравилось совместное наше путешествие, спасибо вам, что помогли моей стране. Она стала не только красивой, но и жители живут там теперь добрые и вежливые, они уважают друг друга. На прощание предлагаю вам сделать пирамидку из кулачков и всем вместе произнести «До свидания».

Ритуал прощания: пирамидка из кулачков.

Педагог: занятие закончено. Всем спасибо! Но мы забыли выполнить последнее правило: после игры с песком - помой руки!

Конспект игрового тренинга в старшей группе с элементами песочной - терапии (рисование песком на стекле)

Тема: «Песочные картинки»

Цель: создать условия для развития когнитивной и эмоциональной сферы, через обучение рисованию песком на стекле.

Задачи:

образовательные:

- создать положительный эмоциональный климат;
- познакомить с техникой рисования песком;

развивающие:

- развивать воображение, зрительное восприятие, мелкую моторику рук;
- развивать произвольное поведение, умение подчиняться правилам.

воспитательные:

- совершенствовать навыки общения и сотрудничества;

Интеграция образовательных областей:

- здоровье;
- познание;
- коммуникация;
- художественное творчество;
- социализация;

Оборудование:

- столы для песочной анимации, кварцевый песок;
- магнитофон, диск «Звуки моря»;
- фото песочных картин (*работы детей*);
- шапочки «рыбки».

Ход тренинга

- Здравствуйте ребята, я рада вас видеть. Давайте поздороваемся, мне хотелось бы, чтобы вы представились сами. Назовите себя так, как бы вам хотелось, чтобы вас называли.

Давайте улыбнемся нашим гостям и поприветствуем их

Давайте улыбнемся друг другу

Я подарю ТЕБЕ улыбку!

И пусть плывет она по свету.

Вдруг, словно золотую рыбку,

Поймаешь ТЫ улыбку эту!

- Ребята, посмотрите вокруг, мы с вами видим выставку картин. Обратите внимание картины эти необычные. Это песочные картины. Их нарисовали песком на стекле такие же дети, как и вы. Сегодня я предлагаю вам нарисовать такую картинку.

- Ребята, а где в природе можно увидеть много песка?

- Пройдите на ковер, примите удобную позу, можно присесть или прилечь.

Прикройте глазки. Расслабьтесь.

Сделайте глубокий вдох, затем выдох, еще раз вдох – выдох. Представьте, что вы на морском пляже. Светит яркое солнце. Оно ласкает вас нежными лучами. Вы жмуритесь, подставляете щеки, носик. Вам тепло и радостно. Улыбнитесь же солнышку. Прислушайтесь. Вы слышите шум прибоя, шелест волн. Вокруг много песка. Вы босиком идете по песку. Ступням приятно, они проваливаются в песок. Песок мягкий теплый, местами даже горячий. Он просачивается сквозь пальцы. Вы делаете шаг, еще раз шаг, и еще шаг за шагом. На песке остаются следы. Вам хорошо и спокойно. Вы шаг за шагом идете вперед, к морю. А вот и море, синее и большое. Вы стоите на берегу. Волны набегают вам на ноги и снова удаляются, набегают и удаляются. Вам приятно стоять на мокром песке. Вы смотрите вдаль и видите маленькую точку. Она приближается к вам все ближе и ближе. Вот уже видно, что это приплыл рыбка. Рыбка не простая - а золотая. Вы наклоняетесь и рассматриваете ее. Она такая маленькая, красивая. У нее есть плавники и яркий хвостик. Маленький рот, глазки, сверкающая чешуя. Рыбка смотрит на вас и подмигивает. Поприветствуйте ее. – *«Привет. Привет рыбка!»* Вы тихо шепчете рыбке свое заветное желание. Рыбка слушает. Но вот она вильнула хвостиком и уплыла. Вы машете ей рукой. Пока, пока рыбка! Пора возвращаться. Вы разворачиваетесь и идете обратно. Сделайте глубокий вдох, выдох, вдох, выдох. Откройте глаза. Поверните голову налево, затем направо. Вот и детский сад мы на месте!

- Ну что, ребята, увидели себя на пляже? Расскажите, кто что видел?

- Здорово! Остается только зарисовать все то, что вы увидели.

- Подойдите к столам. Столы эти не обычные. Столешница стеклянная с подсветкой, потрогайте ладошкой. Стекло холодное и гладкое, а на стекле горстка песка. Рисовать будем песком, а помогут нам в этом ладошки и пальчики рук. Чтобы картинка получилась, пальчики надо размять.

- Выполним пальчиковую гимнастику.

Раз, два, три, четыре, пять – будем пальчики считать.

Закрываем, и молчок – получился кулачок!

Открываем понемножку - получается ладошка!

Вот шалашик, вот замок, разотрем один разок.

Крепкие, дружные - все такие нужные!

- Сначала потрогайте песок. Какой он приятный. Его можно пересыпать, размазать постеклу, собрать в горстку, брать щепоткой - пробуйте! Рисовать можно как одной рукой, так и двумя сразу.

- Для нашей картинки надо распределить песок по всей столешнице. Смотрите, как я это делаю, и повторяйте за мной, на экране телевизора все видно. Сожмите кулачки и прошагайте ими по песку. Топ- топ, топ, топ! Дорисуем пальчики, вот так!- получились следы на песке. Теперь одним пальчиком рисуем круг – это солнышко, вторая рука помогает вам. Пальчиками рисуем лучики, глазки. Солнышко улыбается нам. Вот, так! Дальше нарисуем море. Двумя пальчиками проведите волнистые линии с одной стороны, затем повторите это другой рукой вот так! Это морские волны Молодцы! Здорово! Теперь ребром ладони расчистим площадку в виде овала. Это туловище рыбки. Лишний песок уберите в сторону.

Сверху и снизу пальчиком нарисуйте плавники, с боку красивый волнистый хвост. Отлично! Осталось, только оживить нашу рыбку. Найдите место для глаза, и на это место щепоткой насыпьте песок, круговыми движениями - пальчиком нарисуйте глаз, губы... Вот, так! На туловище рыбки, мизинчиком, нарисуйте чешую.

Посмотрите, какая симпатичная рыбка получилась! Можете еще раз прошептать ей свое пожелание. Я думаю, рыбка обязательно его исполнит. У вас получились отличные песочные картинки с морским сюжетом. Вы молодцы! Ребята, посмотрите на свою золотую рыбку. Рассмотрите и полюбуйтесь рисунками своих друзей.

- Вы отлично поработали, а теперь поиграем. Выходите на ковер. Игра называется *«Рыбки в море»*.

- Вы рыбки - раз, два, три, ты на рыбок посмотри!

- Я буду давать вам сигналы *«день»* или *«ночь»*. Днем рыбки резвятся и плавают, ночью - ложатся на дно и успокаиваются (*включает музыку*)

- Наше занятие подошло к концу. Что больше всего понравилось вам и запомнилось?

- Вы отличные ребята! Мне было приятно с вами общаться! Я решила вам сделать сюрприз. Я хочу вам подарить золотых рыбок, возьмите себе по одной. Они не живые, но очень симпатичные. Это волшебные рыбки - магнетики. Пусть они напоминают вам о нашей встрече и выполняют все ваши желания. Всего хорошего!

Консультация для родителей «Песочная терапия»

Всем нам хорошо знакомый песок кажется абсолютно простым и понятным. На самом деле это удивительный и таинственный материал. И дети, и взрослые могут часами возиться в песке, строить песчаные замки или просто наблюдать, как он пересыпается с ладони на ладонь. Песок может быть таким разным: сухой и лёгкий или тяжёлый и влажный, он с лёгкостью способен принять любую форму. В то же время он такой непостоянный – фигурки из него способны рассыпаться в один миг. Все эти замечательные свойства песка, дающие широкий простор для творчества и фантазии, как оказалось, можно успешно использовать в терапевтических целях. Игра с песком – это естественная и доступная для каждого ребёнка форма взаимодействия и преобразования мира. Что же происходит с ребёнком, когда он играет в песок? Зачастую маленький ребёнок не может словами выразить свои переживания, страхи. И тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая из песка собственный мир, ребёнок освобождается от напряжения. А самое главное – ребёнок приобретает собственный бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций. Дети, которые активно играли в песке, чаще вырастают уверенными и успешными.

Наблюдения психологов показывают также, что именно первые совместные игры детей в песочнице могут наглядно показать родителям особенности поведения и развития их детей. Родители видят, что их ребёнок становится излишне агрессивным или робким в общении со сверстниками, - это может стать поводом для размышления о собственной системе воспитания ребёнка, обращения за помощью к специалистам. Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу даёт больший воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения.

Во-первых, существенно усиливается желание ребёнка узнать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно.

Во-вторых, в песочнице мощно развивается «тактильная» чувствительность, как основа развития «ручного интеллекта».

В-третьих, в игре с песком более гармонично и интенсивно развиваются все высшие психические функции (память, мышление, восприятие, внимание, а также речь и моторика).

В-четвёртых, совершенствуется развитие предметно – игровой деятельности, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно – ролевой игры и коммуникативных навыков ребёнка.

В-пятых, песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию. Это его свойство особенно востребовано в работе с «особыми» детьми: дети с нарушениями речи, агрессивные дети, тревожные дети и др.

В системе традиционных и нетрадиционных методов коррекции всё больше места занимают специальные техники, одни из которых - песочная терапия.

Игры, используемые в песочнице:

- Поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения;
- Выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро;
- «Пройтись» ладонями по проложенным трассам, оставляя на них свои следы;
- Создать отпечатки ладоней, кулачков, рёбрами ладоней причудливые всевозможные узоры на поверхности песка;
- «Пройтись» по песку отдельно каждым пальцем правой и левой рук поочередно (сначала только указательным, затем – средними, безымянными, большими и, наконец, мизинчиками). Далее можно группировать пальцы по два, по три, по четыре, по пять. Здесь уже ребёнок может создать «загадочные следы».
- «Поиграть» на поверхности песка, как на пианино или клавиатуре компьютера. При этом двигаются не только пальцы рук, совершая мягкие движения вверх – вниз.

Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние: возбуждённые дети успокаиваются, становятся спокойнее. Наряду с развитием тактильно – кинестетической чувствительности и мелкой моторики можно научить детей прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это в свою очередь способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти.

Использование песочной терапии даёт положительные результаты:

- Удаётся наладить эмоциональное общение детей со сверстниками и взрослыми;
- Песочная игра терапия имеет огромное значение для достижения положительного эмоционального благополучия, так как затрагивает чувства, эмоции ребёнка и позволяет выстроить индивидуальную траекторию развития ребёнка;
- Оказывается положительное влияние на развитие речи, мышления, познавательных процессов и творческих способностей детей;
- Вызывает положительные эмоции (радость, удивление). Снижает негативные проявления (страх, тревожность) и уменьшает проявление отрицательных эмоций (злость, гнев, обида) ;
- Совершенствует гуманные чувства детей, делает их добрее. Учит их выражать свои эмоции в безобидной форме.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребёнка. Именно поэтому взрослые могут использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, взрослые в наиболее органичной для ребёнка форме передают ему свои знания и жизненный опыт, знакомят с событиями и законами окружающего мира.

Консультация для родителей «10 заповедей здоровья»

Для поддержания здоровья нужны очень простые известные всем условия, известные еще из глубокого детства: «солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»... Но для того, чтоб эти простые условия работали на наше здоровье – нужен «волшебный ключик».

Существует 10 заповедей здоровья.

1. Соблюдаем режим дня!

Очень важно приучить ребенка просыпаться и засыпать, кушать, играть, гулять, трудиться в одно и то же время.

Уделять особое внимание полноценному сну (своевременное засыпание – не позднее 21.00 – 22.00, минимальная длительность сна – 8-10 часов);

Регламентировать просмотр телепередач (как по времени – не более 40 мин. – 1 часа, так и по содержанию – вечером избегать возбуждающей тематики).

Это учит ребенка распределять и сохранять физические и психические силы в течение дня. Это делает его более спокойным и позитивным.

2. Регламентируем нагрузки!

- физические;
- эмоциональные;
- интеллектуальные.

Живем под девизом: «Делу – время, потехе - час».

Внимательно следим за поведением ребенка. При этом необходимо ориентироваться на состояние ребенка. Потеря внимания, капризы, истерики, отказ от деятельности, расторможенность являются сигналом перегрузок.

При первых признаках этих проявлений следует прекратить или снизить интенсивность деятельности или общения.

Внимание! Даже превышение эмоционально положительных нагрузок: увлекательные игры, радостное общение может привести к перегрузкам и, как следствие, к неблагоприятным результатам. Если мы, взрослые, вовремя не примем меры и не прекратим или не снизим нагрузки на ребенка, за этим состоянием может последовать истощение, недомогание, истерика, а затем и болезнь.

3. Свежий воздух!

Он просто необходим детскому развивающемуся мозгу!

Недостаток кислорода приводит к значительному снижению деятельности. В непроветренном, душном помещении ребенок не может находиться в активном, бодром состоянии, а тем более выполнять какие-либо задания, требующие сосредоточения внимания.

Нехватка кислорода приводит к быстрой утомляемости и истощаемости.

Для хорошего самочувствия и успешной деятельности ребенку необходимо пребывание на открытом свежем воздухе и в проветренном помещении:

- обязательно во время сна;
- обязательна двигательная активность на свежем воздухе – минимум 2 часа в день.

4. Двигательная активность!

Движение - это естественное состояние ребенка.

Задача взрослых – создать условия для двигательной активности ребенка. Лучшая среда для этого – детская площадка, парк, т. к. они сочетают два важных условия для двигательной активности – пространство и свежий воздух.

Пусть ваш ребенок как можно больше гуляет, играет в подвижные игры, бегает, прыгает, лазает, плавает.... Это очень важно для полноценной деятельности мозга, а, следовательно, и всего организма ребенка!

5. Физическая культура!

Систематические занятия физкультурой очень полезны для здоровья. Они укрепляют не только физическое здоровье, но и психику ребенка, позитивно влияют на его характер. Они способствуют развитию волевых качеств, уверенности в себе, ответственности, умения дружить.

Главное, чтобы выбранный вид физической культуры нравился ребенку, чтоб он занимался этим с удовольствием.

6. Водные процедуры!

Они очень полезны для здоровья, хорошего самочувствия, прекрасного настроения. Вы можете выбрать любой, подходящий для вашего ребенка вид водных процедур или же чередовать разные виды:

- обливания утром после сна и вечером перед сном 1-2 небольшими ведрами теплой, прохладной или холодной воды;
- контрастный душ, контрастные ванны для рук и ног (3-7 контрастов, начиная с теплой или горячей и заканчивая холодной, продолжительность теплого или горячего в 2 раза длиннее, чем холодного);
- обтирания мокрым полотенцем.

Главное! Пусть Ваш ребенок получает удовольствие от этой прекрасной процедуры. И Вы радуйтесь вместе с ним.

7. Теплый, доброжелательный психологический климат в семье

Обстановка, в которой воспитывается ребенок, психологический климат в семье имеет огромное влияние на состояние физического и психического здоровья ребенка. В комфортной ситуации развитие ребенка идет быстрее и гармоничнее. Он «впитывает» в себя все позитивное, что его окружает. И это делает его сильным, счастливым и уверенным в себе человеком.

И наоборот, если ребенок растет в неблагоприятной среде, где присутствует агрессия, раздражение, злость, тревожность, страх, он «заражается» этими негативными эмоциями и чувствами, что приводит к различного рода расстройствам его здоровья и, следовательно, к задержке в развитии.

Никогда не отказывайте ребенку в общении!

Установить в семье запрет на:

- бурные негативные (и даже позитивные) эмоции, особенно вечером, перед сном;
- крик;
- раздражение;
- запугивание;
- непонятное для ребенка наказание (особенно в жестких формах);

- агрессию;
- злость.

Позитивно общаясь с ребенком, вы заряжаете его энергией.

Наш негатив (крик, раздражение) разрушает неокрепшую психику ребенка, дезориентирует его.

8. Простые приемы массажа и самомассажа: рук, ступней, ушных раковин, лица, биологически активных точек тела.

9. Творчество

В творчестве ребенок может выразить себя: свои мысли, чувства, эмоции. Он может создать свой мир по своим законам, почувствовать радость и удовлетворение. В творчестве ребенок может проявить негативные чувства и переживания и освободиться от них. Через творчество ребенок постигает прекрасное, гармонию мира.

Дети – творцы. Взрослым необходимо только создать условия для их творческой активности.

Помогите ребенку увидеть прекрасное в мире, помогите ему «влюбиться в красоту» и поддержите его желание созидать.

Для этого подходят различные виды деятельности:

- рисование;
- лепка (из пластилина, глины, теста);
- слушание классической и детской музыки и звуков природы;
- занятия музыкой и пением;
- занятия танцами, артистической деятельностью.

Все это и многое другое дает возможность эмоционального выражения, учит ребенка любить труд, гордиться собой.

10. Питание

В организации питания Вашего ребенка постарайтесь придерживаться простых, но очень важных правил:

- питание по режиму – выработайте у ребенка привычку есть в строго определенные часы;
- для приготовления пищи используйте только натуральные продукты, не содержащие консервантов, синтетических добавок;
- включайте в рацион питания ребенка богатые витаминами и минеральными веществами продукты, особенно в весенний период;
- важно, чтобы питание было хорошо сбалансировано: в пище должно быть достаточное количество белков, жиров и углеводов;
- ежедневно на столе должны быть фрукты и овощи;
- аппетит ребенка зачастую зависит от внешнего вида еды. Малыш будет есть с большим удовольствием, если Вы творчески оформите блюдо, создавая из продуктов какие-либо узнаваемые им фигурки.

Важно помнить, что иногда дети хотят в рацион ту или иную еду потому, что в этом есть потребность их организма.

Прислушивайтесь к потребностям ребенка! Будьте здоровы! Успехов Вам!

Анкета для родителей «Песочная терапия»

1. Есть ли у вас дома песочница?

-да;

- нет;

- затрудняюсь ответить.

2. Знаете ли вы технику безопасности при работе с песком с детьми дошкольного возраста?

-да;

- нет;

- затрудняюсь ответить.

3. Каким видом песка играет ваш ребенок?

а) промываем, просеиваем обычный песок;

б) покупаем цветной полимерный.

в) другое____

4. Имеется ли у вас дома в достаточном количестве игрушки для игр с песком (формочки, грабельки, лопаточки, ведерки, сито и др. ?

- да;

- нет;

- затрудняюсь ответить.

5. Как вы играете с ребенком в песочнице?

а) по просьбе ребенка;

б) по своей инициативе;

в) ребенок играет самостоятельно как умеет.

6. Обсуждаете ли Вы содержание игры в песочнице с ребенком?

а) предлагаю просто рассказать, что он сделал;

б) спрашиваю, что ребенок нового узнал из игры;

в) обсуждаю поступки героев, их поведение

7. Как Вы считаете, оказывает ли влияние песочная терапия (*игры с песком*) на поведение, отношение детей к окружающим людям, природе?

- да;

- нет;

- затрудняюсь ответить.

8. Что больше любит Ваш ребенок?

- играть в песочнице с песком самостоятельно;

- рисовать на песке.

9. Выражает ли Ваш ребенок эмоциями или словами переживания от игры с песком?

- да;

- нет;

- затрудняюсь ответить.











