

**Юбилейные XX Краевые
Психологические Встречи в Кунгуре**

ВИРУС Ψ



Сборник материалов

Пермская краевая общественная организация
«Ассоциация медиаторов Пермского края»
Инициативная группа психологов города Кунгура

ВИРУС П

Материалы
Юбилейных XX Краевых психологических встреч в Кунгуре

20 апреля 2022 года

Кунгур
2022

Сборник материалов Юбилейных XX Краевых Психологических встреч в Кунгуре «Вирус Ψ». – Кунгур, 2022.

Ответственные за выпуск:

Бабина Юлия Николаевна, педагог-психолог МАОУ лицей № 1 г.Кунгура;

Фролова Елена Андреевна, педагог-психолог МАОУ СОШ № 17 г.Кунгура.

Дизайн и редакция: **Бабина Юлия Николаевна**, педагог-психолог МАОУ лицей № 1 г.Кунгура.

В сборнике представлены практические материалы специалистов – педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей и воспитателей. В пособии отражен опыт по сопровождению воспитанников и обучающихся, по работе с родителями и учителями, а также нестандартные формы работы специалистов. Материалами поделились коллеги Кунгурского Муниципального округа, города Перми, Березовки, Краснодарского края, республики Бурятия.

© Инициативная группа психологов Кунгура

© Коллектив авторов

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Работа с воспитанниками и обучающимися	с.5
<i>Акатьева Н.Н.</i> РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ «ВСТРЕЧА С САМИМ СОБОЙ»	с.5
<i>Бабина Ю.Н.</i> УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ	с.12
<i>Бутынцева Ю.В., Дементьева В.М.</i> КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ В ИГРАХ С ВОЛЧКАМИ»	с.17
<i>Ванюкова Е.И.</i> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ «СКОРО В ШКОЛУ»	с.23
<i>Вотинова Е.С., Вотинова Е. М.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАРТОЧЕК ПЕКС В РАБОТЕ С НЕГОВОРЯЩИМИ ДЕТЬМИ	с.27
<i>Елтышева А. В. Рожкова Н. В.</i> РАЗВИТИЕ СЕНСОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ПОМОЩИ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР И ПОСОБИЙ	с.32
<i>Ложкина Е. Н.</i> ТЕХНИКА «АРТ-ТЕРАПИЯ» ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ	с.36
<i>Одинцева П. М.</i> КОНСПЕКТ СОВМЕСТНОГО ЗАНЯТИЯ В ГРУППЕ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ «МАМА И МАЛЫШ»	
«В ГОСТИ К ОБЕЗЬЯНКЕ»	с.39
<i>Петрова А.К.</i> ФГОС, УРОК И ПСИХОЛОГИЯ	с.42
<i>Прозорова П. В.</i> СОЦИО-ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ – ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ	с.50
<i>Сапач Е. Г.</i> КОМПЛЕКС ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ПО РАЗВИТИЮ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ	с.57
<i>Титова Н. Н.</i> УПРАЖНЕНИЕ «МАЛЕНЬКИЙ СИНИЙ ДИВАНЧИК»	с.62
<i>Турובה О. В.</i> СНЕЖНАЯ ПОЛЯНКА	с.64
<i>Чуп Н. А.</i> СЦЕНАРИЙ ВВОДНОГО ТРЕНИНГА ПО ПРОГРАММЕ «В МИРЕ ПРОФЕССИЙ»	с.69
<i>Шалбанова Е. В.</i> АКЦИЯ «КАЛЕНДАРЬ РАДОСТНЫХ СОБЫТИЙ СМЕНЫ	с.75
Раздел 2. Работа с родителями	с.78
<i>Акатьева Н. Н.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ	с.78
<i>Вереvченко О. И.</i> СКАЗКОТЕРАПИЯ В СЕМЬЕ	с.85
<i>Верещагина Ю. В., Согрина А. Н., Полюхович Е. А.</i> ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКАЯ ИГРА «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?»	с.88
<i>Вязникова Н.А., Климантова В.П.</i> ОНЛАЙН – МАРАФОН «В СТРАНЕ НЕВЫУЧЕННЫХ УРОКОВ» ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП	с.92
<i>Емельянова А. А.</i> РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «ПРИВИВКА ЛЮБВИ»	с.94

<i>Котлярова Н. А., Рублёва Т.М.</i> О ПУТЯХ ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ИСПЫТЫВАЮЩИМ ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ	c.99
<i>Краль Ю. В., Сирина Т.Б.</i> КОНСПЕКТ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ «ПРИКЛЮЧЕНИЯ В СТРАНЕ ПСИХОЛОГИИ»	c.102
<i>Толышева И.А., Тарутин В. К.</i> РАЗВЛЕЧЕНИЕ «ПУТЕШЕСТВИЕ В КОЩЕЕВО ЦАРСТВО»	c.105
<i>Фролова Е.А.</i> КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПРИОБЩИТЬ РЕБЕНКА К НРАВСТВЕННЫМ ЦЕННОСТЯМ»	c.110
<i>Фурина О. В.</i> КРУГЛЫЙ СТОЛ «Я – ОТВЕТСТВЕННЫЙ РОДИТЕЛЬ»	c.111
<i>Шамурина Н. Г.</i> ПРАКТИКУМ «РОДИТЕЛЬСКИЕ РЕСУРСЫ»	c.116
Раздел 3. Работа с педагогами	c.122
<i>Бутынцева Ю.В., Гутько Э.Ю.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БАТЛ «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОЙ КОРРЕКЦИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ЭМОЦИОНАЛЬНЫМИ И ПОВЕДЕНЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ»	c.122
<i>Васильковская Н. И.</i> ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛАНДШАФТНОЙ АРТ-ТЕРАПИИ «ЭНЕРГИЯ СТИХИЙ»	c.127
<i>Денисова М. Н.</i> НЕЙРОФИЗКУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ИНКЛЮЗИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	c.130
<i>Краль Ю. В.</i> САМОСТРАДАНИЕ: УЧИМСЯ СОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЕ	c.136
<i>Новицкая А. Н.</i> ЗАРЯДИСЬ ПОЗИТИВОМ	c.139
<i>Старцева Н. В.</i> ПРОЕКТ «СПЛОЧЕННОСТЬ - ПУТЬ К УСПЕХУ!»	c.145
<i>Тылибцева Е. И.</i> СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ «ТЕХНИКА МАК В РАБОТЕ С ПЕДАГОГАМИ ДОУ»	c.149
<i>Шарова Ю.И.</i> ТРЕНИНГ «ЧУВСТВА: КАК МЫ СЕБЯ ВИДИМ»	c.152
Раздел 4. «Фишечки» специалиста	c.161
<i>Волокитина Т. А.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКО – ДИДАКТИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ «УМНЫЙ КЕЙС» В ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ДЕТЕЙ С ОВЗ	c.161
<i>Зольникова И.Ю.</i> ТЕХНИКА «ДЕРЕВО»	c.165
<i>Климантова В.П.</i> ОПЫТ СОЗДАНИЯ НАСТОЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	c.169
<i>Суровцева Н. Г.</i> ВЛИЯНИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ И СЕНСОРНЫХ ПРОЦЕССОВ НА УЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ	c.171
<i>Чукина М. В.</i> ПРОЕКТ «СЕМЬ ДОБРЫХ ДЕЛ», ИЛИ КЛАССИКА В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ	c.175
<i>Яковлева Т.И.</i> 10 СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С ОВЗ	c.185

Раздел 1. Работа с воспитанниками и обучающимися

*Акатьева Наталья Николаевна,
педагог-психолог,
МАУ «ЦППМиСП» г.Кунгура*

РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ «ВСТРЕЧА С САМИМ СОБОЙ»

Цель занятия: формирование позитивного образа Я у подростков.

Задачи: 1) осознать образ Я и противоречия между Я - реальным и Я - идеальным; 2) повысить самооценку подростков, найти ресурс для уверенного поведения в разных ситуациях, развить коммуникативные навыки.

Возраст участников: подростки 12-16 лет.

Оборудование: листы формата А-2, А-4, ручки, маркеры.

Ход занятия.

Первый блок: « Знакомство»

1.Упражнение «Имена».

Участники по очереди называют свое имя и свою мечту: «Меня зовут ... Я мечтаю...». Каждый следующий должен повторить имя и мечту предыдущего участника (игра «Снежный ком»).

2. Упражнение « Рукопожатие»

Участники делятся на две равные группы и образуют два круга - внешний и внутренний. Участники приветствуют друг друга по традициям приветствия разных стран. После каждого приветствия происходит смена партнера по кругу: внешний круг сдвигается на одного человека по часовой стрелке. Упражнение заканчивается, когда все пары завершат свое приветствие.

3. Упражнение «Принятие групповых норм»

Группа работает на принятие групповых правил: один говорит - остальные слушают, не перебивая; уважают мнение говорящего, даже, если оно отлично от мнения группы и т.д.

4. Упражнение « Позитивные слова»

Ведущий: каждый из вас получил вначале нашей встречи слова, указывающие на принадлежность к нашей группе, прочитайте их еще раз:

уверенность, радость, позитив, красота, вдохновение, спокойствие, и это сделал я и т. д. Что объединяет эти слова? Работа в парах: расшифруйте каждое полученное слово по буквам, учитывайте при этом, что слова должны быть позитивные. Например, слово «уверен»

У-удача; **в**- восторг; **е**-единение; **р**- радость; **е**-единство; **н**-нежность.

После выполненного задания в парах обсуждение группой полученных слов. Группа выявляет общие слова для всех - это позитив, общение, радость.

Ритуал завершения блока - подарок «Ладощка радости»:

Ведущий раздает нарисованные ладошки с подписанными именами участников и просит на каждой ладошке каждому участнику написать позитивные слова и передать по кругу ладошку другим участникам. Когда ладошка Радости возвращается к участнику, он произносит слова с позитивным настроем «И это сделал Я». Можно озвучить участникам слова, написанные на ладошке Радости. Участники запоминают слова на Ладощке Радости с помощью слов:

Большой палец отгибают от ладони - я-понимаю

Указательный - я- принимаю

Средний - я запоминаю с первого раза

Безымянный - я действую с первого раза

Мизинец - я получаю положительный результат.

Открытая ладошка - Так есть.

Второй блок занятия «Мои ресурсы»

1. Упражнение «Глаза партнера»

Сейчас вам необходимо рассмотреть ваших коллег, пока я считаю до 10. После этого одному из вас предстоит ответить на мои вопросы. Вопросы касаются внешности и качеств участников. В ходе обсуждения делается акцент на том, трудно ли было выполнить данное упражнение, если трудно, то почему. Что легче было сказать: о каких качествах — положительных или отрицательных? Как чувствовали себя участники, про которых говорили?

Какие позитивные качества были названы участниками круга? От чего может испытывать человек радость (от общения, от дружбы, от семьи, от себя)

2. Упражнение « Подарок»

Команда делится по 4-5 человек. Каждый участник по кругу дарит в своей команде другому участнику подарок. Участник, получающий подарок, проговаривает аффирмацию: «Благодарю, я принимаю ваш подарок и это возможно!». Обсуждение: какие подарки получили, важны ли они для вас, какие чувства, эмоции возникли, когда дарили и когда получали. Можем ли мы сами себе дарить подарки?

3. Упражнение « Аукцион»

По типу аукциона предлагается как можно больше назвать ситуаций, помогающих справиться с плохим настроением. Все способы фиксируются. Обсуждение: какие способы более приемлемы, какие безопасны, какие следует выбрать.

4. Упражнение « Намаста»

Ведущий перед упражнением проговаривает команде аффирмацию: Ты пришел издалека, я приветствую в тебе Бога!

После этих слов участников просят встать, глубоко вздохнуть, подойти к любому члену команды и молча развести руки в стороны, при этом касаясь ими груди - выдох, вдох - руки к животу - выдох; вдох – руки к голове - выдох; перекрестные объятия, молча поблагодарили, кивнув головой.

5. Упражнение « Позитивные утверждения»

Ведущий раздает команде список позитивных утверждений и просит выбрать то, которое может помочь участнику разрешить свою проблему. См. приложение № 2. Обсуждение и составление своих позитивных утверждений.

5. Упражнение « Контракт»

Ведущий предлагает участникам осмыслить все пережитое в группе и составить контракт с самим собой о том, что хорошего они хотят сделать в ближайшую неделю, месяц, год. Ведущий дарит каждому участнику Дневник

Радости (Календарь Радости), где есть обращение –настрой (см. приложение №3)

Третий блок «Рефлексия занятия»

Упражнение « Мой идеальный мир»

Ведущий предлагает участникам нарисовать свой идеальный мир, волшебную карту желаний. Участники молча, все вместе, рисуют на листе ватмана полученное задание. Обсуждение картины в группе.

Подведение итогов занятия.

Ритуал завершения – подарок - Календарь Радости. Позитивный настрой

Литература.

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками.СПб.: Питер,2008;
2. Афанасьева Н.Е. «Образовательная кинезиология», лекции Иматон, буклет2011.
3. Безрукова А.И.,Палкина Т.Н. Газета «ШП»№22 16.11.2009..с.10-14.
4. Златогорская О.Л. «На тропе доверия». Газета «ШП» №3116.087.2003.

Приложение №1

Я радуюсь ...



- ✓ Я радуюсь своей жизни, тому, что я живу, дышу, чувствую и люблю.
- ✓ Я радуюсь самой возможности жить, ведь жизнь - это самый драгоценный дар, который мы когда-либо получали. И я ценю и благодарю за этот дар.
- ✓ Я радуюсь тому, что в любой ситуации есть выход, всегда есть решение. И я действительно всегда находила решение. Находила даже тогда, когда все и всё вокруг говорило о том, что выхода нет. И теперь я точно знаю, что решение всегда существует.

✓ Я радуюсь своему упрямству, которое не раз выручало меня в тот момент, когда уже не оставалось ни сил, ни надежды, но я всё равно не сдавалась. И в итоге победа входила в мою жизнь, дарю достойную награду.

✓ Я радуюсь своей любознательности, которая открывает мне этот Мир. Сколько в жизни всего интересного и увлекательного! И хочется столько всего успеть. Поэтому каждая минута так

✓ Я радуюсь тому, что моя вера в Любовь прошла все испытания, все преграды в виде страхов, сомнений, разочарований. Я радуюсь, что могу познать всю полноту Любви, дарить и получать Любовь, наполняться Любовью и окружать Любовью своих близких и всех тех, кто попадает в моё поле зрения.

✓ Я радуюсь тому, что в моей жизни есть столько возможностей для творчества и самовыражения. Я рада, что могу выбрать из всего многообразия то, что мне нравится и чем приятно заниматься.

✓ Я радуюсь, что в моей жизни мне всегда встречались потрясающие и интересные люди. Каждый человек - это уникальная Вселенная. Сколько интересных открытий уже сделано и сколько ещё предстоит сделать!

✓ Я радуюсь тому, что в моей жизни всегда было Нечто, что вело меня и поддерживало в самые трудные минуты моей жизни. И я искренне благодарю за это!

✓ Я радуюсь тому, что смогла остаться самой собой, сохранить те светлые и добрые качества, которые заложены в нас изначально. Я рада, что помню себя тем ребёнком, который верит, что наш Мир прекрасен, верит в добро и радость, в то, что всё будет хорошо. Благодарю тебя, Жизнь, за твои мудрые уроки, за щедрые дары и за возможность самой творить свою судьбу - творить с любовью, радостью и благодарностью.

Приложение №2

Позитивные утверждения

С помощью позитивных утверждений можно решать практически любые проблемы, которые возникают в вашей жизни. Для этого составьте краткое и

яркое позитивное утверждение, выражающее то, чего вы хотите получить. Постарайтесь перенести ваше внимание с мыслей о том, что вам чего-то недостаёт и как вы страдаете от этого, на мысли о том, чего бы вы хотели иметь в своей жизни. То есть переключите внимание на позитивное разрешение вашей ситуации. Сформулируйте кратко и конкретно то, что вы хотите иметь.

Вот примеры аффirmаций на разные случаи жизни:

- ✓ Я привлекаю благополучие, удачу и успех.
- ✓ Я счастлив(а), радуюсь жизни и делаю все успешно.
- ✓ Я люблю и любим(а), я богат(а) и щедр(а).
- ✓ Я легко и успешно воплощаю все свои планы.
- ✓ У меня всегда достаточно мудрости, времени и средств для реализации всех моих планов.
- ✓ У меня всегда есть все, что мне нужно для жизни.
- ✓ У меня всегда есть все, что мне хочется.
- ✓ Я благодарю за изобилие и безграничные возможности.
- ✓ Я благодарю за все шансы в моей жизни.
- ✓ Я благодарю за то, что у меня уже есть.
- ✓ Я благодарю за то что я уже здоров/а
- ✓ У меня прекрасное здоровье и я наслаждаюсь жизнью
- ✓ Моё истинное -Я уже подбирает оптимального для меня партнёра
- ✓ Моя вторая половина уже ищет меня
- ✓ Я благодарю за личное счастье и счастливую семью и т.д.

Составьте свои утверждения в настоящем времени и произносите их так, как будто это уже произошло или происходит сейчас. Ощущайте себя и ведите себя так, как будто вы уже имеете то, что хотите. Повторяя позитивные утверждения, вы постепенно настроите свой организм на счастье и успех. Позитивные мысли будут способствовать накоплению позитивной энергии в вашем организме. Накопленная позитивная энергия, благотворно воздействуя на вашу личность, притянет благоприятные события в вашу жизнь. Ваш мозг настроится не на пережёвывание депрессивных мыслей, а на то состояние,

которого вы стремитесь достичь. Если вы будете заниматься самовнушением последовательно и неотступно, ваша позитивная установка перейдет на глубинные уровни вашего сознания и , в конце концов, желаемый результат материализуется в вашей жизни.

*Бабина Юлия Николаевна,
педагог-психолог МАОУ лицей №1 г.Кунгура*

УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ

Актуальность: современные условия требуют от человека мобильности, активности, умения ставить и достигать цели. Тайм-менеджмент помогает искать оптимальные ресурсы для реализации цели.

Цель занятия: формирование навыков конструктивного управления временем

Задачи: 1) Актуализировать знания обучающихся об управлении временем; 2) Рассмотреть способы рационального использования времени во время подготовки к экзаменам; 3) Обучить приемам постановки цели; 4) Мотивировать обучающихся к самоактуализации и самосовершенствованию.

Целевая аудитория: старшеклассники 8-11 класс.

1. Знакомство с понятиями

- Слышали ли о понятии тайм-менеджмента?
- В какой сфере распространено понятие?
- Из каких составляющих состоит понятие? (мотивация, планирование, целеполагание, осмысление понятия «время»)

2. Обозначение темы и цели занятия

- Какими знаниями вы владеете в области тайм-менеджмента?
- Как знания об управлении временем могут вам пригодиться во время подготовки к экзаменам?
- Объедините ключевые слова нашей темы «время» и «экзамены», сформулируйте тему нашего диалога (Приложение 1. Рабочий бланк)

3. Упражнение «Минута»

а) Слушать тишину с закрытыми глазами – через минуту открыть глаза, поднять руку; когда будет действительно минута я – подниму руку, вы сможете проверить на сколько точно вы определяете время.

- Почему важно точно чувствовать время?

- Что можно сделать в течение минуты? (сбор идей)

б) Комплименты (я засеку время, а вы пройдите по классу и успеете сказать комплименты, как можно большему числу людей)\

- Скольким людям вы доставили удовольствие?

в) Минута на публичное выступление (Если бы у вас была всего одна минута открытого эфира, во время которого вы могли обратиться к людям о чем бы вы говорили?)

4. Упражнение «Распределение времени» (Приложение 1. Рабочий лист)

Вам предстоит проверить, как вы распределяете время. Работать мы будем в рабочем листе. Диаграмма представляет собой отрезок времени равный одной неделе. Если бы я поделила все время необходимое девятикласснику равномерно на учёбу, досуг, любовь и дружбу, а также на жизненно необходимые действия, то диаграмма выглядела бы так. Оцените, сколько времени в течение недели вы тратите на ту или иную сферу, но для начала в нескольких словах отметьте, что делаете в той или иной области. Не забудьте учесть хронофаги – пожиратели нашего времени.

Заполните таблицу на неделю, которая состоит и 168 часов, обозначив затраченное время в часах.

Внесите в диаграмму ваше недельное распределение времени.

- Доволен ли ты тем, как распределяешь собственное время?

- Для чего хотел бы иметь больше времени?

- На что хотел бы тратить меньше времени?

- На что ты можешь потратить хронофаги?

- Что ты можешь предпринять, чтобы достичь соответствующих перемен?

Рефлексия: О чем заставило задуматься упражнение? Сколько времени я трачу попусту?

Примерно 77 – 78 часов мы тратим на жизненно-необходимые навыки. Остальное время важно научиться распределять рационально, чтобы добиться жизненного успеха.

4. Упражнение «Дела важные и срочные»

а) Заполнение общей таблицы (общей)

б) Обсуждение

- Куда тратиться время зря?

- На какие дела уходит больше всего времени?

- На какие дела важно тратить время, чтобы дела шли успешно?

- От чего можем отказаться, чтобы найти время

на важные дела?

Дела важные и срочные		
	СРОЧНЫЕ	НЕСРОЧНЫЕ
ВАЖНЫЕ	25-30%	65-80%
	- Кризис - Неотложные проблемы «Крайние сроки» - Деловые встречи - Должностные обязанности	- Подготовка - Физические упражнения - Планирование - Обучение - Чтение - Согласование планов
НЕВАЖНЫЕ	15%	< 1%
	- Несмолкающий телефон - Неподготовленные обсуждения - Рутинные дела 1000 мелочей - Чужие обезьяны	- Телевизор - Безделье «Висение» на телефоне - Сплетни - Лишний сон - Кусочничество

5. Упражнение «Продвижение к цели»

Я предлагаю упражнение, которое рассчитано не на одно занятие, а на ближайшую неделю. Сегодня вы должны уделить несколько минут размышлениям о цели, которой вы хотели бы достичь в школе в течение недели, чтобы успешно подготовиться к экзаменам.



При этом важно поставить конкретную цель и точно описать её, чтобы можно было проверить, достигли вы её или нет. То есть вместо: «Я хочу улучшить оценки по математике» - напишите: «Я хочу получить за следующую контрольную работу четверку» или «Я хочу отвечать минимум по одному разу на каждом уроке».

Теперь возьмите мячи и запишите три цели на эту неделю. Не забудьте указать имя и дату.

На большом плакате прикрепите свои карточки, используя свободное пространство вокруг ворот, нарисованных на листе.

Ровно через неделю, проверьте достигли ли вы цели, если это произошло, переместите карточку в ворота – и вы можете поставить новую цель, связанную с учёбой; у кого цель не осуществится карточка останется висеть до того, как вы не достигните цели.

6. Притча на прощание

Однажды мудрец гулял по берегу моря со своими учениками. И вдруг волна выбросила к их ногам старинный сундук. Ученики ликовали. Сундук был тяжёлым, и им так хотелось поскорее посмотреть, что же внутри его. Открыли ученики сундук, а там... пусто.

- Ничего нет, - расстроились они.

- Это хорошо, что сундук пуст, - ответил мудрец. – Пришло время поговорить с вами о том, как сделать пустое – полным. Посмотрите вокруг. Как и чем вы наполнили бы этот сундук?

- Я наполнил бы сундук большими камнями, - сказал один.

- А я мелкими камешками, их уместится много, но при этом я сберегу свои силы, - предложил другой.

Третий считал, что в сундук надо насыпать песка, тогда всё пространство без остатка будет заполнено.

- Да, - улыбнулся мудрец. – Я видел много разных людей, и каждый из них по-своему наполнял свой сундук, и каждый был уверен, что его сундук полон. Я хочу показать вам, как это делал мой учитель.

Мудрец взял сундук и наполнил его большими камнями.

- Сундук полон? – спросил он учеников.

- Полон, - ответили они.

Затем мудрец насыпал в сундук мелких камней.

- Сундук полон?

- Полон.

А потом всё оставшееся пространство мудрец засыпал песком.

И вновь на вопрос мудреца «Сундук полон?» ученики отвечали «Полон».

- Я благодарен своему учителю, который показал мне этот способ. Ведь сундук так похож на отпущенное нам время.

Как и сундук, время ограничено, и мы заполняем его по-разному. И не всегда у нас есть возможность заполнить его тем, чем мы желаем. Но важно помнить, что крупные камни – это наши большие дела, которые все вокруг видят. Небольшие камни – время, которое мы посвящаем досугу, а песок – каждодневные мелкие дела.

7. Рефлексия

- Какие открытия вы сделали сегодня во время занятия?
- Как воспользуетесь своими открытиями?

Приложение 1. (рабочий бланк)

ТЕМА: _____

Распределение времени (недельная нагрузка)



Описание дел:

Учеба _____

Экзамены _____

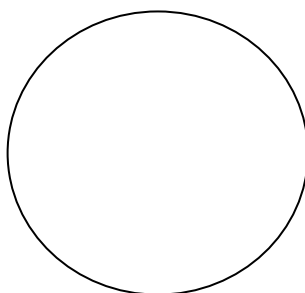
Любовь/дружба _____

Досуг _____

Жизненно-необходимые _____ действия

Хронофаги _____

Сфера деятельности	Время (час)
Учёба	
Экзамены	
Любовь/дружба	
Досуг	
Жизненно-необходимые навыки	
Хронофаги	
Итого	168



*Бутынцева Ю.В., педагог-психолог
Дементьева В.М., инструктор
по физической культуре
«ЦРР - детский сад №13»
Кунгурский муниципальный округ*

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ В ИГРАХ С ВОЛЧКАМИ»

Мария Монтессори говорила, что каждое движение ребёнка - это ещё одна складочка в коре больших полушарий. Упражнения в повседневной жизни очень важны для детей. Тренировка пальцев рук является мощным тонизирующим фактором для коры головного мозга. Правильное развитие мелкой моторики определяет также формирование у ребенка сенсомоторной координации - согласованного действия рук и глаз. Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности детей к школьному обучению.

Одним из пособий для развития ручной умелости и зрительно-моторной координации может стать волчок. Волчок придуман более двух тысяч лет назад, но до сих пор остается одной из самых любимых детьми игрушек по всему миру. Волчок, пусть и кажется на первый взгляд примитивной игрушкой, несет в себе несомненный развивающий потенциал. Дело в том, что ни один из предметов, используемых для развития мелкой моторики, не предполагает таких закручивающих движений и захвата полупальцами, как этого требует раскручивание волчка. Для запуска волчка требуется особый навык, развитые и тонкие движения пальцев. Чтобы раскрутить волчок, нужно сделать резкое круговое движение кистью, ухватившись щипком за ручку. Ребенок учится правильно рассчитывать силу и точность движения пальцев и кисти.

Для развивающих игр можно использовать самые разнообразные волчки. Одни из них проще раскрутить, с другими справиться будет сложнее.

Чтобы упражнения были интересны ребенку, нужно



постараться сделать их как можно более разнообразными. Многообразие движений позволит развить различные мышцы рук.

Дети старшего дошкольного возраста любят соревноваться. Поэтому целесообразно играть волчками в парах с родителями.

Варианты игр с волчками

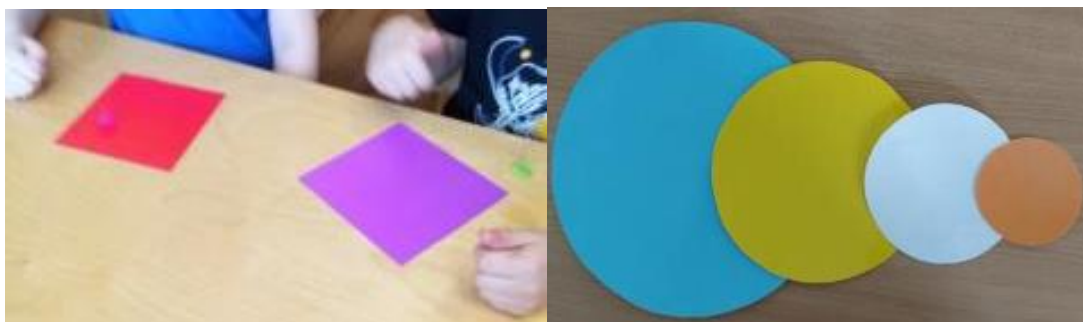
1. Игроки одновременно запускают волчки. Чей волчок вращается дольше, тот и выигрывает.

2. Попробуйте крутить сразу два волчка левой и правой рукой. Потренируйте скорость реакции. Для этого возьмите несколько волчков, раскрутите их и поддерживайте движение в течение определенного времени. Можно устроить соревнования.

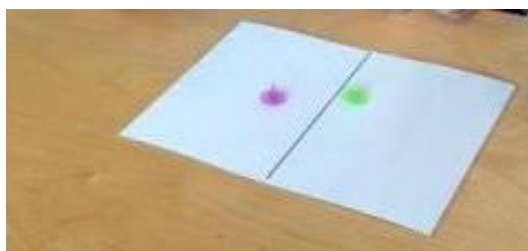
3. Попробовать закрутить волчок в воздухе. Если все правильно сделано, то, упав на стол, он продолжит крутиться.

4. Сбить своим волчком волчок соперника.

5. Из цветной бумаги вырезать круги или квадраты – игровое поле (стороны квадрата по 15 см., диаметр круга – 20 см.). Игроки одновременно пускают волчки, каждый на своем игровом поле. Чей волчок сойдет с игрового поля, тот и проиграл. Размер игрового поля уменьшается с каждым последующим ходом.



6. Разделить игровое поле пополам. Одновременно запустить волчки. Выигрывает тот игрок, чей волчок пересек линию и попал на поле к сопернику.



7. Волчки запускают в ворота. Выигрывает тот, чей волчок перейдет на территорию соперника, не задев ворота.



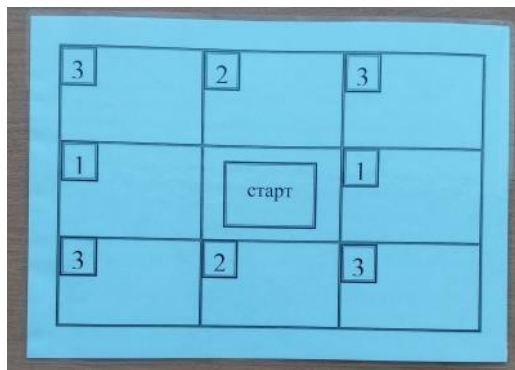
8. «Мини-боулинг» Разложить на игровом поле цветные шарики. Запускать волчки по очереди. Выигрывает тот игрок, чей волчок собьет больше шариков.



9. Расставить на игровом поле стаканчики с номерами-баллами. Игроки по очереди запускают волчки, стараясь попасть в отверстие стаканчиков. Баллы суммируются, определяем победителя.



10. Расчертить игровое поле на 9 равных прямоугольников. В центре – старт. В остальных секторах необходимо обозначить баллы. Игроки запускают волчки с середины сектора «Старт». Списываем баллы с сектора, где остановится волчок, суммируем, определяем победителя.



11. Аналогичная игра с мишенью. Для подсчета баллов можно использовать фишки.



12. Запускать волчок с буквами на внешней поверхности. После остановки волчка назвать букву, изображенную на секторе, соприкасающемся с поверхностью стола, придумать слово, начинающееся с соответствующего звука. Если задание выполнено правильно, игрок получает фишку. Побеждает обладатель большего количества фишек.

13. Аналогично играем волчком с цифрами. Суммируем баллы, определяем победителя.



14. Запускать волчок на ограниченной поверхности. Побеждает тот, чей волчок не покинет поле.

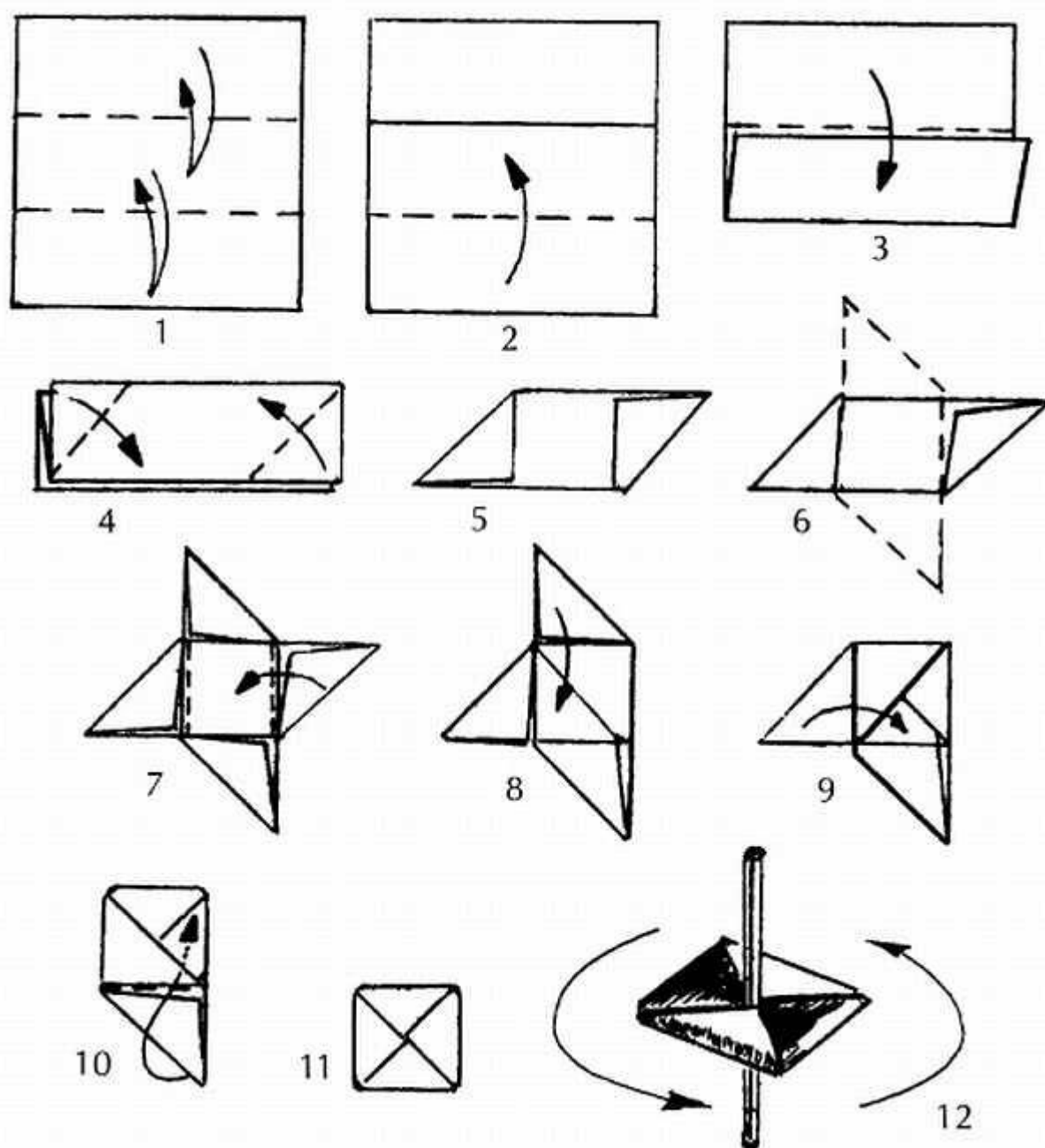


15. Запускать волчок на теннисной ракетке. Отработав навык, можно предложить ребенку пройти с ракеткой до противоположного конца комнаты.



Варианты изготовления волчков своими руками:





Успехов и вдохновения!

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ «СКОРО В ШКОЛУ»

Основной целью психологической готовности к школьному обучению является профилактика школьной дезадаптации. В отечественной психологии выделяют несколько параметров психологического развития ребенка, наиболее существенно влияющих на успешность обучения в школе: определенный уровень *мотивационного развития ребенка*, включающий познавательные и социальные мотивы учения, достаточное развитие *произвольного поведения* и *интеллектуальной сферы*. Наиболее важным признается *мотивационный компонент*.

Ребенок, готовый к школе, хочет учиться и потому, что у него *уже есть* потребность занять определенную позицию в обществе людей, а именно позицию, открывающую доступ в мир взрослости (*социальный мотив учения*), и потому, что у него есть познавательная потребность, которую он не может удовлетворить вне школы (*познавательный мотив учения*). Сплав этих двух потребностей способствует возникновению нового отношения ребенка к окружающей среде, названной *внутренней позицией школьника* (Божович Л.)

«Внутренняя позиция школьника» (мотивационная готовность) возникает на рубеже дошкольного и младшего школьного возраста. Этот переходный период, *от дошкольного к школьному детству*, является наиболее сложным и уязвимым, т. к. несформированность на предшествующем этапе (дошкольном детстве) необходимых психологических образований может привести к школьной дезадаптации.

Проанализировав разные способы формирования мотивационной готовности к школьному обучению детей старшего дошкольного возраста, мною был разработан психолого-педагогический проект «Скоро в школу». Реализация проекта – это сотрудничество, сотворчество педагога-психолога, воспитателей, родителей и детей.

Цель: Формирование мотивационной готовности к школьному обучению у детей 6-7 лет.

Задачи:

1. Развивать осознанное желание «Я хочу в школу» и осознанное понимание «Зачем Я иду в школу».
2. Воспитать уважительное отношение к учителю.
3. Сформировать образ ученика-первоклассника.
4. Повысить самоуверенность, самооценку ребенка.

Участники: воспитатели, педагог-психолог, дети, родители.

Длительность: 4 недели

Ожидаемые результаты:

1. Сформирована у детей потребность занять определенную позицию в обществе людей.
2. Сформировано у детей осознанное отношение к учебной деятельности.

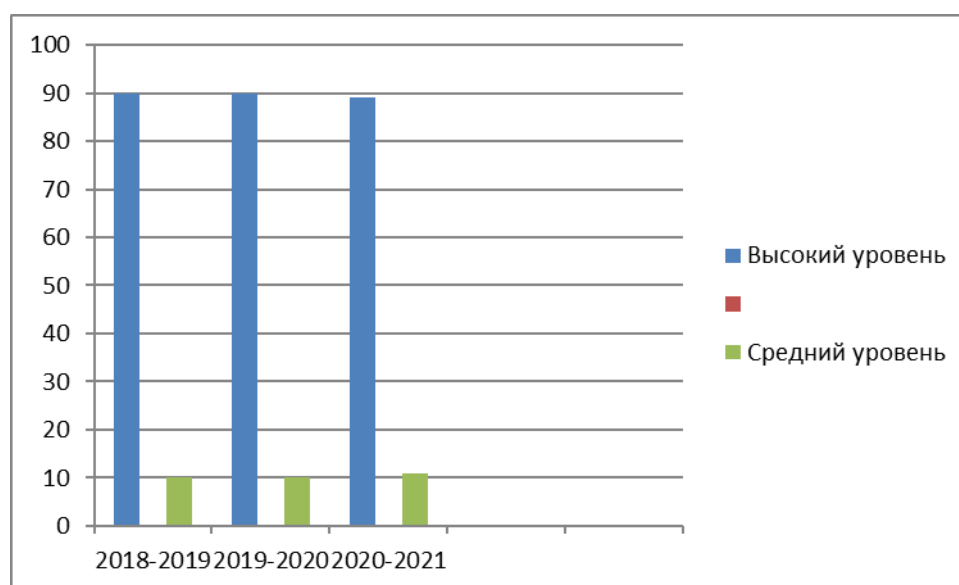
План реализации проект

<i>Педагог-психолог, дети</i>	<i>Воспитатели, дети</i>	<i>Работа с родителями</i>
Неделя №1 Задача: Развивать осознанное желание «Я хочу в школу» и осознанное понимание «Зачем Я иду в школу».		
Занятие1 - просмотр мультфильма «Урок» («Лунтик и его друзья»); - беседа по мультфильму - рисование «Моя школа». - домашнее задание «Письмо малышам»: дети дома вместе с родителями обсуждают вопросы: «Зачем ребята идут в школу? Зачем Я иду в школу?» Ответ написать в письме для детей младшей группы.	- Выставка рисунков «Моя школа»; - Повторный просмотр мультфильма «Урок»; - Итоговая беседа: что дети написали в письмах малышам	- Родители и дети обсуждают и отвечают на вопросы: «Зачем ребята идут в школу? Зачем Я иду в школу?»

Неделя № 2 Задача: Воспитать уважительное отношение к учителю.		
Занятие 2 - просмотр мультфильма «Прогулял» («Лунтик и его друзья»); - беседа по мультфильму - рисование «Портрет Учительницы». - домашнее задание: принести школьные фотографии родителей (групповые: учительница и ученики). Родителям написать минисочинение «Моя первая учительница»	- Повторный просмотр мультфильма «Прогулял»; - Выставка рисунков «Портрет Учительницы»; - Выставка школьных фотографий родителей; - Итоговая беседа «Учитель, он какой?», обсуждение минисочинений родителей «Моя первая учительница» (Учитель – источник знаний, хранитель знаний. Он передает знания нам, детям. Он добрый, строгий, справедливый. Его нужно слушать. Уважать)	Родители пишут минисочинение «Моя первая учительница»
Неделя № 3 Задача: Сформировать образ ученика-первоклассника		
Занятие 3 - просмотр мультфильма «Тяжело в ученье» («Лунтик и его друзья»); - беседа по мультфильму - рисование «Я – ученик». - домашнее задание: дети дома вместе с родителями в Интернете находят фотографии с изображением детей-первоклассников, распечатывают, приносят в детский сад.	- Повторный просмотр мультфильма «Тяжело в ученье»; - Выставка рисунков «Я – ученик»; - Фотовыставка «Первоклассники» (обращаем внимание на внешний вид); - Итоговая беседа «Ученик – первоклассник, он какой?»	- Объявление «Закончите предложение...»: «Уважаемые родители, закончите предложение «Ученик-первоклассник, он...» (отвечаем на вопрос КАКОЙ?)
Неделя № 4 Задача: Повысить самоуверенность, самооценку ребенка.		
Занятие 4 - просмотр мультфильма	- Повторный просмотр мультфильма «У меня	

«У меня все получится» («Лунтик и его друзья»); - беседа по мультфильму - лепка «Радуга»	все получится»; - Ментальная карта «Школа»; - Настольная игра «Я иду в школу»; - Кроссворд «Друзья первоклассника».	
---	---	--

Результат: Анализ результатов диагностики мотивационной готовности в течение трех лет показал, что все дети выражают желание идти в школу, они понимают за чем нужно учиться, дают четкие ответы, что интересного и важного ждет их в школе.



Литература.

- 1.Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте - М., 2007.
- 2.Коломенский Я. Л., Панько Е. А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста. – М.: Просвещение, 1998.
- 3.Смирнова Е. О. Детская психология – М. - ВЛАДОС, 2006.

*Вотинова Елена Сергеевна,
педагог-психолог
Вотинова Елена Михайловна,
учитель-логопед
МАОУ СОШ № 1 СП детский сад,
Кунгурский муниципальный округ*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАРТОЧЕК ПЕКС В РАБОТЕ С НЕГОВОРЯЩИМИ ДЕТЬМИ

В последнее время все больше появляется детей, у которых затруднено общение с окружающими. Естественная потребность ребенка поделиться своими впечатлениями, на что-то пожаловаться, что-то попросить, наталкивается на неумение выразить свою мысль. Тяжелое нарушение развития может проявляется в разных формах, при различных уровнях интеллектуального и речевого развития. Даже в условиях комплексной, целенаправленной работы сформировать развитую коммуникативную речь у неговорящего ребенка очень трудно. Коррекцию речевых расстройств у детей с подобным ходом развития следует начинать как можно раньше, т.к. требуется очень длительный период систематической работы целой команды специалистов. Приходится искать новые способы и методы воздействия.

Карточки PECS – это альтернативный способ общения ребенка с окружающими. Главная цель – дать ребенку возможность попросить или сказать о том, что он хочет, что ему нужно и при этом он не может это сделать традиционно, с помощью слов.

Данная система коммуникации была разработана Лори Фрост (LoriFrost) и Энди Бонди (AndyBondy) в 1985 году.

- Случаи, в которых можно пользоваться этой системой:
- Нарушение слуха
- Двигательные нарушения, создающие моторные трудности (дизартрия, анартрия, апраксия).
- Интеллектуальные проблемы
- Эмоциональные проблемы и нарушение контакта (аутизм)

- Специфические органические проблемы артикуляционных органов
- Прогрессирующие заболевания (например, мышечная дистрофия, множественный склероз).
- Приобретённые заболевания или травмы (в результате аварий или инсульта).
- Временные ограничения речевых возможностей (например, из-за трахеотомии).

Эта система включает в себя создание коммуникативных книг или планшетов и набора карточек, которые обозначают действия, предметы, потребности, вопросы, просьбы и т.п. Она содержит пиктограммы и фотографии по темам, которые можно оставить в книжном варианте, либо вырезать и использовать, как пиктограммы для игр. Кроме того в пособии визуализированы тексты и стихотворения. Отбор изображений, их тип и размер зависят от индивидуальных особенностей ребенка.

Ребенок показывая карточки взрослым, объясняет что он хочет.

Но, как научить ребенка этим пользоваться?

Понятно, что эта работа одним специалистам ОО не по силам. Должно быть тесное взаимодействие с семьей. Обучение пройти должны все без исключения люди, которые контактируют с ребенком и тоже могут играть важную роль в его развитии - это родители, педагоги и тьюторы. Все эти люди играют важную роль в составлении оптимального словаря и могут помочь в создании новых символических изображений, которые позволят невербальному ребенку расширить свой словарный запас.

Т.о., задача специалистов – помочь родителям и педагогам ОО усвоить систему работы с карточками, чтобы облегчить коммуникацию и закрепить полученные знания и умения в жизни проблемному ребенку. А задача родителей – помочь ребенку закрепить умения пользоваться карточками дома.

Для начала у родителей, на консультации со специалистами, выявляем:

- что любит ребенок? (любимое занятие, еда и т.п.)
- что умеет делать ребенок? (самообслуживание)

- как вы его понимаете его просьбы и желания?
- какая реакция у ребенка, если вы его не понимаете?

После встречи с родителями педагоги определяют и изготавливают первый набор карточек, которые ребенок должен учиться использовать. Это просьбы о самых необходимых для него вещах. Например, еде, игрушках, туалете.

Работа ведется поэтапно:

I. Работа втроем. Взрослый показывает или демонстрирует предмет или еду, которую предпочитает ребенок. Когда он или она начинает тянуться к желаемому объекту, помощник помогает ребенку взять изображение желаемого предмета или еды. Он или она с помощью физических подсказок помогает ребенку отдать изображение другому человеку, который в этот момент находится в непосредственной близости от ребенка или взрослого. Физическая близость позволяет легко провести обмен. Взрослый, который получает сообщение (картинку), ничего не говорит, пока ему не протянут изображение. После нужного действия получатель сообщения произносит что-то вроде: «О, ты хочешь кренделек» (*в зависимости от того, что изображено на картинке*) и дает то, о чем его попросили. Во время первого этапа просьбы включают несколько разных предметов, при этом люди, получающие сообщение, помощники и окружающая обстановка тоже должны меняться. Цель этой этапа — добиться примерно 80 обменов в течение дня.

II. Ребенок начинает самостоятельно снимать изображение со страницы для обмена изображениями. От него требуется больше физических движений, чем во время первого этапа. Помощник до сих пор присутствует для поддержки обмена.

III. Во время третьего этапа ребенок начинает сам выбирать нужное изображение из множества картинок, относящихся к разным сферам. На этом этапе идет коррекция при ошибочных ответах.

IV. Составление предложения. Ребенок помещает изображение предмета на полоску для предложения, на которой написана фраза «Я хочу», после чего отдает полоску с предложением взрослому.

V. Ребенок начинает отвечать на вопрос «Что ты хочешь?» с помощью полоски с предложением. До этого ребенку не задаются вопросы, потому что к этому моменту поведение по обмену изображениями должно стать автоматическим.

VI. Ребенок начинает отвечать не только на вопрос «Что ты хочешь?», но и на «Что ты видишь?» и «Что у тебя есть?». Последние фразы должны познакомить начинающего пользователя коммуникации с комментированием, в то время как первые фазы имели дело только с просьбами. В итоге ребенок начинает комментировать спонтанно, а не реагировать на вопрос. А взрослым необходимо постоянно поддерживать спонтанные просьбы предметов или действий ребенка.

Для того чтобы освоение систем альтернативной (дополнительной) коммуникации шло более эффективно, в повседневную деятельность ребёнка необходимо включать самые разнообразные занятия и игры, развивающие все стороны личности ребёнка: двигательную активность (навыки крупной и мелкой моторики), внимание, восприятие, мышление, память, умение понимать обращённую речь.

Занятия, развивающие данные способности:

- Совместное составление этапов занятия с использованием символов.
- Совместное рассматривание картинок с обязательными комментариями взрослого (название, что с этим делают, какого цвета, формы, к какому классу объектов относится).
- Одновременное рисование (говоря об объекте, сразу символически изображаем его).
- Соотнесение объектов и картинок разной степени абстракции с написанным словом.

- *Прикрепление картинок, графических изображений в самых распространённых местах.*

- *Составление фотоальбома про себя.*

- *Составление ритмических стихов с жестами.* Стихи, жестовые и пальчиковые игры можно использовать ежедневно в общении с ребёнком. Взрослый читает стихотворение, а ребёнок заканчивает последнюю строчку, применяя либо известный ему жест, либо указывая на картинку с изображением данного предмета.

Тили-бом, тили-бом, загорелся кошкин ... (дом)

Бежит ... (курица) с ведром, заливают кошкин ... (дом)

Работа с этими карточками позволяет ребёнку общаться, что-то получить или сделать. Карточки – для кого-то это временная мера, ускоряющая возможность освоить речь.

Таким образом, система использования карточек:

- позволяет определить «коммуникацию» или «общение» способом, доступным ребенку с ОВЗ.

- позволяет быстро приобрести базисные функциональные навыки коммуникации.

- помогает обучить ребенка проявлять инициативу и спонтанно произносить слова.

- общение для ребенка с окружающими людьми становится более доступным и, таким образом, становится возможным обобщение приобретенных вербальных навыков.

Решение о применении программы PECS, ее любые модификации, дополнения или предварительное составление программы должны дополнять и отражать потребности конкретного ребенка, осваивающего коммуникацию, и должны включать всех участников образовательного процесса.

Литература.

1. Жиянова П. Л. Семейно-центрированная модель ранней помощи детям с синдромом Дауна — Москва, 2006.

2. Рыскина В., Лазина Е. Коммуникация с помощью картинок — «Эвричайлд» (Великобритания), 2010.
3. Фрост Л., Бонди Э. Система альтернативной коммуникации с помощью карточек (PECS): руководство для педагогов — изд. Теревинф, 2011.
4. Интернет-ресурс: <http://autism-aba.blogspot.com> и др.

*Елтышева Августа Валентиновна,
Рожкова Наталья Вениаминовна,
воспитатели МАДОУ «ЦРР – детский сад №13»,
Кунгурский муниципальный округ*

РАЗВИТИЕ СЕНСОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ПОМОЩИ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР И ПОСОБИЙ

Развитие восприятия и формирование представлений ребенка о внешних свойствах предметов: их форме, цвете, величине, положении в пространстве, а также запахе, вкусе это и есть сенсорное развитие. Именно ранний и дошкольный возраст наиболее благоприятен для совершенствования деятельности органов чувств, накопления представлений об окружающем мире. В этом и заключается актуальность данной темы. Сенсорное развитие составляет фундамент общего умственного развития ребенка.

С восприятия предметов и явлений окружающего мира начинается познание. Все другие формы познания – запоминание, мышление, воображение – строятся на основе образов восприятия, являются результатом их переработки.

Методика сенсорного воспитания предусматривает обучение детей обследованию предметов, формирование представлений о сенсорных эталонах.

Сенсорными условно можно назвать игры, цель которых – дать ребенку новые чувственные ощущения: зрительные, слуховые, тактильные, обонятельные, вкусовые.

В дидактических играх и упражнениях надо предоставить детям возможность:

1) повторно воспринимать познаваемые предметы и их свойства, упражняться в их узнавании и различении;

2) оформлять чувственные впечатления, уточнять названия предметов и их характерных свойств (формы, величины, цвета и др.); ориентироваться не только по внешнему виду предмета, но и по словесному описанию;

3) делать первичные обобщения, группировать предметы по общим свойствам;

4) соотносить, сравнивать жизненные свойства предметов с имеющимися мерками, сенсорными эталонами (например, форму предметов с геометрическими фигурами, их окраску с основными цветами солнечного спектра и т. д.).

Отличительной особенностью дидактических игр является наличие игровой ситуации, которая обычно используется в качестве основы метода.

Развивающее пособие «Чудо-коврик». На коврике яркая картинка, привлекающая внимание детей. Здесь и чудо-дерево, с открывающимся дуплом, надо только постараться и развязать шнурки. И облачко, которое можно пристегнуть на пуговицу, и чудесная яблонька с яблоками разного цвета, их можно собрать в ведро или тоже пристегнуть на пуговицы. На яркой грядке растут овощи, в пруду плещется рыбка. Все эти картинки выполнены из различных материалов: молний, «липучек», пуговиц, бусин (разной формы, цвета и размера), разноцветных лент. Играя, дети учатся расстегивать и застегивать молнии, застегивать и расстегивать пуговицы, учатся шнуровать, снимать петли с пуговиц, а затем надевать и т.д. В процессе игры, у детей систематизируются знания об овощах и фруктах. Так же дети изучают основные цвета, развивают мелкую моторику и весело проводят время. (приложение 1)

Дидактическая игра «Нарисуй картинку» (средний возраст).

Целью игры является формирование представлений об основных цветах и геометрических фигурах. Необходимые материалы: геометрические фигуры

разного цвета, изготовленные из соленого теста и покрытые лаком. Карточки с образцами (широкие и узкие).

Ход игры: 1 этап - с узкими карточками. Рассмотреть с детьми какие геометрические фигуры нарисованы на карточке. Предложить найти такие же (по форме) среди изготовленных из соленого теста фигур, сравнить их по цвету. После этого воспитатель сам накладывает фигуры на образец, объясняя детям: «На рисунке красный квадрат, я найду такой же красный квадрат среди всех разложенных фигур и положу его прямо на картинку. Подходит? Следующая фигура-желтый круг. Ищем такой же желтый круг и накладываем его тоже на картинку и т.д.» Так выкладываем все фигуры по образцу. Спрашиваем у детей, совпадают ли геометрические фигуры с картинкой? Предлагаем детям самостоятельно наложить фигуры на другую картинку. 2 этап - выкладывание геометрических фигур под карточкой, ориентируясь на образец. 3 этап - с широкими карточками (карточки - рисунки).

Рассматриваем карточку с рисунком: Что нарисовано? Какие использованы геометрические фигуры? Предлагаем наложить фигуры прямо на образец, называя их и указывая цвет. Предлагаем выложить рисунок под карточкой по образцу.

Усложнение: Ребенок смотрит на карточку-образец и запоминает расположение геометрических фигур и их цвет. Затем закрыть карточку и предложить выложить рисунок по памяти. Приложение 2.

Настольная игра «Рисование бусами» (для детей среднего возраста)

Цель: развитие сенсомоторной координации, мелкой моторики рук, пространственного ориентирования.

Задачи: учить работать по образцу, а впоследствии и самому придумывать узор; способствовать усвоению понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева"; развивать сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук; развивать восприятие (зрительное, осязательное, тактильное); развивать фантазию, воображение; способствовать развитию психических процессов у детей.

Описание: выложить бусами фигуру на карточке. Приложение 3.

Игра «Мы по полю ходили...».

Цель: развитие быстроты реакции, целенаправленности движений, развитие зрительного восприятия.

Оборудование: коврик, фигуры из серии VAY TOY.

Ход игры: у каждого воспитанника в руках фигура. Дети становятся вокруг коврика, под музыку они ходят по его периметру. Как только музыка заканчивается, ребёнок должен положить свою фигуру на соответствующую фигуру на коврике. Последний положивший выбывает.

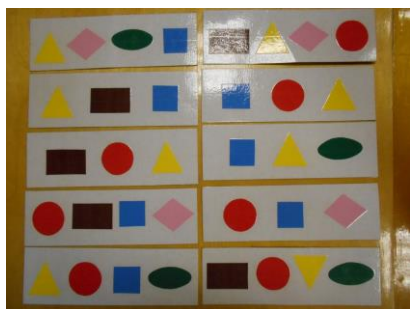
«Баночки с сюрпризом» (старший возраст). В непрозрачных баночках находятся разные пахучие вещества и предметы (кусочек булки, долька лимона, очищенные дольки чеснока, несколько капель лекарства (раствор йода), цветок и т.п.). Для начала показываем, как можно нюхать запах в баночке. Затем просим «эксперта» разделить запахи на 2 группы: съедобное и несъедобное; указать контейнер с определенным запахом; полечить куклу (найти лекарственный аромат).

Приложение 1.



Приложение 2.





Приложение 3.



*Ложкина Елена Николаевна,
педагог-психолог МАОУ «СОШ № 13»,
Кунгурский муниципальный округ*

ТЕХНИКА «АРТ-ТЕРАПИЯ» ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ

Наиболее важные мысли и переживания, прежде всего, проявляются в виде образов. Арт-терапия – это нестандартность подхода. Арт-терапия универсальна: ее направления и техники могут быть адаптированы к различным задачам: от проблем социальной и психологической дезадаптации и заканчивая развитием человеческого потенциала, использованием различных форм творческой деятельности с целью выражения своего психического состояния.

Арт-терапия может быть полезна в работе с разными эмоциональными проблемами у детей: детской агрессией, детскими страхами и тревожностью, поэтому далее будут предложены различные упражнения, направленные на коррекцию этих негативных эмоциональных состояний.

1. «Свободный рисунок в круге»

Цель: налаживание коммуникации, объединение, гармонизация эмоционального состояния. Материалы: большой лист бумаги в виде круга, краски, кисти, емкость с водой. Инструкция: детям предлагается по очереди рисовать друг к другу дороги в круге.

2. *«Рисование по сырому листу»*

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, гармонизация эмоционального состояния, развитие воображения. Материалы: акварель, кисть, емкость с водой, губка. Инструкция: попросить ребенка намочить губкой лист бумаги и ставить на нем точки, рисовать линии, наблюдая, как растекаются краски.

3. *«Водный салют»*

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, отреагирование эмоций, развитие воображения. Материалы: акварель, кисть, раковина с водой. Инструкция: попросить ребенка рисовать на воде, разглядывать получившиеся фигуры.

4. *«Мелки – наперегонки»*

Цель: отреагирование напряжения и агрессивных тенденций, гармонизация эмоционального состояния, физическая и эмоциональная стимуляция. Материалы: мелки, лист картона. Инструкция: ребенок в разном темпе (медленно - быстро) делает штрихи на листе.

5. *«Разноцветие камней»*

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие творческого воображения. Материалы: камни, гуашь, кисть, емкость с водой. Инструкция: попросить ребенка раскрасить камни так, как он захочет.

6. *«Картины»*

Цель: развитие моторики, тактильная стимуляция, развитие навыков выбора и «принятия границ», гармонизация эмоционального состояния. Материалы: коробки разных размеров, бумага разной текстуры, краски, кисти, емкость с водой. Инструкция: предложить ребенку выбрать любую из коробок,

наклеить бумагу, не выходя за пределы коробки, раскрасить ее по своему усмотрению.

7. «Лицо»

Цель: познание внутреннего мира ребенка, проработка темы взаимоотношений с родителями. Материалы: шаблоны с изображением лиц (женского, мужского, детского), краски, кисточки, тени, помады. Инструкция: ребенка просят раскрасить шаблоны лиц, при желании прокомментировать свою работу.

8. «Орнамент»

Цель: Развитие моторики, пространственных представлений, чувства ритма, стабилизация психоэмоционального состояния, упорядочивание переживаний. Материалы: картинки с орнаментами, материалы для изодейтельности (краски, мелки, пластилин), бумага. Инструкция: предложить ребенку рассмотреть предложенные орнаменты, а затем изобразить на основе полученных впечатлений все, что он захочет. Примечание: Обратить особое внимание на то, какой из орнаментов ребенок выбирает (черно-белый, цветной, смешанный).

9. «Семья»

Цель: выявление эмоционального состояния ребенка, чувств и представлений, связанных с детско-родительскими отношениями, исследование особенностей взаимодействия ребенка с миром. Материалы: шаблоны фигур (женской, мужской, детской), краски, кисточки, емкость с водой. Инструкция: ребенка просят раскрасить шаблоны фигур, при желании прокомментировать свою работу.

10. «Маска»

Цель: осознание и отреагирование чувств, развитие воображения. Материалы: заготовка маске из гипса, гуашь, кисточки, емкость с водой. Инструкция: предложить ребенку раскрасить маску так, как он хочет.

Литература.

1. Иваненко Л.Н. Изотерапия как метод арт-терапии. [Электронный ресурс]. – URL: http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/11224-Izoterapiya_kak_metod_artterapii.html
2. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. СПб.: Питер. 2001
3. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. <https://www.litmir.me/br/?b=257189&p=1>
4. Изотерапия. [Электронный ресурс]. – URL: <https://psihomed.com/izoterapiya/>

*Одинцева Полина Михайловна,
педагог-психолог
МАДОУ «Детский сад № 419»
город Пермь*

**КОНСПЕКТ СОВМЕСТНОГО ЗАНЯТИЯ В ГРУППЕ
КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ «МАМА И МАЛЫШ»
«В ГОСТИ К ОБЕЗЬЯНКЕ»**

Цель: Создание благоприятных условий для интеллектуального, социального и эмоционального развития ребенка.

Задачи: 1) способствовать созданию благоприятного эмоционального контакта; 2) развивать восприятие (слуховое, зрительное, тактильное); 3) формировать сенсорные эталоны (форма, цвет, размер); 4) обогащать словарный запас; 5) развивать мелкую и крупную моторику.

Участники: родители и дети от 1 до 2 лет.

Необходимое оборудование: свеча, обезьянка игрушка, кубики, груши и яблоки муляжи фруктов, бусы на веревочке, бутылочки с узким горлышком по количеству детей.

Ход занятия:

1. Ритуал приветствия.

Свеча – зажигаем свечку, смотрим на огонек, проговариваем, что он желтый, яркий, теплый, ощущаем рукой на расстоянии тепло от свечки,

концентрируем внимание, настраиваемся на занятие. Все вместе задуваем свечку.

Знакомство – передаем по кругу маленький, звучащий, мягкий мяч. Мама и ребенок, у которого в руках мяч, называют свое имя и передают мяч по кругу.

Педагог, ведущий занятие, называет свое имя.

2. «Детки в гостях у обезьянки»

Дети здороваются, гладят обезьянку, показывают глазки, ушки, обнимают. Обезьянка приготовила для ребят кубики. Дети строят башню из пяти кубиков.

3. Речь с движением

Дети с родителями выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения.

Рано утром на полянке

Так резвятся обезьянки:

Ножками потопали – топ, топ, топ.

Ручками похлопали – хлоп, хлоп, хлоп.

Ручки вверх, вверх, вверх.

Кто поднимет выше всех?

А теперь на четвереньках

Погуляем хорошенько.

4. «Собери фрукты»

Педагог раздает каждому ребенку яблочко и грушу. Под быструю веселую музыку дети разносят на красную полянку красные яблочки, а на желтую полянку – желтые груши.

5. Пальчиковая гимнастика – массаж

Мамы делают массаж пальчиков детям сначала на одной руке, затем на другой.

Обезьянка мыла мылом лапку

Каждый пальчик по порядку.

Вот намылила БОЛЬШОЙ,

Сполоснув его водой.
Не забыла и УКАЗКУ,
Смыв с него и пыль и краску.
СРЕДНИЙ мылила усердно:
Самый грязный был наверно.
БЕЗЫМЯННЫЙ терла пастой –
Кожа стала сразу красной.
А МИЗИНЧИК быстро мыла:
Видно, он боялся мыла.

6. «Обезьянкины бусы»

Детям раздаются бусы на веревочке. Дети пальчиками перебирают бусинки, рассматривают, затем опускают бусы в бутылочку с узким горлышком. Бутылочку держит родитель или сам ребенок.

7. Прощание

Обезьянка прощается с детьми и родителями.

«Прощальная песня»

До свиданья, до свиданья!

Приходите к нам опять,

Будем вместе мы играть.

Литература.

1. Пешкова Н.В. Развивающие занятия с детьми раннего возраста: простые секреты успешной работы. – Спб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО ДЕТСТВО ПРЕСС», 2014. – 192 с.- (Служба ранней помощи в ДООУ).

2. Успешный малыш: программа развивающих занятий для детей от одного года до двух лет: методика, диагностика, конспекты занятий / М.В. Растоскуева [и др.]. – Ростов н/Д: Феникс , 2015. – 203 с. – (Мир вашего ребенка).

*Петрова Алла Константиновна,
учитель химии и экологии МАОУ лицея №1,
Кунгурский муниципальный округ*

ФГОС, УРОК И ПСИХОЛОГИЯ

Учет особенностей мозговой организации психической деятельности детей в процессе обучения в Федеральном государственном образовательном стандарте задаются требованиями к условиям осуществления образования. Таких условий выделено несколько, тем не менее, на первом месте стоят психолого – педагогические условия. И без соблюдения этих условий достижение результатов, продиктованных стандартами просто невозможно. Выполнение психолого – педагогических условий ориентируется на построение образовательной деятельности, направленной на интересы каждого ребёнка, с учетом их индивидуальных особенностей. Это определено во ФГОС как индивидуальный подход к детям и обеспечение равных возможностей развития каждого ребенка.

Для успешного формирования умения необходимо, прежде всего, самому учителю провести анализ структуры действия, четко представить, из каких элементов (операций) складывается его выполнение. Вычленив отдельные элементы в структуре действия, необходимо определить наиболее целесообразную последовательность их исполнения и наметить систему упражнений, обеспечивающих уверенное, почти автоматическое выполнение учащимися простых действий, а затем организовывать их выполнение. В связи с этим, актуальной является проблема развития творческого мышления у учащихся, являющегося базой поисковой интеллектуальной активности.

Одной из новых особенностей и требований овладения ФГОС является развитие навыка рефлексивной культуры ученика. Нами применяются разные формы выполнения рефлексий в процессе проведения уроков. Рассмотрим некоторые из них.

Например, урок по теме «Строение атома» в 8 классе заканчивается такой формой рефлексии – просим ученика оценить, доволен ли ты своим результатом на уроке?

«Хотя мой одноклассник и допустил оплошность, проверяя мою работу, я всё равно не доволен своим результатом, я мало потратил времени на повторение. Надо лучше учить!» (Егор Н.)

«Я довольна своим результатом и оценкой одноклассника. Всё объективно, я учила». (Катя Т.).

Таким образом, четко прослеживается формирование ценностей, которые раскрывают значимость отношений между участниками педагогического процесса;

Урок в 8 классе по теме «Основания» иная форма рефлексии, при работе с текстом, я прошу учеников: соотнесите заключенную в тексте информацию со своим жизненным опытом.

«Когда я ем сыр, я защищаю свою полость рта от кариеса» (Софья К.)

Что ты скажешь своим родителям после изучения этой статьи, изменилось ли твоё мнение о продуктах питания?

«Я скажу, что буду начинать свой день со стакана тёплой воды со свежавыжатым лимонным соком. Моё мнение об этих продуктах сильно изменилось» (Данил Р.)

Мы видим, что прослеживаются ценности, которые способны раскрыть значение и смысл самовоспитания и саморазвития личности ученика, и они становятся личностно принятыми.

Урок в 9 классе по теме «Соединения углерода» связываю с новой формой рефлексии, связанной с оценкой учеником полученной в тексте информации. Вот только один из примеров, выполненный в оригинальной форме:

«СО – ядовит, CO_2 – не горит, H_2CO_3 – разложится на раз – два – три». (Ольга А.)

Таким образом, грамотное применение рефлексии на разных этапах урока позволяет не только отследить, но и способствовать со стороны педагога формированию ценностей, раскрывающих значение и смысл знаний.

В практике нашей работы используются ситуации, позволяющие задавать вопросы, не только направленные на ученика, но и от ученика к учителю. Сама эволюция постановки подобных вопросов следующая: происходит переход от вопросов, имеющих чисто познавательный характер, например, «Как получают углекислый газ? Где его применяют? Почему вреден угарный газ?» в 9 классе к вопросам, направленным на познание мира и себя самого. В качестве примера приведём вопросы учеников 11 класса.

«Вы говорили, что в некоторых странах обеззараживание воды проводят с помощью озонирования. Что менее опасно для здоровья человека – хлорирование или озонирование?» (Илья С.)

«Кунгур испытывает дефицит по йоду. Что менее опасно – недостаток йода или его избыток?» (Анна Ш.)

Эти ответы позволяют фиксировать появление нового личностного образования экологического характера, связанного с заботой о здоровье.

Новые стандарты требуют говорить и о формировании эмоционального интеллекта в рамках урока. Авторы – П.Саловей и Д.Майер дали такое определение этому понятию: «Это способность воспринимать и выражать эмоции, понимать их и объяснять, ассимилировать эмоции и мысли, регулировать собственные эмоции и эмоции других людей». Поэтому для формирования таких способностей используем разного рода вопросы и задания.

При ответе на вопрос о том, «Что удивило на уроке или произвело самое большое впечатление?» ответы учащихся были самые разнообразные и носили сугубо личностный характер. Приведем некоторые из них.

«Я получил награду «Юному химику за покорение гор» (Илья, 9А). Это на уроке по теме «ОВР», который проводился в форме путешествия с покорением вершин.

«Меня этот урок удивил тем, что мы узнали много нового, ранее нам непонятного, на уроке мы открыли мир, который не видели до этого» (Костя, 9Б). После практической работы.

«Как составляли интересные кластеры и сравнивали CO_2 и SiO_2 » (Артём, 9А). Это об уроке «Кремний».

«Мы все садились полукругом и читали карточки с интересным материалом» (Александр, 9А). Это об уроке «Металлы второй группы».

«При работе с текстом я научилась видеть самый важный материал» (Катя, 9Б). После урока «Соединения углерода».

«Как немецкие ученые получили аммиак из воздуха и прославили свою страну» (Никита, 9В). Урок получение аммиака.

Множество ответов можно не продолжать, поскольку все они лишь убеждают в том, что подростковая школа и урок в ней является СО – бытием, т.е. предполагает особый временной, пространственный и эмоциональный режим.

Изучая теорию А.М.Бутлерова как обязательный программный материал в курсе органической химии, можно подойти к этому абсолютно по – разному. Но большинство педагогов выстраивают процесс изучения нового материала с того, что уделяют внимание исторической составляющей и знакомят учащихся с биографией этого великого ученого. Проведенное анкетирование показало, что большинство моих коллег (70% опрошенных учителей) уделяют внимание на своём уроке биографическим данным ученого, давая возможность подготовить сообщение или доклад ученику. Ученик добросовестно рассказывает, а чаще просто читает, аудитория слушает и спустя определенное время забывает о том, что услышали. В таком случае мы имеем низкое запоминание и воздействие на тех, для кого, собственно данная информация и была предназначена.

Но к изучению данного вопроса можно подойти совсем иначе. Расскажем о своем опыте. К уроку, посвященному изучению теории А.М.Бутлерова, мы подготовили презентацию, куда включили помимо биографических данных,

еще и некоторые психологические моменты, позволяющие в этот же момент провести диалог с классом по ряду вопросов. Приведем некоторые вопросы:

Содержание демонстрируемого фрагмента презентации	Содержание диалога	Педагогический и психологический эффект осознания
Смерть матери	Мать рано умерла, вскоре после рождения сына. Как по – вашему, легко ли было жить мальчику?	Иметь мать – ценность бытия
Воспитание отца	Отец, отставной офицер, много внимания уделял воспитанию сына, гулял, прививал любовь к родной природе. Если бы этого не было, смог бы мальчик Саша стать ученым?	Роль отца в процессе воспитания, формирование стереотипа
Знание английского и французского языков	К 10 годам Саша владел двумя иностранными языками – английским и французским. Кто из Вас в том же возрасте владел двумя языками?	Интерес к саморазвитию и самосовершенствованию
Проблема выбора профессии	Саша рано пристрастился к проведению опытов, а в старших классах явное предпочтение отдавал химии. То есть он сам сделал свой выбор. Сейчас в нашей стране также вводится профильное обучения. Очень важно не ошибиться. Вы сами сделали выбор профиля? Или так захотели родители?	Решение проблемы выбора и ответственности за свой выбор
Мир увлечений	Помимо науки Бутлеров имел свое пристрастие – он увлекался разведением пчел. Он также считал, что именно пчелы своей дружной семьей являют пример жизни для всей России. Почему именно пчелы?	Формирование трудолюбия и умения выстраивать дружеские отношения
Здоровый образ жизни	Он был здоровым крепким мужчиной. Он не болел. Что ему	Интерес к проблеме сохранения

	помогало быть здоровым?	своего здоровья
Оценка современников	Академик Арбузов высоко оценил научный подвиг А.М. Бутлерова. Смогут ли так высоко оценить вас ваши современники?	Формирование целеустремленности в своей жизни

Все это заняло на уроке 5 – 6 минут времени, но эффект превзошел все наши ожидания. Эмоциональный всплеск отдачи от такой педагогической находки привёл к тому, что еще никогда до этого не было столько желающих написать реферат по теории Бутлерова, сделать о нем презентацию или буклет. А какие стихи после этого урока о великом ученом мне удалось прочитать! Авторами всех были мои питомцы.

Приведу только два небольших стихотворения.

С. Полина.

Бутлерову.

Академик Бутлеров – химик великий,
И много он сделал важных открытий:
Вещества органические он изучил,
Изомерии явление нам объяснил.
Помимо химии занялся садоводством,
Разведением чая и пчеловодством.
Химику великому почет и хвала,
Вами, Бутлеров, гордится страна!

Г. Денис.

Ода Бутлерову.

Я Бутлерову ОДУ посвящаю,
В своих глазах его я возвышаю.
Огромный вклад его я в химию ценю
И именно об этом я пишу.
Создал он школу химии впервой,
Бутан, пентан предвидел изначально;
Изомерию объяснил детально,
Строение веществ исследовал буквально.
Герой, он химии герой!

Но самое главное в работе педагога – заметить, не упустить тех, кто по – настоящему увлечется и превзойдет своего учителя. С чего все начинается? Конечно, с урока. Именно там впервые и видишь активность, уровень подготовки и блестящие глаза при проведении или демонстрации эксперимента. И вот и замечаются способности, которые назовем так – явные.

Это у тех в основном, кто к 8 классу, когда большинство школьников начинает изучать химию, уже привык получать отличные оценки и по традиции, являясь прилежным учеником, привык повторять чужие мысли, быть первым. Но, с такими - то как раз все просто. Некоторым из них после выступления на первых олимпиадах, когда происходит крушение иллюзий, а сам ученик оказывается не в состоянии выдавать собственные мысли и предложить хотя какой – то вариант решения, я предлагаю заниматься другой формой работы. Это – исследованиями и проектами. Использование исследовательского метода на уроках химии будет эффективным только в том случае, когда применение метода обеспечено определенным уровнем сформированности их исследовательских качеств. Потому большое значение придаем именно формированию навыков исследования. И начинаем с урока, где в разное время, и разном возрасте, наших обучаемых знакомим их с важнейшим понятийным аппаратом исследовательской деятельности: тема исследования, цель исследования, гипотеза.

Но вот самый большой интерес представляют другие мои ученики, в ком способности и склонности потенциальные, их часто сразу и не заметишь, но на дополнительные занятия приходят с завидным постоянством, мысли свои, пусть и ошибочные, но предлагают. Вот эти самые для меня главными и становятся. Почему? А потому что, во - первых, у них есть умение рассуждать, во – вторых, они хотят занять достойное место среди сверстников, и в – третьих, они не избалованы и у них не произойдет слишком раннее выгорание или пресыщение от успеха. Вот тут и начинается процесс творчества учителя. Для них как раз и рождаются разнообразные творческие проекты.

Потому что для каждого своего ученика я составляю индивидуальную программу продвижения. Содержание программы варьирует в зависимости от уровня развития ученика, его способностей и предпочтений. Но обязательным является то, что намечаются цели и пути их реализации.

А вот формы работы использую самые разные:

Групповые занятия, на которые собирается одновозрастная или разновозрастная группа, на которых идет обсуждение приемов решения задач.

Индивидуальные задания с учетом особенностей ученика, которые он обязан выполнить и разобрать.

Сотрудничество дистанционное – работа по электронным учебникам, интерактивным программам, лекциям Интернет.

Сотрудничество явное – сотрудничество с педагогом через электронную почту, скайп, сотрудничество с Вузами Перми.

Участие во Всероссийском проекте «Путь к Олимпу» в городе Москва.

Участие в дистанционных олимпиадах по химии разного уровня, например, таких как «Продленка», «Инфоурок», «Эрудит», «Олимпиада имени Саркисова», «Юные таланты».

Участие в Краевых и Российских конференциях научно – исследовательских работ учащихся.

Всё это приводит к тому, что расширяются рамки получения дополнительной информации, происходит рост коммуникативной способности. Повышается мотивация у моих учеников и на смену мотивам, которые связаны только с учебной деятельностью, таким как научиться решать задачи, научиться рассуждать, приходят другие – не подвести учителя, родителей, школу.

Вывод: таким образом, по нашему мнению, именно урок можно рассматривать как своеобразную микросреду, связанную с формированием личности, что полностью соответствует требованиям новых Федеральных государственных стандартов. Поскольку любые изменения в мотивационной сфере способен формировать педагог на уроке (потребности, преобладание учебных мотивов и потребности в самоактуализации), то именно сам урок способствует формированию новообразований, готовности к самоопределению и формированию жизненных планов.

СОЦИО-ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ – ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ

Перемены, произошедшие в нашей стране за последние годы, повлекли за собой изменения в образовательной политике, пересмотр основ теории и практики дошкольного образования.

Стратегическая цель педагогической деятельности на современном этапе в рамках реализации ФГОС ДО раскрывается в высказываниях великих ученых:

«Цель воспитания – научить детей обходиться без нас» Э. Легуве

«Развитие – рост степеней самостоятельности» М. Монтессори

«Миссия (цель) воспитателя – перестать быть нужным ребёнку, сделать его свободным, чтобы он поверил в свои собственные силы» А.А. Майер

Все перечисленное возможно реализовать и удовлетворить только с помощью разнообразной игровой деятельности как ведущей деятельности дошкольника, являющаяся важнейшим средством социализации ребенка. В игровых условиях возможно общение и многообразие видов детской деятельности.

Сегодня человеку для активного участия в жизни общества, реализации себя как личности необходимо постоянно проявлять творческую активность, самостоятельность, обнаруживать и развивать свои способности, непрерывно учиться и самосовершенствоваться. Поэтому, для воспитания, сегодня как никогда актуальны социо-игровые технологии (СИТ).

Сущность социо-игрового стиля работы его основатели Е. Ершова, В. Букатов, Е. Шулешко определили такой формулировкой: *«Мы не учим, а налаживаем ситуации, когда их участникам хочется доверять и друг другу, и своему собственному опыту, в результате чего происходит эффект добровольного и обучения, и научения, и тренировки».*

Реализация социо-игровых технологий направлена на организацию деятельности в парах, подгруппах, группах, *используя для этого различные игровые приёмы*, что позволяет совершенствовать самостоятельную деятельность дошкольников, соответствующую возрастным и личностным потребностям, активность и инициативность в ходе выполнения коллективного дела.

Главной целевой установкой и возможностями СИТ являются: формирование коммуникативной культуры (социальных качеств личности) детей через использование игры как основной формы организации жизни дошкольников.

В основу построения инновационной деятельности по заявленной теме заложены следующие принципы:

- Педагог-равноправный партнер, который организует и выдумывает игры;
- Снятие судейской роли с педагога и передача ее детям;
- Самостоятельность в выборе детьми ЗУН;
- Дети-соучастники игры;
- Преодоление трудностей детьми;
- Движение и активность

В рамках социо-игровых технологий, авторы предлагают разные игровые задания для детей, которые условно можно разделить на несколько этапов:

1. Игры для создания рабочего настроения.
2. Игры-разминки.
3. Игры творческого самоутверждения.
4. Игры социо-игрового приобщения к делу
5. Игры вольные

Во время проведения всех 5 этапов придерживаются важных правил:

- работа малыми группами от 2 до 7 человек с разными вариантами объединения (по желанию, по сходству, по предметам, по разрезным картинкам и др.)

- смена лидерства во время игр или передача полномочий;
- Смена мизансцен (деятельность с использованием разных пространств помещения, поз детей)
- смена темпа (игровые действия различны по длительности и ограничены во времени) и ритма (выполнение и озвучивание заданий по-разному – один, хором, шепотом, только девочки и т.д.)
- интеграция видов деятельности (приоритетные - коммуникативная, игровая; познавательная, продуктивная, двигательная, музыкальная и др.)
- полифония (развитие одновременно разных процессов, качеств человека)

В 2021 – 2022 учебном году наш детский сад начал активно внедрять социо-игровые технологии в образовательный процесс, с целью обеспечения становления личностных качеств воспитанников.

Предлагаю вашему вниманию один из сценариев СИС, прошедший в рамках проекта психологической службы ДООУ «Встречи с эмоциями».

Социо-игровой сеанс «Знатоки эмоций» в подготовительной группе

Цель: Актуализация и расширение знаний, представлений детей о разных эмоциональных состояниях, испытываемых людьми в повседневной жизни.

Участники: дети подготовительной группы 6-7 лет - 12 человек.

Материалы и оборудование: музыкальное сопровождение для эстафеты, песня из мультфильма «Фильм, Фильм», 2 галстука-косынки, 2 картинки сказочных героев с разными эмоциями (радость, удивление) и их копия, разделённая на 6 кусочков, 2 конверта с пиктограммой эмоции в каждом, медали «Знарок эмоций» (6 штук), два набора карточек с 6 пиктограммами и 6 портретами людей с разными эмоциональными состояниями для каждой команды; 2 стола и стулья для команд, корзиночки для смайликов, бумажные смайлики, стол для размещения картинок на эстафете.

Сценарный план СИС

Игры для создания рабочего настроения

Задачи: создать положительный настрой на совместную деятельность; развивать и совершенствовать умение вступать в общение в процессе игры, умение согласовывать свои действия с другими детьми; упражнять с помощью тактильных прикосновений устанавливать позитивный настрой на игру друг с другом.

Игра «Поздороваемся»

Психолог: - Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Выберите себе партнера и быстро пожмите ему руку. А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом. По команде: «Друг к дружке!», вы должны будете поменять партнера. И так – начали: Правая рука к правой руке! – Нос к носу! – Спина к спине! – **Друг к дружке!** и т.д. Посмотрите друг на друга и скажите: «Я рад тебя сегодня видеть» Молодцы!!!

Объединение на микрогруппы: дети встают в круг. Затем по очереди первый игрок показывает удивление, следующий за ним радость и т.д. Первая команда - все дети, которые показывали радость, вторая - удивление.

Игра-разминка

Задачи: предоставить возможности для развития навыков командного взаимодействия в соревновательных играх; продолжать учить детей принимать на себя обязанности «капитана», нести ответственность за результат работы своей команды; продолжать учить играть в команде (обсуждать, договариваться, делегировать полномочия), действовать сообща, в соответствии с установленными правилами; развивать образное мышление, внимание, зрительное восприятие, логическое мышление, любознательность; расширить и упрочить знания детей о разных эмоциональных состояниях.

Психолог: - Сегодня команды будут соревноваться друг с другом за звание знатоков эмоций (медальки). За каждое верно выполненное задание команда получает смайлик. Самое главное для успешной игры помогать друг другу, подсказывать, работать дружно, но и быть внимательными.

Каждая команда сейчас найдет своего капитана. Это будет тот, у кого самые темные (светлые) волосы. Капитаны получают галстуки.

Эстафета «Собери картинку»

Команды строятся за капитанами.

Психолог: - Каждая команда будет искать кусочки определенной картинки героя. Всего 6 кусочков. Каждый игрок берет только 1 нужный кусочек. *(Психолог объясняет правила передачи эстафеты).*

В конце, как только принесен последний шестой кусочек, все дружно собирают картинку на своем столе. Капитаны также следят, за правильной передачей эстафеты.

Перед началом эстафеты капитанам даются на 20 секунд картинка с готовым изображением. Он несет ее своей команде для рассмотрения деталей. Через 20 секунд картинка возвращается ведущему.

В конце эстафеты команды меняются местами, проверяют правильность сборки и называют эмоцию, которую испытывает изображенный герой. Дается смайлик победителю эстафеты.

Важно: Команды сами обсуждают результаты эстафеты. Решают, какая команда и почему достойна поучить смайлик. Важно снять с ведущего роль судьи.

Игра творческого самоутверждения

Задачи: развивать и совершенствовать умение: договариваться о достижении коллективного результата; эмоционально и содержательно выражать мысли, используя жесты, мимику, движения; развивать креативное мышление;

Игра «Угадай настроение» (4 минуты)

Команды садятся на стулья. Лидеры выбирают посыльного, который сходит за конвертом с заданиями - картинкой эмоции (или пиктограмма).

Каждая команда придумывает ситуацию, при которой люди могут испытывать заданную эмоцию. Показывают ее без слов, только движениями, жестами, мимикой для команды соперников.

Задача команды соперников: угадать какая ситуация и какую эмоцию показывают соперники.

Важное правило: Все в команде участвуют в показе.

Смена мизансцен: Одна команда по своему решению идет готовиться в раздевалку. Вторая остается в группе. Если команды не могут решить, ведущий определяет того, что уходит- по названной примете одного из детей (особенность одежды, прически, имени и др.)

В конце игры смайлик получает команда за достоверное исполнение и верно определенную эмоцию и ситуацию по общему обоюдному мнению команд.

Игра социо-игрового приобщения к делу

Задачи: развивать и совершенствовать умения спокойно высказывать и отстаивать свое мнение; оценивать результаты совместного выполнения задания; учитывать личный вклад каждого в процессе выполнения заданий.

«Найди пару» (за 20 секунд)

У каждой команды на столе лежит стопка карточек с 6 пиктограммами и 6 портретами людей с разными эмоциональными состояниями.

Задача команд составить быстрее и правильно пару пиктограмма с портретом человека, испытывающего эту эмоцию. По 6 пар на команду.

В конце игры, лидеры выбирают посыльного, который проверит верность выполнения задания другой командой.

Смайлик получает команда, которая составила больше всего пар верно.

Идет взаимное обсуждение результатов игры. Психолог объявляет подсчет смайликов у команд. Проводится рефлексия исхода соревнований между командами:

- Как ваша команда считает, почему вы сегодня выиграли (проиграли)?
- Почему другая команда выиграла (проиграла)?
- На что вам следует обратить внимание при следующих играх?

Проводится вручение медалей «знатоков эмоций» победившей команде.

Игра вольная

Задачи: создать и сохранить позитивный настрой всех участников СИС; развивать совместную деятельность в коллективе; отследить эмоциональное состояние детей, поведение в коллективе, умение выражать эмоции.

Игра «Съемки кино»

(музыкальное сопровождение из мультфильма «Фильм, фильм, фильм»).

Психолог: - Каждый из вас актер кино. На команду: «Стоп камера» вы гуляете по съемочной площадке.

По команде режиссера «Мотор, начали», каждый из вас показывает для съемки сказанную ситуацию, как настоящий актер с жестами, мимикой, нужными эмоциями.

Возможные ситуации для игры:

Падаешь, разбиваешь коленку. Веселый клоун выступает. Слушаешь в наушниках музыку. Читаешь интереснейшую книгу. Ешь вкуснейший торт. Увидел, как летит комета в небе и другие.

Литература.

1. Букатов В.М., Ершова А.Г., Шулешко Е.Е. «Социо-игровые подходы к педагогике». – Красноярск, 1990.

2. Букатов В.М. Настольная книга воспитателей с деловыми разъяснениями, неожиданными подсказками и невыдуманными историями по социо-игровым способам проведения занятий в старших и подготовительных группах детского сада. Для тех, кто со своими маленькими воспитанниками стремится жить душа в душу. Монография. – СПб.: Образовательные проекты, 2019 – 216 с.

3. Букатов В. М. «Игры для детского сада. Развитие талантов ребенка через игру». Иллюстрированный словарь игровых приемов /Под общей редакцией/ – Москва, Сфера, 2009.

4. Пьянкова О.Ф., Зайкова Е.В., Венкова З.Л. и др. «ИГРАЯ, ШАГАЮ К УСПЕХУ». Опыт внедрения социо-игровой технологии в образовательную практику ДОУ. Методические материалы муниципального управленческого

проекта «Формирование ключевых качеств успеха личности дошкольника средствами социо-игровой технологии» (электронный сборник). - Добрянка, Пермский край, 2021

*Сапач Елена Георгиевна,
педагог-психолог МАОУ «СОШ №13» сп «Детский сад»
Кунгурский муниципальный округ*

КОМПЛЕКС ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ПО РАЗВИТИЮ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ

Развитие внимания

«Хлопни в ладоши, если услышишь слово, обозначающее животное»

Заяц, дерево, печка, стул, пирог, машина, кот, сапоги, доска, волк, медведь, попугай, слон, обезьяна, корова, лось, цыпленок, аист, коза, страус.

«Встань, если услышишь слово, обозначающее растение»

Печка, стул, пальма, машина, кот, сапоги, доска, волк, ромашка, попугай, клен, слон, клубника, лось, цыпленок, кактус, собо́ль, груша, цветок, береза.

«Что недорисовано?»

Психолог раздает каждому ребенку рисунок, на котором не хватает какого-то элемента, и просит детей дорисовать не хватающий элемент. Например: чайник без ручки, петух без хвоста, зонт без трости, лиса без лапы.

«Нарисуй 10 треугольников»

Закрась красным карандашом 3 и 5 треугольники.

«Расставь точки на своей карточке так, как ты видел»

Психолог раздает каждому ребенку квадраты, разделенные на четыре секции, и просит повторить рисунок точек, предварительно показав их детям.

«Найди пару», «Найди такой же»

Дидактическая игра с использованием наглядного материала, в виде карточек с изображением одинаковых и различающихся предметов, овощей и фруктов или животных.

«Найди такой же предмет»

На столе лежат вырезанные из картона рисунки, на одном из которых нарисованы круг, на другом квадрат, треугольник, детям предлагается найти пару.

«Расставь значки»

Психолог раздает каждому ребенку листок в клеточку, и просит повторить рисунок значков в каждой клеточке по предъявленному образцу.

Развитие восприятия

«Назови фигуру»

Взрослый предъявляет разные геометрические фигуры, и просит их назвать какая форма, цвет и размер, просит разложить образцы по цвету и форме.

«Геометрическое лото»

Дидактическая игра собирание геометрических фигур из частей.

«Нарисуй фигуру, которую я назову»

«Закрась фигуры»

Ребенку показывают карточку с изображением на ней геометрические фигуры различных размеров. Затем, ему дают задание соединить похожие фигуры стрелками и закрасить самую большую и самую маленькую.

«Рисование картин, состоящих из геометрических фигур»

«Кто больше найдет предметов треугольной, круглой или квадратной формы»

«Дорисуй фигуры»

Педагог раздает детям изображение не дорисованных геометрических фигур и просит сначала назвать их, а затем дорисовать эти фигуры.

«Угадай, что хотел нарисовать художник?»

Психолог раздает каждому ребенку рисунок, на котором не хватает какого-то элемента и просит детей дорисовать не хватающий элемент. Например: бабочка без крылышка, ножницы без ручки, дерево без листьев, цветок без лепестков.

«Радужный хоровод»

Педагог демонстрирует волшебную игру красок, обучая детей смешивать цвета, просит нарисовать радугу. "Каждый (красный) охотник, (оранжевый), желает

(желтый) знать, (зеленый) знать, где (голубой) сидит (сидит) фазан (фиолетовый).

«Уточним цвет предметов (вариативность)»

Педагог демонстрирует цветные предметы разной формы и величины и просит детей назвать предмет и форму, цвет и найти еще предметы такого же цвета в кабинете.

«Цветное лото» дидактическая игра выкладывание узоров одного цвета, можно использовать мозаику.

«Рассматривание часов, движения секундной стрелки»

«Посиди тихо и встань, когда минута закончится (по мнению ребёнка)»
упражнение на восприятие пространства и времени.

«Беседа по картинкам» (части суток)- дидактические картинки по времени день, ночь, утро - вечер.

«Разложи картинки»

Детям предлагается разложить картинки по временам года, и по временам суток.

«Я начну, ты продолжай, дни недели называй!»

Изучение дней недель, сколько дней в неделе, месяце, сколько месяцев в году.

«Угадай время года по описанию (вариативность)»

Педагог предъявляет картинки времена года, просит рассказать, что изображено, затем раздает точно такие же "поломанные картинки" и просит их собрать.

Беседа о временах года

Вопросы: Какие времена года вы знаете? Когда на улице падает снег? Когда на деревьях распускаются почки? В какое время года ласточки улетают на юг?

«Покажи правую, левую руку, ногу ухо и т.д.»

«Где сидит мишка? (слева, справа, позади)»

«Нарисуй в центре круг, справа треугольник и т. д.»

«Посмотри и найди предметы круглой формы»,

«Кто больше назовёт?»

Педагог предлагает назвать предметы справа и слева от себя, рассказать какой они формы и цвета сколько их.

«Назови все предметы, которые были «спрятаны»

Педагог выкладывает перед детьми группу предметов, например овощей из пластика, дети называют эти овощи, затем педагог просит закрыть детей глаза, а сам в это время прячет часть предметов, по команде открывают глаза и говорят, чего не стало.

Развитие мышления

«Расставь по порядку (от самого большого к самому маленькому)»

использование матрешек, кубиков, пирамидок и геометрических фигур.

«Четвёртый лишний» - дидактическая игра с картинками

«Найди отличия»

Серия сюжетных картинок. Взрослый показывает карточки с двумя одинаковыми изображениями, с незначительными отличиями и затем разные изображения предметов. Дети должны назвать, в чем отличие.

«Назови слова, обозначающие деревья; слова, относящиеся к спорту и т. д.»

«Как это можно использовать?»

педагог представляет детям спортивный инвентарь, или предмет домашнего обихода (ведро, посуда, лопата, кегля, мяч)

«Бывает – не бывает»

Лягушка зеленого цвета

Кружка без ручки

Попугай без крыльев

Снег летом

Тетрадь без листов

Желтые цветы в зимнем лесу и т.д.

Загадывание загадок

Развитие памяти

«Посмотри внимательно на фигуру, запомни и сделай такую же»
(выкладывание из палочек одного цвета или нескольких цветов).

Психолог раздает каждому ребенку по коробке палочек и совместно с детьми выкладывает из палочек окно, буквы, дверь, дом.

«Я положил в мешок» (первый игрок называет слово, второй повторяет предыдущее слово и называет своё и т.д.),

«Смотри и делай»

Педагог показывает детям картинки и быстро их убирает. Дети должны по памяти назвать, что видели.

«Сколько?»

Несколько раз ударяют в ладоши или карандашом о стол. Дети должны сказать сколько раз.

Дети завязывают глаза, педагог прикасается к нему. Дети должны определить, сколько раз к нему прикасались.

«Повторяй за мной»

Производится ритмичный стук (палочкой о стол). От воспитанников требуется повторить его.

Проделывается какое-нибудь движение. Дети по памяти должны его повторить.

«Перескажи сказку (небольшой рассказ)»

«10 слов» (запоминание слов с использованием смысловой системы: связывание слов в один сюжет)

Запомните слова, и придумайте рассказ: торт, день рождения, веселый праздник, шарики, подарок, гости, веселье, улыбка.

Развитие воображения и творческих способностей

«Пантомима» (изобразить жестами, мимикой какой – либо предмет)

«Дорисуй» Психолог раздает детям недорисованные картинки посуды или фруктов.

«Рисование по точкам»

«Что будет, если ...»

Летом выпадет снег,

Солнце не будет греть,

Звезды перестанут светить

Мороженое положить в духовку

Смешать краски разных цветов

«Комбинирование» (рисование или конструирование предметов из геометрических фигур)

«Камушки и песок»

Ребенку предлагается: разобрать по цвету, форме, размеру. Выложить фигуру, букву, цифру, собрать камушки в кулачек, сделать дорожку.

*Титова Наталья Николаевна,
педагог-психолог МБОУ «Березовская СОШ № 2»,
Березовский муниципальный округ*

УПРАЖНЕНИЕ «МАЛЕНЬКИЙ СИНИЙ ДИВАНЧИК»

Форма: упражнение, как элемент тренинга.

Аудитория: подростки 15-16 лет (10 класс в период адаптации).

Цель/задачи: *снять эмоциональное напряжение, тревожность, страхи.*

Тренировать мастерство самопрезентации, развивать коммуникативные навыки и здоровую конкурентоспособность.

Оборудование, материалы: свободный кабинет; стулья, расставленные по кругу; три стула в ряд, символизирующие «маленький синий диванчик».

Задание и условия упражнения: оказаться выбранным ведущим, на месте ведущего будут все участники, каждый в свое время.

Ход упражнения:

Учащиеся сидят на стульях в кругу, ведущий (педагог-психолог) садится на центральный стул импровизированного «диванчика» (стул ведущего), демонстрируя пример проведения игры.

Ведущий: Друзья, представьте, что один из ваших одноклассников пригласил всех, без исключения, провести выходные в его загородном особняке. Поближе познакомиться, узнать друг друга, просто отдохнуть всем классом. Вы прибыли в гости в назначенный час. Ваша фантазия уже рисует обстановку особняка.

И сейчас мы дадим волю воображению, позволим создать обстановку гостиной, по-своему усмотрению. Каждый из нас превратится в какой-нибудь

предмет мебели, дорогого антиквариата, элемент антуража, живой объект или... во всё, что захочет увидеть в данной комнате. Важно! Все идеи принимаются без критики и с долей юмора. Я ведущая и на моём месте будет каждый, но только в своё время.

Итак, «Я – маленький синий диванчик. И хотя я уже не новый, и моя обивка местами чуть потёрлась, но это только потому, что хозяева очень любят отдыхать, сидя на мне. Я очень удобный, мягкий и просто замечательный!»

И вы видите рядом со мной вакантные места, слева и справа. Вы можете занять их, предложив любые предметы или живые объекты, связанные каким-то образом с диванчиком, с его ролью... (например, диванная подушка или плед или кот или Присаживайтесь по одному и опишите свой образ подробнее. Ваша задача презентовать себя более ярко подробно и выгодно, чтобы оказаться выбранным ведущим.

После самопрезентации участников, занявших места на «диванчике», ведущий выбирает одного, чьё предложение ему понравилось больше. Например, мне очень понравилась мягкая подушечка, но я чуть-чуть замёрзла и поэтому выбираю тёплый плед. И вместе с выбранным участником, мы покидаем «диванчик», присаживаясь на свободные стулья в кругу, становимся полноправными гостями дома.

Оставшийся игрок, пересаживается на стул ведущего и повторяет свою легенду... «Я - прекрасная мягкая подушечка ... цвета ... формы, на меня очень приятно положить уставшую голову...» Ребята по очереди, презентуя себя, уже не обязательно привязывать свою роль к «диванчику», уже можно начинать обставлять и украшать своим присутствием всю гостиную. Ведущий внимательно слушает, выбирает себе «пару» и они отправляются в круг.

А игра продолжается до тех пор, пока все участники не посидят на «маленьком диванчике», то есть не побывают в роли ведущего.

В конце упражнения можно предложить всем участникам занять места тех предметов интерьера или живых объектов (домашние животные, комнатные

цветы, аквариум с рыбками...) и сфотографироваться на память в гостиной загородного особняка, возле «маленького синего диванчика».

Вопросы участникам:

Поделитесь своими эмоциями, впечатлениями от упражнения? Как вы считаете, что было самым главным в ходе вашей самопрезентации? Были ли ситуации, когда победитель был очевиден? Что выделяло его предложение? Какие выводы можно сделать из этого упражнения? На что стоит обратить особое внимание?

Вывод (один из вариантов): У каждого человека или компании есть собственный набор потребностей. Для того, чтобы заинтересовать собой, своим предложением, необходимо максимально точно сформулировать собственное предложение под нужды и потребности всей компании. Не стесняться, представить себя в лучшем свете. Помочь раскрыться другим, подхватить идею и раскрасить её по-своему.

*Туробова Ольга Викторовна,
педагог-психолог
МАДОУ «ЦРР-детский сад №272», г. Пермь*

СНЕЖНАЯ ПОЛЯНКА

(конспект занятия для детей старшего дошкольного возраста)

Цель: Содействие развитию познавательных процессов у старших дошкольников.

Образовательные задачи: Расширять словарный запас. Совершенствовать коммуникативные навыки. Закреплять умение ориентироваться на листе бумаги.

Развивающие задачи: Развивать активное внимание, воображение, память, восприятие, ориентировку в пространстве. Развивать общую и мелкую моторику. Содействовать развитию логического мышления. Повышать уверенность в себе. Развивать произвольность и самоконтроль.

Воспитательные задачи: Формировать навыки групповой сплоченности, взаимопонимания, доброжелательности, самостоятельности. Способствовать созданию положительного эмоционального фона. Способствовать формированию у воспитанников положительной мотивации к знаниям.

Оборудование: мультимедийная презентация «Снежная полянка», рабочие листы с заданиями на каждого ребенка, карандаши, Игровое поле (квадрат из 9 частей) для игры «Снежинка», игровой самомассаж биологически активных точек «Холода», музыкальная игра средней подвижности «Сороконожка» Е. Железновой, конверт (Письмо с секретом), табличка для игры «Говорит один – говорим хором».

Ход занятия: I этап –подготовительный / мотивационный

«Приветствие». **Цель:** организация детей, создание положительного эмоционального настроения/мотивации на предстоящую совместную деятельность.

Дети стоят в кругу. - Добрый день, ребята! Я рада вас всех видеть. Я приглашаю вас отправиться в путешествие по зимнему лесу (на снежную поляну). Хотите отправиться в такое путешествие? А как вы думаете, кого мы сможем повстречать на снежной полянке в лесу? (ответы детей). Замечательно, может мы все это и увидим. **1 мин**

Разминка «Паровозик». **Цель:** повышению работоспособности коры головного мозга, развитие групповой сплоченности.

Я приглашаю вас занять места в паровозе. Поехали! Педагог имитирует стук колес хлопками в ладоши и задает темп от медленного к быстрому, затем все вместе «выпускают пар» и произносят: Ууу! **1 мин**

II этап – основной / практический. - Вот мы с вами и приехали на нашу снежную поляну. На мультимедийном оборудовании первый слайд презентации (зимний пейзаж, падает снег). - Ух, как здесь прохладно! Предлагаю сделать массаж, который поможет нам согреться, поднять настроение и укрепить здоровье.

Самомассаж «Наступили холода». *Цель:* способствование улучшению артикуляционных движений, развитию мелких дифференцированных движений пальцев рук, повышению работоспособности коры головного мозга.

Да-да-да- Наступили холода. (Потереть ладошки друг о друга)

Да-да-да- Превратилась в лед вода (мягко провести большими пальцами рук по шее сверху вниз). Ду-ду-ду- Поскользнулся я на льду (указательными пальцами помассировать крылья носа). Ду-ду-ду Я на лыжах иду (Растереть ладонями уши). Ды-ды-ды- На снегу есть следы (приставить ладони ко лбу «козырьком» и энергично растирать лоб движениями в стороны – к середине лба). Ди-ди-ди (Хлопки в ладоши) Ну, заяц, погоди! (Погрозить пальцем).

- А теперь, когда мы согрелись можно и поиграть. **2 мин**

Игра «Говорит один, говорим хором» (загадки и вопросы с зимней тематикой). *Цель:* Развитие произвольной регуляции поведения и самоконтроля.

-Ребята, я буду задавать вам сейчас загадки или вопросы. Если я поднимаю табличку где один муравей, значит можно говорить только одному, кто поднял руку и кого спросили, а если на табличке много муравьев, то можно говорить хором, не дожидаясь никого. - Итак, вы готовы? Будьте внимательны!

1. С каждым днем все холоднее, греет солнце все слабее,

Всюду снег, как бахрома, значит, к нам пришла... **Зима**

ХОРОМ

Зимой – белый, летом – серый. Кто это? **Заяц**

ОДИН

Сколько лучей у обычной снежинки? **Шесть**

ОДИН

Ёжик на неё похож, листьев вовсе не найдёшь. Как красавица, стройна, а на Новый год - важна. **Елка**

ХОРОМ

Какой царь ввел обычай праздновать Новый год и ставить елки в домах?

Петр I **ОДИН**

Если лес укрыт снегами, если пахнет пирогами, если елка в дом идет, что за праздник? ... **Новый Год**

ХОРОМ

С неба падают зимою.

И кружатся над землею, лёгкие пушинки,

Белые ...

Снежинки

ХОРОМ 2 мин

- На нашей снежной поляне так много красивых



снежинок, ветер подгоняет их в разных направлениях. То поднимет вверх, то опустит вниз, то вправо, то влево. Давайте попробуем проследить путь одной такой снежинки и попробуем ее поймать.

Игра «Снежинка». Цель: Развитие пространственных представлений и произвольной регуляции поведения.

Сейчас я буду говорить маршрут, по которому будет двигаться снежинка, вы внимательно следите, а как только снежинка улетит с игрового поля, попробуйте ее поймать (хлопните в ладоши). Игра по типу «Муха» **3 мин**

- Замечательно поиграли. А теперь посмотрите на это задание и попробуйте догадаться, что необходимо здесь выполнить?

6. «Отгадай и нарисуй жителей пустых квартир» (использование мультимедийной презентации)

Цель: Содействие развитию логического мышления.

Самопроверка по образцу. Индивидуальное задание №1 на рабочем листе. Дети оценивают себя в виде смайликов. Если все получилось правильно рисуют улыбку, небольшие ошибки – ротик прямой, а если неправильно, то грустное выражение.

+	*	*
*	+	
+		*

2 мин

- Пока мы с вами играли со снежинками, на поляне выстроился целый отряд снеговиков. Попробуйте найти двух одинаковых снеговиков и обвести их в круг.



7. «Найди снеговиков». (использование мультимедийной презентации) Индивидуальное задание №2. Цель: развитие восприятия, зрительного внимания. **2 мин**

- Ребята, а чем можно заняться людям зимой, какие вы знаете зимние забавы? (ответы детей). Я вижу, что вы настоящие эксперты зимних забав. И наверно без труда поможете мальчику спуститься с крутой горы.

8. Лабиринт «Гора» (использование мультимедийной презентации)

Индивидуальное задание №3

Цель: развитие зрительного восприятия, произвольного внимания.

3 мин



- Посмотрите, на снежной полянке стоит дом, хотите в него заглянуть?

9. Физ. Минутка. Пальчиковая игра «Есть в лесу из бревен дом»

Музыкальная игра Железновой Е. 2 мин **Цель:** снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, развитие эмоциональной сферы.

- Ну а теперь, давайте присядем. Посмотрите, жители дома оставили нам письмо с сюрпризом (конверт на нем написано письмо с сюрпризом) и предлагают нам поиграть еще в одну интересную игру. А называется она «Посмотри, запомни, запиши»

10. Игра на зрительную память «Посмотри, запомни, запиши».

Цель: развитие произвольной памяти; обучение способности концентрации, объема, устойчивости внимания.

- Ребята, в письме картинки, их много. А чтобы мы смогли все запомнить, я придумала для вас историю. Послушайте какую. Эта история произошла зимой. Шел снег (картинка снежинки). Дети надели теплые варежки (картинка), валенки (картинка). Вышли во двор и слепили снеговика (картинка). Немного поиграли и зашли домой (картинка). А дома их ждала красавица-елка (картинка). А под ёлкой были подарки (картинка). Посмотрите на картинки, проговорите про себя эту историю, и когда исчезнет последняя картинка с доски – запишите все эти картинки по порядку в пустых клеточках.

Индивидуальное задание №4 5 мин

--	--	--	--	--	--	--

После того как дети нарисуют все картинки, воспитатель напоминает им, что письмо было с секретом. И начинает переворачивать картинки другой стороны. На каждой картинке есть своя буква. Дети читают: МОЛОДЦЫ!

III этап – рефлексивный. Рефлексия. Цель: подведение итогов.

- Ребята, заканчивается наше интересное и познавательное путешествие, пора возвращаться в нашу группу. Давайте вспомним, что мы сегодня делали. Приглашение в паровозик, на котором приехали. Все условно возвращаются в группу. **3-5 мин**

Литература.

1. Косина, Е. Гимнастика для пальчиков. Развиваем моторику [Текст] / Е. Косина. – М.; 2014. – 124 с.
2. Чернецкая, Л.В. Психологические игры и тренинги в детском саду [Текст] / Л.В. Чернецкая. – Ростов н/Д.: Феникс, 2015. – 123 с.
3. Куражева Н.Ю., Козлова И.А. Приключения будущих первоклассников: занятия с детьми 6-7 лет. – СПб. Речь, 2017.
4. Sally Johnson Sara Ines Gomez Carrmillo. Grafimania. Actividades con grafismos, 2018.
5. <http://www.razvitiebenka.com/>

*Чуп Надежда Анатольевна,
методист высшей кат., педагог-психолог
МБУ ДО «ЦДТ с. Елово»*

СЦЕНАРИЙ ВВОДНОГО ТРЕНИНГА ПО ПРОГРАММЕ «В МИРЕ ПРОФЕССИЙ»

Вступительное слово ведущего: Здравствуйте, ребята! Вы стоите на пороге выбора профессии. Каждый из вас через год-два будет задавать себе вопрос: куда мне идти учиться, какую профессию я выберу для себя, что я умею в этой жизни, что мне нравится делать, как я буду жить? Как вы думаете, что самое главное в выборе профессии? Как правильно её выбирать? (размышления детей). Вопрос, действительно, сложный. И самое главное здесь

– не спешить. Можно ошибиться. И многие ошибаются: идут не в то учебное заведение, кто-то за компанию, кто-то по указке родителей, кто-то по другим причинам. Предстоящий тренинг, возможно, поменяет вас и ваше отношение к выбору профессии. Возможно, в чём-то поменяется не только ваша жизнь, но и вы сами. Очень важно в такой жизненной ситуации помочь своему организму справиться с ней. Самый сильный тот, у кого есть сила управлять самим собой. Сегодня мы попытаемся с вами в тренинговой форме проиграть какие-то жизненные ситуации, с которыми вы сейчас сталкиваетесь или столкнётесь в ближайшее время. Я не хочу давать вам советы. Ведь давать советы – дело неблагодарное. Советы похожи на кулинарные рецепты. Один и тот же пирог, даже если в книге чётко написано, сколько надо положить муки и соли, у разных хозяек получается абсолютно по-разному. («Та же мучка, да не те же ручки»). Объяснить, как стать успешным в жизни, невозможно. Можно лишь подсказать, как НЕ НАДО себя вести, на что НУЖНО обратить внимание, КТО в состоянии помочь, поддержать и в КАКОМ направлении плыть, чтобы добраться до цели.

Делятся на две команды

Упражнение «Смысловая калька». Есть такое выражение у Луизы Хей «Каждая наша мысль создаёт наше будущее». От качества наших мыслей зависит, чего больше будет в нашей жизни, плохого или хорошего. А ещё бывают ситуации, когда надо максимально сосредоточиться и принять незамедлительное решение. Вот и мы сейчас с вами будем собираться с мыслями. А заодно вспомним раздел русского языка под названием «Фразеология». Всем известно, что слово «калька» обозначает прозрачную переводную бумагу, с помощью которой делают копии. В переносном значении это слово употребляется для дословного перевода иноязычных фразеологизмов. Например: калькой с французского будет фраза «Ошпаренный петух убегает от дождя». В русском языке её смысл передаёт поговорка: «Обжёгшись на молоке, дуем на воду». Сейчас мы будем заменять кальки известных фразеологизмов их исходной формой, например: «Когда леди покидает автомобиль, скорость

автомобиля увеличивается» (Баба с возу – кобыле легче). Итак, начинаем групповую разминку. Я дам каждой команде одинаковый набор перемешанных фразеологизмов и калек, а вы их составите в подходящие пары:

- «Домашнему млекопитающему доподлинно известен хозяин проглоченного им продукта животноводства» (Знает кошка, чьё мясо съела).
 - «В нижних конечностях истина отсутствует» (В ногах правды нет)
 - «Преждевременно делить ещё не полученное добро» (Делить шкуру неубитого медведя)
 - «Центральный орган кровообращения не подчиняется распоряжению» (Сердцу не прикажешь)
 - «Беднейшие слои населения вынуждены мыслить нестандартно» (Голь на выдумки хитра)
 - «Что горизонтально, то и вертикально» (Что вдоль, что поперёк)
- Молодцы!

Всем известно такое изречение Натана Ротшильда «Кто владеет информацией, тот владеет миром»? А как не потеряться в этом огромном мире информации? Как правильно распорядиться ею? Сейчас вы выполните задание «Рассказ из газетных заголовков». Вам будут даны вырезки различных фраз из газет и журналов, а вы должны будете составить из них историю, рассказ о невероятном событии, произошедшем с вами на днях. Можно использовать не более 10 своих слов, чтоб рассказ получился более связным. Время на выполнение – 10 минут. После истечения времени команды зачитывают составленные рассказы.

Шеринг: что было сложным в составлении рассказа? Какая фраза стала отправной точкой для создания сюжета? Понравилось ли задание?

Упражнение «Наш рисунок» (работа в одной группе). Сейчас вы все вместе сделаете рисунок на одном листе бумаги. Тема рисунка «Мы выбираем профессию». Что это будет, решать вам. Задача осложняется тем, что одновременно каждый будет рисовать что-то своё, таким образом, внося свой вклад в общее дело. Время ограничено: счёт до 20. (Рисование и обсуждение)

Упражнение «Моя яблонька»

Издревле яблоня считается символом любви, жизни и бессмертия. Она помогает в трудных ситуациях (вспомните сказки), она становится и целительницей, и волшебницей. Я предлагаю вам вырастить свою яблоньку, которая бы вам помогала в жизни добиваться целей, раскрыть в себе качества, о которых вы, возможно, знаете, но не обращали внимания.

А если вы ее сохраните, она сможет стать вашим талисманом или вашей опорой в трудную минуту. Итак, у вас у каждого есть бланк со схематичным изображением дерева, на котором нарисованы пять уровней веток. На каждой ветке нарисовано по 3 яблока. Так как наша яблоня волшебная и обязательно должна приносить пользу, то мы должны наделить каждое яблоко полезной силой. Итак, начиная снизу, подписываем внутри яблочка:

1. уровень веток – это ваше имя. Впишите в каждое яблочко производное от своего имени имя, то, как вас называют родные и знакомые, как вам хочется, чтобы вас называли.

2. уровень – это ваши черты характера. Впишите в каждое яблочко по одной черте характера. Каким вы себя представляете, ваши качества. Какой вы?

3. уровень – это ваше социальное окружение. Впишите в каждое яблочко по одному человеку, который вам наиболее дорог.

4. уровень – это ваши умения и способности. Впишите в каждое яблочко то, чем любите больше всего заниматься, что вы умеете делать лучше всего.

5. уровень – это ваши достижения. Подумайте, вспомните и впишите в яблоки на этом уровне ваши самые важные достижения. То, чего вы на сегодняшний день достигли. А если пока нет достижений, напишите свои мечты, то, чего вы хотите достичь в жизни.

Давайте теперь расскажем про свои яблоньки. Во время рассказов участники могут задавать друг другу вопросы, что-то уточнять. После выступлений можно обсудить, чем понравилось или не понравилось упражнение, что чувствовали во время выполнения упражнения, какие выводы для себя сделали.

Вы можете сохранить для себя ваши яблоньки. Когда вам вдруг начнет казаться, что жизнь какая-то не такая, то вы можете посмотреть на свое деревце и увидеть, что вашу жизнь наполняет множество составляющих и в ней есть место для развития. Если вам вдруг покажется, что имя у вас какое-то некрасивое, и вы однотипный, то взгляните на дерево и поназывайте себя по-всякому – вы разный, интересный с красивым многогранным именем. Если вдруг вам начинает казаться, что у вас плохих качеств больше, чем хороших или слабость характера превосходит силу, то посмотрите на дерево, и вы увидите, что сила духа у вас огромная, твердость есть и доброта с мягкостью в норме. Это как раз то, что нужно для достижения цели в жизни. Если вам вдруг начнет казаться, что вы одиноки – посмотрите на дерево – разве вы один? Вспомните о тех людях, которые вас окружают, которые являются вашими помощниками в этой жизни. Вы не одни, поверьте! Когда вам станет скучно, и вы решите, что ни на что не способны и вам нечем заняться, вспомните о ваших умениях и способностях, о том, что вы лучше всего делаете и займитесь этим. Или посмотрите на свободные яблочки на этом уровне и придумайте новое дело. Стать более уверенным вам поможет воспоминание о своих достижениях – раз вы смогли это, то сможете и еще больше (1, стр. 87).

Вы вступили на путь выбора профессии, а это трудно. Человек в вашем возрасте ещё не знает, как это делать, к кому обратиться, к чьим советам прислушиваться. Ведь информации так много вокруг! И так страшно ошибиться! «Мы сами создаём жизненное пространство» – сказал психолог П. Рутт. Помните эти слова, когда будете смотреть на вашу яблоньку.

Упражнение «Надпись на футболке»

Жизнь ваша немного изменится, пока вы будете участвовать в тренинге «В мире профессий», изменив в какой-то мере вас. Вы затрачиваете и ещё затратите массу энергии, нервов на решение возникающих перед вами задач. Как сказал Экзюпери: «Кто не тратит себя, становится пустым местом». Я хочу раздать вам символические футболки, на которых вы для себя сделаете надпись. Что будет в этой надписи – решать вам. Может быть, это будет девиз,

с которым вы идёте по жизни, либо слова поддержки в адрес себя любимого, либо высказывание кого-то из великих, а, может, это будет строчка из любимой песни. (Пишут надписи на «футболках». Происходит обсуждение).

Ребята, что вы узнали сегодня нового о себе, о членах своей группы, как ваше настроение? (шеринг)

Завершить нашу сегодняшнюю встречу хочется словами Ницше: «Несчастливым или счастливым человека делают только его мысли, а не внешние обстоятельства. Управляя своими мыслями, он управляет своим счастьем». Я вам желаю только хороших мыслей о себе, об окружающих вас людях, успеха вам на предстоящие перед нашей следующей встречей дни, пусть все ваши мечты сбываются, возникающие трудности разрешаются, а на вашем пути встречаются только добрые люди!

Литература.

1. Лютова-Робертс Е.К., Моница Г.Б. Коммуникативный тренинг. / Е.К.Лютова-Робертс, Г.Б.Моница. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 224 с. – Текст: непосредственный.

2. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития. Пособие для психологов и педагогов./ В.Б.Никишина. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004г. – 126 с. – (Специальная психология). – Текст: непосредственный.

3. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 классы)./ Н.С.Пряжников. – М.:ВАКО, 2005. – 288 с. – Текст: непосредственный.

4. Чистякова С.Н., Шалавина Т.И. Твоя профессиональная карьера. Учебник для 8-11 классов общеобразовательных учреждений./ С.Н.Чистякова, Т.И Шалавина. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2000. – 191 с. – Текст: непосредственный.

*Шалбанова Елена Васильевна,
педагог-психолог
Республика Бурятия, г. Улан-Удэ*

АКЦИЯ «КАЛЕНДАРЬ РАДОСТНЫХ СОБЫТИЙ СМЕНЫ

Цель: формирование навыков поддержания высокого эмоционально-психического состояния детей и подростков в период пребывания в лагере и в жизни.

Психолого-педагогическое сопровождение сегодня является не просто суммой разнообразных методов коррекционно-развивающей работы с детьми, но выступает как комплексная технология, особая культура поддержки и помощи ребенку в решении задач его развития, обучения, воспитания, социализации [1; 2].

В условиях нахождения ребенка в непривычной жизненной ситуации (вне семьи и дома в течение 21-го дня), ребенку требуется поддержка и психолого-педагогическое сопровождение в большей степени, чем при пребывании в привычных условиях. Одна из функций Центра направлена на сохранение и совершенствование психического, социального, психического и интеллектуального благополучия ребенка [2; с. 7].

Исходя из опыта психолого-педагогического сопровождения подростков, можно отметить следующие трудности:

1. Адаптация к условиям детского лагеря и проживанию вдали от родителей (тоска по дому, недостаточно развитые навыки самообслуживания, отсутствие навыков коллективного проживания);
2. Значительное расхождение ожиданий от предстоящего отдыха с реальной ситуацией (активный отдых, четкая регламентация режимных моментов, наличие образовательного процесса), отсутствие мотивации на участие в предлагаемых видах деятельности;
3. Сложности в выстраивании конструктивного взаимодействия со сверстниками;

4. Дефицит опыта и недостаточный спектр способов самореализации и самоутверждения подростков в коллективе сверстников;
5. Нахождение в той или иной трудной жизненной ситуации (переживание горя, сложная семейная ситуация, переживание экстремальных ситуаций и пр.) [2; с.8].

В 2020 году нами была предложена и внедряется такая технология решения трудностей адаптации к условиям детского лагеря, возникающих у подростков в течение смены, как составление «Календаря радостных событий смены» (модифицированный вариант И. Шемет (1989)). Методика «Календарь радости» разработана И. Шемет в 1989 году, это универсальная коррекционно-развивающая методика, направленная на повышение общего эмоционального тонуса ребенка, подростка, взрослого.

Сначала было предложено составлять отдельно каждому ребенку, имеющего подобные трудности, а в дальнейшем – при необходимости проводить в виде группового заполнения Календаря всем отрядом, с целью профилактики негативных моментов, для повышения психоэмоционального состояния подростков в течение смены. Для заполнения данного Календаря необходимо каждый день находить радостные моменты и фиксировать их в своем Календаре, можно записывать, а можно делать в виде зарисовок.

Для группового заполнения Календаря необходимо подготовить ватман, разлинованный в виде квадратов на 21 день. Можно сделать в виде кармашек, файлов и т.д. И каждый день каждый подросток делает зарисовки каждого дня и опускает в кармашек дня. В конце дня отрядный педагог совместно с подростками обсуждает итоги дня, просматривая картинки каждого.

Каждый день, в течение смены происходит «умножение радостей» (И. Шемет), то есть увеличение количества радостных событий, а затем происходит «отбор радостей», то есть они не только умножаются, но и дробятся, изменяется их масштаб.

Таким образом, подростки научаются изменять свое эмоциональное состояние, повышать общий эмоциональный настрой, настраиваются на позитив, не только в детском лагере, но и в жизни.

Данную технологию предлагаем применять и в других образовательных учреждениях и на разных этапах развития. Например, в школе, при поступлении в школу, при переходе из начальной школы в среднюю, при переходе из средней в старшую школу, когда особенно необходимо обратить внимание на адаптацию детей и подростков к новым условиям обучения.

Литература.

1. Как помочь адаптироваться в лагере: психологическое сопровождение, занятия, упражнения, рекомендации/ Под ред. Молокановой Т.В. – Волгоград, 2007. – 139 с.
2. Рабочая книга педагога-психолога детского лагеря: из опыта работы социально-психологической службы ВДЦ «Орленок»/ Под общ. Ред. Джеуса А.В., Зубахина А.А., Сайфиной А.А., Яблоковой А.В. – ВДЦ «Орленок» . – 2013. – 256 с.

Раздел 2. Работа с родителями

*Акатьева Наталья Николаевна,
педагог-психолог,
МАУ «ЦППМиСП» г. Кунгура*

ФОРМИРОВАНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Самостоятельность и ответственность - два понятия, неразрывно связанные между собой. Многие из нас хотят принимать самостоятельные, независимые решения. Но очень немногие понимают, что тот, кто принимает самостоятельное решение или делает самостоятельный поступок, несет за это полную ответственность. Именно в этой связке двух понятий и заключается особенность подхода к воспитанию подростка.

Самостоятельность является основой формирования творчества в деятельности субъекта, а творческая деятельность – это активное взаимодействие субъекта с окружающим миром, в результате которого он целенаправленно изменяет этот мир и себя и создает нечто новое, имеющее общественное значение. Поэтому будущее напрямую зависит от усилий школы и родителей: насколько хорошо они обеспечат развитие активности и самостоятельности учащихся в обучении и в воспитании.

Успешность этого процесса определяется многими факторами, среди которых наиболее важным является осознание учеником своих способностей, интересов, знание способов самостоятельной деятельности.

Современное общество требует от нынешнего поколения различных личностных качеств, одним из которых является самостоятельность – качество, помогающее человеку проявить себя в различных жизненных ситуациях, быстрее и лучше адаптироваться в социуме, а также сознательно и целенаправленно участвовать в разностороннем развитии собственной личности.

Самостоятельность проявляется на определённом этапе развития личности. Вершина этого качества достигается человеком при переходе на

высшую ступень саморазвития – самообразования и самовоспитания, подразумевающих активную работу над собой, целенаправленное изменение себя в различных направлениях развития в соответствии с интересами самой личности и общества. Именно в самостоятельной личности обнаруживается сложное взаимодействие социального и личностного. Такой подход позволяет рассмотреть процесс формирования самостоятельности с учетом механизма социализации личности в процессе совместной деятельности и общения между учащимися.

В содержании понятия личность современная философия выделяет три компонента: индивидуальность, социальная роль, коммуникативность.

Жарова Л. В. определяет самостоятельность как – замечательное свойство человека – результат воспитания и самовоспитания. Она же – важнейшее условие самореализации личности, творческих возможностей.

М.А.Данилова, И.Я. Лернера, М.И. Махмутова, И.Т. Огородникова, П.И. Пидкасистого, М.Н. Скаткина и др считают, что самостоятельность является средством повышения осознанности и действенности изучаемого, результатом эффективной организации учебного процесса, показателем умственного развития школьников.

Рассматривая самостоятельность как интегративное свойство личности, современные исследователи подчеркивают, что ее интегративная роль выражается в объединении других личностных проявлений общей направленностью на внутреннюю мобилизацию всех сил, ресурсов и средств для осуществления избранной программы действий без посторонней помощи.

Самостоятельность ученика выражается, прежде всего, в потребности и умении самостоятельно мыслить, в способности ориентироваться в новой ситуации, самому видеть вопрос, задачу и найти подход к их решению.

Таким образом, несмотря на противоречивость в определении сроков, учёные единодушны в одном: самостоятельность – важнейшая характеристика личности; самостоятельность не может возникнуть в отрыве от других

личностных свойств (произвольности, воли, целеустремленности), без самостоятельности личность не становится полноценной.

Особое значение процесс развития самостоятельности у личности приобретает в отрочестве, когда подросток начинает выделять себя в качестве объекта самопознания и самовоспитания.

Средний школьный возраст (от 9-11 до 14-15 лет) принято в психологии называть отроческим, или подростковым. Отрочество – период жизни между детством и взрослостью. Процесс формирования новообразований, отличающих подростка от взрослого, растянут во времени и может происходить неравномерно, из-за чего в подростке одновременно существуют и «детское», и «взрослое».

В подростковом проявляются: стремление к общению и совместной деятельности со сверстниками, желание иметь близких друзей и жить с ними общей жизнью и одновременно; желание быть принятым, признанным, уважаемым сверстниками благодаря своим индивидуальным качествам, расширяется и содержание понятия «учение». Именно в подростковом возрасте появляются новые мотивы учения, связанные с формированием жизненной перспективы и профессиональных намерений, идеалов и самосознания. Учение для многих приобретает личностный смысл и превращается в самообразование.

Самые существенные изменения происходят в личностной сфере. Многие психологи говорят также о взрослости в познавательной сфере и интересах – интеллектуальной взрослости: она выражается в стремлении подростка что-то знать и уметь по-настоящему. Это стимулирует развитие познавательной деятельности, содержание которой выходит за пределы школьной программы (кружки, факультативы, секции и т.д.).

Самооценки подростка легко формируются в общении со сверстником. В подростковом возрасте представления о себе расширяются и углубляются, возрастает самостоятельность в суждениях о себе, но дети очень различаются по степени знания себя и адекватной самооценки. У многих подростков она завышена, и уровень их притязаний к родителям, учителям, сверстникам выше

реальных возможностей. Особо подросток заботится о собственной самостоятельности, независимости. Чем старше подросток, тем шире сфера претензий на самостоятельность; большинство хотят выразить свое «Я» в оценках, суждениях, поступках. В этом возрасте начинается формирование собственных позиций по ряду вопросов и некоторых жизненных принципов, что свидетельствует о появлении самовоспитания.

Процесс развития самостоятельности подростка сложен и противоречив. Главными причинами являются возрастные и индивидуальные возможности ребенка (обучаемость, особенности волевых процессов), педагогические, социальные условия (влияние семьи, направленность и уровень обучения в школе ценностные ориентации одноклассников и др.). В зависимости от того, как ученик умеет пользоваться полученными знаниями, выделяют три уровня самостоятельности: копирующий, воспроизводящий и творческий. Тогда критериями выделения уровней могут быть: степень сформированности знаний и умений; содержание и устойчивость мотивации; отношение школьников к учебной деятельности, ее нравственные основы.

Самостоятельность в общепринятом значении – это независимость, способность и стремление человека совершать действия или поступки без помощи других. Стать самостоятельным – объективная необходимость и естественная потребность ребенка. Самостоятельность – это не только отсутствие помощи учителя, внешних опор, но и своеобразие, оригинальность, способность по-своему, интересно решать ту или иную задачу. Развивается такая самостоятельность там, где есть свобода действий, возможность выбора, право высказывать свои мысли, независимые суждения, совершать нравственные поступки.

Острую актуальность в настоящее время приобретает нравственная сторона самостоятельности детей и взрослых. Процесс овладения знаниями и умениями связан с формированием нравственных мотивов и поступков, постоянным упражнением ребят в приложении своих сил. Нравственная направленность самостоятельности ребенка в значительной степени

обусловлена той атмосферой, которая царит в семье, школе, обществе. Особенно важную роль играет поведение взрослых (родителей, учителей, руководителей школы), их отношение к своему делу, к деятельности и поступкам учащихся.

Для развития самостоятельности нужны не только ситуации повышенного напряжения, но и поддержка, ситуации успеха. Присвоенные и проверенные в собственном опыте знания снимают у подростка состояние тревожности, неуверенности, беспокойства не только в учебном процессе, но и в отношениях с родителями, социальным окружением, предметами, явлениями природы. Важнейшим моментом новой социальной позиции подростка оказывается осознание им своего Я, которое проявляется в формировании самооценки, в отношениях со сверстниками и взрослыми, в повышенном интересе к собственной личности и потребности в оценке своих личностных качеств. Формирование самосознания, отношение к себе как к самостоятельной личности являются существенной характеристикой любого подростка. Возникает одно из основных противоречий этого возраста – между возросшим ощущением самостоятельности, взрослости и психическими возможностями подростка.

Развитие собственной социальной компетентности – достаточно трудная задача для подростков, так как высокая потребность подростков в общении вступает в противоречие с элементарным неумением общаться, слушать другого человека, поддерживать разговор, выражать свои чувства, реагировать на критику и критично оценивать высказывания и действия других людей. И здесь очень важна поддержка в формировании самостоятельности и ответственности от родителей подростка.

Когда ребенок вступает в подростковый возраст, родителям свойственно беспокоиться о том, как удовлетворить его потребность в самостоятельности и в то же время обеспечить ему всестороннюю безопасность. В этом вопросе трудно найти золотую середину, и страх о благополучии подростка часто берет верх. С другой стороны, все родители хотят, чтобы их ребенок в будущем стал

независимым взрослым. Подростку требуется больше самостоятельности, чем раньше. Эту потребность можно увидеть даже в его простых повседневных делах. В этом непростом возрасте ребенок больше узнает о взрослой жизни и о том, что такое ответственность. Также в это время он наиболее склонен к неоправданному риску. Сохранить баланс между самостоятельностью и безопасностью – сложная задача, ведь подростки акцентируют свое внимание только на самостоятельности. Что может сделать родитель при формировании ответственности и самостоятельности у своего ребенка (рекомендации родителям):

- Интересоваться занятиями и друзьями ребенка.
- Проявлять интерес к его хобби и увлечениям.
- Чаще говорить ребенку, что вы любите его.
- Всегда считаться с мнением подростка.
- Не осуждать и не оценивать подростка.
- Не высмеивать его в присутствии других людей.
- Всегда проявлять уважение к ребенку, слушать, что он хочет вам сказать.
- Как можно чаще давать ребенку возможность почувствовать себя ценным, прислушиваться к его мнению.

Хорошим способом показать ребенку, чего от него ждут в семье, считается установление семейных правил. Важно, чтобы при этом родитель был честным и устанавливал правила разумно. Например, нормально требовать от подростка, чтобы он возвращался домой в 9-10 часов вечера, но требовать быть дома к 7 часам – слишком строго.

Поймите, что подросток – уже не ребенок

Многие родители считают, что подросток – всё ещё ребенок, но не все окружающие согласны с данным мнением. Необходимо рассказать подростку, что первым шагом на пути к самостоятельности является понимание того, что он уже не ребенок. Сказать подростку, что он должен вести себя как взрослый,

если хочет, чтобы люди относились к нему серьезно. Рассказать подростку, как поступают взрослые в той или иной ситуации.

Подросток и ответственность за поступки

Когда подросток берет на себя ответственность за свои действия и слова, он становится более самостоятельным. Нужно объяснить подростку, что всегда необходимо отвечать за поступки. Люди охотно взаимодействуют с ответственными людьми, способными отстаивать точку зрения.

Можно рассказать подростку, что допускать ошибки в процессе взросления и обучения – нормально. Научить его признавать свои ошибки и радоваться правильным решениям, научить быть максимально честным и признавать ошибочные решения.

В выполнении домашних обязанностей подросток может обращаться к родителю за помощью, но при этом он должен проявить инициативу. Он уже достаточно взрослый для того, чтобы готовить ужин для всей семьи, ухаживать за растениями, покупать продукты. Когда ребенок переживает трудности подросткового возраста, вам тоже приходится непросто. Но подростковый возраст – хорошее время для того, чтобы поделиться с ним своими тревогами. Это даст ему понять, как сильно вы его любите и как сильно о нем заботитесь

Литература.

1. Есипов Б.П. Самостоятельная работа дошкольников на занятиях. - М.,2005;
2. Махмутов М.И. Проблемное обучение – М.1980.
3. Огородников И.Т. Дидактические основы повышения самостоятельности и активности ребят. Сборник статей. СПб, 2000;
4. Скаткин М.Н. Дидактика средней школы. - М.,1975.
5. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. М., 1998.

СКАЗКОТЕРАПИЯ В СЕМЬЕ

Сказкотерапия – является одним из методов в работе педагога-психолога в консультировании, коррекции, развития и реабилитации, обладающий уникальной спецификой. Это универсальный и «безопасный» метод помощи родителям в воспитании детей и деликатного разрешения всех внутрисемейных ситуаций.

Сказкотерапию можно использовать и в повседневной жизни, решая с ребенком те бытовые проблемы, с которыми сталкивается любой родитель. Ведь довольно часто бывают моменты в воспитании ребенка, когда просто опускаются руки, уговоры не помогают и уже взрослый готов «сорваться на крик» или дать подзатыльник. И тогда на помощь приходит **сказка**, которая поможет без нервов, без конфликтов и прочих неприятностей преодолеть: капризы, страхи, агрессивность, стеснительность и любые детские сопротивления и непослушания, а так же восстановить настроение, раскрыть творческие способности, установить с ребенком эмоциональный контакт.

Сама идея доносить до ребенка что-то нужное и полезное через сказку очень интересна и эффективна. Суть метода в том, что в иносказательной форме, через сказку, ребенку преподносится то, что его беспокоит. А что его беспокоит? Что представляет малыш, когда слышит сказку? Именно то, что главный герой этой сказки (с которым ребенок себя ассоциирует) сталкивается с трудностями, но силой своего характера, приобретенного навыка справляется со всеми неблагоприятными явлениями и побеждает. Вроде и «воспитание детей» и сказка одновременно.

Почему именно сказка?

- ✓ Сказка – это древний способ общения с подсознанием ребенка, который берет свои истоки из мифологии;
- ✓ Сказка – это первые уроки детей о морали и нравственности, о добре и зле, о подлых и самоотверженных поступках;

- ✓ Сказка – это первый источник юмора, радости и смеха;
- ✓ Сказка – как оберег от напасти или принятия неверного решения;
- ✓ Сказка – это источник мудрости, жизненного опыта с которым знакомится ребенок, что помогает ему, в дальнейшем подготовиться к взрослению.

Сказка помогает понять

- Существует добро и зло. Добро в конце концов, побеждает. Именно это помогает стремиться к лучшему.
- В сказках самое ценное дается через испытания. Эта идея учит добиваться намеченных целей, прилагать усилия и иметь терпение.
- В сказке существуют «волшебные» помощники, которые приходят на помощь в трудных ситуациях. Эта идея дает чувство защищенности и помогает становиться самостоятельным.
- Сказка помогает понять, что мир, в котором мы живем – живой. Животные, птицы растения, даже вещи могут говорить с нами. Такое представление помогает бережно относиться ко всему, что нас окружает.
- Для детей можно использовать готовые сказки, а можно и сочинить сказочные истории.

Несколько важных моментов для написания сказочной истории:

- Используйте юмор. Смех отлично снимает напряжение у ребенка. Очень важно эффективно будет вставить несколько шуток в сказки про страх. То, что смешно, уже не страшно. Например, ребенок боится Бабу Ягу, можно наделить персонажа при всем его устрашающем виде некой рассеянностью или странностью «очень уж любила украшать себя конфетами», что сказать «сладкоежка неопиcуемая». Ребенок начинает смеяться, результат достигнут.
- Пусть сказка будет недлинной, она не должна утомлять.
- Подумайте, кого вы могли бы сделать героем сказки? Может, это будет любой предмет, находящийся в комнате или любимая игрушка ребенка, которая попала в проблемную ситуацию.
- Обязательно упомяните сильные стороны характера героя.

- Герою должно быть примерно столько же лет, сколько и вашему малышу.
- В начале рассказа главный герой должен чувствовать то же самое, что и ваше дите. Это позволит малышу отождествить себя с ним. Например: «Шнурочку было скучно сидеть одному в шкатулке с нитками, и он решил непременно отправиться в путь в поисках себе занятия».
- В сказке должны быть обязательно «волшебные помощники». Это поможет уму чувствовать себя увереннее, более защищенным и стать самостоятельнее.
- Пусть история имеет в целом положительный эмоциональный окрас. Это придаст больше оптимизма и надежды на то, что ситуация обязательно изменится к лучшему.

Как видите, овладеть методикой бытовой сказкотерапии не сложно. Она хороша, не только для ребенка, но и для Ваших с ним отношений, а так же лично для Вас. Вы начинаете смотреть на мир глазами ребенка, Вы говорите на его языке – языке фантазий и воображения. Вы реализуетесь как творческий родитель, а успешное решение проблемных ситуаций добавляет самоуважения.

И в завершение хотелось бы сказать стихотворением Алины Валиевой.

Для чего нужны нам сказки?
 Что в них ищет человек?
 Может быть, добро и ласку.
 Может быть, вчерашний снег.
 В сказке радость побеждает,
 Сказка учит нас любить.
 В сказке звери оживают,
 Начинают говорить.
 В сказке все бывает честно:
 И начало, и конец.
 Смелый принц ведет принцессу
 Непременно под венец.
 Белоснежка и русалка,
 Старый карлик, добрый гном –
 Покидать нам сказку жалко,
 Как уютный милый дом.
 Прочитайте сказки детям!
 Научите их любить.

Может быть, на этом свете
Станет легче людям жить.

*Верещагина Юлия Владимировна,
Согрина Алевтина Николаевна,
воспитатели МАДОУ «ЦРР – детский сад № 13»
Полюхович Елена Александровна,
учитель-логопед МАДОУ «ЦРР – детский сад № 13»
Кунгурский муниципальный округ*

ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКАЯ ИГРА «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?»

Цель: *вовлечение родителей в образовательную и коррекционную логопедическую работу группы, показать достижения детей по окончании средней группы.*

Задачи: *развивать артикуляционную, мелкую, общую моторику; развивать мышление, внимание, фонематическое восприятие, закреплять правильное звукопроизношение, познавательный интерес и связную речь, уточнить и дополнить представления о времени года «Весна».*

Оборудование: *конверты с заданиями, ложки, карточки с артикуляционными упражнениями, мультимедийный проектор, ноутбук, презентации игр «Учимся правильно говорить», «Попробуй повтори», на автоматизацию звуков [С], [Ш], [Л], игра «Судоку» на каждую пару детей, карточки с признаками времен года, музыкальные аудио записи.*

Ход мероприятия:

- Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы пригласили вас поучаствовать вместе с детьми в игре «Что? Где? Когда?» чтобы вы увидели, чему дети научились в средней группе, какие выросли большие, как себя ведут, как взаимодействуют со сверстниками при выполнении заданий. Итак, начинаем игру.

Детки в садике живут,
Здесь играют и поют.
Здесь друзей себе находят,
На прогулку с ними ходят.

Вместе спорят и мечтают,
Незаметно подрастают.
Детский сад – второй наш дом,
Как тепло, уютно в нем.
Детский сад у нас хорош
Лучше сада не найдешь.
И расскажем вам о том,
Как здесь весело живем.

- Крутим волчок, смотрим, куда покажет стрелка.

1 конверт от Дюймовочки: игра на внимание «Ракета» (проводит воспитатель Алевтина Николаевна, взрослый говорит текст игры, дети повторяют слова и движения)

Раз, два – стоит ракета,	(поднимают руки вверх)
Три, четыре – самолет	(руки в стороны)
Раз, два – опустили руки	
А потом, под каждый счет.	
Руки – выше, плечи – шире,	
Раз, два, три, четыре.	
Руки вытянули вперед,	
Это лодочка плывет.	
Сели в лодочку, друзья,	
Поплывем и ты, и я.	

2 конверт от Незнайки: самомассаж лица ложками (проводит воспитатель Алевтина Николаевна)

- круговые массажные движения вокруг лобных бугров «Погладим лоб»;
- круговые массажные движения вокруг глаз «Оденем очки»;
- круговые массажные движения по переносице «Погладим переносицу»;
- круговые массажные движения по щекам «Погладим щечки»;
- скребущие движения ложкой по щеке снизу вверх «Вытираем со щек крошки»;

- растягивающие круговые массажные движения по щекам «Разомнем щеки»;
- легкие похлопывающие движения по щеке «Похлопаем по щечкам»;
- круговые массажные движения по подбородку «Погладим подбородок»;
- круговые массажные движения от подбородка к ушам «Разминаем подбородок»;
- круговые массажные движения от середины лба к подбородку «Рисуем сердечки».

3 конверт от Буратино: выполнение артикуляционных упражнений (проводит учитель-логопед Елена Александровна)

4 конверт от грибочков: пальчиковая игра «Жучок» (проводит воспитатель Юлия Владимировна под музыкальное сопровождение)

У меня живет жучок – полосатенький бочок.

Он в саду сидел на травке и попал ко мне в сачок.

С ним гулять я выхожу и на солнышке сижу.

По траве жучишка бродит, басом песенку заводит

Жу-жу-жу да жу-жу-жу.

Нагулялся мой жучок – полосатенький бочок.

Положу его на спинку на пуховую перинку,

Не брыкайся, дурачок!

Кинезиологическая игра для родителей «Попробуй повтори» (родителям предлагается выполнить упражнения, представленные на экране)

5 конверт от медведя: интерактивная игра на развитие фонематического восприятия «Определи по звуку время года» (проводит учитель-логопед, смотри логопедическую программу «Учимся правильно говорить»)

6 конверт от Чебурашки: игра на развитие мышления «Судоку» (проводит воспитатель, в пустые клеточки нужно вставить подходящую картинку, таким образом, чтобы она не повторялось не по вертикали, не по горизонтали).

7 конверт от лисы: подвижная игра «Запилила пила», «Мухи и паук»
(проводит воспитатель)

8 конверт от цветов: выбери признаки весны (проводит учитель-логопед Елена Александровна)

На столе разложены картинки с изображением признаков разных времен года, дети выбирают признак весны и называют его полным ответом.

9 конверт от поросенка: математическая музыкальная игра «Цифры»
(проводит воспитатель Юлия Владимировна)

Пока играет музыка, дети двигаются по группе, когда музыка останавливается, дети строятся в круг по столько человек, какую цифру показывает педагог (в пределах 5).

10 конверт от зайца: игры на звукопроизношение (проводит учитель-логопед Елена Александровна с использованием мультимедийной презентации)

Вызываются дети по звукам, которые учатся произносить:

- на звук Ш: у бабушки ..., у дедушки...
- на звук Л: у Аллы..., у Славы...
- на звук С: у Сони..., у Стаса...

11 конверт от ежика: песня «Ласковое солнышко»

- Подарим нашим родителям песню.

12 конверт от белочки: сладкий приз

- Наша игра подошла к концу, спасибо, ребята и родители, за активное участие, будьте такими же умными, добрыми и веселыми, старайтесь узнавать что-то новое, делиться с нами и своими друзьями! Приглашаем всех на чаепитие.

*Вязникова Н.А., учитель-логопед
Климантова В.П., педагог-психолог
МАДОУ «ЦРР – детский сад №67» г. Перми*

ОНЛАЙН – МАРАФОН «В СТРАНЕ НЕВЫУЧЕННЫХ УРОКОВ» ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП

В настоящее время работа педагогов с родителями в дошкольной образовательной организации в онлайн – формате стала вынужденной мерой. Вместе с тем данный формат открывает для специалистов новые возможности. Это и освоение новых сервисов с точки зрения повышения ИТ- компетенции, поиск нестандартных решений в психолого-педагогическом просвещении воспитывающих взрослых, использование игровых заданий в новой форме. Для родителей это возможность просмотреть представленные материалы, рекомендации в отсроченном варианте, задать вопросы и получить ответы в социальных сетях.

Познакомившись с опытом коллег и проанализировав свои ресурсы, остановили свой выбор на онлайн – марафоне. Марафон – это длительное многоступенчатое соревнование. Онлайн – марафон для нас - это форма работы позволяющая организовать взаимодействие родителей с ребёнком дома. Родителям и детям предлагается в течение недели выполнить игровые задания по заданной теме. Каждый день – новое задание. Результат или полученный ответ, описание трудностей, с которыми ребёнок сталкивается, вопросы, возникающие в ходе выполнения задания, родители отправляют в сообщении в социальной сети в закрытой группе.

Тема для онлайн – марафона может быть любой. Мы взяли тему, которая актуальна для родителей и детей подготовительной группы в мае. Онлайн – марафон «В стране невыученных уроков» освещает для родителей тему педагогической и психологической готовности ребёнка к школе. Целью его стало повышение компетенции родителей в вопросах подготовки детей к обучению в школе.

При общении с родителями была выбрана удобная для всех участников марафона социальная сеть – ВК. До начала мероприятия родителям вместе с детьми было предложено посмотреть мультфильм «В стране невыученных уроков», прочитать книги пермских писателей, обсудить их. Для заданий марафона подбирался качественный иллюстративный материал, предпочтения были отданы советской мультипликации.

После создания закрытой группы «В стране невыученных уроков» и вступления в неё желающих участвовать в марафоне родителей с детьми, на странице были размещены правила:

Посмотреть видеоролик (от лица персонажа детям и родителям сообщалось игровое задание)

Выполнить задание вместе с ребёнком

Отправить фото выполненного задания или ответ на вопрос в сообщении

Данный марафон был рассчитан на пять дней. Детей и родителей попросил о помощи Витя Перестукин, герой мультфильма. Он попал в Страну невыученных уроков и хотел вернуться домой.

В первый день задание было направлено на осознанное отношение родителей к изменению режима дня ребёнка. Родителям вместе с детьми предлагалось проанализировать режим дня Вити Перестукина, найти в нём ошибки и составить совместно свой будущий распорядок дня. Родители и дети творчески подошли к выполнению задания. Режим дня будущего первоклассника был представлен в картинках, в тексте, в комиксах.

Во второй день родителям и детям предлагалось по иллюстрации и названию книги определить и написать фамилию и имя автора, что способствовало актуализации представлений родителей о значении чтения художественной литературы на тему школьной жизни для формирования положительного отношения детей к школе.

В среду игровое задание было направлено на развитие зрительного внимания и мышления. На предложенной картинке детям и родителям

необходимо было найти изображения всех школьных принадлежностей, посчитать их, записать количество цифрой.

В четвёртый день марафона родителям и детям было предложено вспомнить мультфильмы о детях, узнать героев по предложенным картинкам. В игровом задании нужно было нарисовать портрет героя мультфильма, который не является школьником. Педагоги напомнили родителям о ценности советской мультипликации для становления личности и воспитания ребёнка.

В течение всего марафона родители и дети выполняли задание совместно, а в последний день отразить это надо было в совместном творчестве семьи на фото. Чтобы открыть ворота города Знаний, нужно было догадаться, какой буквы в слове не хватает, и показать эту букву вместе.

В заключении родители и дети узнали, что только с их помощью Витя Перестукин вернулся домой.

Данная форма работы с родителями оказалась интересной, эффективной, удобной, что отражено в отзывах участников марафона. Учитель-логопед и педагог-психолог увидели положительные стороны организации и проведения онлайн – формы в следующем:

- Индивидуальное общение с родителями по сопровождению ребёнка (через сообщения в закрытой группе)
- Конкретные рекомендации родителям по развитию речи, внимания, мышления ребёнка
- Обогащение опыта родителей в совместной деятельности с ребёнком

Ссылка на ролик по онлайн - марафону «В стране невыученных уроков»

https://m.vk.com/wall-177497712_1631

*Емельянова Александра Андреевна,
педагог-психолог МАДОУ «Центр развития ребенка
– детский сад № 2»
Кунгурский муниципальный округ*

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «ПРИВИВКА ЛЮБВИ»

ВИДЕО РОЛИК «Прививка любви»

Семья - это место, где находят свое убежище дети, где они укрываются от всех жизненных невзгод. Семья – это очаг отца и объятия матери. Очаг является символом терпения, а объятия - милосердием. В каждой семье трудности смежаются с радостью.

Семья – это место милости, мудрости, это место, наполненное жизнью. И кто считает семейный очаг развлечением, тот тем самым выражает легкомысленность по отношению к вселенским законам. Это преступление, совершенное по отношению к семейному очагу и по отношению ко всему человечеству.

ЛАБОРАТОРИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ СУДЕБ

Почему нынешние семейные союзы становятся такими непрочными, а дети - сиротами? Почему мы видим склоки, раздоры, одиночество, печаль там, где естественно ожидать радость?

Церковь семью называет «лабораторией человеческих судеб», в которой закладываются добродетели, способствующие полному и гармоничному раскрытию личности: вера, послушание, трудолюбие, жертвенное служение, забота о ближних, ответственность и пр.

Сколько мира, радости, тепла, нежности, вдохновения и других утешений имеет человек в крепкой, здоровой семье!

Но мы должны признать, что окружающая нас реальность наполнена огромным количеством личных неудач, семейных настроений, трагических судеб.

И надо иметь мужество увидеть, что если брак, который должен приносить счастье, не становится счастьем и не делает жизнь богаче и полнее, то вина не в самом брачном союзе, а в людях, которые им соединены.

Залог семейного счастья - в духовном возрастании каждого из супругов. Не столько супруги должны дерзать изменять один другого, сколько, с Божьей помощью, трудиться изменить себя, чтобы мочь жить с другими. Величайший труд создания семьи требует от супругов много жертвенности, терпения,

смирения. Там, где ослабевает духовное начало, замечается ослабление брачных уз и распад семьи.

Протоиерей Александр (АЛЬТМАРК)

Из журнала «Родной дом» №2, 2013 г.

ПРАВИЛА ОРГАНИЗАЦИИ РОДИТЕЛЬСКОГО ТРУДА

Такие понятия как родительский труд, мы с вами не привыкли употреблять в повседневной жизни, но они являются безусловно важными и значимыми в жизни каждого.

Родительский труд – труд отца и матери по воспитанию своих детей достойными людьми, гражданами своей страны.

Основное назначение родительского труда – создание условий для физического, нравственного и духовного развития ребенка.

Отношения родителей с детьми строятся на безусловной любви. Заботясь о будущем своего ребенка, родители терпеливо и настойчиво обучают его трудиться, отвечать за свои слова и поступки, регулярно выполнять домашнее задание, планировать свое время, подводить итоги дня, недели, месяца, четверти, года.

Родители являются посредниками между ребенком и многообразным Миром: регулярно интересуются его школьными успехами, отношением с одноклассниками, считают своим долгом принимать участие в жизни класса и школы. Посещение родительских собраний является для добропорядочных родителей знаком уважения себя, своего ребенка, своей школы.

Хорошие родители постоянно учатся искусству родительства, вместе с детьми планируют их карьеру, формируют потребность в образовании, в желании ребенка быть достойным сыном, внуком, заботливой дочерью, внучкой, дорожить родительским домом, родным краем, своей страной.

Отцы и матери не спешат с выводами по поводу неблагоприятных поступков детей, дают им время на обдумывание. Затем вместе решают, как достойно выйти из сложившейся ситуации и не повторить ее в будущем.

В повседневной жизни родители учат детей ценить семью, уважать старших, жить по совести, трудиться с душой, с удовольствием выполнять домашний труд. Оценивая деятельность детей, мамы и папы делают акцент на положительном, добром в их поведении.

Любящие родители начинают и заканчивают день добрыми словами в адрес детей и постоянно помнят, что мальчики и девочки строят свою жизнь по образу и подобию своих отцов и матерей: дети – наше продолжение во времени и что отдашь – то и получишь!

Из методического пособия «Родительские чтения», г. Пермь, 2015 г.

Автор Е.В. Бачева

ОДНО ПРЕКРАСНОЕ ЛЕТО

Хорошим родителем быть нелегко. Мы вроде бы и стараемся изо всех сил, а чувство вины гложет. Обещаем себе: ещё немного – и научусь не кричать на ребёнка, буду заниматься с ним, найти бы время... Но уж полчаса вечером сможете выкроить?

Предлагаем вашему вниманию несколько советов, которые помогут сделать наступающее лето для вашего ребенка незабываемым и еще больше укрепить семейные отношения.

А что именно делать – выбирайте из списка. Одно маленькое счастье каждый день – и ваш ребёнок запомнит это лето на всю жизнь. Пускайте солнечных зайчиков.

1. Посидите в темноте при свечах.
2. Послушайте пение птиц.
3. Посмотрите на мир через цветные стёклышки.
4. Отпустите в небо божью коровку.
5. Встаньте пораньше, чтобы встретить рассвет.
6. Рисуйте на запотевшем стекле.
7. Нарисуйте мультфильм на уголках тетради.
8. Сделайте брызгалки из пластиковых бутылок и устройте сражение.
9. Сходите на рыбалку и проведите ночь в шалаше.

10. Пускайте мыльные пузыри...

Вам кажется, что это глупо...

А вы попробуйте... Сделайте лето счастливым для своего ребёнка.

Анфалова В.В., гл. редактор школьной газеты школы-интерната №4

г. Перми.

Все мы чьи-то дети, и, независимо от возраста, от социального статуса, мы остаемся детьми своих родителей. Другое дело, какие мы – дочери и сыновья? Как о нас думают наши отцы и матери?

Многим из нас кажется, что мы неплохо заботимся о своих престарелых родителях: покупаем им теплые вещи, делаем подарки, балуем вкусеньким, не забываем всякий раз при встрече или телефонном разговоре спросить: «Как ты себя чувствуешь?». И здесь мне обязательно кто-то возразит: «Разве этого мало?». Наверное, нет, ведь большинство стариков и этого не видят. Вопрос в другом: только ли это надо нашим родителям?

Кто из нас, взрослых дядей и тетей, может не задумываясь ответить на вопрос: когда глаза нашей мамы бывают счастливыми, а когда – грустными?

Рано из жизни уходят наши отцы. Стареют в одиночестве наши мамы. А мы не знаем их по-хорошему. Отложить бы в сторону все дела и хоть раз в жизни задуматься о родителях. Как они жили: что чувствовали, кого любили, как строили отношения, из-за чего плакали, чему радовались... Что ценили, о чем мечтали, и вообще, были ли они счастливы?

Не знаем мы мира своих родителей. Не знаем, а считаем себя хорошими и заботливыми детьми.

Надо успевать любить своих родителей! Находить время на сердечное общение. Интересоваться их интересами. Бросить все и приехать к своему отцу, поговорить с мамой о ее любимой книге. Многое что еще можно сделать для наших стариков. Только бы успеть. Ведь у каждого свой век, и срок его никому не ведан.

ВИДЕО РОЛИК «Алло, я тебя люблю»

После просмотра ролика предложено позвонить своим родителям, детям со словами признания им в любви.

*Котлярова Наталья Анатольевна,
Рублёва Тамара Михайловна,
педагоги-психологи МАУ «ЦППМиСП»,
Кунгурский муниципальный округ*

О ПУТЯХ ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ИСПЫТЫВАЮЩИМ ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ

Актуальность статьи: уровень педагогической компетентности родителей, воспитывающих детей с особыми потребностями, зачастую недостаточен. Понятие педагогической компетентности родителей ученые трактуют как широкое общекультурное понятие, составляющее часть педагогической культуры. Л. М. Семенова, А. В. Бирюкова [1] определяют уровень педагогической компетентности родителей, как «степень готовности к эффективной организации воспитательного и коррекционного процесса в семье, основанной на знаниях, умениях и навыках педагогического взаимодействия с ребенком с ограниченными возможностями здоровья, понимании особенностей его личностного развития». Задача педагогов – повышать уровень родительской компетентности в вопросах психологического развития детей.

Каждый ребенок может испытывать трудности в учёбе. Причины этого разнообразны – от биологических (внутриутробная гипоксия, родовые травмы, неправильное прохождение ребенком этапов развития; удержание головы, ползание, вставание и т.д., кесарево сечение, наркоз, прием антибиотиков) до социальных и индивидуально-психологических.

Психические функции у каждого ребенка развиваются *неравномерно, т.е. проблемы детей связаны с индивидуальным развитием ребенка, с развитием функций головного мозга.*

Какие проблемы встречаются у детей наиболее часто?

Современное образование развивает в первую очередь вербально-логические функции. Ошибочно считают, что рецепт улучшения обучения – много читать, писать, считать, тем самым ухудшается психическое развитие ребёнка. Все, что обучающийся делает через силу, истощает его энергетический ресурс. А над развитием образной сферы, расширением и уточнением зрительных и зрительно-пространственных представлений работают единицы специалистов.

Наиболее часто у детей встречаются проблемы с «энергетикой».

Как это проявляется в обучении?

Дети со сниженным уровнем активности не сразу включаются в работу, у них отмечается повышенная утомляемость, поэтому часто обучающиеся просто лежат на парте, их задания оказываются незавершёнными, а ошибки к концу выполнения становятся более частыми и грубыми из-за падения внимания.

На телесном уровне это проявляется, как «медвежья» походка, у детей диагностируют энурез, астму, аллергию, тошноту.

Путь помощи детям со сниженным уровнем активности – восстановить энергетический потенциал ребёнка.

Психологи рекомендуют использовать в работе с детьми массаж, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, упражнения с движениями, плавание, китайскую гимнастику, маршировку, бег, упражнения на координацию. Важно, чтобы ребёнок испытывал положительные эмоции, проявлял интерес к заданиям и т.д. (Семенович А., Сиротюк А., Колганова В.)

Трудности в учении могут быть вызваны и отставанием в развитии слухового, кинестетического, зрительного, зрительно-пространственного восприятия: зеркальность восприятия (координатные нарушения), трудности ориентации в схеме тела, пространстве, нарушения фонематического слуха (трудно писать диктанты), эмоциональная неустойчивость (ребёнок часто

плачет, обижается и т.д.), нарушения развития речи, счёта, развито конкретное мышление, отстают логические операции (трудно осознать задачу).

Пути помощи ребёнку на этом этапе: высокая мотивация (интересная игра, соревнование), действия в пространстве во внешнем плане с проговариванием (например, чтобы «найти клад», пойдя прямо, поверни налево, загляни под...). Необходима работа над пониманием пространственных отношений, например: «Положи журнал на стол, под стол» и т.д., эффективна маркировка пространства на теле ребёнка, на парте, координация движений (с использованием балансировочной доски), развитие фонематического слуха, игры с мозаикой, лего, упражнения в движении (в пространстве и во времени).

Родителям важно знать, что поощрение действует на маленьких детей гораздо эффективнее, чем наказание. Помнить, что дети 5-8 лет могут интенсивно, без перерывов, учиться в течение 5-7 минут, не более. Дети 9-13 лет — в течение 8-12 минут, в 14-18 лет — в течение 12-15 минут. После этого обязательно должна следовать пауза.

Какой инструментарий можно использовать для развития детей:

(Варианты балансировочных досок)



балансирующая
доска



балансирующий
лабиринт



балансирующий
диск



Литература.

1. Яковлева М. В. Повышение педагогической компетентности родителей детей с особыми потребностями как главное условие успеха коррекционного воздействия / М. В. Яковлева, И. В. Яруткова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 15 (305). — С. 74-76. — URL: <https://moluch.ru/archive/305/68810/> (дата обращения: 24.03.2022).

*Краль Юлия Вячеславовна, педагог-психолог,
Сирина Татьяна Борисовна, музыкальный руководитель
МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 13»,
Кунгурский муниципальный округ*

КОНСПЕКТ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ «ПРИКЛЮЧЕНИЯ В СТРАНЕ ПСИХОЛОГИИ»

(ведущие: педагог – психолог и музыкальный руководитель)

Цель: развитие и обогащение эмоциональной сферы детей средствами двух дисциплин: музыки и психологии.

Задачи: 1) Закрепить умение различать эмоциональные настроения, определять их характер, определить способы переживания грусти; 2) Развитие способности понимать и выражать эмоциональное состояние другого; 3) Развитие эмпатии, умения сопереживать другим; 4) Развитие чувства ритма, общую и мелкую моторику, координацию движений.

Ход:

Музыкальное приветствие «Утром солнышко встает»

В стране Психологии в городе Настроений случилась беда: на город спустилась Мракотьма. Жители города оказались заперты в своих домах. Защитнику города Бесстрашному нужна ваша помощь, одному не справиться, слишком сильна оказалась Мракотьма. Вы готовы помочь?

Перед участниками три дорожки: кусок ткани, кольца, массажная дорожка

Каждая из трёх дорог приведет нас в сказку. Все дороги волшебные, все они наделяют идущего силой, которая поднимается от ступней и заполняет все

тело. Первая дорога — самая лёгкая, ровная и гладкая (*шарф или кусок ткани*). Вторая дорога труднее: она состоит из кочек, и по ней надо не идти, а прыгать, попадая точно в цель (*кольца*). Но эта дорога даёт идущему по ней больше волшебной силы, чем первая. Третья дорога — самая трудная: колючая и болезненная (*массажная дорожка*). Но зато и силу она даёт огромную, гораздо больше, чем первые две. Сейчас хорошенько подумайте, какую дорогу вам выбрать. Когда пойдёте по своей дороге, слушайте, чувствуйте, как от ступней и до макушки ваше тело заполняется волшебной силой (*дети и родители по очереди идут по выбранной дороге, а ведущий отмечает для себя, кто какой путь избрал*).

Первый дом Хохотайки. Как вы думаете, какое у него чаще всего настроение? (*радость*). Что нас может порадовать? (*Участники предлагают варианты*). Проводится музыкальная коммуникативная игра «У тебя, у меня...» (появление на экране открытого дома героя)

Второй дом Грустякина. Какое у него настроение? (*грусть*). Составление филинг-бокса (*Звучит фоновая грустная музыка*). Он помогает пережить грусть. Вам знакомо это чувство? Вы замечали, когда это случается? Да, грусть приходит к нам тогда, когда мы что-то теряем или у нас что-то не получается. У Грустякина и у вас есть помощники, органы чувств. Какие вы знаете? Грустякин собрал коробочку для себя, посмотрите, что в ней есть. Слух — когда ему грустно, он поёт песенку «м-м-м» низким голосом с закрытым ртом. Обоняние — зажигает ароматические свечи, чтобы почувствовать приятный запах. Вкус — пьет чистую, свежую воду, она успокаивает. Зрение — Рассматривает пейзажи за окном. Осязание — держит в руках приятный предмет, например, камушки. Поиграем с ними. (игра с камушками марблс)

Камушек в руке катаю,
Между пальчиков верчу,
Непременно каждый пальчик,
Быть послушным научу.

У каждого ребенка и взрослого свои способы справиться с грустью. Попробуйте собрать для себя такую же коробочку (Создание каждым ребенком флипингбокса, обсуждение) (появление на экране открытого дома героя)

Третий дом Удивлякина. Как вы думаете, что он больше всего любит? Он любит всё необычное... Поэтому сейчас мы поиграем в... прятки! Но прятки необычные, а танцевальные! (Танец-игра «Ку-ку») (появление на экране открытого дома героя)

Четвёртый дом Вдохновения. "Связующая нить"

Дети и родители, сидя в кругу, передают друг другу клубок таким образом, чтобы можно было взяться за распущенную нить. Передача клубка сопровождается высказываниями от пары о том, что чувствуют, хотят пожелать. (появление на экране открытого дома героя)

Все дома открыты, в городе снова светло, уютно и радостно. Жители благодарят вас! Вернёмся из путешествия в наш детский сад:

Если дружно встать на ножки,
Топнуть, прыгнуть – не упасть,
То легко ребята смогут,
Снова в детский сад попасть!

Дети уходят в группу, ведущие и родители обсуждают мероприятие:

- Нужны ли такие мероприятия?

- Актуальна ли тема?

- Какие выводы можно сделать, наблюдая за поведением детей, за их реакцией, выбором и т.д.

Толпышева Ирина Александровна,
педагог-психолог
Тарутина Вероника Казимировна,
учитель-логопед
МАДОУ «Детский сад №317», г.Пермь

РАЗВЛЕЧЕНИЕ «ПУТЕШЕСТВИЕ В КОЩЕЕВО ЦАРСТВО»

Цель: укрепление и развитие института семьи, повышение статуса семьи.

Задачи: 1) укреплять детско-родительские отношения; 2) формировать личность детей, вызывать стремление активно участвовать в развлекательных мероприятиях; 3) развивать логическое мышление, коммуникативные навыки, память, воображение, ловкость, меткость, быстроту реакции.

Участники праздника: Кощей - учитель-логопед, Леший - инструктор по физической культуре, Баба Яга – педагог-психолог, дети, родители подготовительной группы.

Оборудование: декорации фрагмента деревенской избы с утварью (самоваром, сушками, расписными плошками); костюмы героев; 2 мольберта, наборы фломастеров, 2 листа ватмана; 5 надутых воздушных шарика с записками внутри, дротики для метания; конусы – колпачки со срезанными вершинами по количеству родителей; карточки с изображением 4-5 предметов на каждой; 4 повязки для глаз, 4 предмета: книга, зеркало, зонт, шляпа; шоколадные медали).

Продолжительность: 40 минут.

Ход мероприятия:

Ведущий-воспитатель:

Уважаемые родители, дети! Мы рады приветствовать вас на нашем семейном празднике. Он посвящен Международному Дню семьи, который отмечается 15 мая.

Цените семью – это счастье большое.

Когда тебя любят все, когда тебя ждут.

Храните семью – это чудо такое,
В котором живут доброта и уют.

- Дню семьи мы посвящаем нашу сказку.

(звучит музыка, заходят Кощей и Баба Яга, садятся за стол в избе)

Кощей: Я - бессмертный Кощей, сторож всяких вещей,

Вместо каши и щей ем стрекоз и мышей.

Повесели меня, Ягуленька, милая,

Ждать гостей совсем нет силы.

Приготовил я обед, а друзей всё нет и нет.

(звучит фонограмма, напевая, входит Леший)

Леший: Пробирался я сквозь ели, комары мне надоели,

Шишек вот к столу принес, их у белок целый воз.

Ох, какой тут самовар, из него так валит пар!

Баба Яга: С чаю лиха не бывает, а здоровья прибавляет.

Кощей: (с тоской в голосе) Давно в нашем лесу ни зверь дубравный не проходил. Ни птица легкая не пролетала, ни богатырь не проезжал. Эх, скучно!

Баба Яга: Кощеюшка, а у меня для тебя подарок есть (достаёт блюдечко с яблочком). Яблочко все покажет и расскажет! Играй, играй, блюдечко. Катись, катись, яблочко. Вижу, вижу – город впереди. Дома красивые, люди веселые, детей там много.

Кощей: Баба Яга, вот тебе приказ: сходи в деревню, замани сюда людей. И мы повеселимся.

Баба Яга: Как веселиться - так все! А пакостить я одна буду! Закручусь, заверчусь и в девчонку превращусь. (Снимает кофту, а там сарафан, подходит к родителям с детьми).

Здравствуйте, добры молодцы да красны девицы. Издалека я к вам пришла, поиграть, повеселиться. Эй, народ честной, выходи в хоровод. Будем все знакомиться.

***Игра "Знакомство"**

(Родители и дети гуляют по разным дорожкам, при остановке музыки здороваются друг с другом разными частями тела: ладошками, носиками, коленями, спинами).

***Игра "Ручеек"**

(Родители становятся воротиками, а детей через них Девушка - Баба Яга выводит в коридор, там одевается обратно в Бабу Ягу и заходит одна).

Баба Яга Ну что, сидите? Ваших детей я к Кощею увела! Идите, выручайте. Родители подходят к Кощею и просят отдать детей.

Кощей: Ладно! Сначала ответьте на мои каверзные вопросы!

- Какую воду можно принести в решете? (замороженную)

- На что больше всего похожа половина апельсина? (на вторую половину). - Что можно смотреть с закрытыми глазами? (сон). - Название какой птицы состоит из гласного звука и названия реки? (иволга)

Кощей: Ладно, выпускайте детей. Вместе веселиться будем!

(дети заходят в зал и встают около своих родителей, исполняют песню о семье)

Кощей: Ишь, расхвастались: семья, семья (горько вздыхает!). А я весь век живу один одинёшенек! Леший бобылем в лесу кукует, Баба Яга и та одна в избушке проживает!! Решил я проверить ваши семьи на крепость, сплоченность, сообразительность. А начну я с игры

***Игра «Доскажи словечко»**

Кощей: Отгадать прошу загадки. Громко называть отгадки!

Без чего на белом свете

Взрослым не прожить и детям?

Кто поддержит вас, друзья?

Ваша дружная ... (семья)

Днем работает она,	Кто научит гвоздь забить,
Вечером она жена,	Даст машину порулить,
Если праздник, она-дама.	И подскажет, как быть смелым,
Кто же это? Ваша ... (мама)	Сильным, ловким и умелым.

Все вы знаете, ребята, -

Это ваш любимый ... (папа)

Кто любить не устает,

Кто всю жизнь свою работал,

Пироги для вас печет,

Окружал семью заботой,

Всякие оладушки?

Внуков, бабушку, детей,

Это ваша ... (бабушка)

Уважал простых людей?

На пенсии уж много лет –

Нестареющий ваш ... (дед)

Кто веселый карапуз

Шустро ползает на пузе?

Удивительный мальчишка-

Это младший ваш ... (братишка)

Кощей: справились вы с моим первым заданием, отгадали членов семьи.

Но кажется мне, что семьи ваши ленивые. Нет? А какие?

*** Игра «Наоборот» (дети подбирают антонимы)**

Кощей: семьи ленивые - ...

трусливые - ...

злые - ...

жадные - ...

Кощей: И тут не удалось вас одолеть, такие вы дружные. А по зубам ли вам мои ребусы?

*** Игра «Составь слово по первым звукам».**

(детям для просмотра предлагаются карточки с изображениями 4-х, 5-и предметов. Необходимо составить слово по первым звукам названий предметов, изображенных на карточках).

Кощей: А известны ли вам пословицы о семье?

(Кощей – учитель-логопед начинает пословицу, а дети заканчивают её).

Семья в куче - не страшна и туча! Семья сильна, когда над ней крыша одна.

На что клад, коли в семье лад! Вся семья вместе, так и душа на месте.

В хорошей семье хорошие дети растут. Кто родителей почитает, тот вовеки не погибает. Где любовь и совет – там и горя нет.

Кощей: Справились вы с моими заданиями. Выходи-ка, Леший, на битву.

Леший: Предлагаю конкурс * «**Забавный колпачок**».

(родителям выдаются колпачки-конусы со срезанными вершинами; они надевают их на лицо, глядя в отверстие в вершине конуса, пытаются найти своего ребенка среди детей, присевших на ковре зала).

Леший: Следующий конкурс * "**Темная лошадка**" (вызывается 4 родителя со своими детьми. Ребёнку с завязанными глазами необходимо найти предмет (зонт, шляпу, зеркальце, книгу) для мамы, папы по словесной инструкции родителя).

Кощей: И Лешего одолели! Вся надежда на тебя, Ягуша!

Яга: Припасла я конкурс для самых метких. Он так и называется

*«**Меткий стрелок**» (дети дротиками целятся в воздушные шарики, стремясь их лопнуть. Если это удастся, из шарика выпадает записка, которую дети относят к родителям. Те, прочитав записку, восстанавливают истинный текст народной мудрости). Тексты записок:

Любовь – кольцо, а у кольца нет проблем. У семи нянек дитя в порядке. Милые бранятся по пятницам Яблочко от яблони укатилось. Чем богаты, тем красивее.

Баба Яга: А сейчас мы нарисуем портреты счастливых семей.

***Конкурс «Портрет семьи»** (все участники делятся на 2 команды; каждая пара - родитель со своим ребенком, поочерёдно подбегая к мольберту, рисует фрагмент общего портрета семьи).

Кощей: Да, понял я, что семья - это не просто родственники, это люди, у которых есть святыя ценности: семейный труд, отдых всей семьёй, забота, любовь. Но главное: чем бы они не занимались, они всегда вместе!!!

И хоть говорят про меня, что я над златом чахну, но сегодня растопили ваши семьи моё сердце, и награжу я вас! (Кощей открывает сундук и дарит детям и взрослым за участие золотые шоколадные монеты).

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПРИОБЩИТЬ РЕБЕНКА К НРАВСТВЕННЫМ ЦЕННОСТЯМ»

Во все века люди высоко ценили нравственную воспитанность. В настоящее время смыты нравственные ориентиры, подрастающее поколение можно обвинять в бездуховности, безверии, агрессивности. Важную роль в формировании отношений у детей играет художественная литература, а именно - народная сказка. Сказка является неотъемлемым элементом в воспитании детей. Она на доступном языке учит детей жизни, рассказывает о добре и зле. Дети легче понимают сказку, чем взрослую речь. Поэтому, если взрослые хотят помочь объяснить что-то ребенку, поддержать его, придется вспомнить язык детства - сказку. Читая и рассказывая сказки, мы развиваем внутренний мир ребенка. Дети, которым с раннего детства читались сказки, быстрее начинают говорить, правильно выражаясь. Сказка помогает формировать основы поведения и общения.

Сказки входят в план воспитания детей как средство воспитания личности. Целью сказок должно быть развитие в ребенке данных от природы эмоций. Действие таких книг должно быть направлено на развитие чувств детей, а не на их рассудок. Фантазию ребенка легко направить как в положительное русло, так и в отрицательное русло развития. Начинать лучше с волшебных сказок, имеющих простой сюжет. Воспитание сказкой должно способствовать воспитанию уверенности в себе и своих силах.

Сказки преподносят детям поэтический и многогранный образ своих героев, оставляя при этом простор воображению. Нравственные понятия, ярко представленные в образах героев, закрепляются в реальной жизни и взаимоотношениях с близкими людьми, превращаясь в нравственные эталоны, которыми регулируются желания и поступки ребенка. Сказка, ее композиция, яркое противопоставление добра и зла, честности и лжи, фантастические и

определенные по своей нравственной сути образы, выразительный язык, динамика событий, особые причинно-следственные связи и явления – все это делает сказку особенно интересной и волнующей для детей, незаменимым инструментом формирования нравственно здоровой личности ребенка.

Такие нравственные категории, как добро и зло, хорошо и плохо, можно и нельзя, честность и лож целесообразно формировать своим собственным примером, а также с помощью народных сказок.

*Фурина Ольга Васильевна,
педагог-психолог МАОУ «Комсомольская СОШ»,
Кунгурский муниципальный округ*

КРУГЛЫЙ СТОЛ «Я – ОТВЕТСТВЕННЫЙ РОДИТЕЛЬ»

***Цель:** формирование ответственного отношения к родительской роли, развитие родительской культуры, обеспечение основополагающих прав детей.*

***Задачи:** 1) обсудить стороны ответственного родительства; 2) напомнить родителям об их обязанностях с позиции ответственности за воспитание детей; 3) помочь в поиске способов выражения родительской любви и способах эффективного общения с ребенком.*

Ход круглого стола:

1) Экспресс-мониторинг

При входе в аудиторию высказать с помощью стикера свое согласие с одной из формулировок по поводу воспитания детей:

Лучшее, что мы можем дать нашим детям, – это научить их любить себя.

Луиза Хей - американка, автор книг по психологии, объединённых тематикой «Помоги себе сам».

Надо воспитать в детях любовь к людям, а не к самому себе.

Дзержинский Ф. Э., 1877–1926, деятель революционного движения советского государства, один из основателей советских органов безопасности и разведки.

После получения результатов обсудить выбранные родителями позиции.

Почему сделан такой выбор?

Мы живем в эпоху перемен, когда все происходит молниеносно, когда любить себя важнее, чем любить других, когда у всех больше прав и меньше обязанностей. Но, пожалуй, главное мы осознаем, что от воспитания зависит то, что мы передадим следующим поколениям.

В современном понимании любовь к себе – это забота о здоровье, постоянный рост, правильное окружение, здоровая самооценка, умение достигать целей, доброта к окружающим.

Очень важно родителям понять своих детей, суметь принять и помочь.

В связи с тем, что родительство обладает огромной социальной значимостью, и имеет отношение к развитию семьи и общества, очевидна необходимость разговора об ответственном, эффективном родительстве.

Итак, тема нашей сегодняшней встречи **«Я – ответственный родитель»**.

Ответственные родители это те, кто ...??? *Родители записывают свои варианты продолжения предложения и озвучивают.*

2) Упражнение «Чаша любви»

Душа ребенка – это полная чаша.

- Каким вы хотите видеть своего ребенка?

У каждого из Вас есть сердечко (сердечки вырезаны из ярких открыток), поместите его в чашу и назовите качество, которым вы хотите наделить вашего ребенка? *(добрым, умным, щедрым, сильным, справедливым, здоровым, заботливым...)*

- Посмотрите, какая яркая, красивая душа у ребенка!

А чтобы эта чаша не расплескалась, не разбилась, а стала еще богаче, семья, в которой живёт Ваш ребёнок развивает и воспитывает эти качества, несет за это ответственность.

3) «Графическая интерпретация»

Родители оценивают процесс воспитания своего ребенка по предложенным параметрам (от 0 до 5).

Примеры параметров:

- достойно одеваете своего ребенка – плохо одеваете своего ребенка;
- ребенок всегда питается в школе – никогда не питается в школе;
- всегда даете ребенку карманные деньги – никогда не даете карманных денег;
- достаточно много денег тратите на обучение своего ребенка – совсем не тратите денег на обучение своего ребенка;
- *Предложите свои параметры.*

Хлопните в ладоши те, кто поставил себе «5»? «4»? «2»? «1»?

Хлопните в ладоши те, кто поставил себе «3»?

Экономическая сторона ответственного родительства.

Ребенка необходимо достойно одевать, кормить. В ряде случаев необходимо оплачивать обучение детей, которое в нынешнем российском обществе все чаще становится платным.

4) Чем любишь заниматься дома?

Двое в паре по очереди отвечают на один и тот же вопрос: «Чем любишь заниматься дома?». Если сошлись на чем-то, то нужно разойтись. Если нет, то нужно опять отвечать на вопрос. Диалог, желательно, чтобы был не очень коротким и не очень продолжительным.

Например: - Я люблю делать уборку. А Вы? -А я люблю готовить вкусные блюда? А Вы? -И я люблю готовить вкусные блюда.

Коммуникативная сторона ответственного родительства.

Родитель регулярно должен общаться с ребенком, находится в курсе его интересов и предпочтений. Он готов делить с ним некоторые из его интересов, а также в разумных пределах влиять на них. При общении важно уметь вести диалог.

5) Назови слово!

Я приколю карточку на спину одному из вас. И сделаю это так, чтобы он не видел, что на ней написано. Затем этот родитель будет подходить к разным участникам группы (по своему выбору), и те, к кому он подошел, будут

объяснять ему (можно словами, но употреблять данное слово и однокоренные нельзя, можно жестами), что написано у него на карточке. Задача участника — понять, что написано на карточке. *Карточка «здоровье».*

Охранительная сторона ответственного родительства.

Сохранение и укрепление здоровья ребенка и самой его жизни.

Воспитание без применения насилия: исключение всех телесных и психологических форм наказания, унижающих достоинства ребенка.

6) Активное слушание

На полу разложено много картинок. Каждый выбирает себе понравившуюся картинку. Затем в паре один рассказывает о том, что понравилось на картинке и пытается убедить в этом партнера. Другой активно слушает. Потом участники меняются ролями.

Обсуждение. Рефлексия своих чувств. Кто из рассказчиков может сказать, что у него был внимательный слушатель? Кто из слушателей может сказать, что у него был интересный рассказчик?

Эмоциональная сторона ответственного родительства.

Родитель не просто общается с ребенком, но и сопереживает ему. Он готов выслушать ребенка, говорить на важные для него темы, выступая в роли советчика или помощника. Эмоциональное взаимодействие предполагает ответную реакцию ребенка, его желание открыться родителю, обсудить с ним свои проблемы, рассказать ему о своих переживаниях.

7) Послание от детей

Каждому участнику раздаются заполненные детьми анкеты «Я люблю, мне нравится». После обсуждения в группах, поделитесь, что вы узнали от детей о том, что для них ценно. Задача – проанализировать с точки зрения ответственности родителей. Что не хватает ребенку?

Я люблю, когда дома ...

Мне нравится, когда родители ...

Я не люблю, когда мама ...

Я любил бы родителей больше, если бы вы ...

Самое главное в семье ...

Духовная сторона ответственного родительства.

Важно, чтобы ребенок оказался способным усвоить базовые жизненные ценности – жизнь, здоровье, семья, культура страны и общества, в котором он живет.

8) Упражнение «Это здорово»

Назовите, что вы любите делать вместе со своими детьми. В ответ на каждое такое высказывание все остальные должны хором ответить: «И это здорово!»

Что такое хорошо и что такое плохо. А откуда ребенок должен знать о нормах поведения в обществе?

Нормативная сторона ответственного родительства.

Родитель выступает для ребенка как пример, как эксперт, имеющий полноценный взрослый опыт взаимодействия с людьми. Очень важен личный пример родителя.

Какая яркая, красивая душа у ребенка!

А чтобы эта чаша не расплескалась, не разбилась, а стала еще богаче, семья, в которой живёт Ваш ребёнок, должен почувствовать себя личностью, получить подтверждение своей значимости и уникальности. Как можно поддержать ребенка? Что вы сегодня осознали?

Итак, подводя итог вышесказанному ответственное родительство – это, прежде всего, сбалансированность разных сторон воспитания, высокая степень доверия в отношениях с ребенком, способность и желание поддерживать его материально, но не в ущерб его образованности, развития его личностных качеств. Ответственное родительство – это не состояние, а процесс организованного и целенаправленного воздействия на личность и поведение ребенка.

ПРАКТИКУМ «РОДИТЕЛЬСКИЕ РЕСУРСЫ»

Обращение к родителям: Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать вас на практикуме «Родительские ресурсы». Согласитесь, уважаемые родители, что быть родителем – это ежедневный труд со множеством задач. Ведь, представления о родительстве не всегда совпадают с реальностью.

После того, как в жизни взрослого появляется ребёнок – жизнь становится иной, ведь теперь каждое своё действие родитель должен соотносить с потребностями ребёнка. Многие родители отмечают, что наступает такой момент, когда, кажется, что силы совсем закончились и не знаешь, что делать дальше. Поэтому сегодня на нашем практикуме мы с вами будем определять родительские ресурсы, искать новые возможности помощи себе.

Упражнение на знакомство.

Меня зовут

Я как все...

Я не как все...

Упражнение «Ассоциации».

Родителям предлагается подобрать ассоциации к слову «ресурсы».

Определение понятия «Родительские ресурсы»

А мы сегодня будем говорить о родительских ресурсах.

Что это могут быть за ресурсы? Как они могут помочь и положительно повлиять на близких?

Понятия «родительские ресурсы» не существует, но мы можем его сформулировать, используя определение «ресурсы личности». «Ресурсы являются теми физическими и духовными возможностями человека, мобилизация которых обеспечивает выполнение его программы и способов

(стратегий) поведения для предотвращения или купирования стресса» (определение В.А. Бодрова).

Родительские ресурсы – это совокупность, система внутренних и внешних условий, способствующих устойчивости личности в стрессогенных ситуациях, обеспечивающих качественное воспитание, и способствующих эффективному развитию детей и самой личности. С. Хобфолл считает ресурсами то, что является значимым для человека и помогает ему адаптироваться в сложных жизненных ситуациях. Разные исследователи классифицируют ресурсы личности, используя различные основания. В основном ресурсы можно разделить на:

- внешние и внутренние (интерперсональные и интраперсональные);
- социальные (доступность помощи человеку) и психологические (навыки, психические особенности и способности человека);
- материальные и нематериальные.

Рис. 1 Классификация ресурсов (средовые и личностные):



Рис. 2 Классификация ресурсов (внешние и внутренние):



Что же происходит, если человек не имеет, не осознает или теряет ресурс для адаптации или просто для жизнедеятельности? С.Хобфолл сформулировал ресурсную концепцию психологического стресса, которая, связывает адаптационные возможности человека с наличием ресурсов личностных. Таким образом, потеря, угроза потери ресурса, неосознавание своих ресурсов, отсутствие возможности возмещения ресурсов приводит человека к стрессу.

Ядром ресурсной концепции С. Хобфолла и основой для работы с человеком по выявлению и аккумуляции ресурсов личности, родительских ресурсов является принцип «консервации» ресурсов: человек стремится получить и сохранить то, что ценно для него, и старается оптимально использовать свои ресурсы; вместе с этим человек стремится восстановить потерянные и приобрести новые ресурсы. Согласно данной концепции, психологический стресс и риск дезадаптации возникает при нарушении баланса между потерями и приобретениями личных ресурсов.

4. Упражнение «Мои родительские ресурсы»

Родителям предлагается определить свои родительские ресурсы, используя схему родительских ресурсов, классификацию ресурсов ярусной концепции С. Хобфолла



Бланк для родителей «Родительские ресурсы»

Материальные	Нематериальные	Внутренние	Внешние	Средовые	Личностные

Также предлагается родителям проводить психологическую работу по поиску и аккумуляции ресурсов личности и родительских ресурсов, опираясь на следующие шаги:

Выявление ресурсов личности (родительских ресурсов). Желательно найти несколько.

- Осознание человеком наличия данных ресурсов.
- Планирование стратегии получения ресурсов.
- Формирование умения использовать ресурсы.
- Сохранение ресурсов.
- Формирование умения восстанавливать ресурсы.
- Поиск возможности приумножать ресурсы.
- Формирование умения распределять ресурсы.

Рекомендации для родителей

«Пять способов сохранения родительских ресурсов»

1. Создать информационное поле для повышения компетентности. Чем больше мы владеем информацией о ситуации, тем меньше тревога. В этом плане большую роль может сыграть подход, известный как осознанное родительство.
2. Комфортные условия (режим дня, питание). Чтобы сохранить себя в ресурсном состоянии, взрослым нужно удовлетворять свои элементарные, базовые потребности. Полноценное питание, физическая активность и достаточный сон — основные рекомендации по поддержанию себя в тонусе.
3. Формирование поддерживающей среды. Нам всем необходимы люди, которые могут помочь, к кому можно обратиться. Попробуйте взять лист бумаги и написать список людей, с которыми можно пообщаться или получить от них помощь. Главное, что это даст, — понимание: «Я не один (не одна)». Если нет поддерживающей среды, сохранять ресурсы действительно становится сложно.
4. Социально безопасное выражение раздражения и негативных эмоций. Часто у нас нет возможности выразить свои чувства безопасным для ребенка и для себя способом, однако у всех есть те или иные рецепты для таких ситуаций. Вспомните, как мы себя ведем после какого-то эмоционального события — например, ссоры. Кто-то выходит на открытое пространство и кричит; кто-то начинает заниматься физической работой. Другие родители говорят о том, что после ссоры им необходимо вымыть всю посуду или принять контрастный душ, чтобы успокоиться. Действительно, относительно безопасных способов помочь себе и «снять эмоции» существует множество.
5. Распределение ответственности. Часто мы, взрослые, берем на себя слишком много ответственности, забывая о том, что у ребенка два родителя. Рано или поздно возникает ощущение: «Я не справляюсь».

Поэтому ответственность нужно распределять, делить ее с другими близкими людьми. Даже если вы воспитываете ребенка в одиночку, вполне возможно, что есть дедушки, бабушки или друзья, которые могут его «подхватить».

Помните, что родительство — это, несомненно, большая радость, но еще это и огромный труд, который требует ежедневной самоотдачи, затрат физических и эмоциональных сил. И эти затраты нужно регулярно восполнять. Поэтому старайтесь чаще, хотя бы ненадолго, отвлекаться от забот и практиковать то, что вас вдохновляет и наполняет силами.

Раздел 3. Работа с педагогами

*Бутынцева Ю.В., педагог-психолог
Гутько Э.Ю., логопед-дефектолог
МАДОУ «ЦРР - детский сад №13»
Кунгурский муниципальный округ*

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БАТЛ «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОЙ КОРРЕКЦИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ЭМОЦИОНАЛЬНЫМИ И ПОВЕДЕНЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ»

Цель батла: поддержка и развитие творческих инициатив педагогов, повышение уровня педагогического мастерства, снижение психоэмоционального напряжения педагогов.

Для оценки выполнения конкурсных испытаний создается жюри. За правильно выполненные задания, команды получают кольца, из которых нужно будет собрать пирамиду.

Ход.

Батл (от английского battle – битва, поединок), соревнование, матч. «Педагогический батл»- это пространство, где участники могут:

- помериться мастерством воспитания
- посмотреть на собственные воспитательные действия со стороны
- оценить собственный уровень педагогической грамотности
- приобрести новый опыт и новые знания
- познакомиться с уникальным опытом коллег.

Коллектив педагогов делится на две команды.

Эксперимент – отступление.

Предлагается одному человеку из команды за 1 минуту соединить и прочитать 10 пословиц и поговорок о воспитании детей. Затем эта работа делается коллективно. **Вывод: что одному человеку не под силу, он играючи проделывает в коллективе.**

1. За худую привычку и умного дураком обзывают.
2. На привычку есть отвычка. Бык, да и тот отвык.

3. В людях Илья, а дома свинья.
4. Не стоит гроша, да походка хороша.
5. Привычку, не рукавичку, не повесишь на спичку.
6. Вежливость на базаре не купишь
7. Нарядилась, что павлин, а кричит, как ворона.
8. Не ума набраться — с дураком подраться.
9. У него стыда — что волос на камне.
10. С ним водиться, что в крапиву садиться.
11. Человек, который легко раздражается, правым не бывает.
12. Если в гневе пнешь камень, то только ноге больно.
13. Как сытый поросенок от корыта бежит (то есть, не сказав спасибо).
14. Словно топор: не обрежет, так ушибет.
15. Он как сорока: где не посидит, там и накостит.
16. Дурной рыбак — дурные сети, дурная мать — дурные дети.
17. Наш петушок не нажил гребешок, а туда же — кукарекает
18. Кто без призора с колыбели, тот всю жизнь не при деле.
19. И слепая лошадь везет, коли зрячий на возу сидит.
20. Неладны те ребятки, коих не журят ни батьки, ни матки.

1 этап. Приветствие. Задача команд в течение 2 минут придумать такое название своей команды, чтобы оно сочетало в себе все направления деятельности нашего детского сада.

2 этап. В нашем современном мире, дети стали всё меньше общаться с взрослыми и сверстниками, замыкаясь на телевизорах, компьютерах, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Опыт работы показывает, что в поведении и развитии детей дошкольного возраста часто встречаются отклонения.

Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной и поведенческой сферы, очень актуальна и важна.

Командам предлагается выбрать понятия, относящиеся к поведенческим нарушениям и нарушениям эмоционально-волевой сферы.

Часто встречающие поведенческие нарушения: агрессивность, вспыльчивость, импульсивность, пассивность, гиперактивность.

Нарушения эмоционально-волевой сферы: неуверенность в себе, застенчивость, ранимость обидчивость, страхи, неготовность преодолевать трудности, снижение потребности в достижении успеха, недоверие к окружающим, нарушение эмоциональных контактов с окружающими, депрессивная реакция.

Все нарушения обусловлены, как правило, **двумя факторами:**

- ошибками воспитания;
- определенной незрелостью, минимальными поражениями нервной системы.

Поведенческие и эмоциональные проблемы взаимосвязаны между собой. Поведенческие часто выступают на первый план и скрывают, сопровождающие их эмоциональные проблемы.

3 этап. Предлагаем игру для коррекции гиперактивности. По окончании игры каждой команде необходимо представить свою игру для коррекции данного нарушения.

Игра “Гвалт” (Коротаева Е.В., 1997)

Цель: развитие концентрации внимания.

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

Игра “Говори!” (Лютова Е.К., Монино Г.Б.)

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите детям следующее. “Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: “Говори!” Давайте потренируемся: “Какое сейчас время года?” (Педагог делает паузу) “Говори!”; “Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?”... “Говори!”; “Какой сегодня день недели?”... “Говори!”; “Сколько будет два плюс три?” и т. д.

4 Этап. Предлагаем игру для коррекции агрессивности. По окончании игры каждой команде необходимо представить свою игру для коррекции данного нарушения.

«Бумажные мячики». (Фопель К.)

Цель: предоставление детям возможности вернуть бодрость и активность после того, так они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение войти в новый жизненный ритм.

Содержание. Перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился ложный мячик.

«Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на стороне противника. Услышав команду «Стоп»! вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию». Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно

«Обзывалки»

Цель: формирование умения выплеснуть гнев в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Оборудование: мяч.

Содержание. Педагог говорит детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми 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. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты... солнышко!»»

5 Этап. Предлагаем игру для коррекции тревожности. По окончании игры каждой команде необходимо представить свою игру для коррекции данного нарушения.

Игра «Это я. Узнай меня» (игра с правилами).

Цель: снижение эмоционального напряжения, развитие эмпатии, доверия к людям.

Содержание: Дети сидят на ковре. Один из них поворачивается спиной к сидящим. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: «Это я. Узнай меня». Водящий ребенок (которого поглаживают) должен отгадать, кто до него дотронулся. Воспитатель помогает ребенку отгадать, называя по очереди по имени всех участвующих в игре детей. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли водящего.

Рефлексия. Упражнение «Пять вещей»

Назовите пять вещей, которые Вам запомнились на игре.

Подведение итогов игры. Вручение призов.

Литература.

1. Заостровцева М.Н., Перешеина Н.В. Агрессивность дошкольников: коррекция поведения. – М.: ТЦ Сфера, 2006.

2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.: Речь, 2010.

3. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. – М.: ТЦ Сфера. 2005.

4. Фопель К. С головы до пят. Подвижные игры для детей 3-6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

*Васильковская Надежда Игоревна, педагог-психолог
социально - психологической службы
ФГБОУ ВДЦ «Орлёнок» (Краснодарский край,
Туапсинский район, пгт. Новомихайловский)*

ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛАНДШАФТНОЙ АРТ-ТЕРАПИИ «ЭНЕРГИЯ СТИХИЙ»

Цель: профилактика эмоционального выгорания.

Время для проведения: 90 минут.

Место проведения: пляж

Материалы и оборудование: стаканчики, апельсины, салфетки.

Ход занятия.

1. Приветствие. Введение в тематику занятия. Сбор ожиданий участников от занятия.

Педагог зачастую находится в состоянии напряжения, нужно в голове удержать большое количество информации, успеть сделать тысячу дел, уделить внимание каждому воспитаннику. И зачастую не остаётся времени и сил на себя, свои чувства и ощущения. Ведь невозможно находиться в постоянном состоянии напряжения. Необходимо научиться расслаблению. И сегодня на занятии нам поможет то, что нас окружает, то, что издревле давало человеку силу: стихии. Неспроста мы проводим занятие на пляже. Сегодня мы будем насыщаться энергией от песка и воды.

2. Упражнение «На море».

Представьте, что вы приехали на море отдыхать! Но вам необходимо примерить на себя различные роли «Родителя», «Взрослого», «Ребёнка».

Обсуждение с участниками, в какой роли вы чувствовали себя комфортнее? Интереснее?

3. Упражнение «Ледокол»

Сейчас мы будем входить в воду, но, не просто шагая, а напрягая свои мышцы, разрезая руками и ногами мощь воды, подобно тому, как ледокол разрезает мощь льда. Руки и ноги ваши должны быть очень напряжены, все-все мышцы от кончиков пальцев на руках до кончиков пальцев на ногах.

Обратно вам необходимо двигаться свободно, отдавшись воде, отдавшись волнам.

4. Упражнение «Буря»

- Сядьте в воду спиной к берегу. Вам необходимо быть руками и ногами по воде, так чтобы «выпустить пар», чтобы вокруг вас была пучина. Бить нужно с такой силой, чтобы руки и ноги заломило от напряжения.

- Затем расслабьтесь, закройте глаза, почувствуйте лёгкость, приятное расслабление, погладьте воду! Почувствуйте, как она тоже успокоилась.

- Теперь лягте головой на берег, вода должна доходит до ваших щиколоток. Успокойтесь, подумайте о самом приятном моменте в вашем дне, прислушайтесь к тому, о чём шепчут вам волны.

После выполнения этого упражнения участники выходят на песок, обсуждаются особенности самочувствия, ощущения, которые испытали участники.

5. Упражнение «На песке»

- Выходим на песок, усаживаемся комфортно, на удобное друг для друга расстоянии. Усаживайтесь на песок, закопайте одну ногу, затем вторую.

- Ложитесь на песок. Покройте песком сначала одну руку, затем другую (ведущий помогает покрыть песком вторую).

- Закройте глаза, почувствуйте тяжесть песка, каждой частью своего тела. Почувствуйте, как тяжело вашей правой ноге, почувствуйте тяжесть, которую испытывает ваша левая нога. Сконцентрируйтесь на вашей левой руке,

почувствуйте, как давит песок на неё. Почувствуйте правой рукой тяжесть песка. Отдайте песку то, что вам не нужно, то, что вам мешает, тяготит вас.

Участники лежат на песке, и в песке. (Ведущий занятия может подсыпать песок на те части тела, куда участник не смогли).

6. Упражнение «Замок» (выполняется в парах).

- Сядьте на песок «пятка к пятке». Ваша первая задача «забрать» себе как можно больше песка у напарника.

- Постройте вместе замок из песка, который есть рядом с вами в ромбе ваших ног.

- Разрушите построенный замок, нанося удары со всей силы.

- Наведите порядок в том месте, где только сейчас было разрушение.

7. Упражнение «Сок силы»

Перед вами лежат апельсины. Посмотрите на них и выберите тот, который вам больше всего нравится, ВАШ и только ваш апельсин! Рассмотрите его, погладьте! Именно этот апельсин даст так необходимую вам энергию, силу, так нужную вам.

Разделите апельсин пополам. Выдавите из него сок, вкладывая всю силу. Вы знаете, что энергия не берётся из неоткуда и не может идти в никуда! Поэтому сейчас необходимо освободить место для хорошего, избавившись от ненужного. Это ненужное должно уйти из вас как капель сока, из апельсина.

Посмотрите на сок, наполните его положительными мыслями, положительными эмоциями, «заговорите» его. Выпейте, наполнив себя положительной энергией.

8. Подведение итогов занятия.

Участникам предлагается высказаться относительно того как они себя чувствуют после выполнения данных упражнений, как изменилось их состояние.

Литература.

1. Копытин А.И., Корт Б. «Техники ландшафтной арт-терапии»: Когито-Центр; Москва; 2013

2. Мгновения отличного настроения. Методический сборник игр и упражнений для отрядного педагога /Авторы-составители Л. Д. Багапова, А. А. Сайфина, Н. А. Сакович – ВДЦ «Орлёнок», 2020. – 40 С.

*Денисова Маргарита Николаевна,
инструктор по физической культуре
МАДОУ «ЦРР - детский сад № 13» Кунгурского МО*

НЕЙРОФИЗКУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ИНКЛЮЗИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

***Цель:** повышение профессиональной компетентности коллег в вопросах внедрения нейрогимнастики, применение которой возможно в образовательном процессе ДОУ.*

***Задачи:** 1) Познакомить педагогов с использованием игр и игровых упражнений, способствующих умственному и физическому развитию дошкольников; 2) Сформировать у участников мастер-класса мотивацию на использование в образовательном процессе с детьми представленный опыт; 3) Активизировать у педагогов интерес к данной теме.*

Научные исследования, проводимые в психологии и нейрофизиологии выявили, что определенные физические движения оказывают влияние на развитие интеллекта человека. На основании полученных выводов возникла новая система, новое направление – нейрофизкультура, которая изучает связь ум-тело, и оптимизацию деятельности мозга через физические движения.

Это методика активации природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Каждое из упражнений нейрогимнастики, способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения. Кроме этого упражнения для мозга также способствуют развитию

координации движений и психофизических функций. Нейрогимнастика — это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей и для взрослых в любом возрасте. Но особенно актуально применение этих упражнений у детей с проблемами в развитии.

Благодаря такой физкультуре происходит позитивная социализация детей нейронормы и детей с ОВЗ. Приглашаю всех участников окунуться нейросказку. И почувствовать на себе положительное воздействие волшебных движений.

Сказка «Путешествие»

Инструктор: Ложимся на спину, устраиваемся поудобнее. Закрываем глаза, и..... наше волшебное путешествие начинается. Светит солнышко.

Растяжка «Половинка»

Цель: оптимизация тонуса мышц.

И.п. — лежа на полу. Общее напряжение тела. Расслабление. Напряжение и расслабление по осям: верх-низ (напряжение верхней половины тела, напряжение нижней половины тела), левостороннее и правостороннее (напряжение правой и затем левой половин тела), напряжение левой руки и правой ноги, а затем правой руки и левой ноги.

Мы оказались на зеленом летнем лугу.

Растяжка. «Травинка на ветру»

Предлагается изобразить всем телом травинку (сесть на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох).

Инструктор: Начинает дуть ветер, и травинка наклоняется до земли (выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытягиваются вперед, ладони на полу; не меняя положения туловища, потянуть руки по полу еще дальше вперед). Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку (на вдохе вернуться в исходное положение, потянуться вверх).

Какой чистый воздух.

Дыхательное упражнение

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма.

И.п. - сидя на полу. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом - левая кисть вниз, правая вверх.

Глазодвигательное упражнение «С бабочками»

И.п. - сидя на полу. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Каждое из движений производится сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.

Движения совершаются в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях; причем удержание должно быть равным по длительности предшествующему движению. При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы, маленькие игрушки и т.д. В начале освоения этих упражнений ребенок должен следить за предметом, перемещаемым взрослым, а затем передвигать его самостоятельно, держа сначала в правой, потом в левой руке, а затем обеими руками вместе. Тем областям в поле зрения ребенка, где происходит "соскальзывание" взгляда, следует уделить дополнительное внимание, "прорисовывая" их несколько раз, пока удержание не станет устойчивым.

Глазодвигательное упражнение

И.п. - сидя на полу. То же упражнение выполнять с подключением однонаправленных движений языка (глаза и язык вправо - вдох, пауза, в исходное положение - выдох, пауза, глаза и язык влево - вдох, пауза, в исходное положение - выдох, пауза и т.д.).

Бабочки улетели. В траве увидели лягушек.

Упражнения для развития мелкой моторики рук

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

И.п. - сидя на полу. Усложнение - упражнения выполняются с закрытыми глазами.

Упражнение «Лягушка»

Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

Упражнение «Змейки»

Предложите ребенку представить, что его пальцы - это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала "смотрят" от ребенка, потом - друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

Функциональное упражнение с правилами «Костер»

Цель: формирование внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.

Дети садятся на ковер вокруг «костра» и выполняют соответствующую команду(словесную инструкцию) инструктора.

По команде «жарко» дети должны отодвинуться от «костра»;
по команде «руки замерзли» — протянуть руки к «костру»;
по команде «ой, какой большой костер» — встать и махать руками;
по команде «искры полетели» — хлопать в ладоши;
по команде «костер принес дружбу и веселье» — взяться за руки и ходить вокруг «костра».

Затем игра выполняется с ведущим ребенком.

У костра сидеть чудесно, предлагаю попить чай.

Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой»

Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Участники садятся в круг. Каждый из них пропевает песенку, сопровождая ее определенными мануальными жестами:

Чайничек (вертикальные движения ребрами ладоней)

Крышечка (левая рука складывается в кулак, правая - ладонью делает круговые движения над кулаком).

Крышечка - шишечка (вертикальные движения кулаками).

В шишечке - дырочка (указательный и большой пальцы обеих рук делают колечки).

Из дырочки пар идет (указательными пальцами рисуются спиральки).

Пар идет - дырочка,

Дырочка в шишечке,

Шишечка - крышечка,

Крышечка - чайничек".

При последующем повторении песенки одно слово нужно поменять на "Гу-гу-гу", жесты сохраняются:

"Гу-гу-гу - крышечка и т. д."

После ароматного чая хочется немного отдохнуть. Закрывать глаза и послушать звуки окружающие нас. Где то слышно, как бежит вода.

Функциональное упражнение «Послушать тишину»

Цель: формирование произвольной регуляция собственной деятельности, развитие аудиального гнозиса.

И.п. — сидя на полу. Закрывать глаза и последовательно послушать звуки на улице за окном, затем в комнате, свое дыхание, биение сердца.

Рядом протекает река. Через речку – мост, перейдем на другой берег.

Коммуникативное упражнение «Мостик»

Цель: развитие навыков сотрудничества и двигательного контроля. Участники разбиваются на две группы, 1 группа ложиться на пол рядом друг с другом на живот, руки вытянуть над головой вверх, ладони сложены

«лодочкой», голова находится между руками, ноги прямые в одном направлении. (мостик из бревнышек). Участник из второй группы ложиться на живот перпендикулярно «бревнышкам». Задача первой группы: «переправить» по одному участнику из второй группы на другую сторону, перекатываясь на бок, спину, на бок, на живот.

Стоит мельница. Понаблюдаем.

Когнитивное упражнение "Мельница"

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

И.п. - стоя. Предложите ребенку делать одновременные круговые движения рукой и ногой. Сначала левой рукой и левой ногой, правой рукой и правой ногой, левой рукой и правой ногой, правой рукой и левой ногой. Сначала вращение выполняется вперед, затем назад, затем рукой вперед, а ногой назад. Выполняйте так, чтобы рука и противоположная нога двигались одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Дыхание произвольное.

Время прогулки подходит к концу. Предлагаю обратно отправиться на ковре-самолете.

Релаксация "Ковер-самолет"

Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.

Инструктор: "Мы ложимся на волшебный ковер-самолет; ковер плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает, убаюкивая; ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей комнате (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся".

Рефлексия.

- Какие эмоции вы испытывали во время выполнения упражнений?
- Что вы чувствуете сейчас?
- Какая информация была для вас интересной и полезной?

- Что бы вы хотели использовать в своей работе?

Литература.

1.Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2002 — 128 с. (Серия «Практическая психология».)

2.Клюева Н.В., Косаткина Ю.В. Учим детей общению. Популярное пособие для родителей и педагогов, Ярославль: Академия развития, 1997.

*Краль Юлия Вячеславовна,
педагог-психолог МАДОУ
«Центр развития ребенка - детский сад №13»
Кунгурский муниципальный округ*

САМОСТРАДАНИЕ: УЧИМСЯ СОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЕ

«Наша задача состоит не в том, чтобы искать любовь, а всего лишь в том, чтобы найти внутри себя все барьеры, которые мы возвели против нее». (Руми). Мы все строили барьеры против любви – нам приходилось, чтобы защититься от суровых реалий человеческой жизни. Но есть и другой способ чувствовать себя защищенными и в полной безопасности. Когда мы осознаем свои трудности и относимся к себе с состраданием, добротой и поддержкой в тяжелые времена, все начинает меняться. Мы можем научиться принимать себя и свою жизнь, несмотря на внутренние и внешние несовершенства, и черпать внутри себя силу для преуспевания в жизни. За последние десять лет множество исследований показало пользу самосострадания для благосостояния. Люди, которые относятся к самим себе с большим состраданием, счастливее, мотивированнее и более довольны жизнью, у них лучше физическое здоровье и отношения, а также они менее подвержены тревожности и депрессии. Они обладают эмоциональной устойчивостью, необходимой, чтобы справляться со стрессовыми ситуациями: разводами, проблемами со здоровьем, неудачами в учебе и даже серьезными психологическими травмами.

Понятие самосострадания включает в себя отношение к себе так, как вы бы отнеслись к другу, которому сейчас тяжело – даже если этот друг сам в этом

виноват, чувствует себя из-за этого неполноценным или у него просто нелегкая ситуация в жизни. Самосострадание – это практика, посредством которой мы учимся быть хорошим другом для самих себя в те моменты, когда это нам больше всего необходимо – стать собственным союзником вместо собственного врага. Но, как правило, к себе мы относимся хуже, чем к своим друзьям.

Золотое правило морали гласит: «Поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступили с тобой». Но вряд ли вы бы сочли разумным поступать с другими так же, как поступаете с самим собой!

Упражнение «Как я обращаюсь с другом?»

Закройте глаза и подумайте над нижеприведенным вопросом: Подумайте о разных ситуациях, когда кто-то из ваших близких друзей встречался с какими-то трудностями – когда с ними случалось несчастье, они терпели в чем-то неудачу или чувствовали себя не в силах что-то исправить – а вы чувствовали себя хорошо и были довольны собой. Как вы обычно обращаетесь к ним в таких ситуациях? Что вы говорите? Каким тоном? Какая у вас поза? Невербальные жесты? □ Запишите то, что вы обнаружили.

Теперь опять закройте глаза и подумайте над следующим вопросом: Подумайте о разных ситуациях, когда трудности были у вас: когда с вами случалось несчастье, вы терпели неудачу или чувствовали себя не в состоянии что-то исправить. Как вы обращаетесь к себе в таких ситуациях? □ Что вы говорите? Каким тоном? Какая у вас поза? Невербальные жесты? Запишите то, что вы обнаружили.

Наконец, разницу между тем, как вы относитесь к своим друзьям, когда им трудно, и как вы относитесь к себе. Вы заметили какие-нибудь закономерности?

ОБСУЖДЕНИЕ: Что вы поняли и с чем вы встретились во время выполнения этой практики? Во время выполнения этого упражнения многих людей приводит в шок то, как плохо они относятся к себе по сравнению со своими друзьями. Если вы тоже это испытали, вы далеко не одни. Предварительные данные психологических

исследований показывают, что большинство людей проявляют больше сострадания по отношению к другим, чем к себе. Наша культура не поощряет доброту к себе, поэтому нам нужно сознательно и намеренно практиковать изменение отношений с самими собой, чтобы побороть привычки, развившиеся у нас на протяжении всей жизни.

Упражнение «Отношение к себе с самосостраданием»

Подумайте о какой-нибудь из трудностей, которые имеются в вашей жизни на настоящей момент – желательно не слишком серьезной. Например, возможно, вы поссорились со своим молодым человеком или девушкой и сказали что-то, о чем жалеете. Или, может быть, вы осознали, что из рук вон плохо сделали какое-то задание на работе и боитесь, что ваш начальник сделает вам выговор.

- Опишите ситуацию.

- Напишите, как ваше восприятие ситуации может быть искажено и как вас могло на ней «заклинить». Может быть, вы только о ней и думаете или раздуваете из мухи слона? Например, вам страшно, что вас уволят, хотя ваша ошибка была достаточно незначительной?

- Теперь попробуйте осознанно признать и заметить боль, которую вам причиняет эта ситуация, не преувеличивая ее при этом. Запишите, какие болезненные или трудные чувства вы испытываете, пытаясь делать это нейтральным и объективным тоном. Валидируйте трудность ситуации. Например: «Мне очень страшно, что после этого случая у меня будут проблемы с начальником. Мне сложно это сейчас чувствовать».

- Потом напишите, как эта ситуация вас изолирует, заставляя вас думать, что такого не должно было произойти или что вы единственный человек на свете, с которым такое случалось. Например, вы считаете, что ваша работа должна быть идеальной, а совершать ошибки – ненормально? Что никто из ваших коллег никогда так не ошибается?

- Теперь постарайтесь напомнить себе об общечеловечности этой ситуации – о том, что нормально себя так чувствовать и что многие люди

наверняка чувствовали что-то похожее. Например: «Мне кажется, вполне естественно чувствовать страх после какой-то ошибки на работе. Все когда-то ошибаются, и я уверена, что многие люди были в ситуации, похожей на мою».

- Потом запишите свои мысли, осуждающие вас за то, что случилось. Например, может быть, вы себя обзываете («тупая идиотка») или слишком строго с собой разговариваете («Ты постоянно все портишь. Когда ты уже научишься все нормально делать?»).

- Наконец, попытайтесь написать для себя несколько добрых слов в ответ на сложные эмоции, которые вы ощущаете. Используйте те же мягкие, ласковые слова, которыми вы бы обратились к другу, который важен для вас. Например: «Мне очень жаль, что тебе сейчас страшно. Я уверена, что все будет хорошо, и я готова тебя поддержать в любом случае». Или: «Ошибаться – это нормально, бояться последствий этого – тоже нормально. Я знаю, что ты старалась изо всех сил».

ОБСУЖДЕНИЕ: Как для вас прошла эта практика? Возьмите паузу и попытайтесь полностью принять, как вы себя чувствуете в этот момент, позволяя себе чувствовать именно это.

Некоторых люди ободряют и утешают слова осознанности, человеческой общности и доброты к себе после выполнения этого письменного упражнения. Если это ваш случай, можете ли вы позволить себе насладиться чувством заботы о себе?

Литература.

Кристин Нефф, Кристофер Гермер «Самосострадание. О силе сочувствия и доброты к себе», Издательство: Манн, Иванов и Фербер, 2021.

*Новицкая Анна Николаевна,
педагог-психолог,
педагог дополнительного образования
МАУДО ЦДОД «Дар»,
Кунгурский муниципальный округ*

ЗАРЯДИСЬ ПОЗИТИВОМ

Цель: *Формирование позитивного мышления у педагогов*

Задачи: *1)Создать положительные эмоций и снять напряжения; 2)Формировать умение управлять своим настроением; 3)Обучить педагогов способам выработки эмоциональной устойчивости; 4)Формировать оптимистическое отношения к жизни; 5) Научить эффективно, использовать способы снятия внутреннего напряжения и саморегуляции.*

В жизни каждого из нас бывают моменты, когда кажется, что мир рухнул. Причин для этого может быть великое множество: сезонная депрессия, неудачи в личной жизни, проблемы со здоровьем или хроническая усталость. В современном мире профессия педагога становится все напряженнее. Темп нашей жизни увеличивается и все сложнее за ним успеть. Большой отдачи требует работа, а еще семья, дети и на собственное «я» совсем не хватает времени. Что помогает человеку справляться с трудными ситуациями в жизни, переживать неудачи с меньшими душевными потрясениями? Что рисует на лице человека улыбку, которая остается даже в трудные моменты его жизни?

Оптимистическое настроение несет в себе массу положительных моментов! Позитивный настрой улучшает работоспособность и влияет, как на физическое, так и на душевное самочувствие человека. Позитивное настроение рождает уверенность в себе. К позитивно настроенным людям тянутся окружающие.

Наша жизнь на 10% состоит из того, что с нами происходит и на 90% из того как мы относимся к происходящему. Но почему на одно событие люди реагируют по-разному? Одни ищут возможности, другие сокрушаются о потерях. Многое, если не все, определяет наш выбор. Выбор нас делает неповторимым. Именно он определяет нашу судьбу.

Наш сегодняшний мастер-класс посвящен позитивному мышлению, а именно умению педагога быть эмоционально устойчивым.

Ход мастер-класса:

Упражнение «Здравствуйте»

Сейчас я предлагаю поздороваться, но так, чтобы приветствие не повторилось ни разу в нашем кругу. Я начинаю, нужно повернуться к соседу слева и поприветствовать его.

Всем огромное спасибо, мы с вами друг друга поприветствовали и пожелали друг другу хорошего дня. А теперь идем дальше. Давайте познакомимся поближе и ответим на простые вопросы.

Упражнение «Активатор»

Кто любит свою работу (похлопайте);

У кого сегодня отличное настроение (покажите рукой отлично);

Кто любит своих детей (нарисуйте сердечко в воздухе);

Кто готов приступить к работе? (помашите).

Мы с вами все такие разные, но многое нас объединяет. И поэтому сейчас я вам предлагаю узнать еще несколько фактов о каждом из нас.

Упражнение «Гороскоп эмоций»

Прошу обратить Ваше внимание на экран. На слайде изображены предметы: перья птиц, стекляшки, массажные мячики-ежики, пластмассовые цветные шарики. Вам необходимо выбрать предмет, который вам больше всего понравился или привлек ваше внимание.

Именно эти предметы помогут нам познакомиться поближе.

Интерпретация:

Вы выбрали перо! Вы легки на подъем; общительные, хорошие слушатели; нежные и ласковые, впечатлительные и тонкие натуры; готовы любого поддержать в трудную минуту и рассмешить, поднять настроение; вы с чувством юмора.

Кто выбрал стеклянный камешек – у вас всегда все гладко, да сладко; вы открыты душой, легки в общении, гибкие натуры; не подвержены чужому влиянию; гламурные, изящные и хорошо разбираетесь в моде.

Если вы выбрали мячики-ежики – вы загадочные и привлекательные натуры; шустрые, энергичные и веселые; не даете себя в обиду, можете

постоять за себя; заботитесь о своем драгоценном здоровье; вы легко справляетесь с любой ситуацией, всегда найдете выход.

У кого оказались цветные шарики – это значит, что вы веселые и бодрые, жизнерадостные и энергичные; открытые, добрые и доверчивые; общительные; вы всегда впереди, стремитесь к победе; вас везде замечают; с вами вместе – всегда праздник, вы душа компании.

Упражнение «Откровенно говоря»

Вам нужно вытянуть карточку и попытаться закончить фразу связанную с работой, откровенно и честно.

Примеры фраз: Откровенно говоря, когда я думаю о предстоящем уроке...; Откровенно говоря, когда я готовлюсь к урокам; Откровенно говоря, когда я прихожу домой после работы; Откровенно говоря, когда я волнуюсь...

Откровенно говоря, когда я разговариваю с родителями; Откровенно говоря, когда я разговариваю с директором; Откровенно говоря, когда наступает пора каникул; Откровенно говоря, когда я слышу звонок на урок; Откровенно говоря, когда я думаю о работе; Откровенно говоря, мое настроение улучшается.

Вывод: что проблемы у всех нас похожи, одинаковы.

Упражнение «Калоши счастья»

Многие наверняка слышали такое выражение как: «сесть в калошу» или «лужу». Скажите, что оно означает? Какие ассоциации оно вызывает? не совсем приятные ассоциации, ведь связано, с какой-то неудачей или нелепой ситуацией, в которой человек оказался в смешном положении. Такие ситуации наверняка случались с каждым из вас.

Сегодня мы с вами научимся надевать «галoши» в тех ситуациях, когда можем встать в лужу.

У Андерсена есть сказка «Калоши счастья» . В этой сказке фее подарили на день рождения калоши счастья, которые она решила отдать людям, чтобы те стали счастливее. Человек, который надевал эти калоши, становился самым

счастливым человеком. Калоши исполняли все его желания, он мог перенестись в любое время или эпоху.

Я предлагаю вам обуть эти калоши и стать счастливым человеком.

Я также буду зачитывать вам различные ситуации, а ваша задача — надев эти калоши, найти в ситуации, предложенной вам, позитивные стороны. Другими словами, посмотрите на ситуацию глазами счастливого человека-оптимиста.

Трудно ли было найти положительные стороны в ситуациях?

Можно, конечно, ринуться в магазин и скупить все галоши, но гораздо проще мысленно натянуть эти самые галоши, и на все невзгоды, или претензии сказать: «А нам все равно, мы – в галошах!».

Сейчас предлагаю вам немного отдохнуть и снять напряжение.

Упражнение «Бабочка»

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте, что на ваше лицо пытается сесть бабочка. Она садится то на нос, то на рот, то на лоб, то на глаза. Ваша задача: не открывая глаз, согнать бабочку, с помощью лицевых мышц.

Упражнение «Смехотерапия»

Снятию стресса очень хорошо помогает смех, юмор. Лечебная сила смеха известна всем: смех улучшает кровообращение, пищеварение, смех помогает мозгу выделить эндорфины – природные вещества, снимающие боль.

«Каждый день находить повод, чтобы хоть немного посмеяться». Помните, тот, кто смеётся, живёт долго!

Смеяться всегда приятнее с другом, друзьями. Давайте посмотрим ролик, про братьев наших меньших, под веселую песенку. Расслабимся, улыбнемся и конечно посмеемся.

Улыбнитесь миру, цветку, ласточке, случайному прохожему – и увидите, что вокруг становится всё больше приветливых и радостных. И Вы себя начинаете ощущать счастливее и жизнерадостнее.

Упражнение «Формула любви к себе»

Давайте вспомним известный мультфильм про маленького серенького ослика, которому надоело быть осликом. И он стал вначале бабочкой, потом, птичкой, потом кем-то еще... пока, наконец, не понял, что для него самого и для всех других будет лучше, если он останется маленьким сереньким осликом.

Я попрошу сейчас вас, нарисовать себя как можно красивее и признаться в любви самому себе.

Не забывайте каждый день подходить к зеркалу, смотреть себе в глаза, улыбаться и говорить: «Я люблю тебя (и называть свое имя) и принимаю тебя такой, какая ты есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я не буду бороться с тобой, и мне совершенно незачем побеждать тебя. Но моя любовь даст мне возможность развиваться и совершенствоваться, самой радоваться жизни и приносить радость в жизнь других».

Упражнение «Моя аффирмация»

Предлагаю вам вытянуть карточки с позитивными утверждениями-аффирмациями. Пусть эта аффирмация станет вашим девизом, если не по жизни, то хотя бы до конца учебного года. Договорились?

Примеры аффирмаций: Я полезна и нужна! Я полна хороших идей! Я очень умная! У меня выдающиеся творческие способности! Я уверена в себе – я справлюсь! Я верю в себя! Я счастлива! Я люблю свою жизнь, и она очень интересная! Я всегда делаю правильный выбор! Я уникальная и особенная!

Наш мастер-класс подошел к концу. Я надеюсь, что эти способы самоконтроля и улучшения настроения вы будете вспоминать и дома, и на работе и не забывать, что в домашних условиях для снятия стресса и всего негативного можно так же использовать: дыхательную гимнастику, ароматерапию, кинотерапию, музыкотерапию, медитацию, а снятию стресса помогают как смех, так и слёзы.

Желаю найти свои «галоши счастья» и одевать их, когда на путь встречаются невзгоды. А сейчас давайте хором произнесем: «А нам все равно, мы в галошах!»

Не забывайте: работа - всего лишь часть жизни, которую нужно провести в радости и гармонии с самим собой.

*Старцева Наталья Васильевна
педагог-психолог ФГБОУ ВО «ВГУВТ»,
г. Пермь*

ПРОЕКТ «СПЛОЧЕННОСТЬ - ПУТЬ К УСПЕХУ!»

(из опыта работы с педагогическим коллективом по профилактике профессионального выгорания)

В настоящее время одной из серьезных проблем современной школы является эмоциональное выгорание педагогов. Профессиональное общение с коллегами и руководством часто связано с конфликтами по поводу нагрузки, с чрезмерным контролем со стороны администрации, перегруженностью различными поручениями. Дистанционное обучение также принесло много напряженности. Не всегда удается найти общий язык с родителями по поводу учебы детей, их поведения. Выходом из подобных проблем может быть принятие общей цели, к которой будет стремиться весь коллектив, чувствуя поддержку друг друга, а не противостояние. Работая в общеобразовательной школе, я создала и стала руководителем проекта по работе с педагогическим коллективом, целью которого была коррекция психологического состояния педагогов, оказавшихся в ситуации эмоционального выгорания через разработку эффективной системы принятия общих целей всеми членами педагогического коллектива.

Результаты: В ходе реализации проекта в образовательном учреждении были получены следующие результаты: Педагоги приняли цели школы, эффективно работают над их достижением. Повысилась профессиональная активность педагогического коллектива, увеличилось количество проектов, в которых участвуют педагоги нашей школы.

Улучшился психологический климат в коллективе: повысился уровень удовлетворенности образовательной средой и психологической защищенности

со среднего до высокого. Повысился уровень сплоченности педагогического коллектива (от 34 % до 52%)

Рекомендации и выводы: Считаем, что данная работа может быть организована в любом учебном учреждении. При соблюдении всех условий, представленных в данном проекте, можно с уверенностью говорить, что предложенная организация работы в команде действительно снижается риск профессиональных деформаций у педагогов.

В приложении предлагаю методику исследования образовательной среды, выданной на курсах повышения квалификации «Создание психологически безопасной среды в образовательном учреждении» Богомягковой О. Н. Данная анкета позволяет, на мой взгляд, эффективно и с небольшими временными затратами оценить уровень психологической безопасности в ОУ. Можно рекомендовать ее при отслеживании изменений в педагогических коллективах. Есть варианты анкет для родителей и для учащихся. Поменяла место работы в этом учебном году, также планирую воспользоваться данной анкетой для знакомства с актуальной ситуацией в педагогическом коллективе.

Приложение

Отношение к образовательной среде школы

1. Как Вы думаете, требует ли работа в Вашем учреждении постоянного совершенствования профессионального мастерства?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

2. Цифра «1» характеризует работу, которая очень не нравится; «9» - работу, которая очень нравится. Оцените свою работу от 1 до 9

1								9
---	--	--	--	--	--	--	--	---

3. Собираетесь ли Вы в ближайшее время перейти на другое место работы?

Да	Не могу сказать	Нет
----	-----------------	-----

4. Помогает ли Ваша работа развитию Ваших способностей?

Да	Пожалуй, да	Не могу сказать	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	-----------------	--------------	-----

5. Хотели бы Вы получить другую специальность и связать профессиональное развитие с ней?

Да	Не могу сказать	Нет
----	-----------------	-----

6. Какое настроение вызывает у Вас работа, которую Вы выполняете?

Обычно плохое	Чаще плохое	Не влияет	Чаще хор.	Обычно хор.
---------------	-------------	-----------	-----------	-------------

7. Оцените перечисленные ниже характеристики образовательной среды

Характеристики образовательной среды	В какой степени Вы удовлетворены каждой из выбранных Вами характеристик				
	Совсем нет	В небольшой степени	Средне	В большой степени	В очень большой степени
	1	2	3	4	5
1.Взаимоотношения с учителями					
2.Взаимоотношения с учениками					
3.Возможность высказать свою т. зр.					
4.Уважительное отношение к себе					
5.Сохранение личного достоинства					
6.Возможность обратиться за помощью					
7.Возможность проявлять инициативу					
8.Учет личных проблем					

8. Считаете ли Вы свою работу интересной, увлекательной?

Да	Пожалуй, да	Не знаю	Пожалуй, нет	Нет
----	-------------	---------	--------------	-----

9. Насколько защищенным Вы чувствуете себя в учреждении от:

	Полностью не защищен	Скорее не защищен	Как сказать	Скорее защищен	Полностью защищен
	1	2	3	4	5
...от публичного унижения/оскорблений:					
А) учениками					
Б) коллегами					
В) администрацией					
...от угроз:					
А) учеников					
Б) коллег					
В) администрации					
от принуждения делать что-либо против Вашего желания					
А) учениками					
Б) коллегами					
В) администрацией					
...от игнорирования:					
А) учениками					
Б) коллегами					
В) администрацией					
...от недоброжелательного отношения					
А) учеников					
Б) коллег					
В) администрацией					

10. Если Вы временно не работали, вернулись бы Вы на свое место работы?

Нет	Не знаю	Да
-----	---------	----

11. Ответьте, какое из этих мнений лучше всего характеризует особенности коллектива, в котором Вы работаете.

1.Работать нужно так, как в нашем коллективе	2.Работать нужно лучше	3.Меня мало волнует, как работают у нас
--	------------------------	---

Интерпретация ответов.

Индивидуальный протокол

№ вопроса	Позитивное отнош-е	Нейтральное отнош-е	Негативное отнош-е
1	Да; пожалуй да	Не могу сказать	Нет; пожалуй нет
2	7-9	4-6	1-3
3	нет	Не могу сказать	Да
4	Да; пожалуй да	Не могу сказать	Нет; пожалуй нет
5	нет	Не могу сказать	Да
6	Обычно, чаще хорошее	Не влияет	Обычно, чаще плохое
8	Да; пожалуй да	Не могу сказать	Нет; пожалуй нет
10	да	Не знаю	нет
11	1	3	2
сумма			
7	Ур.удовлетворенности =		
9	Ур.защищенности =		

Вопрос 7

Сумма всех баллов делится на кол-во характеристик (8) = уровень удовлетворенности характеристиками образовательной среды.

Суммарное число баллов/8	Ур.удовлетворенности
1-1,7	Низкий
1,8-2,5	Ниже среднего
2,6-3,3	Средний
3,4-4,1	Высокий
4,2-5	Очень высокий

Вопрос 9

Сумма всех баллов делится на кол-во подпунктов опросника (15) = уровень защищенности образовательной среды учреждения.

Суммарное число баллов/15	Ур.удовлетворенности
1-1,7	Низкий
1,8-2,5	Ниже среднего
2,6-3,3	Средний
3,4-4,1	Высокий
4,2-5	Очень высокий

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ

«ТЕХНИКА МАК В РАБОТЕ С ПЕДАГОГАМИ ДОУ»

Использование метафорических ассоциативных карт помогут «разговорить» педагогов, которые редко говорят о своих личных проблемах, и выяснить их потребности и трудности. Это используется для того, чтобы помочь педагогам наладить общение с родителями и коллегами.

Материалы для практикума: МАК (метафорические ассоциативные карты ЭККО, НАВИТАТ), карандаши цветные, восковые мелки, кисточки, бумага формата А4, музыкальное сопровождение (звуки природы).

Цель: *Способствовать самопознанию педагогов, личностному самораскрытию, позитивному восприятию себя.*

Задачи: 1)создать условия для осознания роли своего «Я» в личностном развитии; 2)снять эмоциональное напряжение, усталость в рамках профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Количество человек: 5-7

Продолжительность: 1 час

Комментарий: Метафора – это фигура речи, в которой используется слово или выражение в необычном смысле, с существенными сходствами между двумя терминами. Например: острый ум, каменное сердце, золотая голова, железный характер, золотые руки, ядовитый человек и т.д.

Зрительные впечатления важны для человека чрезвычайно. Глаз человека «фотографирует» внешний мир, и внутри нас существует великое множество визуальных образов, многие из которых сохраняются в нашей памяти как экспонаты музея нашей жизни.

Что такое ассоциативные метафорически карты?

Метафорические – потому что это не просто картинки, а они нарисованы или созданы так, что их образы многослойны, имеют много смыслов и возможностей для интерпретации.

Ассоциативные – потому что, когда мы смотрим на картинку, возникает связь между отдельными событиями, фактами, предметами или явлениями, отражёнными в вашем сознании и закреплённые в вашей памяти.

НАВИТАТ (среда обитания) - отражают разнообразный и живописный природный мир Земли. Карты стимулируют наши ассоциации, которые становятся основой для игры.

ЭККО – это итальянское слово, которое приблизительно переводится следующим образом, «Взгляни на это именно так!» Карты позволяют нам прояснить то, что мы видим, представляем и чувствуем.

Упражнение – приветствие: «Здравствуй, я дарю ВАМ...»

Участники, стоя в кругу, по очереди произносят и дополняют фразу «Здравствуй! Я дарю вам... (*хорошее настроение, радость, оптимизм, положительный заряд бодрости, свое внимание, свою улыбку и т. п.*)».

Серия карт НАВИТАТ.

Упражнение «Вчера, сегодня, завтра».

Инструкция педагогам. Участники вытягивают из колоды по три карты, держа их рубашкой вверх. Каждый по очереди открывает свои карты, располагая их в хронологическом порядке. Рассказывая короткую историю, необходимо использовать все три карты. Попробуйте связать образы в определенную последовательность, начиная с прошлого через настоящее, заканчивая будущим.

Упражнение «Рассказ».

Инструкция педагогам. Первый участник вытягивает карту, кладет ее на стол картинкой вверх и отвечает на следующие вопросы:

- В какой части мира это могло произойти?
- Что здесь происходит?
- Как я связан с этим?

Каждый последующий участник по очереди вытягивает карту и описывает ее по тем же принципам.

Серия карт ЭККО.

Упражнение «Сновидения».

Инструкция педагогам: история рассказывается участникам как сон или фантазия, в которую вовлечены все игроки. Первый участник наугад вытягивает карту из колоды, рассматривает ее и начинает рассказ: « Во сне я оказался в таком месте, которое ...» Он заканчивает свой рассказ, таким образом, чтоб следующий участник мог продолжить его, используя свою карту. Каждый новый отрывок расширяет сон. Продолжение может быть логичным и иррациональным - так, во сне растения могут говорить, а животные могут быть наделены мистическими свойствами.

Техника «Расширение рисунка».

Примечание. Техника помогает педагогам ослабить тревогу, защиту, дает чувство контроля над ситуацией, как следствие - осознание себя в профессии растет.

Инструкция педагогам. Каждый участник вытягивает «вслепую» карту из колоды и кладет ее на лист бумаги. Используя цветные карандаши или краски, участники раскрашивают свои картинки, представляя, что это часть какой-то большой мозаики. Когда вся картина нарисована, можно убрать карту и зарисовать оставшееся от нее место. Расскажите о своей карте и о получившейся картине.

Упражнение «Пожелание».

Каждый педагог вслепую вытягивает из колоды позитивных карт-картинок одну карту. Исходя из картинки, делает подарок (говорит комплимент, пожелание) любому участнику тренинга.

РЕФЛЕКСИЯ

Педагоги продолжают предложения:

- Главная мысль нашей встречи - ...
- Настроение нашей встречи - ...
- Итог нашей встречи - ...

Литература.

1. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство / А.Л. Венгер. - М.: Издательство ВЛАДОСС-ПРЕСС, 2003. - 160 с.
2. Казанцева Е.В. Метафорические ассоциативные карты как «Магическая» психотерапевтическая практика / Е.В. Казанцева // Концепт. - 2017. - №1. - С. 163- 170.
3. Толстая С.В. Метафорические ассоциативные карты в семейном консультировании / С.В. Толстая.- Москва: ООО «Вариант», 2019.- 260 с.
4. Чайковская, И.А. Бабочка в твоих руках... Из серии «Шпаргалки для практического психолога» / И.А. Чайковская. – Оренбург: ООО ИПК «Университет», 2015. - 131 с.

*Шарова Юлия Ивановна,
педагог-психолог МАОУ «Гимназия №16»,
Кунгурский муниципальный округ*

ТРЕНИНГ «ЧУВСТВА: КАК МЫ СЕБЯ ВИДИМ»

Цель: профилактика синдрома эмоционального выгорания у педагогов.

Оборудование: презентация, аудиозаписи музыки, средства мультимедиа, раздаточный материал (брошюра, лист бумаги, формат А4, метафорические карты или ассоциативные картинки / фото (при условии, что их будут использовать), ручки).

Ход тренинга

I. Этап мотивации.

Упражнение «Труд и профессия». Цель: научиться испытывать радость от работы. Реквизит: брошюра для участников тренинга. (Приложение 1).

Инструкция: прочтите отрывок из книги Г. Селье «Стресс без дистресса». Каким образом, труд, профессиональная деятельность может стать источником радости? Поделитесь собственным опытом.

II. Основной этап.

Теоретические основы.

Говоря об эмоциональном выгорании, следует уточнить, что такое эмоции. Что же, по вашему мнению, есть эмоция? (Эмоция (от лат. «emoveo» — потрясаю, волну) — психический процесс средней продолжительности, отражающий субъективное оценочное отношение к существующим или возможным ситуациям и объективному миру).

Эмоции включают в себя компоненты: переживание как отражение субъектом своих собственных состояний; физиологический компонент; мышечные реакции: напряжение, гипертонус; экспрессивный компонент: мимические, психомоторные, звуковые; когнитивная оценка полезности или вредности текущих событий.

Упражнение «Список». Цель: понять и принять себя. Реквизит: брошюра для участников тренинга. (Приложение 4). Инструкция: перед вами лист бумаги, формат А4, (приложение 4), делим его вертикально пополам и горизонтально пополам. Получится четыре «окна». В левый верхний угол следует написать то, что вам известно о себе и известно другим (имя, цвет волос, пол и т.д.). Далее берем список качеств. Опишите себя прилагательными из списка, если считаете нужным, можете дописать свои прилагательные, которых нет в списке.

Тест-мотив «Взгляд на себя глазами влюбленного человека». Цель: работа с ресурсными состояниями, чувствами и рефлексией. Реквизит: аудиозапись музыки для релаксации. (Приложение 3). Инструкция: сядьте поудобнее, закройте глаза, максимально расслабьтесь. Сегодня вы станете писателем. Текст теста. (Приложение 5.) Обсуждение: расскажите о своих чувствах после упражнения. Допишите мысли, чувства, которые у вас возникли после выполнения упражнения в левое верхнее «окно», то, что мы осознаём, присваиваем себе.

Техника подчеркивания общности. (Проводится в форме карусели или работы в парах). Цель: научиться снижать эмоциональное напряжение в общении с помощью подчеркивания общности целей, интересов, личностных характеристик и т.п. Инструкция: предлагаем поработать в парах. Каждому

участнику тренинга следует сообщить другому о том, что его с ним объединяет (не менее 1 качества, а лучше больше — до 10). В ответ партнер говорит либо «Согласен!» либо «Я подумаю над этим». Требования: общие черты должны быть приятны партнеру и должны соответствовать деловой или личностной экспертной зонам человека.

В этом упражнении пригодится брошюра со списком качеств и таблица. Следует дописать в левом верхнем «окне» качества, которые в вас видят другие, вы принимаете это. Если в результате выполнения упражнения вы узнаете о своих качествах, о которых не подозревали, то их следует записать в правом верхнем «окне». Обсуждение: как изменилось ваше эмоционально состояние в результате этого упражнения? Какого рода общность следует подчеркивать для снижения напряжения? Как именно это нужно делать?

Упражнение «20 обратных связей». Цель: осознать и принять свои эмоции и чувства, а также эмоции и чувства других людей, работа с ресурсными состояниями, чувствами и рефлексией. Реквизит: аудиозапись музыки для релаксации. (Приложение 3). Инструкция: опросите максимум коллег. Задайте два вопроса: какие мои сильные стороны вы видите? По какому вопросу вы бы обратились ко мне за советом? (Чем больше ответов будет от людей разного круга, тем интереснее получится результат). Проанализируйте полученную обратную связь. Подумайте, как можно использовать полученную информацию в повседневной жизни, работе, семье. Допишите «окошки» в таблице.

Техника / матрица «Окно Джохари». Цель: развития самосознания, доверия и общения. Реквизит: брошюра для участников тренинга. (Приложение 6). Инструкция: мы уже начали выполнять технику, выполняя предыдущие упражнения. Предлагаем взглянуть на таблицу, до конца ее заполнить. Варианты:

1. Использование метафорических карт или ассоциативных картинок (фото). В «закрытую» вытяните четыре карты на каждый квадрат матрицы. По очереди переверните картинки, начиная с «открытой зоны». Последовательно

исследуйте «скрытую зону», «слепое пятно» и «неизвестную зону». Какие ассоциации вызывает каждый рисунок и как они связаны с квадратом, в котором были открыты? «Ловите» первые мысли и идеи – обычно они самые правильные. Поразмышляйте над возникшими образами: как они помогут дополнить ваши записи, особенно в области «слепого пятна» и «неизвестной зоны».

Варианты вопросов: нравится ли вам картинка? Чем занимается герой? Какими качествами он обладает? Какие ассоциации вызывает? Что на картинке ассоциируется с вашими качествами в ... (открытой, скрытой, неизвестной зоне, слепом пятне)? Что хочется изменить? Впишите в «квадраты».

Вариант 2. «Впишите в соответствующие «окошки» все, что приходит на ум и кажется вам реалистичным. Итак, разберемся по порядку.

- Левое верхнее «окно» («открытая» зона) или «общественное Я». Необходимо увеличивать размер этой области путем самораскрытия, то есть рассказывать другим о себе.

- Левое нижнее «окно» («скрытая» зона) или «тайное Я». Пишем то, что известно человеку о себе, но неизвестно другим, то, что вы знаете о себе, но о вас не знают другие. Стоит обратить внимание на то, почему именно это вы скрываете от окружающих людей. Если человеку станет известно больше информации о вас, то качество коммуникации и взаимопонимания будет на уровень выше.

- Правое верхнее «окно» («слепая» зона, «слепое» пятно). Это то, что другие знают о вас, но вы не знаете о себе.

- Правое нижнее «окно» — зона неизвестного или «неосознанное Я». Это то, что ни вы, ни другие о вас не знают. Возможно, именно в этих занятиях кроется ваша зона роста.

Эта модель показывает, насколько хорошо вы знаете самого себя. Используется для того, чтобы понять: как люди выстраивают контакт с самими собой и с другими; как люди представляют себе себя и других; как люди воспринимают свое место в мире.

Рефлексия. Шеринг в конце тренинга. Что нового узнали о себе, других людях, об эмоциональных переживаниях? Какие новые взгляды на жизнь появились у вас? Что из того, что узнали и научились на тренинге, вы будете использовать в своей дальнейшей жизни? Может быть, у кого-то осталось в душе что-то неприятное, обидное? Тогда выскажите это чувство, чтобы не уносить его с собой. Какие конкретные действия вы будете совершать, чтобы работать над собой? Как этот тренинг повлияет на вашу жизнь?

III. Заключительный.

Упражнение «Рабочая ручка». Цель: осознавать составляющие жизни.

Придумано и используется хирургом одной из клиник Санкт-Петербурга. Он говорил следующее: «Когда я выхожу из клиники, которая находится в старом монументальном здании, я берусь рукой за большую металлическую ручку и с трудом открываю подпружиненную дверь. Как только я отпускаю эту ручку и выхожу на улицу, я запрещаю себе думать о работе и рабочих проблемах. Возможно, дома мне придется обдумывать рабочие ситуации, но сейчас, непосредственно после напряженного рабочего дня, я хочу и должен полностью отстраниться от работы и переключиться на свою личную жизнь».

«Волшебный мешочек». Цель: формирование оптимистичного восприятия жизненных событий.

Непосредственно перед сном, уже лежа с закрытыми глазами, постарайтесь проанализировать весь прошедший день и вспомнить все позитивные, приятные, интересные моменты, события, которые вызвали у Вас приятные переживания, пусть даже минимальные. Положите мысленно эти события в мешочек, а мешочек положите себе под подушку.

Интересно, что это упражнение не только способствует концентрации на позитивных переживаниях, ощущению, что день прожит не зря, при длительном и регулярном выполнении упражнения (обычно в течение около нескольких недель) возникает концентрация на позитивных переживаниях уже в течение дня «да, вот это я могу сегодня положить в свой мешочек».

Закончить нашу встречу предлагаем словами Жан-Мари Робина «По моему мнению, здоровый и зрелый индивид - это тот, который способен гибко, адекватно и творчески воспринять поддержку как извне, так и из своих собственных ресурсов». Это мы вам и желаем!

Литература.

1. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями (Психологический тренинг) / Ю. В. Саенко. – Санкт-Петербург: Речь, 2010. – 222 с.

2. Чутко Л.С. Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты / Л.С. Чутко, Н.В. Козина. – М.: МЕДпресс-информ, 2013. – 256 с.

3. Inner Active Cards 3rd Edition. [Текст]. — Режим доступа: <http://www.inneractivecards.com/>

4. Метафорические ассоциативные карты: работа с субличностями. [Текст]. — Режим доступа: <http://www.art-kopilka.com/metaforicheskie-associativnye-karty-rabota-s-sublichnostyami/>

5. Окно Джохари. [Текст]. — Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/okno-dgohary/>

6. Тест-мотив «Взгляд на себя глазами влюбленного человека» В.Косинцев [Текст]. — Режим доступа: <https://vk.com/@psychology-test-motiv-vzglyad-na-sebya-glazami-vlublennogo-cheloveka>

Приложение 1.

Отрывок из книги Г.Селье «Стресс без дистресса».

«Труд есть биологическая необходимость. Мышцы становятся дряблыми и атрофируются, если мы их не упражняем. Мозг приходит в расстройство и хаос, если мы не используем его постоянно для достойных занятий. Средний человек уверен, что работает ради материального достатка или положения в обществе, но, когда к концу самой удачной деловой карьеры он приобретает то и другое и ему не к чему больше стремиться, у него не остается никакого просвета в будущем, а лишь скука обеспеченного монотонного существования.

Лучший способ избежать дистресса – найти работу, которую вы сможете любить и уважать». (Селье, 1982).

Вопросы к упражнению «Труд и профессия»

- В чем заключается ваше признание, ваше жизненное предназначение?
- Получаете ли вы удовлетворение от своей работы? Какое именно?
- От каких аспектов профессиональной деятельности вы получаете наибольшее удовлетворение?
- Что, наоборот, приносит вам в работе неудовлетворение?
- Кем и где бы вы хотели работать?
- Какая работа могла бы приносить вам большее удовлетворение?
- Что можно изменить в вашей нынешней работе, чтобы испытывать от нее большую радость?
- Что зависит в этом плане лично от вас? Что вы сами можете изменить?

Приложение 2.

Веселый, Взрослый, Внимательный, Возмужавший, Гордый, Дружественный, Доверчивый, Заботливый, Зависимый, Задумчивый, Застенчивый, Здравомыслящий, Знающий, Идеалистический, Изобретательный, Интравертный, Ищущий, Любвеобильный, Мечтательный, Мудрый, Надежный, Напористый, Напряженный, Независимый, Нервный, Осторожный, Остроумный, Отважный, Отзывчивый, Помогающий, Понимающий, Преданный, Приспосабливающийся, Радостный, Расслабленный, Рациональный, Религиозный, Скромный, Слабый, Сложный, Собранный, Сочувственный, Спокойный, Спонтанный, Счастливый, Талантливый, Тихий, Уверенный, Умный, Упорный, Храбрый, Чувствительный, Щедрый, Экстравертный, Энергичный.

Приложение 3.

Рекомендуемая классическая музыка: «Хор пилигримов» Р. Вагнера, «Сентиментальный вальс» П.И. Чайковский, скерцо №1 этюд №1 и 2, соч. 10 Ф.Шопена.

Релаксационное воздействие «Баркарола» П.И. Чайковский, «Пастораль» Ж.Бизе, «История любви» Ф.Лей.

Приложение 4.

Лист бумаги. Формат А4.

Приложение 5.

Тест-мотив «Взгляд на себя глазами влюбленного человека».

Вам надо решить, кто из людей, вам известных, любит вас. Не так важно, любите ли вы его, но чрезвычайно важно знать, что он любит вас. Выберите себе этого человека и представьте следующее...

Вы сидите за столом, перед вами клавиатура компьютера, или бумага, ручка. Напротив окно, в которое вы время от времени выглядываете. Там, где-то за окном живет и что-то делает в эту минуту тот самый человек, который любит вас. Пришло время в вашей книге написать о нем. Вы откидываетесь на спинку стула, размышляете о нем, думаете, как бы могли описать этого человека, выразить словами то, что делает его особенным. Вы подбираете такие слова, которые позволят читателям увидеть этого человека вашими глазами – таким, каким видите его вы, поэтому вы описываете все его своеобразные привычки, выражения, манеру поведения, которые отличают этого человека от других. Вы вспоминаете и описываете словами его чувство юмора, ум, глупости, сильные стороны, маленькое и большое, все то, что в сочетании создает его уникальную личность.

Вы прислушиваетесь к собственному описанию и стараетесь проанализировать свои чувства по отношению к этому человеку, там, за окном.

Ваше описание подходит к концу. Вы стараетесь посмотреть на сделанное с другой позиции и точки зрения.

Вы плывете из своего кресла, в котором только что сидели и плывете в воздухе в направлении описанного вами человека. Вы соединяетесь с ним. Вы

становитесь тем человеком, который любит вас. С этой новой позиции вы всматриваетесь в себя.

Вы видите собственные слова, жесты, мимику, манеры, описанные человеком, который вас любит. Вглядывайтесь в себя глазами этого человека, узнавая качества и свойства, которые вам не были известны до настоящего момента или которые привыкли считать недостатками...

Вы «просматриваете» мысли и воспоминания человека, который вас любит и понимаете, что вас есть за что полюбить. Вы понимаете. Что можно просто быть и тем самым делать жизнь другого человека полнее и значимее. Вы видите и слышите все то, за что этот человек так ценит в вас.

Хорошо запомните все только что услышанное и увиденное, вы начинаете возвращаться в самого себя, зная, кто вы есть для человека, который вас любит.

Приложение 6.

	Знаю я	Не знаю я
Другие видят	Открытая зона качества, которые мы любим, которые принимает общество	Слепое пятно качества, о которых мы не подозреваем и узнаем о них благодаря обратной связи
Другие не видят	Скрытая зона качества, о которых мы знаем и не спешим делиться	Неизвестная зона не знаем мы и окружающие (ресурсы, потенциал)

Раздел 4. «Фишечки» специалиста

*Волокитина Татьяна Алексеевна
педагог – психолог МАДОУ «Детский сад «Эрудит»
г. Пермь*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКО – ДИДАКТИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ «УМНЫЙ КЕЙС» В ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ДЕТЕЙ С ОВЗ

В данной статье представлен опыт работы педагога – психолога по ППС детей с ОВЗ в условиях группы комбинированной направленности с использованием методическо – развивающего пособия «Умный кейс», которое было разработано автором статьи. Акцент в сопровождении сделан на организацию развивающего взаимодействия в триаде: специалист – ребёнок – воспитатели; комплексную поддержку когнитивных, эмоционально – волевых, коммуникативных трудностей детей. Готовый коррекционно – развивающий материал представлен в формате лэпбука, что позволяет использовать его как на занятии специалиста, так и для закрепления материала воспитателями с детьми, а также для самостоятельной деятельности ребёнка в условиях группы.

Назначение «Умного кейса» – выстраивание конструктивного общения с детьми с воспитателями и специалистами ДОУ в рамках коррекционно – развивающей помощи с учетом предыдущего опыта и индивидуальных психофизических особенностей дошкольников.

Особенности пособия

Содержание представлено 4 блоками: «Когнитивные процессы и произвольность», «Коммуникация», «Эмоциональный интеллект», «Регуляция поведения».

В основе организации занятий лежит нейropsychологический подход: маркировка руки, комплекс игр и упражнений, направленных на активацию головного мозга и межполушарное взаимодействие, развитие когнитивных процессов, коммуникативных способностей и произвольной регуляции поведения и деятельности.

Наличие навигатора, что облегчает ориентировку в содержании материала взрослым и детям.

«Удобность использования для ребёнка»: объёмная нумерация страниц, наличие многофункциональной закладки, «помогаторы» - маркеры, губки для стирания, встроенное магнитное поле; ламинированные страницы и разнообразие развивающего материала, сменяемость содержания по каждому разделу, полифункциональность игр и пособий, возможность выбора «рабочего места» ребёнком и т.д.

Методика использования «Умного кейса»

Содержание «кейса» определяется педагогом – психологом на 1 месяц. Он наполняет коррекционно - развивающим материалом и использует его на своих занятиях. В этом случае в кейс выкладывается часть игр и упражнений, которые использует специалист. Воспитатели группы используют его ежедневно для закрепления знаний, полученных ребёнком на психологических занятиях. Совместная деятельность педагогов и детей не предполагает проведение специальных занятия с ребёнком, а вся коррекционная работа проводится в режимные моменты (см. приложение).

Кейс находится в группе в определённом месте (например, «Центр развивающих игр»), что облегчает его нахождение в группе детьми с ОВЗ. Они могут самостоятельно использовать его, выбрав удобное для себя место (стол, лавка, ковер и т.д.) и игры, которые понравились. Ребёнок может играть в них не один, а пригласить с собой других детей группы. Они знают, что брать «кейс» без согласия «хозяев» - детей с ОВЗ нельзя. Часть игр и упражнений представлены только в кейсе, а некоторые, обозначенные условной картинкой в пособии, находятся в соответствующем центре, где ребёнок может их найти поиграть сам или с другими.

С целью повышения эффективности взаимодействия педагога – психолога и воспитателей группы разработана «Тетрадь взаимодействия», которая по - сути является для воспитателя планом работы на месяц. По мере

выполнения заданий с детьми они ставят отметку о их выполнении (см.приложение).

Вышеперечисленный подход к ППС детей с ОВЗ используется в ДОУ 2 года. За это время были получены следующие результаты: 100% детей имеют положительную динамику и стойкие результаты в развитии; они участвуют в муниципальных конкурсах среди детей и некоторые из них занимают призовые места в таких областях, как «Познавательное развитие», «Художественно – эстетическое развитие», «Физическое развитие»; повысился социальный статус детей в группе, они умеют договариваться, планировать свою деятельность с незначительной помощью взрослых; Качество психологической помощи, оказываемой воспитателями группы повысилось. Степень понимания ими методики ППС детей с ОВЗ, осознанности применения технологий, рефлексия собственных действий заметно выросли.

Приложение

Рекомендации по использованию «Умного кейса» с детьми» в режимные моменты

№	Режимный момент	Пособие/игра/упражнение	Центр в РППС
<i>Первая половина дня</i>			
1	Индивидуальная /подгрупповая работа с детьми перед НОД	- Дидактические или настольные игры с правилами, упражнения из кейса - Кинезиологические упражнения - Упражнения в песочнице - Телесно – ориентированные игры	- Центр развивающих игр - Картотека воспитателя - Центр творчества и экспериментирования - Центр физ.здоровья
2	НОД	- Кинезиологические упражнения - Игры для развития внимания, памяти на двигательном уровне - Упражнения на активацию головного мозга	- Картотека воспитателя - Картотека воспитателя; центр физического здоровья - Картотека воспитателя
3	Прогулка	- Двигательные игры с правилами -Кинезиологические упражнения	- Картотека воспитателя + выносной прогулочный материал - Картотека воспитателя
<i>Вторая половина дня</i>			
4	Самостоятельная игровая деятельность (после	- Дидактические или настольные игры с правилами, упражнения из кейса - Двигательные игры с правилами	- Центр развивающих игр - Картотека воспитателя +

	полдника)		центр физического здоровья
5	Самостоятельная деятельность детей (после ужина)	- Настольные игры с правилами, упражнения из кейса /развивающих центров в группе, образовательных холлах ДОУ - Игры с нейропсихологическими пособиями. - Игры и упражнения в песочнице	- Центр развивающих игр - Центр физического здоровья - Центр творчества и экспериментирования/ сенсорная комната

Тетрадь взаимодействия педагога – психолога с воспитателями по ППС детей с ОВЗ

№ зан.	Дата	Задачи	Игры/пособия
33-34	1 неделя февраля	- Развивать умение отгадывать картинку по вопросам - Закреплять умение работать по образцу - Развивать навыки ориентировки в листе бумаги (с предметом) - Развивать зрительную память - Закреплять навыки межполушарного взаимодействия	- Р/И «Волшебный пояс»¹ (кейс) - Игра «Сложи узор» из палочек - Игра «Муха» (кейс) - И/И «Мемори – эмоции» (кейс) - Двухручное рисование «Бабочка» (песочница) + (кейс)+ - К/У «Окей-фу»
35-36	2 неделя февраля	- Закреплять умение классифицировать и обобщать предметы по характерным признакам и назначению - Закреплять навык учитывать последовательность событий - Закреплять навыки ориентировки в пространстве на двигательном уровне - Развивать зрительную память - Развивать умение работать по образцу/памяти - Развивать навыки конструктивного общения	- Развивающее лото «Транспорт» (кейс) - Игра «Что сначала, что потом» (кейс) - Игра «Сложи узор» из палочек - Игра «Волшебный маршрут» (кейс) - Д/И «Пермский трамвайчик»

37-38	3 неделя февраля	- Развивать умение отгадывать картинку по характерным признакам - Развивать умение переключаться на двигательном уровне - Развивать навыки ориентировки в листе бумаги (с предметом) - Развивать умение одновременно оперировать несколькими признаками предметов	- Игра «Волшебный пояс» 2 (кейс) - Игра «Колпак мой треугольный» - 2 - Игра «Муха» (кейс) - Н/И «Большая стирка»
39 - 40	4 неделя февраля	- Развивать концентрацию внимания на зрительной основе - Развивать аналитические способности на зрительном материале - Развивать умение выделять закономерности на двигательном уровне - Развивать умение одновременно оперировать несколькими признаками предметов - Развивать умение сосредотачиваться в процессе выполнения задания, концентрироваться	- Р/И «Гараж» (кейс) - Р/И «Чего не стало?» (кейс) - Д/И «Почтальон» - Р/У «Закономерности в косичке» (кейс) - Н/скакалка

Ирина Юрьевна Зольникова
педагог-психолог ГБПОУ «КСХК»
Кунгурский муниципальный округ

ТЕХНИКА «ДЕРЕВО»

Описание консультации

Консультация отца Олега (37 лет) и его дочери Вероники (7 лет) по проблеме детско-родительских отношений: отец утверждает, что дочка не уважает его, часто говорит «отстань» «иди от сюда», реагируя на его замечания, использует агрессивные реакции. В школе девочка также стала проявлять конфликтное поведение со сверстниками.

Первым рисунок нарисовал отец:

Ответы отца на вопросы психолога по рисунку:

1. Какое это дерево?

- 100-летний дуб, он крепкий, выносливый, живучий;

2. Какие у него плоды?

- желуди, плодов очень много;



3. Какие у него корни?

- невидимые, сильные, глубокие корни;

4. Кто ухаживает за деревом?

- он живет сам по себе, своей жизнью, стоит сам за себя!

5. В чем нуждается ваше дерево?

- ему, наверное, одиноко, оно нуждается в общении. Возможно, ему нужно продолжить свои корни...

Как вы себя чувствовали в процессе рисования, как сейчас?

- в начале рисования чувствовал сомнение, неуверенность, как в школе....

- а сейчас чувствую понимание ситуации, прояснение причин своих трудностей отношений в семье....

Психолог: Значит ли так. Что вы, как это дерево, живя в семье, чувствуете себя одиноким? Вас не понимают?

- Да. Возможно. Сейчас такой период жизни...

Вам все-таки не хватает, как и этому дереву общения, понимания, продолжения ваших планов?

- Да, вы правы.....

Какие отношения у вас с супругой?

- Мы часто ругаемся, ссоримся, бывает на глазах у детей.....

- Думаю, что уважает, ведь я очень хозяйственный мужчина, только в разгар ссор бывает, что оскорбляет меня, обзывает.....

Что бы хотели изменить в отношениях в семье?

- чтобы меня понимали и слушались, а не решали все за меня.....

Психолог: отличное желание!

Психолог: Давайте вернемся к вашему рисунку, возможно ли что дорисовать на рисунке. Чего не хватает? Дать дереву то, в чем оно нуждается?

- Да, возможно!

И отец попросил еще лист бумаги, чтобы дорисовать свой рисунок.

Психолог: Этот рисунок похож на вашу семью?

- Да, похож! Я люблю свою семью!



Беседа с девочкой.

Психолог после знакомства и пары информационных вопросов, предлагает порисовать и нарисовать дерево:

Ответы дочери на вопросы психолога по рисунку:

Какое это дерево?

- яблоня, она высокая, толстенькая, высокая;

2. Какие у него плоды?

- яблоки, они маленькие, их 4;

3. Какие у него корни?

- корни спрятались, они в земле, длинные в глубину;

4. Кто ухаживает за деревом?

- девочка, моя подруга. Ей тоже 7 лет, она тоже учится в 1 классе

5. В чем нуждается ваше дерево?

- в поливе, её нужно полить, нужен дождик!

Психолог: можешь дорисовать то, чего не хватает яблоне?

- Да. Могу!



Психолог: Как ты себя чувствовала в процессе рисования, как сейчас?

- я хорошо себя чувствовала, я люблю рисовать;

- и сейчас мне интересно!

Психолог: Посмотри внимательно на свое дерево, оно у тебя очень красивое! А у тебя много друзей и подруг?

- Да. Много!

Психолог: а на рисунке ты нарисовала лучшую подругу?

-Да, в школе, мы вместе сидим за одной партой!

Психолог: А семья у вас дружная, как и твой класс?

- дружная, только мама с папой в последнее время часто ругаются.....

Психолог: а ты хочешь, чтобы они не ссорились?

- хочу, чтобы они чаще улыбались, смеялись, обнимались, чтобы вместе путешествовали, ходили в кино, играли.

Психолог: Вероника! У тебя очень хорошее желание! Я вижу, что ты очень любишь своих родителей!

Обсудив рисунки отца и дочери. Дочь сказала, посмотрев на рисунок отца, что его дереву не хватает влаги, воды, дождика.

А отец по рисунку дочери пояснил, что там не хватает их семьи, ведь родители лучше друзей и подруг!

Я, как психолог, интерпретирую, что дочери в семье не хватает внимания, тепла и ласки обоих родителей, т.к. они все время выясняют отношения между собой и это компенсируется общением с друзьями и сверстниками в школе.

А папе я порекомендовала прийти на консультацию вместе с мамой, где мы вместе обсудим рисунки и пояснения их дочери, а также обсудим причину возникновения их разногласий и влияния ссор родителей на психику ребенка.

В рамках психологической техники «Дерево» при помощи рисования, мы придаем образ проблеме, используя творческий подход, способ метафоры, на рисунке выносятся сравнение с реальной жизненной ситуацией. Дорисовывание, добавление элементов на рисунке явно проявляются потребности клиентов, при этом они проговаривают их сами.

Рисунки можно также интерпретировать по цветовой гамме, учитывая характерные элементы рисунка, основываясь на ключах проективных техник.

Данную технику можно использовать при психологическом консультировании, как детей, так и взрослых. Эффективно работает на оптимизацию детско-родительских отношений.

*Климантова Вера Павловна,
педагог-психолог МАДОУ
«Центр развития ребенка – детский сад №67»,
город Пермь*

ОПЫТ СОЗДАНИЯ НАСТОЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В поиске нестандартных решений для психологического сопровождения детей педагоги-психологи обращаются к опыту коллег. Встречи с коллегами на Фестивалях, Форумах, Конференциях всегда оставляют след в профессиональной деятельности специалиста. Творческое осмысление, адаптация полученных техник, упражнений к условиям конкретной образовательной организации обеспечивают появление новых продуктов – игр, пособий, упражнений. Так случилось и с нами – творческой группой педагогов-психологов ДОО Мотовилихинского района города Перми.

В 2017 году руководитель творческой группы вдохновилась играми Ильи Грекова на Сказкотерапевтическом фестивале в МГГПУ. Настольные игры, представленные на Фестивале, были созданы для взрослых людей и были направлены на трансформацию личности. Идеи настольных игр были представлены коллегам в Перми, группа единомышленников вдохновилась и активно включилась в процесс создания настольных игр для детей дошкольного возраста.

В 2020-2021 учебном году была создана рабочая группа «Создание кейса настольных игр для детей старшего дошкольного возраста», целью которой стало создание игр по актуальным направлениям сопровождения детей, составлен план работы, проводились встречи в течение года. В группу вошли

творческие, профессиональные, вдумчивые, ответственные, креативные педагоги-психологи ДООУ: Вереvченко Ольга Игоревна, Бородинова Елена Николаевна, Ульянова Надежда Юрьевна, Бывальцева Наталья Николаевна, Томашина Елена Николаевна, Прозорова Полина Васильевна. Результатом работы стали разработанные и изготовленные настольные психологические игры: «Круг друзей», «В гостях у эмоций», «Путь героя». Игра «Круг друзей» стала лауреатом в номинации «Инновационный подход» на Всероссийском конкурсе дидактических пособий и развивающих игр для детей «Играй – выигрывай!».

В данной статье предлагаем наш опыт создания игры. После выбора направлений игр: развитие эмоционального интеллекта, формирование и развитие интегративных качеств личности и навыков сотрудничества ребенка старшего дошкольного возраста, были проанализированы имеющиеся игры и пособия. У творческой группы возникло желание сделать настольную игру, полифункциональную, интересную для детей и самих психологов. Идеи и теоретические основы были найдены в книгах «Поле речевых чудес» З.А. Репиной, «Организация психологической работы в школе» М.Р. Битяновой, «Практикум по сказкотерапии» Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, «Восьмицветовой тест» Люшера.

Для игры «Круг друзей» было спроектировано игровое поле с секторами и цветными полями 7 цветов, карточки круглой формы с игровыми заданиями.



Игровое поле размещается на двух детских столах или на полу. Содержанием данной игры стало развитие умений устанавливать и поддерживать контакты со сверстниками, вербальным и невербальным способами. При составлении игровых заданий учитывали разные способы общения: приветствия, прикосновения (похлопывания по плечу, рукопожатия, объятия),

обращения (спросить, узнать, договориться). Творческая группа разработала правила игры, оформила описание. После создания игры наступил период практического применения: в пяти ДОО дети играли в игру «Круг друзей», в правила были внесены коррективы. По мнению детей, данная игра нужна в детских садах, она учит их «говорить и играть» друг с другом. Педагоги-психологи отметили, что у детей вызвали затруднения такие игровые задания, как «опиши соседа», «начни предложение и предложи соседу закончить его». В конце игры, когда дети получают детали конструктора, фишки, группе предлагается решить, что построить, мы предполагали, что дети объединят детали и создадут общую постройку. Однако при использовании созданной игры мы увидели, что в зависимости от опыта детей, группы по-разному заканчивают игру: чаще дети создавали собственные постройки, и только после предложения психолога, дети объединяли детали. По мнению педагогов-психологов, данная игра помогает детям устанавливать контакты со сверстниками разными способами, создает условия для неуверенных, замкнутых детей получить опыт общения с детьми в игровом пространстве.

В настоящее время творческая группа педагогов-психологов разрабатывает еще несколько настольных игр для дошкольников и их родителей. Надеемся, представленный опыт будет полезен коллегам, которые ищут нестандартные решения в организации психологического сопровождения детей разного возраста.

*Суровцева Нойба Газалиевна,
педагог –психолог МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ»,
Кунгурский муниципальный округ*

ВЛИЯНИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ И СЕНСОРНЫХ ПРОЦЕССОВ НА УЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

Мозг – это главное здание организма, в котором есть фундамент, стены и крыша. А психические функции – это то, чем занимаются «обитатели» этого здания. Таким образом, есть подвальное помещение, основные этажи с правым

и левым крылом и крыша, где есть «правитель», который все и всех контролирует. Эффективность «правителя» зависит от работы ниже находящихся этажей». Если нагрузка на самый верхний этаж, строящейся нервно-психической системы ребенка, игнорирует нижележащие уровни, развитие носит асинхронный характер, происходит астенизация организма, иногда школьная дезадаптация.

Психомоторика — это процесс, обобщающий психику с ее выражением — мышечным движением.

Сенсорное развитие обеспечивает получение отчётливых представлений об окружающем, с другой — составляет фундамент общего умственного развития ребёнка.

Связь восприятия и ответного движения может осуществляться в различных формах сенсомоторных процессов, в которых различают четыре психических акта:

- 1) сенсорный момент реакции — процесс восприятия;
- 2) центральный момент реакции — более или менее сложные процессы, связанные с переработкой воспринятого, иногда с различием, узнаванием, оценкой и выбором;
- 3) моторный момент реакции — процессы, определяющие начало и ход движения;
- 4) сенсорные коррекции движения (обратная связь).

В развитие психомоторики и сенсорных процессов должно входить не только формирование восприятия цвета, формы, величины и пространственных отношений между предметами, развитие мышечного чувства, но и развитие мелкой пальцевой моторики, статической и динамической координации движений пальцев рук, развитие ритмической организации и переключаемости движений рук, а также формирование общей моторной координации ребёнка. Новые функциональные системы формируются у каждого человека вновь и вновь при овладении новыми видами деятельности. Работу с учащимися начальных классов начинают с развития процессов восприятия в предметно-

практической деятельности. В основе любого познания лежат сенсорные процессы, а любое восприятие сопровождается движением, любой замысел также заканчивается движением. Психомоторика играет интегративную роль в организации психических процессов, поэтому в коррекционной работе широко используются двигательные упражнения, сочетающиеся с речью, кроме того, предусматриваются упражнения, формирующие различные виды праксиса. Многие виды деятельности, которые у взрослых людей протекают автоматизировано, дети усваивают с помощью мыслительной деятельности. Любая ситуация, задающая ребёнку проблему, побуждает его к поиску решения и требует мыслительных действий. Для коррекционно-развивающей работы важно подбирать такие задания, ситуации, которые находятся в зоне ближайшего развития ребёнка, т.е. ребёнок функционально готов к решению встающей проблемы с небольшой помощью взрослого. Чтение, счёт, письмо – сложные виды психической деятельности, опирающиеся на комплекс высших психических функций, участвующих в их реализации. Этот комплекс высших психических функций принято **называть функциональным базисом.**

А.В. Семенович, Н.Я. Семаго, М.М. Семаго считают, что функциональным базисом основных **школьных навыков** является сформированность:

- двигательной сферы;
- зрительно-пространственного восприятия;
- произвольности психических процессов;
- аффективной регуляции поведения.

Л.С. Цветкова к психологическим предпосылкам **письма** относит:

- сформированность устной речи;
- сформированность разных модальностей восприятия (зрительно-пространственного, слухо-пространственного, сомато-пространственного, схемы числа);

- сформированность двигательной сферы (тонких движений, их подвижности, переключаемости, устойчивости, предметных действий);

- сформированность абстрактных способов деятельности;

- сформированность общего поведения, его регуляции.

Для формирования **счёта** важны следующие предпосылки:

- сформированность пространственного восприятия;

- развитость организующей, номинативной и регулирующей функции речи;

- достаточный уровень развития наглядно-образного и вербально-логического мышления.

Занятия по психомоторике и сенсорным процессам – это преодоление недостатков и развитие функционального базиса основных школьных навыков, а именно: перцептивно-гностических функций, кинетического и кинестетического фактора, пространственного восприятия, временных представлений, графо-моторных навыков, мыслительной и речевой деятельности.

Литература.

1. Актуальные проблемы нейродинамики детского возраста. Под редакцией Л.С.Цветковой, М., 2001.

2.Руководство по работе с детьми с умственной отсталостью. Под редакцией М. Пшичек, СПб, 2006.

3. Семаго Н.Я, Семаго М.М. Оценка развития познавательной деятельности ребёнка (дошкольный и младший школьный возраст), С-П, «Триумф»,2007.

4. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. М, «Академия», 2002.

5. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении.: Практическое пособие.- 2-е издание.- М.: Айрис-пресс, 2004.

6. Цветкова Л.С. Нейропсихология счета, письма и чтения: нарушение и восстановление.- М.: «Юристъ», 1997 – 256 с.

*Чукина Мария Владимировна, педагог-психолог,
пос. Новомихайловский
Туапсинский район Краснодарский край*

ПРОЕКТ «СЕМЬ ДОБРЫХ ДЕЛ», ИЛИ КЛАССИКА В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Идея проекта "Семь добрых дел" родилась после прочтения с первоклассниками сказки В. Катаева "Цветик-семицветик."

Идея: показать детям возможность нравственного развития во взаимосвязи с факторами социализации; через желание творить добрые дела повлиять на формирование у них осознанности и ответственности не только за себя, но и за окружающий их мир.

Каждый лепесток цветика-семицветика означает одно из направлений, в котором нужно выбрать и сделать доброе дело. Перечень дел в направлениях представляет возможность каждому ребёнку выбрать те дела, которые ему по душе и по силам, или придумать свой вариант. Возможен вариант, когда дети объединяются для совместного выполнения некоторых заданий.

Каждому ученику выдаётся распечатанный макет цветика-семицветика. Педагог зачитывает варианты добрых дел, плюс они в распечатанном виде находятся на стенде в классе, чтобы дети могли наглядно видеть многообразие вариантов. Ребёнок отмечает в каждом лепестке своего цветика-семицветика выбранный им номер варианта (например, в лепестке "Добрые дела в отношении себя" – п. 1.4, в лепестке "Добрые дела для семьи" – п. 2.2. и т.д.).

Когда выбранное учеником доброе дело будет выполнено, на цветике-семицветике он закрашивает данный лепесток цветным карандашом, а на обороте листа кратко фиксирует итог, что конкретно у него получилось. После выполнения задания на этой же стороне листа делается краткая запись педагогом или родителем (например: "Молодец!", "Я тобой горжусь!", "Я восхищён твоим результатом!", "Умница!" и пр.). Поскольку речь идёт о воспитании нравственных качеств, а самоконтроль у первоклассников пока ещё выработался не до конца, очень важно, чтобы родители поняли идею проекта,

поддержали своего ребёнка в выбранных им добрых делах, и обязательно отмечали результат, если этого требует задание (больше всего это касается лепестков "Добрые дела для семьи", "Добрые дела для друзей", "Добрые дела для города Сочи"). Отсутствие фиксации взрослыми достигнутого результата и моральной поддержки ребёнка за совершённые им добрые дела, к сожалению, могут привести к снижению мотивации и понимания значимости доброты.

Педагог договаривается с детьми, что цветик-семицветик у каждого ученика хранится в дневнике (вложен между форзацем и книжным блоком), и о примерном времени для выполнения задания (например, до конца 3-й четверти). Таким образом, у педагога есть возможность смотреть, какие задания выбрали ученики, в течение какого времени они их выполнили, а по истечении времени подвести вместе с детьми итоги проекта.

Обращение к ученикам:

Дорогие ребята! В сказке Валентина Катаева "Цветик-семицветик" героиня только один из семи лепестков потратила на по-настоящему доброе дело – помогла мальчику Вите стать здоровым! Потратив последний лепесток с умом, она применила его и с пользой для себя, ведь искреннее желание Жени помочь незнакомому мальчику вернулось ей радостью – в лице Вити девочка обрела настоящего друга.

А давайте представим, что у нас с вами тоже есть цветик-семицветик. Он пока не раскрашен яркими цветами. Но мы сами с вами станем добрыми волшебниками, и сами можем придумать или выбрать, какие добрые дела можно совершить, чтобы сделать себя и мир добрее и лучше. На вашем цветике-семицветике каждый лепесток имеет своё название.

Названия лепестков:

1. Добрые дела для себя, своего развития (для личностного роста)
2. Добрые дела для своей семьи, родных и близких
3. Добрые дела для одноклассников и школы
4. Добрые дела для друзей
5. Добрые дела для города Сочи

6. Добрые дела для Родины - России

7. Добрые дела для планеты Земля

Чтобы ваш цветик-семицветик стал цветным, вначале выберите из списка те добрые дела, которые вам хотелось бы сделать, я их вам зачитаю (*вариант – прочитайте их на доске*). Номер задания, который вам понравился, записывайте в лепестке. Позже вы можете ещё раз прочитать все варианты добрых дел, и запомнить, что выбрали вы.

Свой волшебный цветок, пожалуйста, храните в школьном дневнике. Как только вы сделаете доброе дело, раскрасьте лепесток цветными карандашами, а на обороте листа кратко напишите, что у вас получилось.

Давайте попробуем в течение этой четверти воплотить в жизнь задуманные добрые дела, а перед весенними каникулами подведём итог и поделимся друг с другом своими открытиями.

Примечание для педагога: чтобы не перегружать детей информацией, можно не зачитывать детям сразу все задания для всех лепестков, а сделать это последовательно в течение нескольких дней, разбирая в день задания только для одного-двух лепестков. Таким образом, есть шанс более внимательного отношения ребят к проекту.

1. Добрые дела для себя, своего развития:

1.1. Навести самостоятельно порядок в своей комнате, в своём школьном ранце. Сфотографировать полученный результат, показать его маме или педагогу.

1.2. Сердечно простить тех, на кого сердишься или в обиде, помириться с этими людьми. Рассказать родителям или педагогу о примирении.

1.3. Научиться добросердечно выражать свои мысли. Например, когда тебе хочется сказать: "Я завидую тебе", вместо этого ты можешь произнести: "Я искренне рад/а за тебя!". А фразу "Хочу похвастаться" можно заменить выражением "Хочу поделиться с вами своей радостью!". Понаблюдать, что произойдёт при добросердечном выражении своих мыслей. Рассказать о своих наблюдениях педагогу.

1.4. Прочитать книги о доброте. Записать в читательский дневник свои мысли о прочитанном. Рассказать педагогу и ребятам в классе о прочитанной книге. Ты можешь воспользоваться приведённым ниже списком литературы, либо выбрать другие книги по рекомендации родителей и педагогов:

-  Павел Бажов "Серебряное копытце"
-  Рахиль Баумволь «Друг в кошёлке»
-  Френсис Бёрнетт «Маленький лорд Фаунтлерой»
-  Джэки Дэвис, Дэвид Соман «Девочка Божья Коровка»
-  Борис Заходер «Серая Звёздочка»
-  Антун Крингс «Пес Артос, или Урок доброты»
-  Сельма Лагерлёф «Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями»
-  Астрид Линдгрен «Крошка Нильс Карлсон»
-  Валентина Осеева "Динка"
-  Элинон Портер "Поллианна"
-  Антуан де Сент-Экзюпери "Маленький принц"
-  Евгений Сосновский «Вежливая книга»
-  Людвиг Труди «Невидимый мальчик»
-  Вера Чаплина «Мои питомцы»
-  Андреас Х. Шмахтл «Тильда Яблочное Семечко. Чудесные истории из переулка, где растёт шиповник»

1.5. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для самого себя. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с родителем или педагогом.

2. Добрые дела для своей семьи, родных и близких:

- 2.1. Спросить у родных, в чём им нужна твоя помощь и с радостью помочь им! Сфотографировать полученный результат, показать его маме или педагогу.
- 2.2. Сказать родным о том, как ты их любишь и поблагодарить их за заботу о тебе.

2.3. Нарисовать смешную и добрую открытку, написать письмо родственникам, которые живут от вас далеко. (*Подсказка:* почтовый адрес родни, конверт и как отправить письмо через почту спроси у родителей).

2.4. Выучить стихи о доброте и с выражением рассказать их домочадцам за семейным ужином.

2.5. Посмотреть с родными фильмы о доброте, а после просмотра поделиться друг с другом своими впечатлениями. Ты можешь воспользоваться приведённым ниже списком фильмов, либо выбрать другие по рекомендации родителей и педагогов:

- ✓ «Внимание, черепаха!» (1969, СССР)
- ✓ «Звёздочки на земле» (2007, Индия)
- ✓ «Частное пионерское» (2013, Россия)
- ✓ «Белль и Себастьян» (2013, Франция)
- ✓ «Тайна Красной планеты» (2011, США)
- ✓ «Мы купили зоопарк» (США, 2011)
- ✓ «Приключения Паддингтона» (2014, США)
- ✓ «Братец Баджранги» (2015, Индия)
- ✓ «Все любят китов» (США, 2012)

2.6. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для своей семьи. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

3. Добрые дела для одноклассников и школы:

3.1. Найти в словарях точное толкование слов "доброта", "бескорыстие", "сердечность" и сравнить их между собой. Сделать сообщение на классном часе об этой работе.

3.2. Составить список пословиц и поговорок о доброте, написать их красивым почерком на листе бумаги и оформить им стенд в классе или школьном холле.

3.3. Сказать каждому однокласснику хорошие добрые слова о нём, опираясь на собственные наблюдения за поступками товарищей.

- 3.4. Необычно и по-доброму поблагодарить учителя за интересные уроки, а других сотрудников школы – за их внимание и заботу о детях.
- 3.5. Научить на перемене играть одноклассников в добрую игру. (Подсказка: узнай заранее у родителей и учителей, во что интересно и безопасно можно поиграть на переменах в школе).
- 3.6. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для одноклассников и школы. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

4. Добрые дела для друзей:

- 4.1. Выучить песню о доброте, разучить её с друзьями и спеть вместе. Записать на память видео вашего чудесного исполнения. Ты можешь воспользоваться приведённым ниже репертуаром, либо выбрать другие песни по рекомендации родителей и педагогов:
- "Сделай доброе дело", исп. группа "Игрушки International"
 - "Гимн доброте", исп. детский хор "Тропинка"
 - "Цветик-семицветик", исп. группа "Домисолька"
 - "Что такое доброта", исп. группа "Барбарики"
 - "Дорога добра" – песня из кинофильма "Маленький Мук" (слова Ю. Энтина, музыка М. Минкова,)
 - "Доброта" – песня из мультфильма "Приключения поросёнка Фунтика" (слова В. Шульжика, музыка В. Львовского)
 - "Доброта" - песня из м/ф "Лето кота Леопольда" (слова А. Хайта, музыка Б. Савельева)
 - "Если добрый ты" – песня из мультфильма "День рождения кота Леопольда" (слова М. Пляцковского, музыка Б. Савельева)
- 4.2. Посмотреть с друзьями мультфильмы о доброте, а потом поделиться друг с другом своими впечатлениями. Выбор мультфильмов на эту тему огромен, но если вдруг не сможешь определиться, то вот маленькая подсказка:

- * мультфильм "Просто так"
- * мультфильм "Фантик. Первобытная сказка"
- * мультфильм "По дороге с облаками"
- * "Большой Ух"
- * мультфильм "Приключения поросёнка Фунтика"

4.3. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для своих друзей. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

5. Добрые дела для города Сочи:

- 5.1. Передать в дар детям, живущим в скромных условиях, добротные, но уже не нужные тебе вещи (например, игрушки, одежду и обувь).
Подсказка: предварительно обсуди с родителями, что, кому и как можно подарить.
- 5.2. Улыбнуться и пожелать продавцу в магазине хорошего дня.
- 5.3. Так как 2022 год по инициативе мэра Сочи объявлен Годом экологии, узнать с помощью взрослых, что это такое и как ты можешь стать активным участником предстоящих городских мероприятий.
- 5.4. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для своего города. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

6. Добрые дела для Родины - России:

- 6.1. Придумать сюжет, сценарий видеоролика на тему "Люди, будьте добрее!". С помощью одноклассников и взрослых записать его и разместить в интернете.
- 6.2. Найти единомышленников среди друзей и одноклассников и сделать совместный фотоальбом "Самые красивые места и достопримечательности города Сочи глазами детей". С помощью взрослых разместить его в интернете, чтобы жители всей России могли любоваться красотой нашего города и его окрестностей.

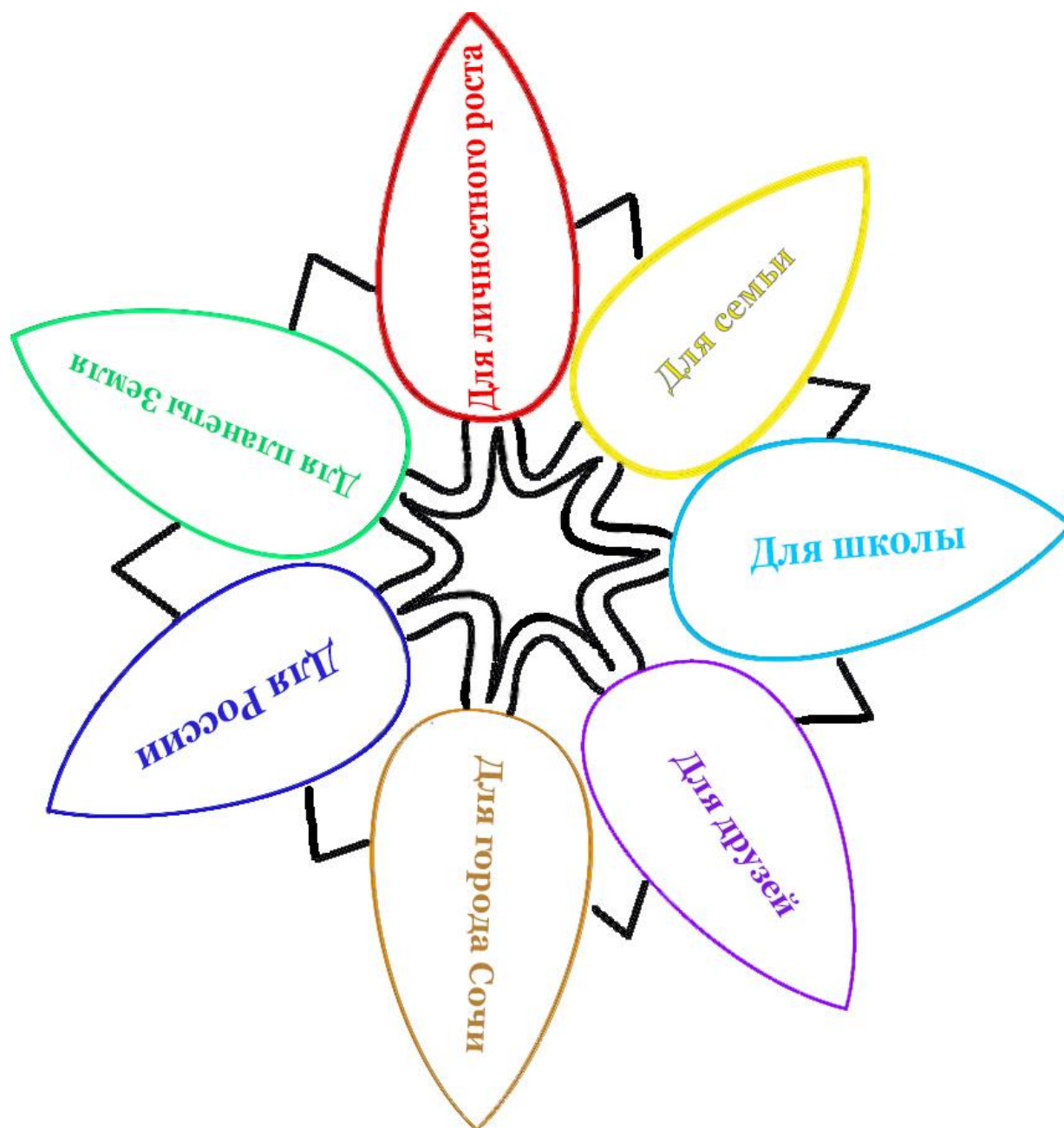
- 6.3. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для своей Родины. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

7. **Добрые дела для планеты Земля:**

- 7.1. Посадить саженец дерева или кустарника возле дома или школы – пусть зелёные насаждения радуют всех долгие годы! Сфотографировать полученный результат, показать его педагогу. *Подсказка:* для выполнения этого задания обязательно попроси помощи у взрослых!
- 7.2. Узнать, какие растения и животные нашего региона занесены в Красную Книгу, и что можно сделать, чтобы они никогда не исчезли с лица Земли. Поделиться полученной информацией с одноклассниками и педагогом.
- 7.3. Уважительно относиться ко всему живому на планете – никогда не обижать животных и без надобности не рвать растения.
- 7.4. Приучить себя всегда убирать за собой мусор: донести его до урны, а не бросать на пол, на дорогу, в реку или в море.
- 7.5. Спросить у педагогов, что такое **рециклинг** и как система раздельного сбора твёрдых бытовых отходов помогает снизить негативное воздействие на природу. На основе полученной информации предложить внедрить в школе систему сбора мусора по фракциям.
- 7.6. Придумай сам, что доброго ты бы мог сделать для нашего общего дома – планеты Земля. Запиши название этого дела в своём цветике-семицветике. Когда выполнишь его, поделись результатом с педагогом.

Цветик-семицветик

ученика/цы _____



Название лепестка	Что у меня получилось (краткий итог)	Поддержка взрослого
Для себя		
Для семьи		
Для школы		
Для друзей		
Для города		
Для России		
Для планеты		

*Яковлева Татьяна Ивановна,
учитель-логопед МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 13»,
Кунгурский муниципальный округ*

10 СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Совет первый: постарайтесь преодолеть страх и отчаяние. Факт появления на свет ребенка «не такого, как у всех» является причиной сильного стресса, который вы испытываете, в первую очередь, как его родители. Не корите и не вините себя. Вам очень трудно сейчас. Вы столько времени ждали, когда наступит долгожданный час, и родится ваш малыш. Вы надеялись вместе с ним строить его и вашу жизнь. А теперь вы полагаете, что все рухнуло. Жизнь кажется вам наполненной не проходящей тоской и болью. Не отчаивайтесь! Не все так безнадежно! Возьмите себя в руки! Вашему ребенку, каким бы он ни был, нужна помощь, и эта помощь должна прийти именно от вас. Вы нужны ему сильными, а не слабыми и беспомощными. Наберитесь терпения и помогите ему и ... себе. Преодолейте страх и отчаяние. Помните о том, что не отчаяние и не сомнения в своих возможностях, а любовь к ребенку и терпение, постоянная забота о нем позволят вам добиться наибольших успехов. Успокойтесь и постарайтесь следовать нашим рекомендациям.

Совет второй: необходима определенность. Вы должны уточнить ситуацию, в которой находится ваш ребенок. Чтобы найти выход, лучше действовать, а не предаваться переживаниям. Но действовать нужно обдуманно. Предлагаем вам следующий план. Вашему ребенку потребуются различные виды помощи, а именно: медицинская, педагогическая, психологическая.

Совет третий: определитесь, какая помощь необходима вашему ребенку и вашей семье в первую очередь. Медицинская помощь. Вы обязательно должны проконсультировать своего ребенка у невролога, детского психоневролога или детского психиатра. Отнеситесь внимательно ко всем рекомендациям врачей и старайтесь точно их выполнять. Врачи назначат медикаментозную терапию и подскажут план дальнейшей медицинской

реабилитации вашего ребенка. Если вас волнует вопрос рождения других детей в семье, не забудьте обратиться в генетическую консультацию. Уровень развития современной науки позволяет достаточно точно определить риск повторного рождения «неблагополучного» ребенка. Диагностика и психолого-педагогическая помощь. Чтобы исправить выявленные у вашего ребенка нарушения, одной медицинской помощи не достаточно. Необходимы психологическая и педагогическая коррекция. Если проблема четко определена и очерчена, она может быть и разрешена. В нашей стране существует широкая сеть специальных дошкольных и школьных образовательных учреждений, в которых обучаются дети с различными отклонениями в развитии. В этих учреждениях используются специальные методы, направленные на их обучение, развитие и адаптацию к социальной среде. Если ваш ребенок дошкольного возраста и страдает такими расстройствами, вы можете обратиться в районную или городскую ПМПК или реабилитационный центр по месту жительства. Опытные специалисты (врачи, психологи, педагоги) окажут вам квалифицированную помощь, уточнят диагноз и определяют профиль учреждения, в котором ваш ребенок сможет получить доступное ему образование.

Совет четвертый: постарайтесь принять факт наличия недостатков развития у вашего ребенка. Не пытайтесь убедить специалистов, к которым вы пойдете на консультацию, в том, что ваш ребенок такой, как все. Будьте внимательны к их советам и рекомендациям. Не бойтесь постановки ребенку «страшного» для вас диагноза. Не уподобляйтесь страусу, который прячет голову под крыло, чтобы не видеть опасности. Примите существующую реальность – нарушения развития у вашего ребенка. Многие родители тратят драгоценное время, силы и энергию зря, отрицая существующие у ребенка проблемы. Не отрицайте наличие проблемы. Найдите в себе мужество и признайтесь в том, что у вашего ребенка есть отклонения в развитии. Ведь, в сущности, не столько важно, как называется заболевание или состояние, в котором находится ваш ребенок. Это лишь термин, которым пользуются

специалисты. На наш взгляд, вам важнее знать, какие существуют возможности коррекции этих нарушений. А в этом помогут специалисты – врачи, психологи, педагоги. Не травмируйте себя и не испытывайте стыда из-за поставленного диагноза. Постарайтесь также не поддаваться агрессии, раздражению, подавленности и страху, которые, естественно, могут возникнуть на почве волнения о здоровье вашего ребенка.

Совет пятый: измените отношение к вашему ребенку, не считайте его бесперспективным. Испытывая чувство отчаяния, горечи и боли, многие родители склонны к гиперболизации проблем своего ребенка и рассматривают его будущее как бесперспективное. Не преувеличивайте проблемы вашего ребенка. Никогда не говорите себе, что из него ничего не выйдет в перспективе. В жизни есть много такого, что предсказать с позиций сегодняшнего дня трудно. Все зависит от вашей мудрости, терпения и усилий. С другой стороны, не стройте себе воздушных замков и не ждите чуда. Его не будет. Никто не может сделать так, чтобы у вашего ребенка не осталось проблем. Но только в вашей власти сделать для него максимально многое. Не старайтесь быть также «скорой помощью» для вашего ребенка. Не делайте за него то, что он может сделать сам. Постепенно приучайте его преодолевать посильные для него трудности. Только руководя этим процессом, вы сможете ему помочь. В случае неповиновения ребенка, его непослушания, переходящего в истерику или упрямство, покажите ему правильный выход из трудного положения. Проявите ему при этом свою любовь. Не поддавайтесь унынию, ведь вы только в начале жизненного пути вашего ребенка. Этот путь, безусловно, сложнее, чем у нормальных его сверстников. Но и на нем ему улыбнутся радость, успех, счастье быть любимым, нужным вам, вашим близким и даже чужим людям.

Совет шестой: примите вашего ребенка таким, каков он есть. Постарайтесь строить ваши отношения с ребенком на основе любви и взаимного доверия. Ваш ребенок в любом возрасте, будь он младенцем или уже подростком, все равно Ваш ребенок. Он нуждается в том, чтобы о нем

заботились. Наличие у вашего ребенка нарушений развития вовсе не означает, что вы и он несчастны. Наоборот, такие дети чистосердечны и бесхитростны. Их отношение к людям проникнуто сердечностью, дружелюбием, искренностью, преданностью и любовью. Любите вашего ребенка. Не отвергайте его из-за его физического или интеллектуального несовершенства! Поверьте, что через некоторое время, эти недостатки для вас перестанут быть значимыми. Подумай о том, что это ваша плоть и ваша «кровинка». И вам станет важно только то, что он вас любит, и что ему нужны ваши тепло, ласка и защита.

Совет седьмой: вашему ребенку нужна педагогическая помощь: чем раньше вы начнете специальную коррекционную работу с ребенком, тем большего успеха достигнете. Но что значит специальная и коррекционная работа? Она предполагает оказание вашему ребенку помощи специалистов, владеющих специальными методами коррекции различных нарушений, возникающих в детском возрасте. Чтобы получить необходимые знания по этим вопросам, вам также необходимы консультации специалистов.

Совет восьмой (матери ребенка): помогите себе, измените отношение к себе. Прежде всего, не думайте о том, что у вас родился и растет не такой, как у всех, ребенок. Боль, которую вы перенесли и которая сейчас в вашем сердце, наносит вам огромный вред. Запретите себе подобные мысли. Не фиксируйте свое внимание на мрачных переживаниях, не «застревайте» в печальных состояниях. Ваши мысли не должны постоянно кружить вокруг проблем вашего малыша. Жизнь представляется невыносимо трудной, когда события развиваются негативным образом по отношению к вам. Если вам очень плохо, а помочь некому, постарайтесь вспомнить какое – либо приятное событие из вашей жизни, вспомните ощущения и чувства, которые вы тогда испытали. Постарайтесь как можно дольше задержаться на этих воспоминаниях о приятных событиях вашей жизни, чтобы уравновесить ими ваши настоящие (негативные) ощущения. Для вашего организма подобные воспоминания станут своеобразным «психологическим витамином», с помощью которого вам

удаться преодолеть психологический дискомфорт. Если печальные мысли не покидают вас постоянно, это нужно делать каждый день. Одновременно научитесь управлять собой, своими ощущениями и чувствами, мыслями и действиями. Поощрите себя и в случае возникновения тревожного или депрессивного состояния научитесь говорить себе "стоп!". Прогнозируйте любую ситуацию, участником которой становитесь вы, ваш ребенок и окружающие вас лица. Если вы почувствовали недоброжелательное отношение к себе или к ребенку, не старайтесь изменить позицию другого, доказывая, что он не прав. Не тратьте силы на бессмысленный спор. Просто отойдите от этого человека. Всегда ведите себя корректно. Не повышайте голос и не кричите. Не превращайтесь в фурию, которая всегда готова защитить своего ребенка, даже если он не прав. С другой стороны, умейте защищать себя и ребенка. В случае возникновения неприятных ощущений, связанных с разглядыванием вашего ребенка, сочувствующими взглядами, расспросами в транспорте, магазине или на улице, мысленно постройте защитную стенку (поместите себя и ребенка в невидимый футляр, броню), отделяющую вас от любого неприятного и раздраженного субъекта. Научитесь смягчать, нейтрализовать любой конфликт своим доброжелательным отношением к окружающим. Старайтесь разряжать тяжелую атмосферу позитивным настроением, улыбкой, шуткой. Но никогда не позволяйте унижать ваше человеческое достоинство. Не конфликтуйте на улице, в магазине или в транспорте, доказывая окружающим, что ваш ребенок такой же, как и другие. Научитесь уходить от конфликтов, когда вы не в состоянии перетянуть чашу весов в свою пользу. Если у вас есть возможность оставлять ребенка с кем-либо из домашних, постарайтесь найти себе работу. Работа поможет вам чувствовать себя значимой и нужной другим людям. Возобновите старые связи, вспомните старых друзей. Не прячьтесь в своем доме со своим горем и болью, как улитка в раковине. Постарайтесь найти среди ваших старых и новых знакомых тех, кто бы мог адекватно принимать вас и вашего ребенка. Тех, на кого вы могли бы его оставить в случае необходимости на некоторое время, кто мог бы вас поддержать в трудную минуту.

Совет девятый (матери ребенка): измените отношение к отцу ребенка.

Не обвиняйте мужа в том, что из-за него ребенок родился с недостатками в развитии, ведь это ваш общий ребенок. Для укрепления взаимоотношений между ребенком и отцом старайтесь привлекать мужа к заботам о малыше, давая ему различные поручения. Пробудите в муже интерес к развитию малыша, зажгите его вашими идеями и маленькими совместными с ребенком успехами. Используйте выходные дни для проведения общего досуга, приобщая к этому мужа. Стремитесь к тому, чтобы чувство смущения, которое испытывают мужчины, везя в коляске своего больного ребенка, постепенно исчезло у вашего мужа. Ведь чем ближе сердцем к ребенку, тем меньше замечаешь его физические и психические изъяны. Старайтесь не замечать недостатков вашего мужа, постоянно подчеркивайте его достоинства – мужчины это любят. Хвалите его прежде всего за то, что он любит малыша.

Совет десятый (отцу ребенка): измените свое отношение к жене.

Ваша жена, мать вашего ребенка, находится в состоянии постоянного стресса. Тот факт, что именно она родила больного ребенка, вызывает у нее самые противоречивые чувства, следствием которых являются слезы, истерики, непредсказуемый гнев, агрессия, бесконтрольная депрессия или апатия. Женщины очень тяжело переносят подобный удар судьбы, который для них равносителен смерти или потере самого близкого человека. Не каждый человек способен выдерживать удар такой силы, да еще и столь длительное время.

Постарайтесь понять чувства и переживания вашей жены. Не ставьте ей в укор, ребенок родился таким. Ведь ребенок общий – ваш и ее. Нет смысла выяснять, кто виноват. Виновных нет! Есть проблема, которую необходимо решать обоим. Быть мужчиной – значит быть сильным. Постарайтесь передать хотя бы часть вашей силы и мужества жене. Она испытывает огромную потребность в этом. Поверьте, ей необходима именно ваша поддержка. Многие мужчины считают, что основная обязанность отца – материальное обеспечение семьи. Вы, конечно, правы. Но вашей жене, женщине, которую вы любите и

которая родила от вас ребенка, нужна еще и другая поддержка – психологическая, точнее, просто человеческая, душевная поддержка. Поддержите вашу жену словом, своей позицией, вашим отношением к ней и к ребенку. Пусть она почувствует, что рядом с ней действительно Мужчина (это значит – сила и мужество), который не оставил и никогда не оставит ее в трудную минуту. Некоторые мужчины испытывают большие психологические трудности, связанные с проблемой вхождения в новую жизненную ситуацию, с проблемой привыкания к своему новому положению – отца больного ребенка. Им тяжело от мысли, что их ребенок, которому бы они хотели передать весь свой жизненный опыт, свое материальное имущество, свои творческие способности и неосуществленные мечты, оказался неспособным к принятию этого. Не спешите! Примите наш совет: не стремитесь уже сейчас решать эту проблему и решать за ребенка, что он сможет или не сможет в будущем. Последуйте нашим рекомендациям: старайтесь больше времени проводить с ребенком; научитесь помогать ему в том, чего он пока не умеет (кормите его, одевайте, купайте); старайтесь в отдельных случаях заменить мать малыша или участвуйте в этом процессе вместе; гуляйте с ребенком в свободное время, освободив жену для выполнения домашних дел или отдыха; не обращайтесь внимания на назойливые расспросы и советы окружающих, вызывающие у вас неприятные ощущения;

не срывайте свой гнев на ребенка, если он не справляется с каким-либо заданием или не умеет чего-либо делать. Покажите ему, как это нужно делать, подумайте, как можно его этому научить, посоветуйтесь с женой – у нее больше времени на ознакомление с рекомендациями специалистов; вносите в общение с ребенком больше позитивной энергии, задора и радости; пусть ваше присутствие всегда будет связано в сознании вашей жены и ребенка с радостью, счастьем, уверенностью в будущем – им необходимо именно это, а вы это можете; создавайте ваш очаг и дом. Жена и ребенок держатся за вас, как за соломинку. Кроме вас, у них нет другой опоры в жизни.

Будьте опорой друг для друга, и вы построите свое счастье!

Практическое издание

Вирус Ψ

Материалы Юбилейных XX Краевых психологических встреч в Кунгуре

20 апреля 2022 года

Кунгур

Издается в авторской редакции