

А.С. Роньжина

ЗАНЯТИЯ ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ 2-4-х лет В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ



Раздаточный материал

на CD



Серия «Психологическая служба»

А.С. Роньжина

Занятия психолога с детьми 2–4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению



Москва
2015

ББК 88.8

P71

Роньжина А.С.

P71 Занятия психолога с детьми 2–4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. — М.: ООО «Национальный книжный центр», 2015. — 72 с. + CD-диск (Психологическая служба).

ISBN 978–5–4441–0012–7

В пособии представлен цикл занятий, которые помогут детям 2–4-х лет успешно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения. Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов, оптимизации детско-родительских отношений.

Материал пособия соответствует содержанию психолого-педагогической работы с дошкольниками, способствует достижению промежуточных результатов и целевых ориентиров образования в раннем возрасте, предусмотренных примерной основной образовательной программой дошкольного образования и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО).

Пособие сопровождается CD-диском, который поможет оснастить занятия раздаточным материалом.

Адресовано психологам и воспитателям, работающим в массовых детских садах, в ДОУ для детей с тяжелыми нарушениями речи, с задержкой психического развития, может быть использовано педагогами групп кратковременного пребывания и специалистами психологических центров, проводящих групповые занятия с детьми.

ББК 88.8

*Оригинал-макет данного издания является собственностью
ООО «Национальный книжный центр» (НКЦ),
и его воспроизведение любым способом
без согласия правообладателя запрещено*

© А.С. Роньжина, 2010

© Оформление. ООО «Национальный книжный центр», 2012

ISBN 978–5–4441–0012–7

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 4 |
| ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ЗАНЯТИЙ | 5 |
| СТРУКТУРА И ФОРМА ЗАНЯТИЙ..... | 6 |
| РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ..... | 7 |
| ЗАНЯТИЕ 1. Божья коровка | 9 |
| ЗАНЯТИЕ 2. Листопад..... | 13 |
| ЗАНЯТИЕ 3. Мячик | 15 |
| ЗАНЯТИЕ 4. Прогулка в осенний лес..... | 18 |
| ЗАНЯТИЕ 5. Веселый петрушка | 21 |
| ЗАНЯТИЕ 6. Новый год..... | 25 |
| ЗАНЯТИЕ 7. Мячики | 29 |
| ЗАНЯТИЕ 8. Зайка..... | 31 |
| ЗАНЯТИЕ 9. Мыльные пузыри | 34 |
| ЗАНЯТИЕ 10. Музыканты..... | 39 |
| ЗАНЯТИЕ 11. Мамин день..... | 42 |
| ЗАНЯТИЕ 12. Мишка..... | 45 |
| ЗАНЯТИЕ 13. Непослушные мышата..... | 48 |
| ЗАНЯТИЕ 14. Колобок | 53 |
| ЗАНЯТИЕ 15. Котята | 59 |
| ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ АДАПТИРОВАННОСТИ РЕБЕНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ | 63 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ | 65 |

ВВЕДЕНИЕ

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение (ДОУ) все дети переживают адаптационный стресс.

Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Психологу необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении.

Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными, как положительными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и легли в основу построения цикла занятий.

Психолог приступает к проведению занятий сразу после прихода детей в детский сад. Именно в этот момент малыши находятся в стрессовом состоянии, вызванном расставанием с родителями, непривычной обстановкой, появлением незнакомых взрослых и большим количеством детей. Чтобы уменьшить воздействие стрессирующих факторов, рекомендуется *проводить первые занятия с участием родителей*. В присутствии родителей дети с большей готовностью идут на контакт с воспитателем, психологом, взаимодействуют со сверстниками, участвуют в совместных подвижных играх, активнее интересуются окружающей обстановкой и игрушками. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в дошкольном учреждении ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ЗАНЯТИЙ

Цель занятий – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются **основные задачи занятий**:

- преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
- обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период;
- формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.

Параллельно с решением основных задач решаются **задачи комплексного развития детей**:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации (да и пополнение группы вновь поступающими детьми может продолжаться на протяжении всего года обучения), рекомендуется проводить занятия не только в первые два месяца, но и на протяжении всего учебного года.

Базовыми **средствами работы** служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки» и «догонялки». Они быстро увлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В этих играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт со взрослыми и сверстниками.

СТРУКТУРА И ФОРМА ЗАНЯТИЙ

Как правило, занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы: дети дружно шагают, бегают, хлопают ладошками по мячу, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками.

Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

В ходе практической работы было замечено, что от быстрой смены сюжетов, ролей, образов малыши переутомляются и теряют интерес к занятию. Поэтому все игры и упражнения, входящие в одно занятие, объединены сказочно-игровым сюжетом.

Каждое занятие проводится в 2–3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, **варьируются педагогом**. Он может сократить занятие, чтобы избежать переутомления детей, изменить последовательность частей в соответствии с настроением детей и т.п.

Занятия длительностью 10–20 минут проводятся 2–3 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 4–5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр. Кроме того, дети раннего возраста любят повторения, знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью. Предполагается, что на первых занятиях психолог разучивает с детьми отдельные части сценария, а последнее занятие проводит совместно с родителями.

Родители приглашаются на занятия из следующих соображений:

- совместные занятия являются своеобразным «мастер-классом» для родителей, так как на них психолог показывает новые средства и способы общения с детьми;
- неформальная атмосфера занятий способствует более активному и открытому общению психолога с родителями.

Активное участие в занятиях принимает воспитатель. Он перенимает методы и приемы, применяемые психологом в различных ситуациях, отмечает наиболее понравившиеся детям игры и использует их в своей работе.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ:

- Психолог является непосредственным активным участником занятия — заряжает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре, задает образцы выполнения действий.
- Не стоит настаивать на активном участии всех детей в занятии. Нормально, если на первых порах часть детей будет только наблюдать за происходящим в группе. Можно начать заниматься с теми детьми, которые готовы приступить к игре.
- Не следует оценивать детей, добиваться единственно правильного, на Ваш взгляд, действия или ответа, так как в этом случае малыши будут повторять лишь то, что от них требуется, и не смогут проявлять собственные спонтанные, живые и естественные реакции.
- В процессе практической работы допустимо как сокращение количества игр, так и внесение различных дополнений, в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей. Родителям нерешительных детей можно предложить участвовать в занятиях не только в течение первого месяца, но и позднее; полезно порекомендовать им дома поиграть с ребенком в те же игры.

- Психолог может использовать цикл занятий как основу своей работы с детьми раннего возраста или проводить отдельные занятия, игры и упражнения.

Надеемся, что предложенные в пособии советы, упражнения и игры помогут правильно организовать общение педагогов, детей и родителей в сложный адаптационный период, сделают пребывание ребенка в детском учреждении интересным, радостным и полезным.

Цикл занятий составлен автором в процессе практической работы в ДОУ №733, УВК №1763 (для детей с задержкой психического развития), в группе кратковременного пребывания для детей 2–4 лет ДОУ №1397 СЗУО.

Условные обозначения:



— Приложение на CD-диске

**Задачи:**

- создание положительного эмоционального настроения в группе;
- развитие умения действовать соответственно правилам игры;
- развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле;
- развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- игрушечная божья коровка (желательно круглой формы);
- большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики и т.п.;
- черная краска для рисования пальцами или гуашь, смешанная с зубной пастой*;
- лист с изображением божьей коровки (для каждого ребенка).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям игрушечную божью коровку и говорит:

– К нам в гости прилетела божья коровка. Посмотрите, какая она красивая! Давайте поздороваемся с ней.

Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней.

Психолог предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает точки на спинке божьей коровки.

* Во время рисования пальцами необходимо использовать специальные краски для пальцеграфии или добавлять в гуашь зубную пасту, чтобы краска не впитывалась в кожу и легко смывалась.

! Если дети затрудняются с ответом, психолог сам называет цвет, форму и величину игрушки.

– Ребята, представьте себе, что наша божья коровка полетела. Ну-ка, попробуем ее поймать!

Психолог, делая вид, что пытается поймать воображаемого жучка, выполняет хватательные движения над головой: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения.

– *Давайте разожмем кулачки и посмотрим, смогли ли мы поймать божью коровку.*

Дети вслед за психологом медленно разжимают кулачки.

– *Вот наш жучок! Подставьте ему обе ладошки.*

Дети вслед за психологом соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат воображаемого жучка.

Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Божья коровка,

Улети на небо,

Принеси нам хлеба,

Черного и белого,

Только не горелого!

Ритмично покачивают ладонями.

Делают взмахи перекрещенными кистями рук.

Машут кистями рук на себя.

Ритмично хлопают в ладоши.

Грозят указательным пальцем

! Как правило, на первом занятии многие дети не способны повторить некоторые движения за взрослым (скрестить кисти рук, погрозить указательным пальцем). В этом случае мамы, воспитатель, психолог сажают малышей к себе на колени и, поддерживая их ладони, делают вместе с ними вышеописанные движения.

– Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием.

Дети дышат на ладошки.

! Обучая этому дыхательному упражнению, психолог может попросить детей широко открыть рот и длительно произносить звук «А».

– *Созрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки.*

Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

! На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «У».

– *А теперь, ребята, давайте сами превратимся в божьих коровок.*

Мы вокруг себя покружились

И в божьих коровок превратились.

Божьи коровки, покажите мне ваши

Головки, носики, ротки,

Ручки-крылышки, ножки, животики

Кружатся.

Показывают

названные

части тела

– *Замечательно! А теперь мы поиграем в игру «Божьи коровки и ветер». Светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам.*

Дети встают на четвереньки и ползают по полу.

– *Подул злой холодный ветер, перевернул жучков.*

Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными ногами и руками.

! Если психолог наблюдает у кого-то из детей напряженные, скованные, резкие движения, то он может поглаживанием и легким встряхиванием помочь ребенку снять излишнее напряжение.

– *Подул добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам.*

Дети снова встают на четвереньки и ползают.

Игра повторяется 2–3 раза.

– *Теплый ветер подул сильнее, поднял божьих коровок в воздух, и они полетели.*

Дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, жужжат.

– *Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки!*

Дети бегут в объятия к психологу и воспитателю.

! На детско-родительском занятии дети прячутся в объятиях у родителей.

Психолог выставляет перед детьми парные игрушки, различающиеся по величине (большие и маленькие машинки, матрешки и т.п.) и говорит:

– *Ребята, божьей коровке захотелось поиграть с вашими игрушками. Помогите ей выбрать маленькие игрушки.*

Дети выполняют задание.

– *Давайте нарисуем божью коровку в воздухе, покажем ручками, какая она круглая.*

Дети вслед за психологом рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

! При необходимости взрослые могут взять руки детей в свои и показать им, как выполняются вращательные движения.

Дети садятся за столы. Психолог раздает краски и листы с изображением божьих коровок.

– *Теперь нарисуем черные точки на спинках божьих коровок.*

Дети вслед за психологом обмакивают указательные пальцы в черную краску (гуашь, смешанную с зубной пастой) и закрашивают круги на спинках божьих коровок.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– *Божьей коровке у вас очень понравилось, но пришла пора прощаться. До свидания!*

На повторных занятиях можно предложить детям пальцем, большой кисточкой или поролоновым тампоном нарисовать: *травку около божьей коровки; солнышко в верхней части листа.*

**Задачи:**

- создание атмосферы эмоциональной безопасности;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, повышенной двигательной активности;
- развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп;
- развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакции;
- развитие речи, воображения, творческих способностей.

Материалы:

- большой зонт;
- магнитофон, кассета с записью шума дождя, кассета с записью медленной спокойной музыки;
- два кленовых листа (для каждого ребенка);
- желтая, красная, зеленая гуашь;
- лист с изображением осеннего пейзажа и кисточка (для каждого ребенка).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог предлагает детям посмотреть, что происходит за окном. Он обращает внимание малышей на приметы осени (желтеющие деревья, опавшие листья, пасмурное небо) и говорит:

– Представьте, что мы идем гулять в осенний лес.

Дети выстраиваются в колонну. Психолог говорит:

– Внимательно слушайте слова. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга.

*Зашагали ножки: топ-топ-топ,
Прямо по дорожке: топ-топ-топ.
Ну-ка, веселее: топ-топ-топ,
Вот как мы умеем: топ-топ-топ.
Побежали ножки
По ровненькой дорожке,
Убегают, убегают,
Только пяточки сверкают*

Игра повторяется 2–3 раза.

Игра «Дождик и солнышко».

Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только психолог включает кассету со звуками дождя или дает команду «Дождик!», – дети бегут под большой зонт, который держит кто-нибудь из взрослых, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Психолог может барабанить пальцами по поверхности зонта, имитируя звук дождя, слегка обрызгивать его из пульверизатора. (Детям доставляет огромное удовольствие наблюдать, как с зонта скатываются капельки, подставлять руки, чтобы их поймать.) Шум дождя прекращается или звучит команда «Солнышко!» – дети выбегают из-под зонта.

Игра повторяется 2–3 раза.

- ! На детско-родительском занятии дети «прячутся от дождя» под зонтами своих родителей.

Включается кассета с записью спокойной музыки. Дети берут в каждую руку по кленовому листочку. Психолог говорит:
– *Представьте, что вы – кленовые листочки. Пришла осень – пора листопада, ветер сорвал листочки с деревьев, и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру.*

Дети, изображая полет листьев, плавно движутся под музыку.

Психолог читает стихотворение и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Идут друг за другом.

Бегут, стараясь
не обгонять друг друга

- развитие чувства ритма, координации движений;
- развитие ориентации в пространстве;
- обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов;
- развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

Материалы:

- большой мяч;
- матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям большой мяч и предлагает определить его величину, цвет и форму.

Дети выполняют задание.

– *Покажите рукой форму мяча.*

Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

– *Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение.*

Все садятся вокруг мяча и кладут на него ладони. Дети повторяют за психологом стихотворение С.Маршака «Мой веселый звонкий мяч» и ритмично шлепают по мячу сначала одной, потом другой рукой.

! Психолог оказывает помощь детям, которые неритмично шлепают по мячу. Он кладет свою ладонь на ладошку ребенка и помогает ему скоординировать движения руки с ритмом стиха.

– *А теперь представьте, что вы превратились в мячики. Катя, ты будешь мячиком какого цвета? А ты, Вова? И т.д.*

Дети рассматривают свою одежду и называют соответствующие цвета.

– *Я буду играть с мячами – легонько шлепать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.*

Психолог, рассказывая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч», поочередно кладет ладонь на голову каждого ребенка. Дети, почувствовав касание, подпрыгивают на месте. На слова: «не угнаться за тобой» – дети убегают от психолога к воспитателю (родителям). Игра повторяется – и дети убегают от воспитателя (родителей) в объятия психолога.

Психолог предлагает «мячам» поиграть в прятки. Он читает стихотворение «Мой веселый звонкий мяч». Дети прыгают. На слова: «не угнаться за тобой» – дети разбегаются по группе и прячутся. Психолог ищет детей. Найденный ребенок должен сказать, где он прятался (под столом, за креслом, в углу и т.п.).

Игра повторяется 2–3 раза.

– Ребята, вы так весело играли в прятки, что мячу тоже захотелось с вами поиграть. Закройте глаза, а мячик спрячется.

Дети закрывают глаза, психолог прячет мяч. По команде психолога дети открывают глаза и начинают искать мяч. Найдя, говорят, где он «прятался».

Психолог показывает детям матерчатый мешочек, в котором находятся маленький мячик и кубик.

– В этом мешочке спрятался маленький мячик. Вам нужно найти его, не заглядывая в мешочек.

Дети поочередно отыскивают мячик на ощупь и рассказывают, как они отличили его от кубика.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– Наше занятие заканчивается. Давайте скажем другу другу «спасибо» за веселую игру. До свидания!

На следующем занятии можно предложить детям раскрасить пальчиком (поролоновым тампоном, кисточкой, карандашом) полочки на мяче.

Занятие 4 ПРОГУЛКА В ОСЕННИЙ ЛЕС

Задачи:

- сплочение группы, развитие эмпатии;
- развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию;
- снижение излишней двигательной активности;
- обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету;
- развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей;
- развитие общей моторики;
- развитие памяти, речи и воображения.

Материалы:

- картина или фотография «Осенний лес»;
- игрушечный ежик;
- игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь;
- красный, желтый и зеленый кленовые листья (для каждого ребенка);
- красная, желтая и зеленая корзинки.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям картину, на которой изображен осенний лес. Дети рассматривают картину, называют время года, объясняют, по каким признакам они определили, что изображена осень.

Психолог говорит:

– *Давайте представим, что мы идем на прогулку в осенний лес.*

Дети встают друг за другом и идут по кругу.

Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки,
Шагают наши ножки.
По камушкам, по камушкам,
По кочкам, по кочкам,

По маленьким листочкам,
В ямку – бух!*

Двигаются обычным шагом.

Двигаются большими шагами.
Выполняют прыжки
с продвижением вперед.
Двигаются мелкими шажками.
Приседают на корточки.

! С целью развития произвольного контроля за действиями психолог обращает внимание детей на то, что нужно присесть на корточки, а не просто садиться на ковер или падать на колени.

– Ну вот, мы и в лесу. Нас должен встречать ежик... Где же он?

Дети находят спрятанную игрушку и говорят, где находился ежик.

Игра повторяется 2–3 раза.

Психолог рассматривает с детьми игрушечного ежа, предлагает его потрогать. Дети касаются ладонью игрушки, делают вид, что укололись, отдергивают руку, говорят, что ежик колючий.

Психолог предлагает детям выучить стихотворение Б. Заходера.

– Что ты, еж, такой колючий?

– Это я на всякий случай.

Знаешь, кто мои соседи?

Лисы, волки да медведи!

Психолог объясняет, как ежик защищается от «своих соседей», предлагает детям поиграть.

Дети, изображая ежиков, ползают на четвереньках по группе. Когда психолог показывает игрушку (лису, волка или медведя), дети должны сгруппироваться и сидеть неподвижно.

Игра повторяется 2–3 раза.

- ! Некоторым детям сложно соблюдать условие игры: не двигаться при появлении лисы (волка, медведя) — они стремятся убежать, спрятаться. Вхождение в роль поможет преодолеть импульсивность. Детям напоминают, что ежи не умеют бегать, как зайцы, не умеют лазить по деревьям, как белки, — но у них есть надежное укрытие — иголки.

Психолог говорит:

– *Ежик собрал в лесу кленовые листочки. Он просит вас помочь ему правильно разложить листочки по корзинкам.*

Психолог дает каждому ребенку набор кленовых листьев, выставляет три корзинки – красную, желтую и зеленую. Дети раскладывают листья по корзинкам соответствующего цвета.

Психолог предлагает спеть ежику песенку.

Выбирается ребенок, который будет изображать ежа. Он садится и обхватывает руками колени (или ложится и сворачивается калачиком). Психолог и остальные дети встают вокруг него и поют песенку.

*Шли по лесу не спеша,
Вдруг увидели ежа.
– Ежик, ежик, – мы друзья,
Дай погладить нам тебя.*

Все наклоняются и ласково прикасаются к «ежику».
Игра повторяется 2–3 раза.

- ! Чтобы каждый ребенок побывал в роли ежа, можно предложить сесть в центр круга сразу несколькими детям.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Все прощаются до следующей встречи.

На повторных занятиях можно предложить детям: *дорисовать (пальчиком, кисточкой, карандашом) иголки у ежика; разложить по корзинкам сыроежки или цветы, вырезанные из красного, желтого и зеленого картона.*

Занятие 5 **ВЕСЕЛЫЙ ПЕТРУШКА**

Задачи:

- развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха;
- закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка – мальчик);
- закрепление пространственных представлений («верх», «низ»);
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие восприятия, речи и воображения.

Материалы:

- игрушка (кукла бибабо) «Петрушка»;
- игрушечный паровозик, с привязанной к нему длинной лентой;
- бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика);
- бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки);
- обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета;
- мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог говорит:

– *Ребята, к нам в гости едет веселый Петрушка.*

Раздается «гудок паровоза» и в групповую комнату входит воспитатель, который везет куклу на игрушечном паровозике.

«Петрушка» обращается к детям*:

– *Здравствуйте, дети! Я – веселая игрушка, а зовут меня ...*

Дети хором произносят: «Петрушка!»

– *Правильно, угадали! Наверное, вы меня ждали? Ну, тогда давайте играть и веселиться! Кто хочет на моем паровозе прокатиться?*

Дети встают друг за другом, берутся одной рукой за ленту, привязанную к паровозу, дружно шагают и поют песенку.

*Паровоз, паровоз, маленький блестящий,
Он вагоны повез, будто настоящий.
Кто едет в поезде?
Плюшевые мишки, зайки пушистые,
Кошки да мартышки!*

– *Вот мы и приехали в страну игр и развлечений! Вставайте в круг. Давайте поиграем с нашими ручками и ножками. Ой, а где же ваши ручки? Спрятались?*

Психолог и «Петрушка» поют песенку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

Где же, где же наши ручки?

Где же наши ручки?

Где же, где же наши ручки?

Нету наших ручек!

Вот, вот наши ручки!

Вот наши ручки!

Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга.

Прячут руки за спину.

Поворачивают ладони тыльной стороной вверх-вниз.

* Здесь и далее слова сказочных персонажей произносит психолог или воспитатель.

| | |
|-----------------------------------|---|
| <i>Пляшут, пляшут наши ручки!</i> | Ритмично машут ладошками перед собой. |
| <i>Пляшут наши ручки!</i> | |
| <i>Где же, где же наши ножки?</i> | Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга. |
| <i>Где же наши ножки?</i> | |
| <i>Где же, где же наши ножки?</i> | |
| <i>Нету наших ножек!</i> | Садятся на корточки. |
| <i>Вот, вот наши ножки!</i> | Ритмично хлопают ладошками по ногам. |
| <i>Вот наши ножки!</i> | |
| <i>Пляшут, пляшут наши ножки!</i> | Ритмично топают ногами. |
| <i>Пляшут наши ножки!</i> | |
| <i>Где же, где же наши детки?</i> | Разводят руками, удивленно смотрят друг на друга. |
| <i>Где же наши детки?</i> | |
| <i>Где же, где же наши детки?</i> | |
| <i>Нету наших деток!</i> | Прячут лицо в ладошки. |
| <i>Вот, вот наши детки!</i> | Открывают лицо, |
| <i>Вот наши детки!</i> | улыбаются, покачивают головой. |
| <i>Пляшут, пляшут наши детки!</i> | Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя. |
| <i>Пляшут наши детки!</i> | |

– Ура! Нашлись наши детки! Вам мои игры еще не надоели? Тогда все на карусели! А у вас есть билеты? Получите: девочки – желтые, мальчики – синие.

«Петрушка» раздает детям «билеты». Девочки получают желтые прищепки, а мальчики – синие. Дети самостоятельно прикрепляют прищепки на одежду. «Петрушка» обращается к каждому из детей с вопросами: «Какого цвета у тебя билет? Почему?»

Дети отвечают:

– У меня желтый билетик, потому что я девочка.

– У меня синий билетик, потому что я мальчик.

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

Дети, взявшись за ленты, встают в круг. Психолог и «Петрушка» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

| | |
|--|---|
| <i>Еле-еле, еле-еле, завертелись карусели,</i> | Идут медленно. |
| <i>А потом, потом, потом, Все бегом, бегом, бегом!</i> | Идут быстрее. |
| <i>Тише, тише, не спешите,</i> | Бегут. |
| <i>Карусель остановите!</i> | Переходят на шаг. |
| <i>Раз, два, раз, два!</i> | Останавливаются. |
| <i>Закружилась голова!</i> | Берутся руками за голову, наклоняют голову вправо- влево. |
| | Делают вращательные движения головой. |

Игра повторяется 2–3 раза. Чтобы у детей не закружилась голова, направление каждый раз меняется на противоположное.

! При отсутствии обруча и разноцветных лент можно предложить детям встать в круг и взяться за руки.

– Ребята, вы так весело катались на карусели, играли, что вашим игрушкам тоже захотелось поиграть.

Дети выбирают себе игрушки и подходят к психологу.

Психолог и «Петрушка» рассказывают потешку и показывают движения. Дети повторяют за ними.

| | |
|--|--|
| <i>Прыгай, прыгай веселей! Прыгай, прыгай побыстрей!</i> | Прыгают с игрушками в руках. |
| <i>Вверх, вниз, вверх, вниз!</i> | Поднимают игрушку над головой, приседают, ставят игрушку на пол. |
| <i>И немного покружись!</i> | Вытягивают руки с игруш- кой вперед и кружатся на месте. |

Игра повторяется 2–3 раза.

Раздается «гудок паровоза».

– Ребята, паровозик говорит, что нам пора возвращаться.
Садитесь быстрее в вагончики. Поехали!

Дети берутся за ленту, привязанную к паровозiku, дружно идут и подпевают «Петрушке».

*Вот какой паровоз к празднику купили,
Вот какой паровоз детям подарили.
Катится, катится дальняя дорога!
Вдоль нашей комнаты, прямо до порога.*

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог и дети благодарят «Петрушку» и паровозик за путешествие и игры. Все прощаются до следующей встречи. Петрушка уезжает.

На повторных занятиях детям предлагается:
раскрасить (пальчиком, поролоновым тампоном, кисточкой, карандашом) круги на одежде Петрушки; «покататься на карусели» с зелеными и красными лентами, взяв «билеты» соответствующего цвета.

Занятие 6 **НОВЫЙ ГОД**

Задачи:

- создание положительного эмоционального настроения в группе;
- отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом и текстом песни;
- отработка быстроты реакции;

- развитие общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле;
- развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.

Материалы:

- игрушечный Дед Мороз;
- новогодняя елка;
- пластиковые бутылки с холодной, теплой и горячей водой;
- краски для пальцеграфии или гуашь, смешанная с зубной пастой;
- лист с изображением новогодней елочки (для каждого ребенка);
- матерчатый мешочек с одинаковыми подарками для детей («Чупа-чупсами», «Киндер-сюрпризами», маленькими игрушками и т.п.).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям игрушечного Деда Мороза.

«Дед Мороз» здоровается с детьми, спрашивает, как их зовут.

Психолог говорит:

– *Сейчас, Дедушка Мороз, мы познакомим тебя со всеми детьми.*

Дети садятся на стульчики, стоящие полукругом. Психолог проговаривает рифмовку.

*В нашей группе,
в нашей группе
Много маленьких ребят.
Все на стульчиках сидят.
А у нас есть ...*

Все ритмично хлопают
в ладоши.

Психолог показывает
на ребенка, все хором
называют его имя.

«Дед Мороз» спрашивает детей, знают ли они, какое сейчас время года, какой праздник скоро будут отмечать. Дети отвечают на вопросы. «Дед Мороз» хвалит ребят, предлагает потанцевать вокруг елочки. Все встают в круг.

*Дети по лесу гуляли,
любовались на ель,
Какая ель, какая ель,
Какие шишечки на ней.*

*Топни ножкой: топ-топ-топ,
А в ладошки: хлоп-хлоп-хлоп.
Шаг туда и шаг сюда,
Повернись вокруг себя.*

Идут вокруг елки.
Поднимают руки вверх.
Выполняют кистями рук движение «фонарики».
Ритмично топают ногами.
Ритмично хлопают в ладоши.
Делают шаги вперед-назад.
Кружатся на месте.

Психолог говорит:

– Дедушка Мороз, ребята так танцевали, что им стало жарко. Остуди их – поморозь немножко.

Дети хором просят «Деда Мороза» заморозить им носик (ротик, щечки, лобик, ушки, ручки, ножки). (– Дед Мороз, Дед Мороз, ты нам носик заморозь!) Они показывают названную часть тела и, как только к ним приближается «Дед Мороз», закрывают нос (рот, щеки, лоб, уши) ладошками, прячут за спину руки, приседают, пряча ножки.

– Заморозил вас Дед Мороз? Давайте погреем наши пальчики.

Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Пальчики у нас попляшут:
Вот они, вот они!*

*В кулачки мы пальцы спрячем,
В кулачки, в кулачки!*

Шевелят пальчиками.
Показывают ладошки
Деду Морозу.
Сжимают пальцы
в кулачки.

*Пальчики опять попляшут:
Вот они, вот они!*

*Мы ладошками помашем:
«Заходи к нам, заходи!»*

Шевелят пальчиками.

Протягивают раскрытые ладошки к Деду Морозу.

Сгибают и разгибают ладошки, подзывая Деда Мороза.

*– Ой, жарко стало Дедушке Морозу! Он может растаять!
Надо дедушку спасти! Дайте ему попить холодной воды.*

Воспитатель приносит бутылки с горячей, теплой и холодной водой.

Дети трогают бутылки и говорят, какая в них находится вода: холодная, теплая или горячая.

*– Молодцы, ребята, нашли бутылку с холодной водой.
А сейчас садитесь за столы. Дед Мороз приготовил вам сюрприз.*

Дети садятся за столы, на которых воспитатель расставил гуашь и разложил листы с изображением новогодних елочек.

– Что нарисовано на листе? Правильно, елочка. Покажите, какие круглые шарики на ней висят.

Дети рисуют в воздухе круги: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

– А теперь давайте раскрасим шарики на елке.

Дети выполняют задание.

- ! Дети 2–3-х лет раскрашивают шарики пальцами или поролоновыми тампонами. Детям 3–4-х лет можно предложить кисточки или карандаши.

«Дед Мороз» хвалит детей и предлагает отгадать, какие подарки лежат в его мешке. Дети поочередно опускают в мешок руку, ощупывают подарки («Чупа-чупс», «Киндер-сюрприз», маленькие игрушки и т.п.), затем хором называют то, что лежит в мешке. «Дед Мороз» раздает подарки детям.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– *Наше занятие заканчивается. Давайте скажем Деду Морозу: «Спасибо! До свидания!»*

Занятие 7 **МЯЧИКИ**



Задачи:

- развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера);
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха;
- развитие ориентации в собственном теле;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие зрительного восприятия, речи и воображения.

Материалы:

- большой красный мяч и маленький синий мячик;
- мячи среднего размера (для каждой пары детей);
- магнитофон, кассета с записью спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии;
- лист бумаги и цветные карандаши или большой красный круг и маленький синий кружок (для каждого ребенка).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям большой красный мяч и маленький синий мячик. Дети рассматривают мячи, называют их количество, сравнивают по величине и цвету.

Психолог предлагает детям встать в круг, взяться за руки и изобразить сначала большой, а потом маленький мяч.

Дети выполняют задание.

– *Ребята, мячи хотят с вами поиграть.*

Дети вслед за психологом повторяют слова и выполняют движения, упоминаемые в тексте.

Девочки и мальчики прыгают, как мячики.

Ножками топают, руками хлопают,

Головой кивают, а после отдыхают.

Игра повторяется 2–3 раза.

Дети ложатся на ковер, закрывают глаза. Психолог включает спокойную музыку и говорит:

– *Мячики отдыхают, а по комнате летает ветерок и дотрагивается до них.*

Психолог гладит детей: одного по головке, другого по коленкам, третьего по животу и т.п. Открыв глаза, дети должны показать и назвать части тела, до которых дотрагивался «ветерок».

– *Теперь давайте дружно похлопаем ладошками по мячу.*

Дети садятся вокруг большого мяча, кладут на него по одной ладошке.

Психолог читает потешку, дети ритмично шлепают по мячу.

Друг веселый, мячик мой,

Всюду, всюду ты со мной!

Раз, два, три, четыре, пять,

Хорошо с тобой играть!

Психолог включает ритмичную, плавную музыку, делит детей на пары и дает каждой паре по мячу. По команде психолога пары, не выпуская мяча из рук, должны пройти по группе, попрыгать, покружиться, присесть и т.п.

! На детско-родительском занятии в пару с ребенком
• встает родитель.

– *А теперь покажем, как мы будем рисовать мячики.*

Дети вслед за психологом рисуют спираль ☉: вначале в воздухе попеременно правой и левой рукой, затем на ладошке указательным пальцем.

Психолог кладет перед детьми большой красный мяч и маленький синий мячик, раздает листы бумаги и карандаши.

– *Нарисуйте красным карандашом большой мяч, а синим – маленький.*

! Детям 2–3-х лет раздаются большие красные и маленькие синие круги и предлагается инструкция: «Покажите большой красный мяч, покажите маленький синий мячик».

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог хвалит детей за работу и прощается со всеми до следующего занятия.

На повторных занятиях детям предлагается: *найти на ощупь в мешочке большой или маленький «мячики» (подбираются шарики, которые умещаются в ладошке ребенка); скатать из пластилина большой и маленький мячики.*

Занятие 8 **ЗАЙКА**

Задачи:

- создание положительного эмоционального настроения в группе;
- развитие умения подражать движениям взрослого;

- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;
- развитие умения подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции;
- снижение излишней двигательной активности, импульсивности;
- развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.

Материалы:

- мягкие игрушки: заяц и лиса;
- магнитофон, кассета с записью веселой плясовой музыки;
- матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог говорит:

– Какое сейчас время года? Правильно, зима. А чем вы занимаетесь зимой на улице? Катаетесь на санках, лепите снеговиков. А зайчиков вы умеете лепить? Я вас научу. Давайте соберем побольше снега – и начнем лепить.

Все делают вид, что сгребают снег ладошками.

Психолог рассказывает стихотворение и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Мы слепили снежный ком,
Ушки сделали потом,*

*И как раз вместо глаз
Угольки нашлись у нас.*

*Зайка вышел как живой:
Он с хвостом и головой.
За усы не тяни:*

Имитируют лепку.

Изображают уши, прикладывая кисти рук к голове.

Подносят к глазам указательный и большой пальцы, соединенные в кольцо.

Ритмично хлопают в ладоши.

Приседают, качают головой.

Показывают усы, грозят указательным пальцем.

*Из соломинок они.
Длинные, блестящие,
Словно настоящие!*

Ритмично хлопают в ладоши.

Психолог показывает детям игрушечного зайца.

– *А теперь давайте хлопнем три раза в ладоши и скажем:
«Раз, два, три, зайчик оживи!»*

Дети выполняют задание.

– *Смотрите, ребята, зайчик ожил и хочет с вами поиграть.*

Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Зайка серенький сидит
и ушами шевелит
Вот так, вот так
он ушами шевелит.*

*Зайке холодно сидеть,
надо лапочки согреть:*

*Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп,
надо лапочки согреть.*

*Зайке холодно стоять,
Надо зайке поскакать:*

*Прыг-скок, прыг-скок,
Надо зайке поскакать.*

Садятся на корточки,
прикладывают кисти рук
к голове, сгибают
и разгибают ладони.

Встают, ритмично
хлопают в ладоши.

Прыгают на месте.

Психолог показывает игрушечную лису и говорит:

– *Зайчикам нужно быть осторожными, ведь где-то притаилась лиса. Пока звучит музыка, вы прыгайте, веселитесь, но как только музыка остановится и вы услышите слова: «Лиса идет», сразу присядайте и сидите тихо. Кто пошевелится, того лисичка увидит.*

Психолог включает и выключает музыку несколько раз, по окончании игры хвалит детей:

– *Замечательно, ребята! Вы были очень внимательными и осторожными зайчиками.*

- ! Некоторым детям сложно сдерживать желание убежать, спрятаться, им трудно сидеть неподвижно, молча. Психолог может предупредить малышей, что сидеть нужно тихо, пока он не сосчитает до трех.

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

– *Зайчик принес с собой мешок овощей. Давайте посмотрим, какие здесь есть овощи.*

Психолог достает овощи из мешочка и показывает детям.

– *А какой овощ зайчик любит больше всего? Верно, морковку! Подержите морковку в руках, потрогайте ее пальчиками. Какая она? Правильно, продолговатая, один конец острый. Теперь я все сложу обратно, а вы, не заглядывая в мешок, потрогаете все овощи и найдете морковку.*

Дети поочередно опускают руку в мешочек и на ощупь находят морковку.

– *Спасибо, ребята, помогли зайчику отыскать морковку!*

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– *Зайчику надо возвращаться в лес, давайте скажем ему: «До свидания, зайчик, приходи к нам еще!»*

Занятие 9

МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ

Задачи:

- снятие эмоционального напряжения и агрессии;
- снижение излишней двигательной активности, импульсивности;

- обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- набор для выдувания мыльных пузырей;
- магнитофон, кассета с записью плавной мелодии;
- мячи;
- мячи для подскоков (хоппы).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям набор для выдувания мыльных пузырей и предлагает отгадать загадку:

*В мыльной воде родился,
В шарик превратился.
К солнышку полетел,
Да не долетел – лопнул!*

Психолог и дети выдувают пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения психолог задает вопросы. Дети отвечают на них.

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> – Сколько пузырей я выдула? – Какой формы пузыри? – Какого размера были пузыри? – А какого цвета вы видели пузыри? – Разноцветные (подытоживает психолог). – А что делали пузыри? | <ul style="list-style-type: none"> – Много. – Круглые. – Большие и маленькие. – Белые, голубые, розовые, желтые, зеленые. – Летали, лопались, кружились, поднимались, опускались, сталкивались. |
|--|--|

– А что вы делали?

– Мы надували пузыри, ловили
пузыри, прыгали...

Дети садятся в круг. Психолог поет песенку «Ладушки-ладошки» и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Ладушки-ладошки,
звонкие хлопошки...
Хлопали в ладошки,
хлопали немножко.*

Да...

*Пену мешали, пузыри пускали,
Пузыри летали,
деток забавляли.*

Да....

*Кулачки сложили,
кулачками били:
«Тука–тука, тука–тук!»
«Тука–тука, тука–тук!»*

Да...

*Ладушки плясали,
Деток забавляли,
Так они плясали,
деток забавляли.*

Да...

*Ладушки устали,
ладушки поспали,
Баю-баю-баюшки,
баю-баю-ладушки.*

Да...

Ритмично хлопают
в ладоши.

Кладут ладони
на колени.

Имитируют движения.

Кладут ладони
на колени.

Складывают ладони
в кулачки. Стучат
кулачками друг о друга.

Кладут ладони на колени.

Сжимают
и разжимают
кулачки.

Кладут ладони
на колени.

Кладут ладони,
сложенные «лодочкой»
под правую, затем
под левую щеку.

Кладут ладони на колени.

Все берутся за руки и встают в маленький круг. Психолог рассказывает стишок и не спеша отступает назад. Дети повторяют за ним.

*Надувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся!*

Круг расширяется, пока психолог не скажет: «Лопнул пузырь!» Тогда все хлопают в ладоши, хором говорят: «Хлоп!», сбегаются в маленький круг и снова берутся за руки.

Игра повторяется 2–3 раза.

Психолог предлагает детям лечь на спину, обхватить руками согнутые в коленях ноги, подтянуть голову к коленям.

Дети выполняют задание.

*– Вспомните, как плавно покачивались в воздухе пузыри.
Попробуйте это изобразить.*

Дети выполняют задание.

Взрослые помогают детям раскачиваться вперед-назад.

– Ну-ка, пузыри, собирайтесь в баночку.

Дети подбегают к психологу и встают вплотную друг к другу.

– Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в банку.

Психолог гладит рукой детей по волосам.

– Проверим, все ли пузыри собрались в баночку.

Называет детей по именам, встречается с ними глазами.

– Раз, два, три, надуваю пузыри!

Дети разбегаются по группе.

Звучит громкая плавная музыка – дети изображают полет мыльных пузырей. Музыка затихает – дети в удобной позе ложатся на ковер.

! В детском саду малышам не хватает тактильного контакта, непосредственного эмоционального общения, поэтому им доставляет огромное удовольствие находиться в «тесной баночке», которую изображает психолог, обнимая всю группу детей.

Психолог делит детей на пары, дает каждой паре по мячу и говорит:

– *Представьте себе, что мяч – это пузырь, который нельзя уронить, иначе он лопнет. Держите мяч вдвоем и дружно выполняйте движения.*

Психолог напевает песню «Антошка», дети подпевают и, не выпуская мяча из рук, выполняют упражнения под музыку (прыгают, кружатся, маршируют, приседают, поднимают руки вверх и т.п.).

! На детско-родительском занятии в пару с ребенком встает родитель. Желательно, чтобы дети выполнили это упражнение не только со своими родителями, но и с родителями других детей.

Психолог предлагает детям полетать на «мыльном пузыре» (мяче для подскоков – хоппе). Дети поочередно ложатся на хопп животом, и психолог раскачивает их в разных направлениях.

! На детско-родительском занятии упражнение выполняют родители.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Все прощаются до следующей встречи.

На повторных занятиях детям 3–4-х лет можно предложить выполнять более сложное упражнение:

Надувайся, пузырь,

Соединяют в кольцо большой и указательный пальцы.

Раздувайся большой,

Соединяют в кольцо большой и средний пальцы.

Оставайся такой,

Соединяют в кольцо большой и безымянный пальцы.

Да не лопайся!

Соединяют в кольцо большой палец и мизинец.

Затем, не меняя последовательность слов, дети выполняют движения в обратном порядке (начиная с мизинца).

Занятие 10 **МУЗЫКАНТЫ**

Задачи:

- создание положительной эмоциональной обстановки;
- сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста;
- развитие образности слухового восприятия;
- развитие слуховой и зрительной памяти;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- ширма;
- игрушки: заяц, медведь (слон, кот и кукла);
- игрушечные музыкальные инструменты: барабан, гусли, труба, гармошка, пианино.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог говорит:

– Сегодня к нам в гости придут музыканты. Знаете ли вы, что делают музыканты? На каких музыкальных инструментах они играют?

Из-за театральной ширмы показывается заяц с барабаном.

– Ребята, кто к нам пришел? Какой музыкальный инструмент принес заяц?

Психолог просит зайца изобразить игрой на барабане тяжелые, медленные шаги медведя, быстрые прыжки зайчика, бег осторожной мышки, стук в дверь, шум дождя и т.п.

«Заяц» воспроизводит разные ритмические рисунки, дети стараются запомнить их. Психолог предлагает «зайцу» еще раз сыграть на барабане, а детям – отгадать (или придумать), кого (что) он изображает с помощью звуков.

Психолог подчеркнуто грубо обращается к зайцу:

– Ну-ка, Заяц, дай мне барабан!

«Заяц» не отдает барабан.

– Ребята, заяка не хочет мне отдать барабан! Наверное, я забыла сказать «волшебное» слово? Кто может вежливо попросить зайку?

Дети вежливо просят у зайца барабан, поочередно пробуют играть на нем, благодарят зайца.

! Аналогично психолог знакомит детей с другими «музыкантами» и их инструментами (медведь – гармошка, слон – труба, кот – гусли, кукла – пианино). На первом занятии лучше познакомить детей с двумя-тремя инструментами, потом от занятия к занятию увеличивать их количество. Когда дети запомнят названия этих инструментов и научатся различать их на слух, можно будет ввести новые, например: бубен, колокольчики, металлофон, деревянные ложки и др.

Психолог прячет игрушки за ширму и предлагает детям отгадать, какой инструмент звучит, вспомнить, кто на нем играл.

– Давайте вежливо попросим у Мишки гармошку и поиграем в игру, которая называется «Антошка».

Ребенок, изображающий Антошку, берет гармошку. Остальные дети встают вокруг него.

Психолог напевает песенку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Заводите хоровод
вокруг гармошки,
Посмотрите,
как играет наш Антошка.
Топ-топ, ножки,
Хлоп-хлоп, ладошки,
Выше ножки, выше ножки,
Громче бей в ладошки.*

Идут по кругу.

Топают ногами,
стоя на месте.

Хлопают в ладоши,
стоя на месте.

Высоко поднимая
колени, маршируют
на месте.

Хлопают в ладоши,
стоя на месте.

«Антошка» передает гармошку другому ребенку, игра повторяется.

Психолог рассаживает игрушки перед детьми и говорит:
– Ребята, давайте на прощание покажем нашим гостям,
как мы умеем играть на музыкальных инструментах и петь.

Дети садятся на стульчики и повторяют за психологом слова и движения.

*На пианино: ля-ля-ля,
Так музыканты играют.*

*На барабанах: бам, бам, бам,
Так музыканты играют.*

*А на трубе: ду-ду-ду,
Так музыканты играют.*

*А колокольчики: динь, динь, динь,
Так музыканты играют.*

*А на гармошке: тра-ля-ля,
Так в детском саду мы играем.*

Шевелят пальцами.

Шлепают ладонями
по коленям.

Изображают игру
на трубе.

Встряхивают
расслабленными
кистями рук.

Сводят и разводят
кулачки.

Игрушечные музыканты аплодируют, хвалят детей и прощаются.

– Ушли музыканты. Давайте вспомним, на каком инструменте играл заяц. На чем играл мишка? (А кот? Кто помнит, на чем играл слон? А кукла?) Молодцы, ребята, все вспомнили!

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– Наше занятие подошло к концу, до следующей встречи!

Занятие 11 **МАМИН ДЕНЬ**

Задачи:

- оптимизация детско-родительских отношений;
- воспитание доброго отношения к маме;
- развитие двигательных навыков;
- развитие восприятия, внимания и речи.

Материалы:

- кукла и игрушечный медвежонок (для каждого ребенка);
- головные уборы (платки, косынки, шарфики) и украшения (заколки, ленты, браслеты, бусы и т.п.);
- ширма;
- колокольчик.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Дети сидят на стульчиках. Психолог задает вопросы, дети в ответ произносят слово «мама».

- | | |
|------------------------------|---------|
| – Кто нас очень любит? | – Мама! |
| – Кто нас утром будит? | – Мама! |
| – Кто нас утром умывает? | – Мама! |
| – Кто нас в садик провожает? | – Мама! |

Психолог обращается к мамам:

– *Мама, покажите, пожалуйста, как вы умываете своих ребяткишек.*

Каждый ребенок подходит к своей маме, садится к ней на колени. Мама рассказывает потешку и гладят своих детей.

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| – <i>Водичка, водичка,</i> | Гладят детей по головкам. |
| <i>Умой (имя ребенка) личико,</i> | Гладят лобики. |
| <i>Чтобы щечки покраснели,</i> | Гладят щечки. |
| <i>Чтобы глазки блестели,</i> | Гладят бровки. |
| <i>Чтоб смеялся роток,</i> | Гладят губы, подбородок. |
| <i>Чтоб кусался зубок!</i> | Мама и дети улыбаются друг другу. |

– *Вот ребята, как мамы любят вас, как они о вас заботятся. Сегодня, 8 Марта, у наших мам праздник. Покажите, что вы их любите и тоже можете о них заботиться.*

Дети рассказывают потешку «Водичка, водичка, умой маме личико» и гладят своих мам.

Психолог раздает детям игрушечных медвежат и говорит:

– *Ребята, а ваши мамы любят наряжаться, красиво одеваться? Да? Тогда пойдете за нарядами для мам.*

Дети, держа в руках игрушки, встают друг за другом. Психолог рассказывает стихотворение, дети маршируют по кругу.

Мишка мой всегда со мной,

Всегда со мной идет!

Он меня не обгоняет и не отстает.

Хорошо нам с мишкой путешествовать вдвоем:

Нам мороз и сильный ветер нипочем!

Хорошо нам с мишкой путешествовать вдвоем:

Нам сова и злые волки нипочем!

*Хорошо нам с мишкой путешествовать вдвоем,
Дети поворачиваются к мамам и дружно произносят:
– Если маму мы с собой берем!*

Психолог раздает детям платочки, бусы, браслеты, заколки, ленты. Дети наряжают своих мам.

- ! По окончании этого упражнения можно включить музыку и предложить мамам потанцевать со своими детьми.

Психолог ставит ширму, дети прячутся за нее и поочередно зовут оттуда своих мам.

Мама должна узнать своего ребенка по голосу и назвать его по имени. Ребенок, услышав свое имя, бежит в объятия к маме.

Психолог дает одному из ребят колокольчик, а его маме завязывает глаза. Дети разбегаются, мама по звону колокольчика должна найти своего ребенка.

- ! Можно усложнить игру – дать колокольчики сразу двум детям.

Мамы садятся на стулья, психолог говорит:

– Теперь пусть мамы отдохнут, а мы им песенку споем.

Каждый ребенок выбирает себе куклу. Психолог поет и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Тихо, куколка, сиди,
Мою маму не буди.*

*Прыгай, кукла, веселей,
Буди маму поскорей.*

Укачивают кукол.

Поднимают кукол вверх,
прыгают.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог и дети еще раз поздравляют мам с праздником 8 Марта. Все идут на чаепитие, на котором дети угощают мам и воспитателей.

Занятие 12 **МИШКА**

Задачи:

- сплочение группы, развитие эмпатии;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности;
- развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры;
- развитие координации движений, общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- игрушечный медвежонок;
- магнитофон, кассета с записью пения птиц;
- гуашь желтого цвета, лист с изображением банки (для каждого ребенка), кисточка (поролоновый тампон).

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает игрушечного медвежонка и просит детей внимательно послушать, что он скажет:

– Здравствуйте, ребята. Меня зовут Мишка. А фамилия моя – Топтыгин. А как вас зовут?

Дети называют свои имена и фамилии, пожимают «Мишке» лапку.

– Ребята, а вы знаете, где я живу? А где я сплю зимой? Правильно, в лесу, в берлоге. Давайте возьмемся за руки и встанем в круг – это будет моя берлога. Кто хочет быть медвежонком и вместе со мной спать в берлоге?

Ребенок, играющий роль медвежонка, берет Мишку, ложится в центр круга и закрывает глаза.

Психолог и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:

Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.

Громко не кричите, Мишку не сердите,

Тихо подходите, ласково будите.

Дети и психолог подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается.

– *Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся.*

Все поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки.

Игра повторяется 2–3 раза.

! Чтобы каждый ребенок побывал в роли медвежонка, можно предложить лечь в круг сразу нескольким детям. На детско-родительском занятии ребенок, изображающий медвежонка, входит в центр круга со своей мамой и садится к ней на колени. В конце игры взрослые водят хоровод вокруг прижавшихся друг к другу и сладко посапывающих «медвежат».

Психолог укладывает игрушечного медведя на бочок и говорит:

– *Все медвежата уже проснулись, а Мишка все спит. Давайте расскажем про него стишок.*

Дети садятся на стульчики. Психолог рассказывает стишок и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Как под горкой

Снег, снег,

И на горке

Снег, снег,

А под снегом

Спит

Медведь,

Подставляют ладонь под кулачок.

Опускают руки, шевелят пальцами.

Кладут ладонь на кулачок.

Опускают руки, шевелят пальцами.

Подставляют ладонь под кулачок.

Кладут ладони, сложенные «лодочкой», под щеку.

Разводят руки в стороны, переступают с ноги на ногу.

Тише, тише,

Не шуметь.

Подносят к губам указательный палец одной, затем другой руки.

Грозят указательным пальцем.

Психолог включает кассету с пением птиц и говорит:

– Ребята, почему птицы запели? Какое время года наступило? Правильно, весна, а медведь все спит! Пора его будить!

Дети идут к «медведю», напевая песенку:

У медведя во бору

Я гуляю и пою,

Медведь, вставай,

Из берлоги вылезай!

Когда «медведь» начинает рычать, дети прячутся в широко раскрытых объятиях воспитателя.

Игра повторяется 2–3 раза.

! На детско-родительском занятии дети «спасаются от медведя», забираясь к родителям на колени.

Психолог поднимает игрушечного медведя:

– Кто меня будит? Кто мне спать мешает? Какое сейчас время года? Что? Уже весна? Ну, пора мне вставать, пора шишки собирать. Спасибо за то, что разбудили!

Психолог рассказывает потешку и показывает движения.

Дети повторяют за ним.

*Мишка косолапый
по лесу идет,*

*Шишки собирает,
песенки поет.*

*Вдруг упала шишка
прямо Мишке в лоб,
Мишка рассердился
и ногою – топ!*

Имитируют походку медведя.

Наклоняются, делая вид,
что собирают шишки.

Хватаются за лоб.

Топают ногой.

Дети садятся за столы, на которых находятся гуашь, кисточки (поролоновые тампоны) и листы с изображением банок.

– Ребята, наш Мишка проголодался. Что медведи любят больше всего? Правильно, мед. Мишка принес пустые банки и просит налить ему меда. Вы хотите угостить его? Тогда нужно раскрасить банки. Какого цвета мед? Какого цвета нужно взять краску? Правильно, желтого. Раскрашивайте так, чтобы ни одна капля мимо банки не упала!

Дети закрашивают банку желтой краской и дарят свои рисунки «медведю».

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

Наше занятие заканчивается. Мишка говорит вам «спасибо» за игры и за угощение. До свидания!

На повторных занятиях детям предлагается:
слепить для Мишки конфеты из пластилина и завернуть их в фантики; «угостить Мишку клубничным вареньем», закрасив банку красной краской.

Занятие 13 НЕПОСЛУШНЫЕ МЫШАТА

Задачи:

- преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет;
- формирование положительной самооценки;
- развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм;

- развитие слухового внимания, быстроты реакции;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие чувства юмора, речи и воображения.

Материалы:

- игрушечная мышка;
- розовый и черный косметические карандаши;
- большие игрушечные часы;
- магнитофон, кассета с записью плясовой музыки.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог показывает детям игрушечную мышку и говорит:

– Здравствуйте, ребята! Давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками, будете делать все наоборот.

! Чтобы дети лучше вошли в образ, можно нарисовать им косметическими карандашами розовые носики и черные усики.

*Непослушные мышата
Маму слушать не хотят.*

Ножками потопайте.

Ручками похлопайте.

Головкой покивайте.

Со мною поиграйте.

– Нет, нет, нет!

– Нет, нет, нет!

– Нет, нет, нет!

– Нет, нет, нет!

«Мышка» качает головой:

– Ах, какие озорные, непослушные какие!

Ножками не топайте.

– Будем, будем, будем!

Топают ногами.

Ручками не хлопайте.

– Будем, будем, будем!

Хлопают в ладоши.

Головкой не кивайте.

– Будем, будем, будем!

Кивают головой.

Со мною не играйте.

– Будем, будем, будем!

Прыгают на месте.

– Ах, какие озорные, непослушные мышата!

Психолог произносит предложения, дети, подобрав подходящие антонимы, заканчивают их.

– Ах, какие непослушные мышата, все делают наоборот. Мама их просит включить свет, а они... (выключают). Папа их просит выключить телевизор, а они... (включают). Бабушка их просит открыть окно, а они... (закрывают). Дедушка их просит закрыть кран с водой, а они... (открывают). Воспитатель просит их убрать игрушки, а они... (разбрасывают).

– В тихий час, когда все малыши крепко спят, им говорят: «Не шумите, не скачите», а они ... (шумят, скачут).

Психолог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Скачут мышки-шалунишки,
Кто на чашке, кто на крышке.
Тише, тише, тише, мышки,
Не мешайте спать малышке!*

Прыгают на месте.

Идут на носочках.

Садятся на корточки,
кладут ладони,
сложенные «лодочкой»,
под щеку.

Игра повторяется 2–3 раза.

– Вот наступил вечер. Мама-мышка уложила своих мышат спать. Она подошла к каждому мышонку, погладила его по головке и поцеловала в щечку.

Дети садятся на стульчики и, изображая спящих мышат, закрывают глаза. Психолог берет игрушечную мышку и под-

ходит к каждому ребенку. «Мышка» гладит детей по головкам, «целует» их в щечки, затем «ложится спать».

Психолог говорит:

– *Только мама-мышка уснула...*

Звучит быстрая плясовая музыка – дети встают со стульчиков, прыгают, танцуют. Музыка замолкает – дети садятся на стульчики, притворяются спящими.

– *Проснулась мама-мышка. Что за шум? Наверное, ей что-то приснилось. Только заснула...*

Игра повторяется.

– *Ребята, давайте покажем пример мышкам-шалунишкам. Музыка заиграет, а мы с вами останемся на стульчиках. Никто не будет прыгать, танцевать, будить маму.*

Звучит музыка – дети, преодолевая желание двигаться, остаются сидеть на стульчиках.

Психолог выключает музыку, хвалит детей и говорит:

– *Наступило утро. Мышата проснулись, потянулись, друг другу улыбнулись.*

Все поднимают вверх сначала левую, затем правую руку и встают на носочки.

! Можно предложить детям опустить руки вниз, развести в стороны, протянуть вперед, отвести назад, попросить их вытянуть шею, покрутить головой и т.п. Такие упражнения способствуют снятию мышечных зажимов, оптимизации мышечного тонуса и повышению психической активности.

Психолог устанавливает на полу большие игрушечные часы и говорит:

– *Давайте поиграем в игру «Мышки и часы».*

*Вышли мыши как-то раз
Посмотреть, который час.*

Идут на четвереньках
к часам, шлепая ладошками
по полу в ритм стиха.

Раз, два, три, четыре!

Мыши дернули за гири,

Раздался тут страшный звон:

Бим, бом, бим, бом!

Убежали мыши вон!

«Дергают за гири»
правой рукой.

«Дергают за гири»
левой рукой.

Закрывают ладонями уши.

Ритмично хлопают
в ладоши.

Отползают на четвереньках
(спиной вперед) к своим
стульчикам.

Игра повторяется 2–3 раза.

- ! Психолог следит, чтобы дети выполняли движения в соответствии с ритмом стиха. Можно усложнить игру: читать стихотворение то быстрее, то медленнее, делать неожиданные паузы.

Все встают в круг. Психолог рассказывает текст и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Это – папа-мышь.

Он большой и сильный.

*У него гладкая шерстка,
маленькие ушки*

и вот такой хвост!

Это – мама мышь.

Она добрая и красивая.

*У нее гладкая шерстка,
маленькие ушки*

и вот такой хвост!

Показывают большим пальцем.

Гладят большим пальцем.
Соединяют в кольцо
большой и указательный
пальцы.

Максимально широко
разводят руки, показывая
длину хвоста.

Показывают указательный
палец.

Гладят указательный палец.
Соединяют в кольцо большой
и средний пальцы.

Показывают хвост поменьше.

| | |
|--|---|
| <p><i>А это – мышка Малышка.</i> <i>Она хорошая и послушная.</i> <i>У нее гладкая шерстка,</i> <i>маленькие ушки</i></p> <p><i>и вот такой хвостик!</i></p> | <p>Показывают мизинец.</p> <p>Гладят мизинец.</p> <p>Соединяют в кольцо большой палец и мизинец.</p> <p>Показывают маленький хвостик.</p> |
|--|---|

– Наше занятие заканчивается. Озорные мышата превращаются в хороших, послушных мальчиков и девочек. Давайте мальчики скажут сейчас: «Я хороший!» Молодцы! Теперь девочки: «Я хорошая!» Умницы! И все вместе: «Мы хорошие!»

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Все прощаются до следующей встречи.

После детско-родительского занятия «Непослушные мышата» с родителями и воспитателями рекомендуется провести беседу на тему – «Кризис трех лет. Как ладить с малышом».

Занятие 14 **КОЛОБОК**

Задачи:

- сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества;
- снятие страхов перед сказочными героями;
- развитие общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного);

- развитие пространственных представлений;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- куклы-бибабо (персонажи сказки «Приключения Колобка»);
- матерчатый мешочек;
- фрукт и овощ;
- пластилиновый шарик (для каждого ребенка);
- дидактический набор «Мисочки»;
- деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине);
- спортивный инвентарь: дорожки с разнофактурной поверхностью, гимнастические бревна, гимнастическая скамейка, обруч.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог рассказывает и инсценирует (с помощью игрушек) сказку «Приключения Колобка». Дети повторяют показанные психологом движения.

– *Жили-были старик со старухой. Вот просит старик: «Испеки мне, старая, колобок».*

Старуха намела муки (выполняют плавные движения кистями рук к себе), *наскребла соли* (медленно сжимают и разжимают кулаки), *посолила* (собирают пальцы в щепоть, «солят» правой, левой, обеими руками), *помешала тесто* (круговые движения в разных направлениях правой, левой и обеими руками), *слепила колобок* (имитируют лепку колобка), *покатала* (выполняют круговые движения одной ладонью над другой по часовой стрелке, против часовой стрелки, меняют руки и повторяют движения), *маслом помазала* (глядят одной ладонью другую), *в печку жаркую поставила* (дышат на ладони теплым воздухом) и *положила остудить на окошко* (дуют на ладони). *Надоело колобку лежать: он и покатился с окна на завалинку, с завалинки на травку, с травки на дорожку.*

– *Катится колобок к лесу через поле (ложатся на ковер и катятся, «как бревнышки» с вытянутыми прямыми руками и ногами, выполняя 3–4 оборота вперед и назад). Прикатился к лесу, а там его уже заяц поджидает.*

– *Колобок, колобок, отгадай мою загадку, а не то я тебя съем.*

«Зайчик» рассказывает, что любит есть свежие овощи и фрукты, потому что они вкусные и полезные. Предлагает детям с закрытыми глазами попробовать его угощение и отгадать, что они съели. Дети выполняют задание, а затем рассматривают фрукт (овощ) и отвечают на вопросы: какой этот фрукт (овощ): кислый или сладкий? мягкий или твердый? сочный или нет? какого он цвета, формы? какой он на ощупь? есть ли у него запах?

- ! На каждом из повторных занятий детям дают попробовать фрукт и овощ, например: яблоко и капусту, грушу и огурец, банан и морковь, апельсин и сладкий перец.

– *Поблагодарил колобок зайца за угощение, попрощался с ним и покатился дальше по лесной тропинке (снимают обувь и идут по дорожкам с разнофактурной поверхностью), перекатился через поваленные ветром деревья (перешагивают через гимнастические бревна), перебрался по кочкам через болото (прыгают на двух ногах с продвижением вперед), не заметил ямку и упал в нее (поочередно прыгают в обруч, лежащий на полу, и приседают на корточки), вылез из ямки, а тут уж его волк поджидает.*

– *Колобок, колобок, никто со мной не дружит и играть не хочет, зайцы разбегаются, птицы разлетаются. Скучно мне одному в лесу, грустно!*

– *Не грусти, волк, давай с тобой в прятки поиграем.*

- ! Многие малыши боятся волка. Используя этот диалог, психолог старается снять чувство страха и заменить его на удивление, жалость, стремление помочь волку.

Психолог раздает детям пластилиновые шарики («колобки») и мисочки-вкладыши, обращая внимание на их размер, например:

– У Миши самая маленькая мисочка, у Кати побольше, у Сережи еще больше, а у Алины – самая большая.

Психолог предлагает детям спрятать колобков в мисочки. Дети выполняют задание.

– Не может волк найти колобков. Он устал, огорчился. Давайте поможем волку – скажем, где спрятались колобки. Правильно, ребята, в мисочке.

! В аналогичной игровой ситуации можно закрепить навыки использования других предлогов (*под, за, на, перед, около*).

Психолог, собирая пластилиновые шарики и мисочки, вновь обращает внимание детей на их размер, например:

– У Алины самая большая мисочка, у Сережи поменьше, у Кати – еще меньше, а у Миши – самая маленькая!

– Волку понравилось играть с колобком, подружился он с ним. Но, что поделаешь, – надо прощаться.

Дети прощаются с волком, говорят ему хорошие слова, успокаивают его, обещают, что будут с ним дружить.

– Простился колобок с волком и покатился дальше по лесной тропинке (движутся на четвереньках по дорожкам с разнофактурной поверхностью), пролез сквозь заячью нору (на четвереньках пролезают в обруч, поднятый над полом на 10–15 см), перебрался по мостику через речку (на четвереньках проходят по гимнастической скамейке), а на другом берегу реки его медведь поджидал.

– Колобок, колобок, проголодался я, ни одного гриба в лесу не нашел, вот я тебя и съем!

– Не ешь меня, медведь, я тебе грибы помогу найти.

Психолог показывает детям маленькие деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик.

- ! На последующих занятиях вместо шарика и кубика можно использовать сходные на ощупь предметы, например: елочку и матрешку.

Дети рассматривают и ощупывают игрушки. Затем психолог складывает игрушки в матерчатый мешок и просит детей найти для медведя грибок. Дети поочередно опускают руку в мешочек, и отыскав грибок среди других игрушек, угощают медведя. «Медведь» благодарит детей и отпускает колобка.

– *Катится, катится колобок, вдруг видит – перед ним река, а мостика нигде нет. Придется переплывать реку.* (Дети ползут по ковру. Если у ребенка не получается ползти, взрослый подставляет ему под пяточки ладони, чтобы он мог отталкиваться от них, координирует его движения, чтобы одновременно сгибались и отталкивались сначала правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога.) *Как только переплыл колобок речку, сразу с лисой встретился.*

– *Колобок, колобок, я тебя съем!*

– *Не ешь меня, лиса, я тебе песенку спою и в интересную игру играть научу. Кто дольше молчать будет – тот и победит.*

Все садятся на стульчики и поют песенку, выполняя описанные в ней движения.

*Пальчик о пальчик: тук-тук-тук,
Ладошки, ладошки: хлоп-хлоп-хлоп,
Кулачками, кулачками: стук-стук-стук,
Локотками, локотками: цок-цок-цок,
Ножками, ножками: топ-топ-топ,
Ротик закроем, немножко помолчим!*

Психолог выдерживает паузу и говорит:

– *Понравилась лисе песенка, не удержалась она и принялась нахваливаться колобка. Не смогла лиса промолчать и пришлось ей отпустить колобка.*

«Лиса» прощается с детьми.

Занятие 15 **КОТЯТА**

Задачи:

- формирование положительной самооценки;
- развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга;
- снятие мышечного напряжения;
- развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость);
- развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки;
- развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле;
- развитие пространственных представлений;
- развитие внимания, речи и воображения.

Материалы:

- магнитофон, кассета «Голоса животных и птиц»;
- желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей);
- игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цветов.

Ход занятия

→ Приветствие.

→ Психолог подходит к магнитофону и говорит:

– *Сейчас я включу магнитофон, а вы отгадайте, кто с вами «разговаривает».*

Психолог включает аудиозапись «Кошка», потом – «Кошка и котенок».

Дети высказывают свои догадки.

– *Правильно, вы отгадали, это мяукают кошка и котенок. У кошки голос низкий, а у котенка – высокий, тоненький, он почти пищит. Попробуем помяукать, как кошка и как котенок.*

Дети выполняют задание.

– *Давайте поиграем, я буду мамой-кошкой, а вы – котятами.*

! Чтобы дети лучше вошли в образ, можно нарисовать им косметическими карандашами розовые носики и черные усики.

– *Котята, скоро мы пойдем гулять во двор. Во дворе живет собака, вы должны уметь защищаться. Сейчас мы будем учиться шипеть и выпустать коготки.*

Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-ш», затем разжимают кулаки, разводят пальцы («показывают коготки») и произносят: «Мяу».

Упражнение повторяется 2–3 раза.

– *Пора выходить на прогулку. Будьте внимательны, а когда услышите слово «собака», защищайтесь, как я вас учила.*

Дети ходят на четвереньках по группе. По сигналу «Собака!» дети выполняют вышеописанное упражнение.

Игра повторяется 2–3 раза.

Психолог предлагает детям подойти к нему, показывает бабочек и говорит:

– *Посмотрите, котята, к нам прилетели бабочки. Давайте рассмотрим их. Эта бабочка желтая, как солнышко. А эта какого цвета? Правильно, синяя, как колокольчик. И т.п.*

! Желательно, чтобы в поле зрения детей находились разноцветные предметы или картинки, с которыми они могли бы соотносить цвета бабочек.

Психолог дает бабочку каждому ребенку и говорит:

– *Бабочки хотят поиграть. Встаньте в круг.*

Дети, держа бабочек перед собой, встают в широкий круг и вслед за психологом произносят слова:

– *Бабочка, лети, лети, лети,
Лети, лети, лети!*

*На головке (на плече и т.д.)
отдохни!*

Медленно выполняют произвольные движения рукой, в которой находится бабочка (имитация полета бабочки), и следят за ней глазами.

Игра повторяется 2–3 раза.

- ! На последующих занятиях можно предложить детям держать бабочку левой рукой или обеими руками одновременно.

Психолог предлагает детям сесть на колени и говорит:

– *А теперь попробуйте поймать бабочку, не вставая с места.*

Психолог поочередно подходит к каждому ребенку и, держа у него над головой бабочку, предлагает дотянуться до нее. Дети стараются дотянуться до бабочки правой, левой и обеими руками.

После растяжек дети, передвигаясь на четвереньках, пытаются догнать психолога, который держит бабочку на расстоянии одного-двух шагов от них.

- ! На детско-родительском занятии упражнение с детьми выполняют родители.

– *Котята заигрались с бабочкой и не заметили, как убежали из своего двора. Они потерялись. Уже наступал вечер. Котята замерзли (дети съеживаются), проголодались (поглаживают животики). Где-то неподалеку залаяли собаки (тревожно оглядываются по сторонам). Им стало страшно. «Где же наша мама?» – спрашивают котята (разводят руками, спрашивают: «Где же наша мама?»), говорят, что им страшно).*

– *Вдруг котята услышали мяуканье мамы-кошки. Они очень обрадовались (изображают чувство радости).*

– *Котята побежали на мамин голос* (передвигаются на четвереньках). *Но вот перед ними ручей* (останавливаются), *а мама кошка стоит за ручьем* (мяукают). *Котята потрогали лапкой воду* («трогают воду» руками и ногами) – *холодный ручей* («страхивают холодные капельки»), *смотрят вниз* (опускают голову вниз) – *глубокий ручей* (качают головой), *посмотрели на другой берег* (подносят руку к глазам, всматриваются вдаль) – *широкий ручей* (качают головой). *Расстроились, загрустили котята* (изображают грусть). «*Что же нам делать?*» – *думают они* (разводят руками, спрашивают: «*Что же нам делать?*»).

– *Вы сможете переплыть ручей! Плывите ко мне! Смелее!*

Один из детей ложится на животик и ползет к психологу (4–5 метров). Все его подбадривают. Психолог садится на колени, раскрывает объятия и встречает ребенка. Ребенок говорит: «*Я молодец, я переплыл ручей!*» Все ему аплодируют.

! Упражнение выполняется поочередно всеми детьми.
• На детско-родительском занятии дети ползут к своим родителям.

– *Какие вы у меня смелые, храбрые котята! Я вами горжусь! Я вас очень люблю!*

Все обнимаются, радуются, веселятся.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Психолог говорит:

– *Вот и пришло время прощаться. Котята превращаются в мальчиков и девочек. Давайте скажем друг другу: «Спасибо! До свидания!»*

На повторных занятиях детям можно предложить: *перейти ручей по тонкой веточке* (дети идут по веревочке, скакалке); *перейти ручей по бревнышку* (скамейке) с открытыми, а затем с закрытыми глазами (с поддержкой).

ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ АДАПТИРОВАННОСТИ РЕБЕНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ

| Фамилия, имя ребенка | Психологические критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению | | | | | | | | | | Реакция на изменение привычной ситуации | | | | |
|----------------------|--|--------------|---------------|------------------------------|---------------------------------|---------------------------|-------------|--------------------------------|---|-------------|--|---------------------------|----------|-------------|-----------|
| | Общий эмоциональный фон поведения | | | Наблюдение за ребенком | | | | | | | | | | | |
| | Познавательная и игровая деятельность | | | Взаимоотношения со взрослыми | | Взаимоотношения с детьми | | | | | | | | | |
| | Положительный | Неустойчивый | Отрицательный | Активен | Активен при поддержке взрослого | Пассивен/Реакция протеста | Инициативен | Принимает инициативу взрослого | Уход от взаимоотношений, реакция протеста | Инициативен | Вступает в контакт при поддержке взрослого | Пассивен/Реакция протеста | Принятие | Тревожность | Неприятие |
| Баллы | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями:

2,6–3 балла – высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

1,6–2,5 баллов – средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1–1,5 баллов – низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Граббет Р. Игры для малышей от 2 до 6 лет. — М., 1999.

Громова О.Н., Прокопенко Т.А. Игры-забавы по развитию мелкой моторики у детей. — М., 2001.

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. //Тренинговая программа адаптации детей 4–6 лет к условиям дошкольного учреждения. — М., 2000.

Лютова Е.К., Монина Т.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). — СПб., 2001.

Морозова Е.И. Психологические аспекты адаптации к новым условиям воспитания детей раннего возраста с психофизическими нарушениями. Автореф. дисс... канд. псих. наук. — М., 1999.

Хрестоматия для маленьких: пособие для воспитателей детского сада/ Составитель Елисеева Л.Н. — М., 1987.

Серия «Психологическая служба»

РОНЬЖИНА Анна Сергеевна

**ЗАНЯТИЯ ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ 2–4-х ЛЕТ
В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ
К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ**

Корректор – *Н. Назарова*
Оригинал-макет – *А. Тронин*
Обложка – *А. Тронин*

ООО «Национальный книжный центр»
143003, Московская область,
г. Одинцово, ул. Северная, д. 62 «А»
www.nbcmmedia.ru nbcmedia@mail.ru

Отдел продаж издательства:
129164, Москва, ул. Маломосковская, д. 18, офис 113
(ст. м. Алексеевская)
Тел.: (495) 662-71-69

Подписано в печать 01.02.2012
Объем 4,5 п.л. Гарнитура SchoolBookC
Формат 60x90/16. Тираж 1000 экз. Заказ №

Отпечатано в полном соответствии с качеством
предоставленного оригинал-макета
в ОАО «Первая Образцовая Типография»
Филиал «Чеховский Печатный Двор».
142300, Московская обл., г. Чехов, ул. Полиграфистов, 1