

Цикл
занятий в сенсорной комнате
с использованием сенсорного оборудования

Подготовила педагог-психолог
МДАОУ ДС №29 «Ёлочка»

Зайцева И.А.

Г. Нижневартовск.

2016 г.

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Теоретическое обоснование цикла.

Одно из направлений работы нашего детского сада – это сохранение и укрепление здоровья детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Большинство детей дошкольного возраста основную часть своей жизни проводят в детском саду. Именно здесь для ребенка расширяется сфера его деятельности, растет круг значимых и менее значимых людей (взрослых и детей), осваиваются новые социальные отношения. Одним словом, детский сад является необходимой и важной ступенькой, ведущей ребенка в сложный и противоречивый социальный мир. Насколько конструктивным будет вхождение в социум, в большей степени зависит от эмоционального самочувствия ребенка в детском саду.

Вопросы эмоционально-психологического здоровья детей очень актуальны для дошкольного образования и воспитания в целом.

Приоритетным направлением работы нашего детского сада является сохранение и укрепление здоровья детей. Одной из составляющих которого является эмоциональное благополучие ребёнка, которого можно достичь через игровую деятельность в сенсорной комнате.

Дети, посещающие наш детский сад и состоящие на учете у ортопеда, невролога - часто болеющие, ослабленные дети. На фоне заболеваний возникают трудности в развитии и воспитании детей: ребенок находится часто на больничном, пропуская образовательный процесс, что приводит к дезадаптации, раздражительности, эмоциональной неустойчивости и т. д. Все это приводит к нарушению эмоционально-личностного и познавательного развития.

В нашем детском саду созданы все необходимые условия для работы по укреплению психологического здоровья детей: сенсорная комната, оснащённая необходимым оборудованием.

Сенсорная комната позволяет выполнять следующие процедуры психологического и психотерапевтического воздействия:

- релаксацию, снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- стимулирование сенсорной чувствительности и двигательной активности детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- фиксирование внимания и управление им, поддержание интереса и познавательной активности;
- повышение психической активности за счет стимулирования положительных эмоциональных реакций;
- развитие воображения и творческих возможностей детей;
- коррекцию психоэмоциональных состояний.

Все приведенные занятия имеют следующую структуру: ритуал начала занятия; релаксация, которая позволяет детям расслабиться и снять мышечное напряжение; ритуал окончания занятия.

Игровые задания являются одновременно и развивающими, и терапевтическими: они развивают психические процессы и формируют психологически здорового ребенка.

Цикл занятий рассчитан на детей 4-7 лет и состоит из 20 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 20-30 минут.

Занятие № 1. «Знакомство с волшебной комнатой»

Цель: развивать когнитивную сферу детей; активизировать произвольное внимание, умственные способности; развивать тактильную чувствительность, мелкую моторику; формировать умение соотносить зрительно-моторную и слухо-моторную координацию; развивать органы чувств и вестибулярный аппарат; закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; развивать коммуникативные навыки; формировать умение расслабляться в процессе идеомоторных движений и представлений образов; формировать навыки саморегуляции.

Материалы и оборудование: напольные тактильные дорожки; сухой бассейн; балансировочная доска; мячики-веселки; аквалампа; растение-фонтан; куб «Твизлер»; запутанные спиральки; центр тактильности; центр спокойных игр; центр, развивающий активность; проектор направленного света; зеркальный шар; легкие квадраты; мягкое напольное покрытие; аудиокассета.

Ход занятия

Ритуал начала занятия.

Игра «Приветствие»

- Ребята, наши «веселки» улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Улыбнитесь им и весело их поприветствуйте, помашите рукой и скажите: «Здравствуйте!»

А теперь мы с вами отправимся в путешествие... Начнется оно вот с этого большого водопада. (Рассматриваем пейзаж на картине «Водопад») Посмотрите, как падает вода с вершины горы, как сверкает она и рассыпается на разноцветные брызги. А рядом еще один водопад - маленький (растение-фонтан). Подойдите к нему поближе и послушайте, как журчит вода, сбегая по уступам горы. (Слушают шум воды.)

А какие маленькие яркие птички живут в нашем лесу, - как звонко они щебечут! (Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

Пригревает солнышко, стало жарко. Давайте снимем обувь и пойдем в лес по тропинке босиком. (Ходьба по сенсорным напольным дорожкам.)

Идти будем друг за другом, чтобы не сбиться с пути. Наш путь

начинается с этой большой зеленой полянки, затем - по дну лесного озерка, по камешкам... - и дальше в лес по тропинке, по мостику. (По ходу педагог спрашивает детей об их ощущениях.)

Что чувствуют ваши ножки? А теперь мы пойдем по волшебному лесу, где времена года сменяют друг друга каждые несколько шагов. Идти надо след в след, чтобы не оступиться и не упасть в воду. Руки расставьте в стороны. Смотрите внимательно, по какому времени года вы проходите, и называйте его.

Теперь надевайте обувь и переходите на эту разноцветную полянку. (Звучит спокойная фоновая музыка.)

Двое ребят будут играть с игрушками на этой панели (центр, развивающий активность), а двое - скатывать шарики по этой спиральке: один кидает шарик, а другой ловит его на выходе. Слушайте внимательно, где находится шарик, чтобы не упустить его. Делайте это поочередно.

Подойдите к этой спиральке. Кидайте шар, внимательно за ним наблюдайте и ловите на выходе (запутанная спиралька). (Через несколько минут дети меняются местами.) Ребята, тот из вас, кто поиграл на этой полянке, может переходить на следующую..

Кто хочет поиграть с игрушками на этой панели? Пожалуйста! А кто будет рассматривать драгоценные материалы в нашем сундучке?

А по лабиринтам может путешествовать кто хочет? (По ходу игры педагог спрашивает об ощущениях, предлагает меняться местами.)

Ребята, вот еще один сундучок! Давайте посмотрим, что в нем находятся. (Открывает) Что это? Правильно, это квадратики из разной ткани. Выбирайте, кому какой нравится. Подбросьте свои платочки как можно выше; понаблюдайте, как они падают вниз.

А сейчас надо не просто подбросить платочки, но и постараться, чтобы они подольше не опускались на пол. Для этого надо дуть на них - вот так! (Показывает. Далее педагог предлагает подбросить платочки несколько раз. Включает аквалампу.)

Подойдите поближе, посмотрите: какая интересная лампа! Называется она аквалампа - значит, водяная лампа. А что же там плавает? Какого цвета шарики? (Предлагает каждому понаблюдать за шариком определенного цвета.)

Обратите внимание, как изменяется цвет воды. Какой цвет воды вам нравится больше? Приложите ладошки правой руки к стеклу. Что чувствуют ваши ладошки? (Дети говорят о своих ощущениях.)

Целый день мы путешествовали с вами по волшебному лесу! Наступает ночь, пора отдохнуть. Отдыхать мы будем на этой большой поляне. Располагайтесь на ней (мягкое напольное покрытие). А кто-то может и на этом островке (мягкий островок). (Звучит релаксационная музыка.)

Ложитесь по-удобнее, расслабьтесь. (Включает проектор, направляет его на зеркальный шар.)

Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лоб, лицо, шею, живот, спину, руки, ноги... Вы чувствуете, как тело

становится легким, теплым, послушным.

Дышится легко и свободно. Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко.

Дышится легко, ровно, глубоко. Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью.

Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно.

Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится бодрым и

жизнерадостным.

Потянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками».

Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и попрощаемся с ними: «До свидания!»

Вспоминайте наших «веселок» и улыбайтесь, как они, - и тогда у вас всегда будет хорошее настроение.

Занятие № 2 «Цвета и настроение»

Цели:

- создание бодрого, оптимистичного настроения; - активизация пассивных детей;

- снятие эмоционального напряжения;

- развитие умения передавать ощущения в вербальной форме;

- развитие когнитивной сферы: внимания, памяти, мышления;

- закрепление знаний цветового спектра;

- цветотерапия;

- стимулирование воображения.

Материалы и оборудование: напольные тактильные дорожки; центр, развивающий активность; сухой душ; аквалампа; мягкое напольное покрытие; «веселки».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия:

- Ребята, наши «веселки» приветствуют нас. Давайте улыбнемся им так же, как они нам, и пожелаем «веселкам» и всем людям здоровья. Каким словом мы это говорим?

- «Здравствуй!»

2.

- А сейчас мы пройдем по нашим лесным дорожкам. Не забывайте говорить о том, что чувствуют ваши ножки. (*Звучит спокойная, тихая музыка.*)

3.

- Выходим вот на эту зеленую полянку. Вы будете играть игрушками, которые здесь находятся (*центр, развивающий активность*).

- Вот эта трубка называется *калейдоскоп*. Каждый из вас, играя ним, будет мне рассказывать, что интересное он видит: какие фигуры, какого

цвета.

- Посмотрите вот на этот браслет. Какого цвета огоньки на нем сверкают? Возьмите кружочки такого же цвета из коробки. Запомните, какой огонек зажигается первым, какой - вторым, какой - третьим. Покажите их мне в той последовательности, в какой они зажигаются (*браслет с цветными лампочками*).

4.

- А сейчас давайте подойдем к этому цветному водопаду.

(*Сухой души.*) Слушайте меня внимательно: я буду говорить, кто какой стороны будет проходить под водопадом.

- Какого цвета струйки воды? Выходя из-под водопада, вы будете говорить мне, какое у вас настроение и что вы чувствовали под струйками воды.

5.

- Подойдите к цветному аквариуму. Какого цвета шарики вы там видите? Каждый из вас будет наблюдать за своим шариком (*аквалампа*).

(*Психолог называет имя ребенка и цвет шарика, за которым он будет наблюдать.*)

- Ребята, вы видите, что вода меняет свой цвет. Вы будете называть одним словом цвет воды: *синий, красный, зеленый, желтый*.

6. Релаксация «Радуга» (лежа на мягком покрытии):

- Закройте глаза. Представьте себе, что у вас перед глазами экран. На экране вы видите цвета радуги, которые вам нравятся. а) на экране - *голубой цвет*. Это мягкий, успокаивающий цвет.

Он похож на воду в реке или озере. Голубой цвет и у неба. Он освежает вас, как купание в жару;

б) *красный цвет* дает нам энергию и тепло. От красного цвета нам становится теплее даже в холод. От красного цвета веселее и радостнее на душе;

в) *желтый цвет* приносит нам радость и улыбку. Он согревает, как солнышко. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение;

г) *зеленый цвет* - цвет природы. Если мы больны и нам не по себе, зеленый цвет помогает нам чувствовать себя лучше.

- А теперь откройте глаза. О чем вы думали, когда смотрели на голубой, красный, желтый и зеленый цвета? Заметили ли вы, что разные цвета влияют на настроение?

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 3 «Помощь друзей»

Цели:

- развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления;
- развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов;
- развитие умения передавать ощущения в вербальной форме;
- стимуляция поисковой и творческой активности;

- создание положительного эмоционального настроения.

Материалы и оборудование: подвеска «веселки»; растение-фонтан; центр спокойных игр; двойная спиралька; центр тактильности; сухой бассейн; игра «Легкие квадраты».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие».

2.

- Ребята, представьте себе, что у вас грустное настроение. Какое у вас при этом выражение лица? Покажите!

- Посмотрите в зеркало: какие у вас грустные лица! Давайте попробуем поднять друг другу настроение. Давайте скажем каждому что в нем нам нравится. Говорить будем по очереди, и каждый услышит о себе что-нибудь хорошее. (*Игра «Комплименты».*)

- Ну что, улучшилось ваше настроение? Давайте поприветствуем наших «веселок» и улыбнемся им так же, как они улыбаются нам.

3.

- Подойдите к волшебному замку (*растение-фонтан*). Внимательно посмотрите на замок и природу вокруг него. Как вы думаете, кто живет в замке?

- Твой герой злой или добрый?

- А что дружно сделать, чтобы он стал добрее?

- Посмотрите на водопад, который сбегает с гор. Давайте послушаем шум воды. (*Слушают шум воды.*)

4.

- Переходим на зеленую полянку Тут вы можете поиграть с этими спиральками. (*Двойная и одинарная спиральки.*) Внимательно наблюдайте и слушайте, где находится шарик, и ловите его на выходе.

5.

- Давайте внимательно посмотрим вот на эту панель (*центр спокойных игр*). По очереди ощупайте игрушки и скажите, какая игрушка на ощупь вам нравится больше остальных, а какая - не нравится и почему.

6. Упражнение «Море из шариков» (*сухой бассейн*):

- А сейчас мы будем плавать в море из шариков. Давайте все перевернемся на животик и поплывем.

- А теперь перевернемся на спинку. Продолжаем плыть.

- А теперь спокойно полежим на волнах. Закройте глаза и представьте себе, что вы спокойно покачиваетесь на волнах моря...

(*4-5 минут.*)

- Вот и закончилась наша игра.

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 4

Цели:

- развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания;

- развитие конструкторских способностей;
- продолжение развития глазомера;
- развитие координации «глаз - рука»;
- закрепление знания цветов спектра;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие воображения.

Материалы и оборудование: игры «Собери квадрат», «Надень кольцо»; аквалампа; мягкое напольное покрытие; напольные тактильные квадраты; подвеска «веселки».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2.

- Ребята, мы сейчас пройдем по нашим лесным тропинкам. Сегодня мы будем называть цвет дорожки, по которой проходим. (*Напольные сенсорные дорожки.*)

3.

- Подойдите к этому столу Мы будем из частей собирать вот такой квадрат. Будьте внимательны - и у вас все получится. Игра называется «Собери квадрат».

4.

- Теперь поиграем вот с этими игрушками. Игра называется «Надень кольцо». Когда вы надеваете кольцо, то говорите, какого оно цвета. Посмотрим, кто у нас самый меткий, кто быстрее других наденет все кольца (*водяные игрушки*).

5.

- Мы поиграем в игру «Найди цвет», Я буду показывать цвет, например красный, а вы - искать в этой комнате все предметы красного цвета. И так мы будем искать и называть все цвета.

6.

- Теперь ложитесь на наш мягкий диван, повернитесь лицом к волшебному аквариуму и наблюдайте за тем, как в нем меняется вода. Как только вода сменит цвет, вы называете его.

7.

- Перевернитесь все на спинку Лягте поудобнее, закройте глаза и слушайте мой голос.

Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте - на берегу моря. Чудесный летний день! Голубое небо, теплое солнце... Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все ваше тело: лоб, лицо, спину, живот, ручки и ножки. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным, послушным. Вам тепло и приятно. Лучики солнышка ласкают наше тело. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться.

Мы открываем глаза - мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день.

8. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 5 «Давайте представим...»

Цели:

- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
- продолжение обучения умению определять свое настроение;
- обучение способам поднятия настроения;
- развитие смелости и уверенности в себе, преодоление робости;
- саморегуляция психического состояния.

Материалы и оборудование: зеркало; колпаки клоунов; мягкое напольное покрытие; аквалампа.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2.

- Давайте представим, что мы с вами - обезьянки. Подойдите к зеркалу и покажите мне без слов: веселую обезьянку, грустную, удивленную, плачущую, смеющуюся, испуганную, поющую, радостную.

- Ну, как? Улучшилось у вас настроение? Покажите свое настроение.

3. Далее психолог читает стихотворение:

Бывают чувства у зверей,
У рыбок, птичек и людей.
Влияет, без сомнения,
На всех нас настроение.
Кто веселится?
Кто грустит?
Кто испугался?
Кто сердит?
Рассеет все сомнения
Хорошее настроение.

4.

- А сейчас мы с вами окажемся в цирке. Выйдем на эту зеленую поляну и станем клоунами. Становимся парами, лицом друг к другу Клоуны справа будут веселыми. Изобразите это настроение на своем лице. А теперь веселые будут стараться развеселить грустных так, чтобы они заулыбались и всем стало весело.

5.

- Теперь клоуны поиграют в игру «Веселая зарядка».

(Звучит бодрая, веселая музыка. Психолог моделирует ситуацию, а дети изображают соответствующие действия.) - Для того чтобы машина заработала, надо завести мотор.

- Спящий человек похож на выключенную машину.

- Тело устает за день, и ему нужен отдых.

- Но впереди новый день и много интересны к дел и приключений. Надо подготовить себя к ним: включить, «завести» свое тело. Давайте все дружно

попрыгаем!

- Каждый из вас - хозяин своего тела. Вы - проснувшиеся кошечки, вытягиваете то передние, то задние лапки.

- А теперь вы - упавшие на спину божьи коровки. Удастся ли вам перевернуться на живот без посторонней помощи?

- А сейчас вдохнем поглубже и превратимся в воздушные шарики.

Еще чуть-чуть - И полетит!

- Тянемся вверх, как жирафы.

- Попрыгаем, как кенгуру, чтобы стать такими же ловкими и сильными.

- А теперь мы - матрешки. Покачаемся из стороны в сторону.

- А ну-ка запустим самолет! Крутим пропеллер изо всех сил. -

Ребята, вы получили большой заряд бодрости и уверенности в себе на весь день. До скорой встречи!

6. Ритуал окончания занятия.

Занятие № 6 «Будьте внимательны!»

Цели:

- продолжение развития психических процессов: произвольного внимания, его устойчивости и переключаемости; умственных способностей; памяти, воображения, восприятия;

- формирование умения соотносить речевую форму описания предметов с графической;

- развитие тактильного восприятия рецепторов стопы и рук, умения передавать свои ощущения в связной речи;

- развитие координации «глаз – рука»;

- продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения.

Материалы и оборудование: напольные тактильные квадраты; центр спокойных игр; куб «Твизлер»; балансировочная доска; аквалампа; игра «Легкие квадраты»; напольное мягкое покрытие.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2.

- Ребята, давайте пройдем по нашим лесным тропинкам.

Идем медленно, не спеша, слушаем пение птиц, журчание ручейка в лесу.

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

3.

- Выходим с вами на полянку. *(Центр спокойных игр.)*

- Посмотрите внимательно вот на эту панель, на игрушки и предметы, которые на ней расположены. Каждый из вас выберет себе предмет, но не говорит, что он выбрал. Остальные должны догадаться по описанию, что это, и назвать предмет. *(Игра «Опиши предмет».)*

4.

- А сейчас мы с вами будем переходить через пропасть по волшебным канатам. Я каждому назову цвет каната, по которому он будет перебираться на противоположную сторону пропасти.

Воспитатель поощряет тех, кто быстрее выполнил задание.

5.

- Продолжим мы свой путь через этот волшебный лес, где через каждые 4 шага времена года сменяются. Идти надо по тем стопам, которые нарисованы, и называть времена года, по которым вы проходите. Не забудьте о том, что спинка должна быть прямой, а руки разведены в стороны.

6.

- А теперь, ребята, ложитесь на наш мягкий диван. Мы будем наблюдать за шариками в волшебной лампе. Каждый выбирает свой цвет шарика и наблюдает за ним. (*Упражнение «Танец шарика».*)

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 7 «Прогулка по волшебному лесу»

Цели:

- развивать мыслительную деятельность, произвольное внимание, память, воображение, восприятие;

- формировать умение передавать свои ощущения в речи;

- развивать проприоцептивную и кинестетическую чувствительность;

- способствовать развитию вестибулярного аппарата и координации движений;

- учить саморегуляции психического состояния, релаксации;

- продолжать формировать знания о здоровом образе жизни;

- воспитывать эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку.

Материалы и оборудование: центр тактильности; напольные тактильные дорожки; маленький бассейн с водой; ребристый мостик; балансировочная доска; мягкое напольное покрытие; зеркальный шар; проектор.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия:

- Давайте поздороваемся с нашими «веселками», улыбнемся им так же, как они нам, и скажем им: «Здравствуйте!»

2.

- Ребята, сегодня мы с вами будем путешествовать по волшебному лесу. А теперь подойдем к этой зеленой поляне и послушаем щебет птиц в волшебном в лесу.

(*Звучит аудиозапись «Голоса леса».*)

3.

- Теперь мы с вами пойдем по лесным тропинкам. Идти мы будем

медленно, внимательно гляди под ноги, и будем говорить о том, что ощущают ножки. Наш путь начинается вот от этого лесного озера. Идем друг за другом, не мешая друг другу.

4.

- В конце тропинки мы выходим на мостик, проходим по нему и переходим в волшебные времена года, где через каждые 4 шага времена года сменяют друг друга. Идти надо только по следам, чтобы не утонуть в бурной реке. Проходя, мы называем •го время года, в котором оказались.

5.

- А на этой поляне мы будем рассматривать, ощупывать игрушки и рассказывать, какие они на ощупь.

- Поверхность каких игрушек вам больше всего понравилась и почему?

- А какие - не понравилась? Почему?

- На что похожа поверхность этих игрушек?

6. Упражнение «Найди и покажи игрушку»:

- Ребята, я сейчас буду говорить, с какой поверхностью игрушку вам надо найти. А вы будете мне ее показывать. (*Твердую, мягкую, холодную, пушистую, скользкую, гладкую.*)

7.

- А теперь мы с вами вышли к водопаду. Давайте послушаем его шум и понаблюдаем за струями воды, которые, весело журча, сбегают вниз.

(*Звучит аудиозапись «Голоса воды».*)

- Давайте теперь отдохнем рядом с водопадом.

Чудесный летний день! Голубое небо, ласковое, теплое солнце... Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение бодрости и свежести охватывает все ваше тело: лоб, лицо, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным.

Ветерок обдувает все ваше *тело* легкой свежестью. Воздух чист и прозрачней. Дышится легко и свободно.

Мы спокойно отдыхаем, отдыхаем и засыпаем... Дышится легко, ровно, глубоко...

Мы открываем глаза, просыпаемся, как кошечки: хочется встать, потянуться и двигаться.

Улыбнитесь друг другу и вставайте. Настроение у нас бодрое и жизнерадостное.

- Вот тут заканчивается наша прогулка по волшебному лесу.

Улыбнитесь «веселкам» и попрощайтесь с ними.

8. Ритуал окончания занятия.

Занятие № 8 «У страха глаза велики»

Цели:

- продолжать работу по дестабилизации и разрушению патологических стереотипов (повышенного уровня тревожности и страхов, чувства

напряжения), раскрепощению детей;

- развивать у них смелость и уверенность в себе;
- развивать вербальные и невербальные формы проявления эмоций, мимику и пантомимику, мелкую моторику.

Материалы и оборудование: картинки с изображениями Бабы Яги, собаки, волка, паука, змеи; фломастеры; бумага; пуховые варежки; аудиозапись «Голоса природы»; корзинка.

Ход занятия

1. Рассказ С.А. Фонькина «Как побороть страх»:

На свете много страшных вещей: темные длинные коридоры и подзвонившие собаки с большими клыками; волки, прячущиеся в густом лесу; пауки с длинными мохнатыми лапами; ядовитые и кусачие змеи; грохочущий над головой гром и сверкающая молния.

А Баба-Яга из сказок? Того и гляди переберется в дом или влетит в открытое окно, когда никого из взрослых нету дома.

Но на самом деле - это только кажется. В темных углах нет ничего интересного - там только пыль.. Подумай: откуда там чему-нибудь взяться, если дом закрыт на плотные замки?

Собаки никогда не нападают на маленьких детей. А если собака сидит и сторожит что-нибудь, не подходи к ней - она на работе.

Волки давно сами прячутся от людей в дальних лесах. Их даже берут под охрану. Подумай: откуда волк появится в городе?

Пауки, кроме мук, никого не обижают. Змеи при виде человека стараются удрать восвояси. Подумай, если тип не будешь хватать змею за хвост или грозить ей палкой, зачем ей вступать в борьбу с великаном -человеком?

Гром - просто громкий звук. Разве звук может причинить вред? Баба-Яга живет только в сказках. Ей никуда не выбраться из книжки. Подумай! Если ты не будешь бояться, то победишь все страхи - все до одного?

(Детям предлагается встать и заглянуть в темные углы, чтобы удостовериться, что там никого нет.)

2.

- Ребята, вспомните, как ведут себя собаки по отношению к человеку, если их не дразнят?

- Правильно, собака - друг и помощник человека.

- А как вы думаете, сможет ли волк жить в городе? А почему - нет?

- Кого пытался обидеть паук в «Мухе-Цокотухе»? А человека паук может обидеть?

(Дети сравнивают вместе с психологом величину паука и человека.)

- Ребята, но есть и ядовитые пауки. Их надо опасаться, и не надо ходить в лесу босиком.

- А в каких сказках живет Баба-Яга? Назовите их. Кто ее все время побеждает?

- Вот видите, ребята, человек - самый умный, и он может победить любое существо, пусть не всегда силой, но умом - обязательно.

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

- Ребята, подойдите ко мне, закройте глаза. Давайте представим себе, что мы находимся в лесу: ветерок шумит в листве деревьев, журчит ручеек, щебечут птицы. Мы присели на полянке.

Как хорошо, радостно и спокойно отдыхать: Но что это? Вот хрустнула ветка, вот еще одна... Кто это? Как страшно нам стало!

Мы сжались в комочек и застыли.

Брови подняли вверх, глаза широко раскрыли.

Рот приоткрыли.

Боимся пошевелиться и вздохнуть.

Голову втянули в плечи, глаза закрыли.

Ой, страшно!!! Что же это за огромный зверь?..

И вдруг у своих ног мы услышали: «Мяу!». Один глаз открыли, - а это котенок! Второй глаз открыли.

Возьмите своих «котят» в руки. *(Дети берут пуховые варежки.)* - Ребята, расскажите о своих «котятах». Какие они? - Вот видите, ребята, какие «котята» ласковые. А мы-то думали, что это?.. Кого вы себе представляли?

- А на самом деле это были маленькие котята. Вот поэтому в народе и говорят. «У страха глаза велики». Послушайте, как об этом говорится в стихотворении В. Кудрявцева «Страх».

У страха глаза велики,

У страха не зубы - клыки,

У страха, как бочка, живот.

У страха желание есть –

Схватить, укусить, даже съесть!

Трусишка придумает страх

И жалобно ахает «Ах!»

А я ничего не боюсь:

Придумаю страх - и смеюсь!

- Вы сейчас, наверное, вспомнили свои страхи. Давайте посадим котят в корзину и нарисуем свой самый большой страх. *(Дети рисуют фломастерами.)*

(Во время работы звучит музыка, вёдется тихая беседа индивидуально с каждым ребенком о том, что он рисует, какого цвета у него страх.)

- А теперь возьмите в руки свой страх и разорвите его на самые маленькие кусочки. *(Дети разрывают рисунки приемом отщипывания).*

- Соберите свой страх в ладошки и подойдите ко мне.

Посмотрите на свои ладошки: видите, что осталось от вашего страха? Он сам испугался!

- Раскройте свои ладошки, сдуйте свой страх - пусть разлетится!

- Еще подумайте. Посмотрите, во что превратился ваш страх. Сможете ли вы его найти?

- Нет, не стало вашего страха.

- Послушайте, что случилось с Димой в стихотворении «Счастливая ошибка»:

Меня напугал так сильно страх
В потемках у ворот,
Что я в испуге крикнул «Ах!»
Совсем наоборот:
Я крикнул «Ха!»,
И мигом страх
Забился под забор.
Он струсил сам!
И слово «Ах!»
Я позабыл с тех пор!

- Ребята, слово «Ха!» надо запомнить и всегда говорить его страху, чтобы он сам вас боялся.

А теперь мы все вместе скажем громко своему страху «Ха!». Поднимите вверх руки, вдохните глубоко, наклонитесь вперед, опустите руки и выдохните: «Ха!».

- Не забывайте слово «Ха!». И всем своим страхам, неудачам, печалям говорите его. Давайте еще раз скажем «Ха!» своему страху - пусть он уйдет навсегда.

Занятие № 9 «Путешествие на необитаемый остров»

Цели:

- учить ориентироваться в пространстве комнаты с помощью плана;
- закреплять умение анализировать элементарную контурную схему «Лабиринт»;
- формировать умение соотносить речевую форму описания предметов с графической;
- закреплять приемы моделирования;
- закреплять знания о здоровом образе жизни, безопасном поведении;
- развивать тактильное восприятие рецепторов стопы и рук, умение передавать свои ощущения в связной речи;
- продолжать развивать психические процессы: произвольное внимание, его устойчивость и переключаемость; умственные способности, элементы логического мышления; память, воображение, восприятие; саморегуляцию, внутреннюю раскрепощенность; умение управлять своим телом, дыханием, освобождаться от стрессов и перенапряжения;
- воспитывать коллективизм, эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку.

Материалы и оборудование: тактильные напольные дорожки; центр тактильности; карта; лабиринты; карточки с изображениями видов транспорта; игрушка «Лев»; растение-фонтан; дерево; мозаика.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия.

2.

- Ребята, сегодня мы с вами - путешественники-кладоискатели: будем искать клад на необитаемом острове. Искать мы его будем вот по этому плану.

3.

- Добираться на остров мы будем на разных видах транспорта. Я сейчас вам раздам билеты, на которых изображено средство передвижения. А вы, пожалуйста, подумайте, как его описать, и постарайтесь сделать это так, чтобы остальные ребята смогли отгадать, что изображено на вашем билете.

(Игра «Опиши предмет».)

Картинки-билеты: самолет, легковая машина, поезд, лошадь, корабль, автобус.

4.

- Вот мы и прибыли на необитаемый остров. А почему он называется необитаемым? Как вы думаете? Что нам нужно обязательно помнить и знать, чтобы выжить на таком острове?..

(Быть всем вместе. Помогать друг другу. Заботиться друг о друге. Не есть незнакомые растения, ягоды, грибы. Опасаться диких зверей, змей, насекомых, крокодилов, незнакомых людей. Быть осторожными при переходе болот и рек.)

5.

- У меня есть план острова, и на нем обозначено место, где зарыт клад. Давайте внимательно рассмотрим план. В самом начале плана лабиринты, по которым мы должны пройти. Но сначала вы обозначьте свой путь через эти лабиринты и расскажите, какие опасности нас поджидают.

(Раздает листочки со схемами лабиринта.)

6.

- Ребята, тот, кто первым «пройдет» по своему лабиринту на плане, тот пойдет впереди.

- А теперь мы с вами пойдем по настоящему лабиринту. Давайте посмотрим по карте... Наш путь начинается с воды, а во*г тропинка, по которой мы должны идти. Будьте осторожны! Помогайте друг другу - ведь по обеим сторонам пропасть. Запомните, двигаться надо небольшими шагами, не спеша. А теперь снимите обувь: по лабиринту мы пойдем босиком.

Во время продвижения воспитатель задает детям вопросы:

- Что сейчас чувствуют твои ножки? *(Твердо, колко, мягко, тепло, прохладно, щекотно.)*

После прохождения лабиринта дети надевают обувь.

- Посмотрим по карте, куда мы должны двигаться дальше... Правильно, вот к этому кусту. Осторожно, ребята, там кто-то притаился... Кто же это? Лев!

Вы его боитесь? А давайте все вместе испугаем льва, чтобы он убежал. Мы превращаемся во львов. *(Асана «Лев».)* Рычим очень громко! Еще раз! Смотрите, лев убежал - испугался нас.

7.

- Вы, наверное, устали и проголодались. Сейчас мы с вами сделаем привал. Где мы можем остановиться - посмотрите по карте. Может, на этой полянке, возле красивого водопада? Какой он красивый, как сбегает вода по его уступам, как журчит! Какие красивые растения вокруг!

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

- Давайте отдохнем. Лягте поудобнее, закройте глаза и слушайте мой голос.

Представьте себе, что вы в лесу в прекрасный летний день. Вокруг вас много красивых растений, ярких разноцветных цветов. Вы чувствуете себя совершенно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все тело: лоб, лицо, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным - хочется встать и двигаться.

Мы открываем глаза. Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

8.

- Хорошо отдохнули? Но все, наверное, проголодались. Что же мы приготовим на обед?

- На первое? *(Игра «Поварята» - моделирование из мозаики.)*

- На второе? *(Моделирование «Каша» - из мозаики.)*

- Посмотрим на карту. До клада у нас осталось совсем немного. Как вы думаете, где же тут может лежать клад?

- Да, я тоже думаю, что под деревом.

- Посмотрите, какое красивое дерево! Давайте покажем, какое оно.

(Асана «Дерево».)

- А теперь давайте поищем клад. Вот он. Открываем крышку сундука. Что же там лежит? Ребята, посмотрите: это полоски драгоценных старинных металлов. Кому какая полоска больше нравится? Покажите полоску, которая вам нравится больше. Пощупайте ее и расскажите, какая она, что видят ваши глазки и что чувствуют ваши пальчики.

- Клад вы забираете с собой в группу *(Центр тахтильности.)*

- Вот и закончилось наше необычное путешествие.

9. Ритуал окончания занятия.

Занятие №10. «Путешествие в морское царство»

Цель: обучение элементам техники выразительных движений; развитие внимания, преодоление двигательного автоматизма; формирование умения произвольно расслаблять мышцы тела.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, «сухой» дождь,

сеть, макеты рыб, таблички с позывными водолазов, мешок с разными материалами, релаксационная музыка, «сухой» бассейн.

Ход занятия

— Ребята, сегодня мы с вами попадем в волшебную комнату, а для этого нужно каждому входящему позвонить в этот колокольчик три раза. (Дети поочередно звонят в колокольчик и проходят в комнату.)

Здесь с людьми происходят разные превращения: одни становятся животными, другие — рыбами, третьи — людьми других, незнакомых профессий и т.п. Сейчас закройте глазки. (В этот момент включается релаксационная музыка «шум моря».)

Ребята, что вы слышите? (Предполагаемый ответ — шум моря, плеск волн, звук прибоя и т.п.)

Все правильно. Мы с вами на море и превращаемся в юных водолазов-исследователей. (Каждому участнику надевается табличка с номером или позывным водолаза, дети подходят к «сухому» бассейну, поочередно прыгают в него и имитируют движения в воде.)

Молодцы, юные водолазы! Начинаем путешествие с умения маскировать друг друга от акул. (Дети по очереди зарывают друг друга.)

А теперь пошли по морскому дну (сенсорная тропа для ног) к морскому водопаду (каскад «сухих ленточек»). (детям объясняется, что руки должны быть сложены за спиной, как это делают настоящие водолазы. (Далее они на коленях проползают под «водопадом 3—4 раза.)

Ребята, посмотрите, здесь препятствие, камушки, их нужно перепрыгнуть. (Предлагается скрестить руки на груди, сесть на корточки и перепрыгнуть. После переправы через камни случайно обнаруживается мешок, в котором находятся различные предметы для развития тактильных ощущений.)

Ой, а что это, может, это вещь с разбитого корабля? (дети по очереди вытаскивают содержимое, ощупывая и называя качества игрушки: мягкий, твердый, шероховатый, колючий и т.д.)

Двигаемся дальше, исследователи! (В углу лежит сеть.)

Ребята, здесь какая-то сеть с рыбами, давайте их освободим. (дети распутывают сеть и «выпускают рыб».)

Ну а теперь, друзья, пора подниматься на поверхность! (Включаются светильники.) Вот мы снова на берегу. После такого путешествия всем водолазам положено отдыхать. (дети ложатся на пуфики (включается релаксационная музыка), имитируется отдых на берегу моря.)

Реснички опускаются, глазки закрываются, дышится легко, свободно, глубоко... (из текстов аутогенных тренировок).

(По окончании занятия каждый ребенок дергает колокольчик и выходит из сенсорной комнаты.)

Занятие №11. «Лягушки-путешественницы»

Цель: обучение элементам техники выразительных движений; развитие мелкой моторики пальцев и координации движений; воспитание способности внимательно и терпеливо слушать других; формирование интереса к цвету; стабилизация психических процессов, снятие телесного и эмоционального напряжения.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, музыка с кваканьем лягушек, мягкое напольное и настенное покрытие, пуфики, «сухой бассейн», «сухой дождь», медальки с изображением лягушки, прибор динамической заливки света, релаксационная музыка.

Ход занятия

— Ребята, сегодня с нами произойдет волшебство. для этого каждому нужно подпрыгнуть к колокольчику, позвонить и пройти по волшебной тропинке. (дети по очереди проходят по тропе. Звучит музыка с кваканьем лягушек.)

Ребята, вы слышите? Кто поет такие песни? (Ответ — лягушки.)

Верно, это лягушки. Каждый из вас позвонил в колокольчик и попал в царство лягушек. Здесь живут только лягушки. (Дети надевают медали с изображением лягушки.)

Пальчиковая игра «Лягушка»

Вот лягушка, вот квакушка (дети сжимают кулачок и крутят.)

Скачет, скачет по дорожке, (Вытягивают два пальца левой руки, «подпрыгивают» на правой руке.)

Вытянувши ножки. (Показывают два пальца левой руки и шевелят ими.)

Увидела комара, закричала: (Пальцы руки раздвигают в стороны)

Ква-ква-ква». (и сжимают кулачок.)

(Игра проводится несколько раз.)

Теперь лягушкам нужно попасть на пруд. Они очень любят купаться, прыгать, нырять. А мы должны забраться на эту горку (педагог показывает на пуфики) и прыгнуть в озеро («сухой» бассейн). (Упражнение повторяется несколько раз.)

Лягушки покупались, поныряли и захотели восстановить силы. (Трясут кистями рук «лапками».)

Перед нами рак построил стену (педагог показывает на мягкое настенное покрытие), ее нужно пробить. (Дети сжимают кулаки и ударяют в покрытие, при этом прыгая на месте. Упражнение повторяется несколько раз.)

Пробили стену и что видим? Перед нами «сухой» волшебный дождик. (Дети рассматривают дождик.)

Ну что, лягушки, устали? Но мы, наконец, попали под волшебный дождь, и каждая его струйка ласкает щечку. Нужно встать на коленочки, сжать руки в кулачки, заложить их за спину и проползти под дождем.

Носиком нужно раздвинуть струйки, доползти до середины, посмотреть и сказать, что вы там увидели. (Каждый ребенок видит свое отражение и может назвать свою фамилию или имя. Упражнение повторяется несколько раз.)

Теперь мы встанем в круг в центре дождя и каждый возьмет в руки струйку, которая ему понравилась. (дети выбирают ленту и держат ее в руках.)

Она хочет погладить вам носик, ротик, щечку. (дети самостоятельно про водят лентой по носу, по краешкам губ, по щекам. Упражнение повторяется несколько раз.)

Пока вы были под дождем, я нашла волшебную шкатулку. (Ящик с различным содержимым с наполнителями на тактильные ощущения: твердое, мягкое, шероховатое, колючее и тп.)

А лягушки любят кушать комаров, жучков, червячков. Посмотрите, в этой коробке живут червячки. Они разные-разные. Пощупайте сами. (дети трогают содержимое ящика руками и называют, какими бывают на ощупь червячки.)

Какой понравился больше других? (Ответы детей.)

Какой предмет он напоминает? (Ответы детей — мягкая подушка, одеяло и т.д.)

Ладно, пусть они остаются в своем сказочном домике, а мы с вами проползем по этим кочкам (дорожка из пуфиков) и попадем на планету, где мечтают жить лягушки. Ляжем на волшебные бугорки, как будто собираемся загорать, закроем глаза. (Включается прибор динамической заливки цвета).

Открываем глаза. Ребята, посмотрите! Вот она – планета, на которую мечтают попасть лягушки. Вам она нравится? (Ответы детей)

Посмотрите, она яркая, разноцветная, имеет много цветов: голубой, розовый, синий...

Видите, здесь нет черного цвета, потому что это «планета добра». Живут здесь только добрые существа, тут нет и никогда не бывает зла. Сюда может попасть только добрый человек, который ничего не боится и хочет подружиться с такими же добрыми людьми, ведь доброта и красота нравятся всем. На этой планете никого не обижают, не кричат, не ругают, здесь нет слез. Тут не умеют плакать и даже не знают, какие бывают слезы. Давайте закроем глазки и представим, что мы тоже здесь живем. (Включается релаксационная музыка: сначала – шум моря, затем – мягкая, успокоительная)

На нас подул теплый ветерок. (педагог веером дует на детей).

Глазки закрыты, дышится легко, свободно, глубоко...

Мы полетели высоко-высоко на «планету добра и красоты».

Вокруг нас летают разноцветные шарики и пузырьки.

Наше тело расслаблено. Оно дышит легко и хочет спать.

Руки расслаблены, ноги расслаблены. (Педагог поднимает руки и ноги детей, проверяет напряжение).

Глазки открываются. Мы проснулись.

Ребята, где мы с вами были? (Ответы детей).

А сейчас лягушата превращаются в ребят. (Звенит колокольчик, дети снимают медали с изображением лягушки. Занятие заканчивается.)

Занятие №12. «Утки на пруду»

Цель: обучение элементам техники выразительных движений; совершенствование мелкой моторики пальцев и координации движений; формирование тактильных образов; нейтрализация тревоги, релаксация, достижение психофизического покоя.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, пуфики, «сухой» бассейн, релаксационная музыка, пузырьковая колонна, гибкая трубка с подсветкой).

Ход занятия.

- Ребята, сегодня нас снова ждет волшебная комната. Но, как вы помните, для этого нужно позвонить в колокольчик и пройти по тропинке с кочками.

Наступая на кочку, нужно каждый раз говорить «кря», и так, пока вы не пройдете все кочки.

Ребята, а какие птицы или животные говорят «кря»? (Ответ – утки).

Верно, утки. Вот мы с вами сегодня и превратимся в уток. На минуточку закройте глаза и послушайте. (Включается мелодия шума воды).

Вы поняли, что мы с вами на пруду? Давайте сложим руки и представим, что мы утки, потом поиграем в утиную игру. Не забудьте, что утка хвостом виляет, а мы будем поворачивать ладошки в правую и левую стороны.

Игра «Утки».

Утка по речке плыла. (Повороты ладошек в разные стороны)

Червячков там нашла. (Указательные пальчики шевелятся)

Захотела их съесть, (Три пальца сжимаются и разжимаются)

Да волна унесла (Повороты рук вперед поочередно)

И ряску принесла. (Пальчики «играют на пианино»)

Ряску кушала она. (Три пальца сжимаются и разжимаются)

И наелась до полна. (Гладят живот).

Посветило солнышко и принесло нам волшебный лучик. Нам – уточкам – нужно по нему пройти. Чувствуете, какой он теплый? Тепло поступает к нам в ноги. Когда идете вперед, нужно носочек притыкать к пяточке, для того, чтобы не сойти с лучика.

Игра «Солнышко»

Солнышко, солнышко, (Протягивают руки вперед и шевелят)

Дай нам тепло, (Трут свои руки)

Солнышко, солнышко, (Протягивают руки вперед и шевелят)

Свети высоко. (Тянутся на носочках вверх)

Теплые лучики нам протяни, (Протягивают руки вперед и шевелят)

Землю согрей и меня обними. (Приседают, гладят ковер и обнимают себя)

Наши уточки решили поплавать. Нужно забраться на горку и прыгнуть в воду («сухой» бассейн). (Игра повторяется 3-4 раза)

Теперь наши уточки должны стряхнуть с себя водичку. (Дети прыгают на мягком напольном покрытии).

А сейчас уточки решили покушать. (Дети трогают лежащих на тактильном панно «червячков» с разными наполнителями: мягкими, твердыми, бугристыми, шероховатыми – и называют их: «Я съел мягкого червячка...»)

Наши уточки наелись и решили отдохнуть. (Дети укладываются на мягкое напольное покрытие и пуфики, как им удобно.)
Уточки легли и закрыли глазки. (Включается релаксационная музыка.) Лучик солнца решил проползти по птичкам. (Светильник-«змейка» протягивается по всем ребятишкам.)

Вы почувствуете, какой теплый лучик ползает по вашим щечкам, ручкам ножкам?

Сейчас каждому из вас я дам в руки лучик, и вы почувствуете тепло. Чувствуете? (Ответы детей.)

А дальше мы будем нырять под воду. (Включается пузырьковая колонна.) Глазки открываем и смотрим, куда мы попали, Это подводный мир, в котором живут рыбы. Эти волшебные рыбки живут под водой, они поднимаются то вверх, то опускаются вниз. Вот эту рыбку хочет догнать ... (Называется имя ребенка и назначается каждому ребенку по одной рыбке.)

Здесь все рыбки добрые, и свою доброту они передают нам. Представьте, что мы находимся вместе с ними и нам не страшно плавать и нырять. Вокруг светло и тепло, красивый подводный мир, который несет только доброту.

А теперь глазки закрываются, реснички опускаются, дышится легко, свободно, глубоко. Вокруг тишина. Мы только слышим, как пускает пузырьки наш волшебный подводный мир, в котором мы плаваем все вместе. (Продолжает звучать релаксационная музыка.)

Тишина ... (Пузырьковая колонна и музыка выключаются.)

Глазки открываем. Нам нужно снова превратиться в детей. Позвоним и колокольчик?

Ребята, вам понравилось? (Занятие заканчивается.)

Занятие №13. «В лесу»

Цель: получение эмоций удовольствия и радости; развитие памяти, наблюдательности, слухового и зрительного внимания, мелкой моторики; психомышечная тренировка.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, волшебный мешочек, орехи, морковка, яблоко, муляж гриба, «сухой» бассейн, мячики разноцветные с мордочками зверей, релаксационная музыка, прибор динамической заливки света.

Ход занятия

— Ребята, сегодня мы с вами снова попадем в волшебную комнату где превратимся в лесных зверей. Сначала нам нужно позвонить в колокольчик,

потом пройти по лесной тропинке, ступая с кочки на кочку. Так мы с вами окажемся в лесу. (Звучит спокойная музыка.)

Вот мы и пришли. Какие звери здесь живут? ,Дети произносят названия зверей. Если не могут вспомнить, психолог оказывает помощь.)

Сегодня мы с вами будем белками и зайцами. Эти зверушки могут легко и быстро прыгать, только белки - по деревьям, а зайцы – по земле. Сейчас мы будем прыгать, как они.

Игра «Вверх-вниз»

— Когда я скажу: «Зайцы», вы быстро приседаете и прыгаете, передвигаясь по кругу, а когда я скажу: «Белки», вы встаете и прыгаете на одной ножке, имитируя, что вы летаете. (Педагог делает задание вместе с детьми, чтобы дети поняли, как его правильно выполнить.)

Зверушки, посмотрите, у меня есть волшебный мешок, в нем лежат продукты, которые любят кушать белки и зайцы. Вы по очереди должны пощупать и угадать, что это такое. Если вам будет трудно, я задам вопросы, а вы будете отвечать. В результате мы узнаем, что там лежит.

Это твердое? Это длинное? Круглое? Толстое? Тонкое?..
Как ты думаешь, что ты нашел? (Ребенок, не вытаскивая руки из мешка, отвечает.)

Зверушки, какое у вас настроение? Радостное? Ведь вы покушали? Если получили удовольствие, давайте покажем, какие мы радостные и довольные. (Дети выражают эмоции радости и удовольствия.)

Пойдем дальше, но сначала нужно набраться сил, немножко зарядиться. Вытянем вперед руки, пальчики раздвигаем как можно шире. Руки превращаются в деревяшку, а я сейчас проверю. (Дети напрягают руки, вытянув вперед и раздвигая пальцы в разные стороны.) Расслабили руки и пальчики. (Так повторяется несколько раз.)

Сейчас мы с вами пройдем по болоту. По нему нужно идти очень тихонько, потому что болото не любит шум. Оно может нас проглотить. (Шарики в «сухом» бассейне раздвинуты так, чтобы между ними образовалась узкая тропинка. Шарики имитируют болото. Ребенок должен пройти по тропинке, не затронув шарики. Все дети осторожно проходят.)

Мы с вами попали на остров. (Дети становятся в круг.) Здесь нас хотят поймать хищные звери. Это лиса, медведь, волк, лев, тигр. Вот посмотрите (показывается мячик зеленого цвета, к которому с одной стороны приклеен рисунок мордочки медведя), это медведь. (На красном мячике — лиса, на желтом — лев, на синем — волк, на розовом — тигр и т.д.)

Игра «Убегу»

Педагог дает мяч рядом стоящему ребенку, говоря ему фразу: «Убегу от волка», показывая картинку волка, изображенного на мячике. Ребенок передает мяч следующему ребенку, говоря: «Волк», и так передача мяча идет по всему кругу. Педагог добавляет мяч, называя нового зверя, изображенного на следующем мячике. Прежний мяч продолжает движение. Таким образом

педагог добавляет мячи и называет зверей. На слово «стоп» мячи должны остаться в руках у детей, и они должны назвать, какой зверь у них в руках. далее проводится релаксационный элемент.

— Мы немножко устали и вспотели, пусть нас ополоснет «сухой» дождик. Встанем на коленки, руки за спину и, раздвигая носиком дождевики, пройдемся под ним. Дождик ласкает нам щечки, носик, лобик, гладит по головушке, заряжая нас теплом, добром и силой. (Дети выполняют это упражнение не сколько раз.)

Молодцы, мои зверушки!

Игра «Прыг, скок, стоп»

— Когда я скажу: «Прыг», прыгаете на одной ножке, «Скок» — на двух ножках, «Стоп» — должны замереть. (Так продолжается несколько раз.)

Давайте погреемся на солнышке. (Дети укладываются на пуфики, включается релаксационная музыка и прибор динамической заливки света.)

«Солнечная планета» приветствует нас. Она передает нам свое тепло, доброту, улыбку. Хочет всегда видеть вас радостными, счастливыми, послушными, чтобы вы ничего не боялись, были уверенными и сильными, Давайте с ней поздороваемся. (дети произносят приветствие.)

Давайте понаблюдаем, как «солнечная планета» меняет свет из желтого в розовый...» (Под спокойную музыку дети наблюдают.)

Молодцы, зверята! Вам понравилось? Но пришло время возвращаться. Позвоните в колокольчик, и мы отправляемся домой. (дети звонят в колокольчик и покидают сенсорную комнату.)

Занятие №14 «Хищные звери»

Цель: подавление эмоций злости и страха; укрепление тактильной памяти; развитие мелкой моторики и двигательной координации рук; погружение в состояние покоя и расслабления.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, мягкое напольное покрытие, каштаны, «сухой» дождь, пузырьковая колонна, релаксационная музыка.

Ход занятия

— Сегодня волшебная комната предлагает нам превратиться в хищных зверей. И несмотря на то, что хищные звери считаются злыми, мы постараемся сделать их добрыми.

Давайте позвоним в колокольчик и пройдем по волшебной тропинке, которая нас превратит в зверей. Как вы помните, руки нужно положить на голову и переступить с кочки на кочку, топя на кочках ножками «раз», «два», «три», а потом переступить на следующую кочку.

Дальше нужно пройти по волшебному лучику, приставляя носочек к пяточке, и так до самого конца.

Игра «Ток»

— Давайте крепко возьмемся за руки, крепко сожмем друг другу руки как можно сильнее. Когда я скажу: «Стоп», разорвем руки. (Игра проводится несколько раз.)

Теперь мы стали сильными и превратились в хищных зверей. Ребята, а кто они, эти хищные звери, можете назвать? (дети перечисляют: тигр, лев, волк, лиса, медведь и т.д.)

А теперь каждый скажет, каким зверем он хочет быть. (Педагог тоже принимает участие, называя себя любым хищным животным.)

У каждого хищного зверя есть коготки. Они нужны для того, чтобы добывать себе пищу, уметь лазить по деревьям, раздирать кору, рыть норы. Давайте покажем, какие у нас коготки. (дети в кругу изображают лапы с коготками.)

А теперь давайте мы покажем, что мы злые, голодные и умеем рычать: «Р-р-р-р...» (дети показывают эмоцию зла.)

Вам понравилось быть злыми и страшными? Давайте еще раз покажем, какие мы злые и страшные, и посмотрим друг на друга. (дети повторяют упражнение.)

А мне не понравилось, ведь мы договорились, что наши хищные звери будут добрыми. Давайте положим руки друг другу на голову и погладим соседа. Мы добрые и хорошие. (дети выполняют упражнение.)

А теперь положим руку соседу на спинку и погладим ее. Мы добрые и хорошие. (Дети выполняют упражнение.)

А теперь спрячем свои руки за спину, подойдем и прислонимся щечкой к щечке соседа, и так со всеми. Вот какие у нас добрые хищные звери!

Теперь нужно срочно переплыть реку и попасть на остров, там нас ждет что-то интересное. (Используется «сухой» бассейн, дети забираются на пуфики и прыгают в бассейн, имитируя, что плывут.)

У нас впереди препятствие (дети становятся на мягкое напольное покрытие — мат, точно такой же закреплен у стены), необходимо, как можно выше подпрыгивая, ударять вот в эту стену (показываю на мягкое настенное покрытие).

Наконец-то мы попали на остров. Сейчас найдем сундук. (Заранее приготовлен ящик с разными предметами на развитие тактильной чувствительности: коробка со льдом, бутылка с теплой водой, спрятанная в ткань, мочалка, щетка, вата, перышко, кнопка, мыло, наждачная бумага, каштан, орех, гвоздь, мягкая ткань и т.п.)

Ой, посмотрите, в сундуке что-то есть! (Показываются все предметы и передаются детям по кругу, чтобы они подержали их в руках. Предметы называются и объясняется, для чего они нужны.)

А теперь закройте глазки и назовите то, что я дам вам в руки, и расскажите, какое оно на ощупь. (Педагог дает в руки ребятам один из предметов содержимого сундука, дети поочередно называют.)

Молодцы! Вы отгадали клад сундука, А сейчас посмотрите, как у меня много каштановых орехов, их нужно сложить вон в ту коробку (Заранее

приготовлена коробка.) Но их нужно пронести через «сухой» дождь и держать не в руках, а между пальцами. (Показывается, как это должно выполняться.) Вы должны пройти под «сухим» дождем и пронести каштаны между пальцами, предварительно присев на колени. (Задание выполняется друг за дружкой.)

Мы не должны толкаться и спешить. Если у соседа упал каштан, то нужно помочь ему. (Упражнение выполняется до тех пор, пока дети не пронесут все каштаны.)

Молодцы! И с этим заданием вы справились! А давайте-ка споем песни наших зверей, как, например, волк: «У-у-у-у-у-у-у-у...» (выполняют все дети), как тигр: «Р-р-р-р-р...», как лиса: «Ср-ср-ср-ср-ср...», как медведь: «Бу-бу-бу-бу...» (Таким образом, с помощью разных звуков имитируются голоса всех зверей.)

Теперь каждый зверь скажет своим голосом, а мы послушаем. Нужно вы полнить громко и красиво, как я. (Педагог демонстрирует.)

А теперь давайте сядем вокруг нашего волшебного аквариума (пузырьковая колонна с рыбками). (Включается спокойная музыка, дети облокачиваются на пуфики с гранулами в удобной им позе.)

Вы знаете, что все хищные звери любят рыбу. В нашем аквариуме живут рыбки, но мы их есть не будем. Наоборот, мы найдем себе рыбку-друга и будем следить, как она умеет плавать. Представим, как вы с ней могли бы плавать, если бы тоже стали рыбкой или зверем, который с ней дружат. (Под спокойную релаксационную музыку дети следят за рыбками, в это время можно тихонько говорить, что делает рыбка, какая она, можно называть себя рыбкой и т.п.)

Давайте сейчас попрощаемся с нашими рыбками, нам пора возвращаться. (Каждый ребенок звонит в колокольчик, называя свое имя, например: «Дима вернулся».)

Ребята, вам понравилось наше путешествие? (Ответы детей.)

Занятие №15 «Насекомые»

Цель: распознавание эмоций по внешним сигналам; развитие осязания, обоняния; развитие фантазии и творческого воображения; погружение в состояние покоя и расслабления.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, насекомые, вырезанные из фольги, пакет для насекомых, нить, натянутая через все комнату макет стрекозы, «сухой» дождь, мешочек, разные предметы и морские камешки, карточки с эмоциями, мешочки с запахами, пуфики, мягкое настенное и напольное покрытие, прибор динамической заливки света, релаксационная музыка.

Ход занятия

— Сегодня мы пойдем в очень интересное путешествие, и с нами будет вот эта стрекоза (муляж стрекозы).

Давайте позвоним в наш колокольчик и пройдем по нашей тропинке, по падая в волшебную страну. (Дети по очереди звонят в колокольчик и проходят по сенсорной тропе для ног.)

Мы пришли в волшебную страну, и привела нас сюда наша стрекоза. Она же приготовила нам сюрприз. (На определенной высоте — 1 м 80 см — от одной до другой стены заранее натянута нитка, к которой привязаны пакеты. В пакетах лежат вырезанные из цветной фольги бабочки, стрекозы, божьи коровки и т.п. Педагог подходит к стене и дергает за нитку. Из пакетов начинают падать вниз сделанные из фольги насекомые.)

Давайте закроем глаза (звучит спокойная музыка), протяните ладошки рук вперед (в это время сверху падают муляжи насекомых).

Откройте глаза. Посмотрите, кто к нам прилетел? (Ответы детей: бабочки, стрекозы, божьи коровки и т.п.)

Посмотрите, какие они все красивые. Они к нам прилетели, потому что мы попали в страну насекомых, и сегодня мы сами будем насекомыми. Каких еще насекомых вы знаете? (дети называют: пчела, муха, комар, шмель, жук и т.л.)

Сейчас подумайте и решите, каким насекомым вы хотели бы стать? (Если ребенок затрудняется, то педагог называет сам.)

Давайте поиграем в игру «Сеть». (дети, взявшись за руки, становятся в круг. Один из них, стоя в середине круга, изображает комара.)

Игра «Сеть»

Комар попал в сеть, (Дети идут по кругу, проговаривая слова)

Захотел из нее улететь,

Крылышками он махал, (Дети машут руками)

Нос высоко задирал. (Задирают нос, поднимая голову)

Ах, комар, ах, комар,

Мы не выпустим тебя. (Берутся за руки, крепко держа друг друга)

(Ребенок, изображающий комара, должен разбежаться и разорвать руки детей, которые стоят в кругу, крепко держа друг друга за руки. Игра повторяется 3—4 раза.)

Посмотрите на меня. (Показываю удивленное лицо.) Какое у меня лицо? (Ответы детей — удивленное.)

Вот так удивлена и наша стрекоза. Давайте попробуем сделать удивленное лицо. (дети изображают мимику удивленного лица.)

Посмотрите, пока мы с вами играли, наша стрекоза фотографировалась. (Показываю рисунки с изображением мордочки стрекозы с разной мимикой: сердитой, радостной, грустной, злой, удивленной, спокойной, испуганной.)

Когда нас будет обливаться «сухой» дождик, то, проходя через него, вы должны взять карточку, посмотреть на нее и показать нам всем, какое лицо там изображено, и остальные должны узнать это по вашему лицу. (Держа руки за спиной, дети становятся на колени и, как бы пробиваясь головой вперед, проходят «сухой» дождь. После этого ребята по очереди берут перевернутую изображением вниз карточку. С помощью мимики они

стараятся передать рисунок, изображенный на карточке. Действие выполняется до тех пор, пока не будут использованы все карточки.)

Игра «Нора»

Оборудование и материалы: мешок, в котором лежат разные предметы небольшого размера, в том числе и морские камешки.

— Насекомые решили ползть к себе в норку и принести что-то гладкое. Вам необходимо залезть рукой в мешок и достать на ощупь гладкий предмет. (Дети по очереди выполняют задание. Педагог также принимает участие.)

Посмотрите, как много камешков мы достали! Они ведь, и правда, гладкие. Давайте построим из этих камешков лучик солнца (педагог добавляет камешки), само солнышко, квадратное окошко, треугольную крышу. (На мате выкладывают заданные фигурки.)

Молодцы! И это задние вы выполнили!

Насекомые живут в разных щелях и углах. Представим, что мы должны забраться в щель трухлявого дерева. Оно мягкое, как подушка на кровати, В глубине нужно найти мешочек с запахом. (Педагог предварительно раскладывает на дно «сухого» бассейна мешочки, наполненные сухими травами: мятой, лавандой, — с запахами яблока, апельсина, лимона. Если у детей не получается вспомнить, то педагог помогает называть запах.)

Дети забираются на пуфики (горка) и прыгают в «сухой» бассейн, быстро находя там мешочки, берут в руки, принюхиваясь и узнавая запах, и называют его. (Упражнение повторяется 3—4 раза.)

(Потом дети садятся на корточки в круг и передают друг другу мешочек с узнаваемым запахом, конкретизируют его.)

Дети, нам нужно пробить стену, чтобы наши лапки зарядились. (Дети прыгают по напольному покрытию и ударяют в мягкое настенное покрытие. Упражнение продолжается 1 —2 минуты.)

Молодцы! Пробили путь к волшебной «планете добра». (Дети усаживаются на пуфики с гранулами. Включаются спокойная релаксационная музыка и прибор динамической заливки света.)

Посмотрите, перед нами «планета добра». Она встречает нас всеми цветами радуги, переливаясь с одного цвета на другой: то желтым цветом это цвет радости, то зеленым, и мы ощущаем приток новой энергии, радости, умиротворенности, чувства обновления и безопасности, или голубым — это цвет общения, мира — он тих и спокоен: нам кажется, что мы легкие и воздушные. Потом «планета добра» плавно переходит в фиолетовый цвет. Он говорит нам о таинственности «планеты», о своей энергии, о том, что наши мысли улетают далеко-далеко. Вот фиолетовый цвет плавно переходит в красный, который отдает нам свою энергию, тепло, улучшает настроение. (дети лежат и слушают музыку, погружаясь мыслями в игру цветов радуги.) «Планета добра» хочет попрощаться с вами. Давайте скажем ей «До свидания!» Пусть каждый из вас подойдет и погладит понравившийся цвет. (Прибор динамической заливки цвета и релаксационная музыка выключаются.)

Ребята, настал момент прощания. Звоним в колокольчик.

Занятие №16 «Дикие птицы»

Цель: формирование вкусовых образов и развитие умения описывать свои ощущения словами; совершенствование мелкой моторики руки координации движений; развитие воображения, умения выделять характерные признаки предметов; снятие эмоционального и телесного напряжения.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, перышко, спираль с подсветкой, кусочки фруктов и печенья, пуфики, пузырьковая колонна, парчовая ткань, релаксационная музыка, «сухой» бассейн, палочки для напитков, тактильное панно «Ежик».

Ход занятия

— Сегодня, позвонив в наш колокольчик и пройдя по тропинке, ступая, как вы помните, с кочки на кочку, мы снова попадем в волшебную комнату.

(Звучит музыка, имитирующая пение птиц.)

Ребята, кто это поет? Как вы думаете? (Ответы детей — птицы.)

Верно, ребята, это поют птицы. Они поют в лесу, и сегодня мы с вами превратимся в диких птиц. Сейчас я вас накрою волшебным покрывалом (парчовая ткань), и на слова «Вокруг себя повернись и в птицу превратись» вы превратитесь в диких птиц.

Ребята, а каких вы знаете птиц? (Дети называют птиц: ворона, снегирь, воробей, голубь, дятел и т.п. При необходимости педагог оказывает помощь.) Скажите, пожалуйста, чем покрыты птицы? (Ответы детей — перышками.)

Каждому из вас я дам перышко (перышки птиц заранее приобретены в зоомагазине), посмотрите какое оно? (Ответы детей: мягкое, легкое, воздушное, пушистое...) Давайте этими перышками мы погладим друг другу щечку, шейку, руку (дети выполняют задание.)

Что вы ощущали? (Ответы детей — щекотно и приятно.)

Давайте поднимем наше перышко и отпустим его. Смотрите, как оно летит.

А теперь давайте подуем на это перышко. Сначала нужно дуть легко, а по том все сильнее и сильнее, чтобы струя воздуха попадала прямо на перышко.

Что вы заметили? (Ответы детей: «Оно перегибается и превращается в столбик, потому что пушинки склеиваются». Если дети не могут ответить, то им помогает педагог.)

Игра «Кто быстрее»

(Дети, присев на корточки, дуют на свое перышко, преодолевая полосу препятствия. Полосой препятствия является спираль с подсветкой, протянутая по ковру. Игра проводится 2—3 раза.)

— Нам нужно встать на корточки и дуть на перышко, не помогая руками, чтобы оно перелетело луч от спирали.

Молодцы, мои дорогие птицы, мы с вами поиграем в игру, которая называется «Зерно».

Игра «Зерно»

(Дети становятся друг за другом и начинают ходить по кругу. На слово «зерно» они должны хлопнуть. На другие слова, как, например, «звезда», «золото», «зебра», «зайка», «земля», хлопнуть нельзя. Если кто-то из детей хлопнет на запрещенное слово, то он должен прочиркать три раза. Игра проводится 2—3 раза.)

— Ребята, а что любят кушать птицы? (Ответы детей — зернышки, крошки хлеба, печенье.)

Также птицы могут кушать кусочки фруктов, ведь фрукты очень сладкие, а сладости любят все. Есть кислые фрукты, и птицы их тоже пробуют.

Давайте представим, что птицы проголодались и решили попробовать вот это. (Показываю тарелку с заранее приготовленными кусочками разных фруктов, кусочками хлеба и печенья.)

Вы по очереди закрываете глаза, а я даю вам попробовать то, что лежит на тарелке, а вы должны сказать, что вы съели и какое оно на вкус (кислое, сладкое, соленое, обычное, безвкусное). (Дети по очереди называют, что они съели, и описывают вкусовые качества.)

Молодцы, птички! Быстро выполнили задание!

«Сухой» дождик хочет, чтобы птички выбрали понравившийся им лучик. (Дети берут лучик между пальчиков и протягивают его сверху вниз.) Чувствуете, какой он мягкий, ласковый, теплый. Давайте кончиком лучика пощекочем себе кончик носа, щечку. А теперь друг другу.

Что вы чувствуете? (Ответы детей: щекотно, приятно и т.п.) Он щекочет нас точно так же, как перышко, потому что это «сухой» волшебный дождик.

А теперь давайте (дети подходят к «сухому» бассейну) представим, что это большие зернышки (показываю на шарики, находящиеся в бассейне). Мы должны взять шарик и на слово «чирик» зарыть его как можно глубже. (Упражнение повторяется 4—5 раз.)

Посмотрите, какой у меня есть островок (игровое тактильное панно «Ежик»). Мы — птицы и должны построить себе гнездышко вот из этих соломинок (предварительно порезанные на кусочки трубочки для питья напитков, имеющие с одной стороны приклеенную липучку, которая легко цепляет коврик). (Дети должны все вместе построить гнездо из палочек: чем больше палочек, тем пышнее гнездо. Палочки дети должны размещать рядом друг с другом.)

Молодцы! Построили красивое гнездышко. Представим, что мы полетели. (Дети подпрыгивают на месте.)

А теперь возьмемся за руки и все вместе попрыгаем, поднимая руки вверх. (Упражнение проводится 4—5 раз.)

Птички очень дружны с рыбками. Давайте позовем их к себе. (Дети усаживаются на пуфики вокруг пузырьковой колонны. Включаются релаксационная музыка и пузырьковая колонна.)

Встречайте рыбок. Эта рыбка дружит с ... (Называю имя конкретного ребенка и таким образом «закрепляю» рыбку за каждым ребенком.) Они приветствуют нас, виляя своими плавниками и хвостиками, показывая, что очень рады видеть вас.

Видите, они все хотят подняться наверх. Но они не толкают друг друга, а ждут своей очереди. Они не хотят ругаться между собой. Рыбки понимают, что ссора между ними означает гибель, что нужно уважать друг друга. Ведь рыбы — это одна семья, и живут они все вместе, общаются вместе, вместе играют и занимаются. Точно также, как мы с вами. Давайте смотреть и учиться у наших рыб быть добрыми, уважительными, терпеливыми и дружными. (Дети наблюдают за рыбками.)

Пора нам прощаться и возвращаться. Скажите рыбкам «до свидания». (Выключается пузырьковая колонна и музыка. Дети становятся в круг, педагог накрывает их покрывалом.) Они произносят слова: «Раз, два, три — и в детей нас преврати». (Дети звонят в колокольчик и уходят из волшебной комнаты.)

Занятие №17 «Домашние птицы»

Цель: расширение представлений о взаимоотношениях детей и воспитание добрых чувств; развитие произвольного внимания; снятие эмоционального и телесного напряжения.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, картинка с изображением «птичьего двора», спираль с подсветкой, горох и фасоль, емкости, пуфики, яичко из фольги, «сухой» бассейн, шнурки, прибор динамической заливки света, спокойная музыка, мягкое напольное и настенное покрытие.

Ход занятия

— Ребята, сегодня мы снова попадем в волшебную комнату, где превратимся в домашних птиц (показываю картинку с изображением «птичьего двора»). А поможет нам этот волшебный колокольчик. Чтобы волшебство передалось нам, нужно пройти по этим кочкам, ступая с одной на другую не сколько раз. Вот мы пришли. (Дети становятся в круг.)

Посмотрите, какой теплый лучик солнца я принесла с собой (гибкая светящаяся трубка). Мы должны его взять в руки и представить, что этот лучик передает нам солнечное тепло и заряжает энергией. Вы чувствуете? (Дети, закрыв глаза, держат трубку с подсветкой в руках и озвучивают свои ощущения.)

Давайте вспомним, каких домашних птиц вы знаете? (дети называют петух, утка, гусь, курица, индюк, цыплята и тд.)

Так как мы птицы, давайте и будем себя вести, как домашние птицы. Они живут все вместе — стайкой — дружно, не ругаются, помогают и выручают друг друга. Если необходимо, они всегда приходят на помощь. Пускай они будут для нас примером.

Игра «Яичко»

(Из фольги предварительно изготовлено яичко среднего размера для того, чтобы детям было удобно держать его двумя руками, дети становятся в круг и передают яичко друг другу. При этом трубка с подсветкой лежит на полу, очерчивая контур круга.)

Вам нужно очень осторожно передать вот это яичко друг другу, иначе оно может упасть и разбиться. (Игра продолжается 1—2 минуты.)

(Затем на ковер высыпаются горошины и фасоль, которые дети должны быстро собрать тремя пальцами в определенную емкость.)

Сейчас я раздам каждому из вас маленькие коробочки, чтобы собирать горох и фасоль. Но собирать нужно только тремя пальчиками. (Педагог подает пример.)

Быстро соберите как можно больше. Собирайте, не толкая друг друга, наоборот, если можете, помогите тому, кто не успевает. (Упражнение выполняется 2—3 минуты.)

Молодцы! Быстро собрали! давайте станем в круг и поиграем в следующую игру, которая называется «Сосед».

Игра «Сосед»

(Дети становятся в круг так, чтобы плечо ребенка дотрагивалось плеча соседа, и, приговаривая, выполняют действия:

Соседа можно потолкать, потолкать. (Дети тихонько толкают друг друга.)

Соседа можно пощипать, пощипать. (Дети тихонько пощипывают друг друга.)

Соседа можно обнять, обнять, обнять. (Обнимают друг друга.) (Игра Проводится 2—3 раза).

— Все домашние птицы любят летать, хотя бы немножко, чтобы размять свои крылышки, а некоторые из них любят плавать. Поэтому мы должны забраться на горку (собрана из пуфиков), потом прыгнуть в озеро («сухой» бассейн) и плавать, зарываясь в водяные пузырьки (шарики).

Для того чтобы стряхнуть с себя воду, нужно перейти вот на этот островок (мягкое напольное покрытие) и попрыгать. (Упражнение повторяется 2—3 раза.)

(Пуфики выкладываются попарно, друг за дружкой, а дети, положив руки за спину, должны по ним проползти. Далее формируется задание.)

Заложив руки за спину, мы должны проползти по этим «болотцам» (пуфики). Ползти нужно быстро, но не размахивать ногами, потому что за вами ползет следующий ребенок, и вы можете его нечаянно ударить. Об этом

нужно помнить. (Упражнение выполняется один раз, т.к. по мягким пуфикам очень трудно ползти и дети затрачивают много энергии.)

Игра «Червячок»

(Дети становятся друг за другом и передают шнурок, не оборачиваясь, соседу. Последний ребенок, получив шнурок, переходит вперед. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не попробует себя в роли начинающего.)

— Мы с вами очень дружные домашние птицы. Мы — одна стая. Нужно встать друг за другом, взять «червячок» (шнурок) и, не оборачиваясь, передать соседу. Последний из вас должен взять «червячок» и выйти на первое место дня передачи стоящему сзади.

(Пуфики выкладываются полукругом. Дети усаживаются на них и закрывают глаза. Одновременно включаются прибор динамической заливки света и релаксационная музыка.)

Вот смотрите, перед нами «планета добра». На эту «планету» могут по лететь только добрые, спокойные, послушные, уважающие друг друга, всегда приходящие на помощь дети. Она принимает только таких детей. Все дети должны дружить, быть одним целым. Если ваш друг плачет, нужно спросить, почему, кто его обидел, что у него болит? Ведь просто так мы не можем плакать. Нужно всегда помогать друг другу. Если в нас вселилось зло, его нужно обязательно выгнать. Для этого нужно только сказать себе: «Я хороший, я добрый, я не хочу быть злым». И так несколько раз. Злость обязательно убежит.

Если вы чего-то боитесь, то нужно сказать: «Я сильный, я ничего не боюсь. Страх, уходи от меня». И он обязательно уйдет. Поверьте в свои силы, ребята! «Добрая планета» пригласит всех нас. Она так радуется, что даже переливается разными цветами. Посмотрите сами! Она дарит нам доброту, уважение друг к другу, радость. Помашите ей ручкой, а она ответит вам цветом солнца, цветом неба, цветом сочной травы, цветом яркой малины, цветом фиолетовых бабочек, машущих крылышками с ветерком. Вот какая она — «планета добра», и мы скоро станем ее жителями, потому что мы тоже добрые.

Глазки закрываются, реснички опускаются, дышится легко, свободно, глубоко. (Прибор динамической заливки света выключается. Под релаксационную музыку дети выполняют указания педагога.)

Вот и закончилось наше путешествие. Вам оно понравилось? А теперь домашние птицы снова превращаются в ребяткишек. (Выполняя ритуал, дети звонят в колокольчик и выходят из сенсорной комнаты.)

Занятие №19 «Рыбы»

Цель: воспитание добрых чувств, умения сопереживать и принимать ответственность за свои действия; развитие воображения, умения чувствовать окружающее пространство; совершенствование мелкой

моторики и тонких тактильных ощущений; снятие эмоционального и психического напряжения.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, пузырьковая колонна, части рыб, сеть, теннисные шарики, мягкое напольное покрытие, «сухой» бассейн, светильник, «сухой» дождь.

Ход занятия:

— Сегодня мы, попадая в волшебную комнату, превратимся в рыб. Сначала звоним в колокольчик и идем по тропинке, наступая на кочки. Потом пройдем по волшебному лучику, приставляя пяточку к носочку и снова вернемся на тропинку. Так нам нужно пройти три круга.

Вот и пришли. (Включается пузырьковая колонна.)

Видите, нас приветствуют рыбки. Посмотрите на них внимательно. Но прежде чем попасть к ним в гости, мы должны кое-что сделать. (Пузырьковая колонна выключается.)

Рыбы, как и мы, очень дружны, ведь вода, в которой они живут, — это их дом, где они знают и уважают друг друга. Давайте покажем рыбкам, как мы умеем дружить и уважать друг друга без слов. Встанем в круг; руки за спину, щека каждого прислонится к щеке другого, и так мы поприветствуем всех ребят. (Дети выполняют упражнение до окончания приветствия.)

Дно водоема, в котором «живут» рыбы, очень впечатляет. Там много пещер, камней, песка, а также различных водорослей, которыми «кормятся» рыбы.

Прежде чем мы попадем на дно, нужно назвать рыбок, которых вы уже знаете. (Щука, окунь, ерш, красноперка, сом, карась, карп. Заранее приготовлены муляжи расписных, поделенных на части рыб.)

Посмотрите, каких рыб я поймала. (Показываю сеть, в которой лежат составные части рыб.) Их нужно сложить, помогая друг другу (дети на ковре выкладывают рыб.)

Молодцы! Справились с заданием! Теперь представьте, что мы находимся на дне водоема. Вытяните руки вперед, прислоняя ладошку к ладошке (педагог показывает), и медленно двигайтесь по кругу

Ой, смотрите, над нами плывет большая рыба! (Все приседают.) А вот над нами нависла скала. (Педагог и дети на корточках передвигаются вперед.)

Смотрите, перед нами маленькая щель. Нужно втянуть животы и попробовать пройти в нее. Тут сильные волны, и мы попытаемся их преодолеть. (По примеру педагога дети выгибают спины и продвигаются дальше.)

Немного устали? (Ответы детей.) Присядем на ковер. (Дети садятся.) У всех рыб есть икра. Она круглая, вот как этот шарик (демонстрируются теннисные шарики.)

Толкните эти икринки одну к другой. (Дети отталкивают свой шарик соседу. В это время звучит музыка. Так проходит несколько минут.)

А теперь нам надо лечь на спину, положив руки на живот, и проползти под «сухим» дождеком, чтобы он нас погладил, обласкал своими лучиками, зарядил своей доброй энергией. Но когда вы будете ползти, посмотрите внутрь дождевого потока. Скажите, что или кого вы там увидите? (Звучат разные ответы: маму, себя, свое имя и т.п.)

Давайте, рыбки, дружно поплаваем! (дети садятся в «сухой» бассейн и под музыку пытаются зарыть свои ноги и ноги соседа под шарики.)

Теперь я включу солнечный лучик. (дети сидят в бассейне, педагог дает в руки детям гибкую трубку с подсветкой.) Закрываем глаза. Вы чувствуете тепло, которое передает вам лучик? (Ответы детей.) Это он радуется, что вы смелые, дружные, добрые. (Упражнение выполняется несколько минут.)

Игра «Удар. Тишина»

Посередине комнаты выкладывается мягкое напольное покрытие (мат), дети садятся вокруг него и по команде «удар» бьют в него, по команде «тишина» держат кулачки сжатыми, и так выполняют упражнение несколько минут.

Давайте сожмем кулачки и на слово «удар» стукнем в ковер, а на слово «тишина» подержим кулачки на расстоянии от него. (Дети выполняют задание.)

Посмотрите, какая перед нами скала. (Используются две дуги, на которые выкладываются пуфики, изображающие скалу.) Чтобы добраться к рыбам, проползем под ней. Нужно ползти очень осторожно, потому что скала старая и может на вас обрушиться. После этого нужно дотронуться до колокольчика и погладить вот этот кустик (светильник с тоненькими светящимися лучиками), дотрагиваясь только ладошкой. (Педагог подает пример. Упражнение выполняется два раза.)

Ура, молодцы! Мы преодолели все преграды и попали к нашим дорогим рыбкам (дети усаживаются на пол, опираясь на пуфики. Включаются релаксационная музыка и пузырьковая колонна. Дети самостоятельно выбирают понравившихся рыбок и наблюдают за ними. В это время педагог рассказывает о дружбе, уважении, взаимопонимании.)

Наступил час прощания, давайте скажем рыбкам «до свидания», а сами будем возвращаться (дети ритуально звонят в колокольчик и выходят из комнаты.)

Занятие №20. «Матросы»

Цель: активизация чувствительности и восприимчивости к окружающему миру; развитие воображения и фантазии; воспитание умения легко и красиво двигаться под музыку; развитие мелкой моторики и двигательной координации; погружение в состояние покоя и расслабленности.

Оборудование и материалы: колокольчик, сенсорная тропа, бескозырка, «сухой» дождь, пуговицы разного цвета и размера, ведерки, светильник, прибор динамической заливки света, релаксационная музыка.

Ход занятия

— Ребята, сегодня мы с вами снова попадем в волшебную комнату, где превратимся (показываю бескозырку), как вы думаете в кого? (Ответы детей) Верно, в моряков. И опять нам поможет вот этот колокольчик. Мы уже знаем, что в него нужно позвонить, а потом пройти по тропинке (сенсорная тропа для ног), наступая на кочки (дети выполняют задание.)

Мы пришли туда, где происходит волшебство (дети становятся в круг) Но сначала нам нужно стать матросами, поэтому повторяйте и выполняйте вместе со мной (дети выполняют движения на слова.)

Матросская шапка, (дети показывают, что одевают ее на голову.)

Веревка в руке, (дети показывают, что одевают ее на голову.)

Тяну я кораблик (Показывают, что держат веревку в руке.)

По быстрой реке. (Руки быстрыми движениями прокручивают впереди.)

И скачут лягушки (дети прыгают.)

За мной (Показывают на себя.)

По пятам (Показывают пятки.)

И просят меня: (Показывают на себя.)

«Прокати, капитан». (Руки быстрыми движениями прокручивают впереди Себя)

(Игра проводится 2—3 раза. Необходимо обратить внимание, чтобы слова проговаривали все дети.)

Матросы на слово «смирно» должны встать ровненько, спинку выпрямить, голову поднять вверх; на слово «вольно» — расслабиться и потрясти кистями рук. (Педагог показывает, как это выполняется. Упражнение повторяется 3—4 раза.)

Молодцы! Выполняли, как настоящие моряки. (Дети говорят: «Мы сильные (показывают силу), мы большие (подтягиваются), мы добрые (глядят рукам себя и рядом стоящего ребенка), мы ничего не боимся (сжимают кулаки и направляют вперед), вот мы какие». Кричат: «Ура!»).

На море часто бывают буря, ураган и поднимается сильный ветер. Давайте покажем, каким сильным он бывает. Нам нужно встать вокруг «сухого» дождика и дуть на ленточки со всей силы (дети подходят к «сухому» дождю и со всей силы дуют на ленточки. Упражнение выполняется 1—2 минуты.)

Теперь нам нужно успокоить ураган. Возьмем понравившуюся ленточку и погладим ее пальчиками тихо и спокойно. (Звучит спокойная музыка.)

Посмотрите, вдали светится островок (светильник). Нам нужно к нему добраться. Вы тихонько, на пальчиках, между камешками по следам (тропинка следов нарисована на ткани, педагог выкладывает ее на ковер) должны пройти к нему, и делать это нужно под музыку. Как только музыка перестанет играть, вы должны остановиться (дети выполняют упражнение.)

Вот мы пришли к островку. Вокруг него лежит много разноцветных камешков (пуговицы разного цвета и разного размера). Их нужно быстро собрать вот в эти ведерки: зеленые камешки — в зеленое ведерко, красные —

в красное и т.п., но собирать нужно молча, не разговаривая и не толкая друг друга, а кто какие камушки будет собирать, мы решим с помощью игры «Колечко».

Игра «Колечко»

— Сложите руки в ладоши, а я просуну камешек того цвета, который вам нужно собрать (дети собирают пуговицы-камешки.)

Очистили мы остров, пусть сюда прилетают птицы и приходят жить разные звери, а мы пойдём к «планете добра». Сегодня она встречает нас желтым цветом, переливаясь в розовый, голубой, фиолетовый. Она очень радуется, что вы стали добрыми, сильными, бесстрашными и уважаете себя, других детей и взрослых.

Мы победили зло и страх, пришло время отдохнуть (дети кричат: «Ура!», звучит релаксационная музыка.)

(Ритуал прощания. Каждый звонит в колокольчик.)