

Психогимнастика в коррекционной работе с детьми логопедической группы.

Педагог-психолог: Медведева В.М.

В коррекционной работе с детьми использую один из методов здоровьесберегающих технологий – психогимнастику. Психогимнастика для детей представляет собой курс занятий, направленный на развитие и коррекцию познавательной и эмоционально-личностной сферы. Главной целью психогимнастики является сохранение детского психического здоровья, а так же предотвращение расстройства психики.

В процессе таких занятий:

- ❖ Дети приобретают навыки ауторелаксации;
- ❖ Тренируют психомоторные функции;
- ❖ Избавляются от эмоционального напряжения;
- ❖ Корректируют своё поведение при помощи ролевых игр;
- ❖ Воспитывают в себе положительные эмоции, чувства;
- ❖ Развиваются навыки координации движений.

Психогимнастика проводится один раз в неделю, с подгруппой детей 4-5 человек, длительностью 25-30 мин. Ниже приведу пример одного занятия.

1.Приветствие.

Педагог держит в руках игрушку: весёлого Карлсона.

Педагог: Здравствуйте ребята. Мы, с Карлсоном, рады видеть вас у себя в гостях. Протяните свои ладошки, он с вами поздоровается. Дети протягивают ладони, Карлсон здоровается, и гладит их своей ладошкой со словами : «Я люблю тебя...(имя ребёнка).



2. Пальчиковая гимнастика «Нарисуй».

Дети рисуют в воздухе правой, левой рукой, затем обеими руками одновременно солнце, цветок, домик.



3. Эмоциональная гимнастика «Бабочки».

Педагог: Представьте, что бабочка села к вам на лоб, удивитесь. Она села вам на нос, рассердитесь. Она села на подбородок, погрустите. А потом улетела, улыбнитесь.



4. Основная часть.

Упражнение «Весёлый танец». Дети исполняют танец бабочки, цветка, зайца, дерева. (под музыкальное сопровождение).



Этюд «Прогулка в лес»

Педагог читает текст, дети выполняют соответствующие движения.

- Покажите, как вы пройдёте по тропинке (спокойная ходьба)
- Перешагиваем через высокую траву (ходьба с высоким подниманием колен)



- Перепрыгиваем через лужу (прыжки на двух ногах)

Посмотрите, какая красота! Выразим восхищение: О-о-о!

Прислушаемся к шуму листьев. Вдруг подул ветерок (лёгкий вдох и лёгкий выдох с округлением губ 2-3 раза). Ветерок утих, будем собирать грибы. Мы по лесу шли, шли, подберёзовик нашли (приседание вниз).



Вот сколько грибов мы собрали (соединяем вперед вытянутые руки). Теперь пойдём домой. Снова перепрыгнем через лужу, перешагиваем через высокую траву (ходьба с высоким подниманием колен). Пробежим по узкой тропинке (бег на месте) Мы дома.

Игра «Узоры на песке»

Педагог: Посмотрите, в нашей песочной стране нет радости и жизни. Надо нам вернуть красоту этому маленькому миру. Вы любите рисовать? Давайте нарисуем красивые узоры на песке. Придумайте свой узор, рисунок (дети рисуют). Замечательно! Вам понравились узоры? Дети: Да.



5.Релаксация.

Педагог: представьте тёплый летний день. Лицо загорает, ласковое солнышко гладит вас (дети расслабляют мышцы лица). Но вот летит бабочка, садится на брови. Она хочет покачаться как на качелях. Пусть бабочка покачается. Двигаем бровями вверх-вниз. Бабочка улетела, а солнышко пригревает (дети расслабляют мышцы лица, улыбаются)



6.Прощание.

Педагог держит в руках игрушку: весёлого Карлсона.

Карлсон: «Я буду скучать и ждать тебя в гости, ...(имя ребёнка)»



Литература:

1.Данилова С.Н. Психологическое сопровождение дошкольников: диагностика и сценарии занятий.- М.:ТЦ Сфера, 2019.-96с.