

ВСТУП

Поки дорослі тішаються неосяжними технологічними, інтерактивними можливостями сучасного світу, діти потерпають від цифрових приладів і часто мимоволі потрапляють в залежність від них. Нині рідко коли можна побачити дитинну без дивайса в руках – навіть на дитячому майданчику дитина сидить із смартфоном, а інші обліпили її із усіх боків і зосереджено дивляться на дисплей. Діти не поспішають на гойдалки, рідко з'їжджають із гірки, не готують пиріг із «борошна» - піску з «горішками» - камінцями. Навіть в дитячій поліклініці досить тихо, бо майже усі діти грають в ігри на смартфонах, планшетах.

В результаті діти є digital - залежними, мають знижену пізнавальну активність, звужені коло і рівень сюжетно-рольової гри. А ще – збіднене тактильне спілкування, сенсорні відчуття і недорозвиток дрібної моторики, недостатню комунікативну і соціальну компетентність. Натомість у дітей зростає цікавість, посилюється споживацька спрямованість.

Тому набуває актуальності створення та функціонування сенсорної кімнати, яка обумовлена протиріччям між висунутою сучасним суспільством потребою у вихованні та розвитку дитини та недостатньою розробленістю умов і засобів реального і цілеспрямованого досягнення цієї мети на усіх щаблях дошкільного навчання.

Вперше поняття «сенсорна кімната» було введено М. Монтесорі. В її педагогічній системі, заснованій на сенсорному вихованні, середовище, в якому організовується робота з дітьми, розглядається як спеціально обладнане приміщення (кімната). Сенсорна кімната, з точки зору М. Монтесорі, це середовище, насичене автодидактичним матеріалом для занять з дітьми.

Сенсорна кімната - багатофункціональний комплекс, що поєднує в собі різноманітні осередки, використання яких допомагає зберегти фізичне, психічне і соціальне здоров'я, сприяє сенсорному розвитку дітей дошкільного віку.

Сенсорний розвиток дитини - це розвиток його сприйняття і формування уявлень про зовнішні властивості предметів: в їх формі, кольорі, величині, становищі у просторі, а також запаху, смаку і т.д.

У повсякденному житті, під час самостійних ігор, праці, на прогулянках малята мають справу з багатьма властивостями предметів, однак помічають, виокремлюють, усвідомлюють лише деякі з них. А це є цілеспрямоване сприйняття навколишнього світу в усіх його барвах.

Актуальність створення сенсорної кімнати.

В нашому ДНЗ №23 «Лелека» разом з групами загального типу є група спеціального призначення логопедична та санаторна група (діти з групи ризику захворювання на туберкульоз). І тому, з огляду на пошуки інноваційних підходів, нововведенням закладу стало відкриття сенсорної кімнати, оснащеної інтерактивним устаткуванням.

Сенсорна кімната – це потужний інструмент для розширення і розвитку світогляду, сенсорного та пізнавального розвитку. Це організоване особливим чином навколишнє середовище, що складається з великої кількості різних видів стимуляторів, які впливають на органи зору, слуху, тактильні та вестибулярні рецептори. Вони надають на психічний і емоційний стан дитини



як заспокійливу, так і тонізуючу, відновлюваючу дію. Адже так важливо вміти заспокоїтись і розслабитись в складних реаліях сучасного життя. А сенсорна кімната - це ідеальна обстановка, в якій дитина не лише розслабляється, а й отримує нові уявлення про світ, нові відчуття, заряджається енергією для активної діяльності.

Основою пізнання для дитини дошкільного віку є чуттєве пізнання - сприйняття і наочне мислення. Саме від того, як сформовані у дошкільника сприйняття, наочно-дійове і наочно-образне мислення, залежать його пізнавальні можливості, а також подальший розвиток діяльності, мови і більш високих, логічних форм мислення. У той же час і саме чуттєве пізнання - сприйняття і наочне мислення розвивається в тісному зв'язку з розвитком діяльності (ігрової, образотворчої, трудової).

Пізнання дитиною навколишнього світу починається із сприйняття предметів і явищ за допомогою відчуттів і сприймання та створює необхідні передумови для виникнення складніших пізнавальних процесів (мислення, пам'ять, уява). Розвинена сенсорика - це основа для удосконалення практичної діяльності дитини. У дитини формуються уявлення про зовнішні властивості предметів – форма, колір, розмір, розташування в просторі, тощо. Тому завданням нашого дитячого садка стало забезпечення найповнішого розвитку дітей з урахуванням вікових особливостей, а також створення умов для радісного перебування в закладі дошкільної освіти, щоб кожна дитина відчула і знала, що вона потрібна і уявляла, який прекрасний навколишній світ. Саме раннє і дошкільне дитинство вважається найбільш сприятливим для вдосконалення діяльності органів чуття і накопичення уявлень про навколишній світ.

Видатні зарубіжні науковці в галузі дошкільної педагогіки (М. Монтессорі, Ф. Фребель), а також представники вітчизняної дошкільної педагогіки і психології (А.В. Запорожець, Л.О. Венгер, Е.Г. Пілюгіна, Н.Б. Венгер та ін) вважають сенсорний розвиток однією з основних сторін дошкільного виховання. З розвитком сенсорики (від лат. *sensus* - відчуття) у дитини з'являється можливість оволодіння естетичними цінностями в природі і суспільстві. Із сприйняття предметів і явищ навколишнього світу починається пізнання, тому сенсорні здібності є фундаментом розумового розвитку дитини.

Звичайно, кожна дитина у своєму житті, так чи інакше, стикається з різноманіттям форм, фарб, властивостей предметів, знайомиться з творами мистецтва і сприймає все це навіть без цілеспрямованого впливу. Але якщо таке засвоєння і пізнання відбувається стихійно і спонтанно, то воно дуже часто виявляється поверхневим і неповноцінним без розумного педагогічного керівництва. Саме тут і необхідно сенсорне виховання - послідовне ознайомлення з сенсорною культурою людини.

Одним з видів сучасних технологій сенсомоторного розвитку



дітей є заняття в сенсорній кімнаті, де особливим чином організовано довкілля для відпочинку, розслаблення і розвитку. Така кімната наповнена різного роду стимуляторами, які впливають на органи зору, слуху, нюху, дотику та інші.

Готовність дитини до шкільного навчання в значній мірі також залежить від її сенсорного розвитку, тому що частина труднощів, що виникають перед дітьми, особливо в першому класі, зв'язана з недостатньою точністю та гнучкістю сприймання.

Уміло скориставшись середовищем сенсорної кімнати можна скоректувати всі ці недоліки, а також поведінку дуже вередливого, замкнутого, агресивного малюка, тобто дітей з особистісними проблемами і проблемами соціального розвитку.



Тому головним завданням нашого дошкільного закладу, стало забезпечення найповнішого розвитку дітей з урахуванням вікових особливостей. А також створення умов для радісного перебування в дитячому садку, щоб кожна дитина відчувала і знала, що вона потрібна й уявляла, який прекрасний навколишній світ.

Розвивальне середовище веселкової кімнати.

Наша сенсорна кімната – це багатofункціональний комплекс, використання якого здатне оптимізувати розвиток дитини. В ній зібрана значна кількість стимулів, які можуть служити ігровими заміниками реальних предметів і явищ. Сенсорна кімната здатна перетворитися для дитини в будь-яке місце: ліс, зоопарк, підводне царство.

У сенсорній кімнаті створені умови, в яких дитина отримує позитивні емоції, відчуття комфорту і безпеки, що сприяє швидкому встановленню тісного контакту між педагогами і дітьми. В цій незвичайній кімнаті діти дізнаються, що звичний для них світ, звичні речі, стають зовсім іншими, чарівними, які можна змінювати. Це казка, в якій все дзюрчить, звучить, переливається, приманює, допомагає забути страхи, заспокоює. Саме у спеціально підготовленій

для психологічної роботи сенсорній кімнаті взаємодія між людиною і інтерактивним середовищем здійснюється найгармонійніше.

Тут можна заховатися у водоспад («сухий» душ), плавати в кульках («сухий» басейн), грати із зоряним світлом ліхтариків, спостерігати за жителями підводного царства, насолоджуватись чарівним звуком музичних інструментів та дзюрчанням води міні-водоспаду.

Сухий душ – це безліч шовкових стрічок, які спускаються вниз, немов струмені води. Їх приємно перебирати руками, роздивлятися, крізь них можна проходити, торкатись обличчям. Все це стимулює розвиток тактильних відчуттів,



допомагає сприйняттю простору і свого тіла в цьому просторі. В такому кольоровому водоспаді можна проводити різноманітні захоплюючі ігри, заховатися, усамітнитися.

Сухий басейн з кульками є дуже популярною розвагою для дітей дошкільного віку. Він успішно використовується як самостійна ігрова конструкція, або як елемент ігрового лабірину. Відсутність твердих та гострих деталей гарантує безпеку дітей. Ігри в таких басейнах дарують дітям море позитивних емоцій, що благотворно впливає на поведінку і загальний розвиток. В світовій практиці такі басейни використовують для профілактики і лікування захворювань опорно-рухового апарату та нервової системи у дітей.



Граючи в таких басейнах, діти піддаються фізичному навантаженню. Під час занять у сухому басейні спеціальні м'які кульки дають відмінний масажний ефект, тим самим покращуючи в організмі обмін речовин і кровообіг. При цьому відбувається поліпшення роботи центральної нервової системи, органів дихання, серцево-судинної системи, а також опорно-рухового апарату. Крім того, під час активних ігор в басейні зміцнюються всі групи м'язів, а також формується правильна постава.



Постійна зміна положення тіла в басейні сприяє розвитку вестибулярного апарату. Безумовно, все це змушує захисні сили організму активно працювати, тому заняття в таких басейнах мають як профілактичну, так і лікувальну дію при різних захворюваннях. Дитячі сухі басейни позитивно впливають на психоемоційний стан дитини.



Діти відчують величезне задоволення і радість, занурюючись у «хвилі» басейну і розважаючись серед безлічі різнокольорових м'ячиків.

До всього іншого, при «плаванні» в м'яких кульках, діти розвивають дрібну моторику, покращують координацію рухів, вчаться запам'ятовувати і розрізняти основні кольори, а також розділяти предмети різної форми і розмірів. Захоплені грою діти розслабляються, внаслідок чого ведуть себе більш спокійніше, з апетитом їдять і швидше засинають. Також в сухому басейні з



кульками можна проводити безліч різних фізичних вправ загальнозміцнюючого та лікувального характеру.



Сенсорні м'ячі різного діаметру широко застосовуються в реабілітації дітей з порушенням опорно-рухового апарату, а також з профілактичною метою. Спеціальні заняття на м'ячах сприяють розвитку вестибулярного апарату, зміцненню різноманітних груп м'язів. Під час ігор та занять відбувається тренування серцево-судинної і дихальної систем дитини, а також зорова і тактильна стимуляція.

Міні-басейни – це контейнери з природніми наповнювачами (квасоля, кукурудза,



горох, пшениця, жолуді, орбізи тощо), які використовуємо для розвитку



тактильної чутливості. Граючись в таких міні-басейнах, діти вчаться розрізняти різні властивості предметів, їх форму, покращується зорово-моторна

координація та чутливість кінчиків пальців. Вони дають можливість освоїти нові відчуття, що особливо важливо для дошкільників.

Сенсорна доріжка – це різнокольорові квадрати, на яких розташовані геометричні фігури різного кольору, наповненні природним матеріалом (квасоля, горох, кукурудза, крупа тощо). Такі доріжки розвивають у дітей тактильні відчуття, координацію рухів, допомагають в профілактиці плоскостопості.





Настільна пісочниця з освітленням розвиває тонку моторику рук, мову, уяву і фантазію дітей. Оволодівши основами пісочної анімації, діти починають самі придумувати і оживляти казкові сюжети.

Програючи на піску різноманітні казкові сюжети, дитина здобуває дорогоцінний досвід символічного вирішення багатьох життєвих ситуацій. Крім того, пісок поглинає «негативну» психічну енергію, взаємодія з ним стабілізує емоційний стан. Пісочна анімація, на відміну від звичайного малювання,



припускає роботу одночасно обома руками. Це сприяє розвитку взаємозв'язку між півкулями головного мозку. Пісок дозволяє довше зберігати працездатність дитини. Помилки на піску виправити простіше, ніж на папері, де завжди видно сліди помилок. Це дає можливість дитині відчувати себе успішним. Технічними елементами є малювання кулаком, долонею, ребром великого пальця, пучкою, мізинцями, одночасне використання декількох пальців, симетрично двома руками, відсікання зайвого, насипання з кулачка. Наприклад:



- ковзання долонею по поверхні піску, зигзагоподібні і кругові рухи (як машинки, змійки, санки та ін);
- такі ж рухи, поклавши долоню на ребро;
- «пройтися» долонями по прокладених трасах, залишаючи на них свої сліди;
- створення відбитків долонь, кулачків, кісточок кистей рук, ребрами долонь всілякі химерні візерунки на поверхні піску.

Найбільш сильним та найбільш емоційно забарвленим казковим ефектом наділені світлові стимули. Заняття включають в себе ігри на

взаємодію, вільні та тематичні ігри-



драматизації; рольові програвання моделей

бажаної поведінки різних

життєвих ситуацій;

психогімнастику

(імітаційні ігри); метафоричні етюди – релаксації;

вільне та тематичне малювання; бесіди; ритміка, тілесні вправи



Використання музикотерапії передбачає вплив на дитину за допомогою звуків природи. Цієї методики як самостійної не існує, але вона органічно вписується як стимулюючий фон проведення занять.



Музикотерапія допомагає покращити інтелектуальну роботу мозку, активізувати імунну систему організму. Музичні твори діють

на певні нервові клітини і викликають відповідний ефект:

розслабляють,

заспокоюють тощо.

Релаксаційні властивості мають, наприклад, уривки із наступних творів: Бах І.С. «Арія з сюїти №3», повільні частини з

Бранденбургських концертів; Шуберт Ф. «Аве-Марія», 2-а частина 8-ї симфонії; Белліні В. «Каватина Норми»; Вівальді А. «Зима»; Бетховен Л. Другі частини фортепіанних сонат (8, 14, 23); Чайковський П.



Анданте кантабіле із 5-ї симфонії; «Червень» і «Жовтень» із циклу «Пори року» та ін.

До активізуючих музичних творів відносять, наприклад, твори В. Моцарта – перші та треті частини із фортепіанних сонат та концертів, «Рондо» з «Маленької нічної серенади», уривки із опери «Чарівна флейта»; П. Чайковського – вальси з балетів, «На трійці» із «Пір року», уривок із фіналу 4-ї симфонії; М. Глінки «романси»; А. Вівальді «Весна»; Л. Боккеріні «Менует» і ін.



Методичні рекомендації з організації роботи з дошкільнятами.

В сенсорній кімнаті проводимо корекційно-розвивальну роботу з дітьми, що мають мовленнєві вади, а також з проблемами особистісного, соціального, емоційного розвитку та профілактичну роботу із здоровими дітьми.

Заняття проводимо один раз на тиждень в ранковій годині в формі гри. Тривалість занять 30-50 хв в залежності від індивідуальних особливостей дітей. Для легко збудливих дітей тривалість занять скорочуємо, знижуємо навантаження на сенсорику, виключаємо елементи активної стимуляції. При роботі з тривожними дітьми уникаємо різких переходів від одного стимулу до іншого. Заняття проводимо підгрупами 6-8 дітей.

Уведення нових технологій в корекційну роботу дозволяє нам не тільки з'єднати різні види корекції, але і знайти нові підходи взаємодії, встановлення довірчих відносин з дітьми, зняття психоемоційного навантаження, створення розслаблюючої атмосфери. На заняттях, в

сенсорній кімнаті, вдало поєднуються елементи кольоротерапії, музикотерапії, пісочної терапії, ігротерапії, казкотерапії.

В ній легко проводити вправи на розрізнення емоційних станів, розвиток мімічних рухів, ігри і вправи на розвиток навиків спілкування, саморегуляції, розслаблення, зняття напруги, пальчикові ігри, вправи на дихання і багато іншого. Спільні ігри в такій казковій, комфортній обстановці допомагають розкріпачитися, повірити в свої сили, проявити кмітливість.

Свою роботу з дітьми в сенсорній кімнаті починали з підготовки дітей через розповідь про казкову чарівну кімнату, без включення сенсорних панелей. Поступово та поетапно вводили в дію різноманітні стимули сенсорної кімнати.

Починаємо заняття з розвитку з тактильних і кінестетичних відчуттів, оскільки шкіро-кінестетична чутливість є основою для формування зорового і слухового сприйняття. Саме кінестетична чутливість є основою усіх видів рухів, які спрямовані на розвиток рецепторів, що містяться в шкірі, а також рецепторів, що містяться в м'язах, суглобах, сухожиллях.

Групові та індивідуальні заняття в сенсорній кімнаті добре підходять для дітей з проблемами соціальної адаптації.

Корекційну роботу в сенсорній кімнаті ми спрямовуємо на поетапне включення та синхронізацію усіх сенсорних потоків через стимуляцію різних органів чуттів. Оскільки велика кількість подразників може викликати в дитини негативні емоції, знайомство з сенсорною кімнатою починаємо, коли всі стимулятори вимкнені.

Для усунення одноманітності, використовуємо казкові сюжети, де використання якого-небудь тренажера є частиною казки. Перед входом

в кімнату дітям розказуємо про те, що вони зараз потраплять в чарівну кімнату, а щоб чари не зникли, слід виконувати завдання.

Основний принцип побудови занять - комплексний підхід, що дозволяє вирішувати корекційні, розвиваючі і виховні завдання.

Сенсорна кімната в нашому дитячому садку призначена не лише для дітей, але й для дорослих. Дорослі можуть поринути на



якийсь час у фантастичний світ дитинства.

Адже працювати, вихователем нелегко, крім того це і постійна напруга та важкий вантаж відповідальності. У цій кімнаті стимулюються і розкриваються приховані можливості, дорослі можуть розслабитися, набути нових навичок спілкування. А також, така кімната використовується для попередження та профілактики вигорання педагогів. Адже зняти стрес, забути всі життєві неприємності так легко в

спеціально організованому середовищі.

РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА

Мета: розвивати зорове й тактильне сприйняття, кольоросприйняття, фрегулювати психоемоційний стан, знижувати емоційну і м'язову напругу; релаксувати в процесі подання образів, зміцнювати фізичне та психічне здоров'я; підвищувати психічну активність за рахунок стимулювання позитивних емоційних реакцій, розвивати уяву, фантазію і творчі здібності дітей; створювати дружню атмосферу взаємодопомоги, довіри, доброзичливого і відкритого спілкування дітей один з одним.

Завдання:

1. Створити позитивний емоційний фон і допомогти подолати порушення в емоційно-вольовій сфері, (зменшувати тривожний стан, знизити агресію, м'язову та психоемоційну напругу).

2. Допомогти в стимулюванні сенсорної чутливості та рухової активності, розвитку зорово-моторної координації дітей, розвивати загальну і дрібну моторику, покращити координацію рухів.

3. Активізувати різні функції центральної нервової системи за рахунок створення збагаченого мультисенсорного середовища.

4. Підвищити психічну активність за рахунок стимулювання позитивних емоційних реакцій; розвивати тактильні, зорові відчуття, тренувати пам'ять, увагу, інтелект.

5. Розширити кругозір і просторові уявлення, розвивати уяву і творчі здібності дітей.

6. Допомогти коректувати порушення в пізнавальній сфері (зниження інтересу до раніше значущої діяльності, труднощі із стійкістю і концентрацією уваги, запам'ятовування, неуважність і, відповідно, труднощі в навчанні), а також розвитку мови.

7. Допомогти вирішити проблеми з соціальною адаптацією

Заняття 1

Знайомство із сенсорною кімнатою

Мета. Познакомити дітей з атрибутами сенсорної кімнати, забезпечити психологічний комфорт і налаштувати дітей на позитивний настрій, викликати почуття радості, захоплення та інтересу до проведення занять, створювати дружню атмосферу довіри, доброзичливого і відкритого спілкування між дітьми та дорослими.

Ми потрапили з вами в казкову країну, в якій багато чарівних речей. (звучить спокійна музика Чайковського П.І. із циклу «Пори року»). Це незвичайні речі.

1. *Сухий душ.* Подивіться, будь-ласка на ці кольорові шовкові стрічки, які спускаються вниз, немов струмені води. Давайте доторкнемось до них руками, роздивимось, переберемо, торкнемося цими стрічками обличчя.

– Вам приємно їх перебирати, торкатися, гратися ними?

– Які кольори вам подобаються? Візьміть їх в руки та пограйтеся ними.



А тепер уявіть собі, що це водоспад, але незвичайний. Це струмені кольорової водички падають додолу, якими можна вмити обличчя, покупатися під таким чарівним водоспадом. Давайте покупаємо свої ніжки, ручки, голівки. Подякуємо чарівному водоспаду і підемо далі.

2. *Сухий басейн.* В нашій казковій країні є басейн. Він наповнений незвичайною водою. Це різнокольорові кульки-краплинки, з якими можна і погратися, і покупатися. Давайте покупаємо в них свої ручки, зануримо їх на саме дно басейну.

– Що ви там знайшли? (*Діти відшукують іграшку і називають її*).

Пограємося своїми іграшками в нашому басейні і заховаємо їх на саме дно. Пропоную покупати свої ручки і знову відшукати своїх друзів (повт 2-3р.)

3. *Пісочний ящик з підсвіткою*. В нашій казковій країні нас чекає царство пісочної Феї.

Гра «Чарівний дощик». Від імені Пісочної Феї запрошую погратися: «У моїй країні може йти незвичайний чарівний дощ та дути піщаний вітер. Це дуже приємно. Подивіться, як це



відбувається. (*Чарівна Фея сипле пісок на долоньки кожної дитини*). Ви самі можете влаштувати такий дощ та вітер». Діти сиплють пісок із свого кулачка у пісочницю, з кулачка в кулачок, на долоню дорослого, на свої долоньки.

4. *Гра із світлом ліхтариків*. Пропоную дітям заплющити очі, а в цей час включаю світлові стимулятори (кольорові ліхтарики, лампу «Акваріум», бульбашкову лампу, міні-водоспад). Діти спостерігають за різнокольоровими рибками, зміною кольору води, слухають звуки міні-водоспаду.

– Якого кольору плавають рибки?

– Який настрій у вас виникає?

Потім діти імітують рухи рибок плавниками та хвостиком.

5. *Куточок музичних інструментів.* Звертаю увагу на музичні інструменти, які знаходяться в кімнаті.

– Як вони називаються? (*сопілка, барабан, ксилофон, маракаси, піаніно*)

Слухаємо їх звучання та закріплюємо назви. Довільна гра на музичних інструментах.



– Вам сподобалася наша подорож?

– Який настрій виник у вас після цієї подорожі?

– А як ми можемо назвати кімнату, в якій ми побували?

Давайте поплескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті і попрощаємося до наступного заняття.

– «До побачення!»

Заняття 2

Мета. Забезпечити дітям психологічне розвантаження й поліпшити емоційний стан; розвивати загальну і дрібну моторику, тактильні відчуття, образне мислення, уяву; стимулювати і розвивати вміння співвідносити колір із настроєм.

Ми прийшли з вами в гості до нашої незвичайної кімнати.

– Як ми можемо її назвати? Яка вона?

Свою подорож ми почнемо з басейну.

1. Сухий басейн.

1.1. Гра «Покупаємо руки». Пропоную купувати свої руки в кольоровому басейні і знайти своїх друзів та погратися з ними в хованки.

1.2. Гра «Кольоровий дощик». Діти шукають кульки - крапинки однакового кольору (*сині, жовті,*



зелені, оранжеві, червоні, голубі), піднімають їх вгору і по сигналу «кrap» опускають в басейн - падає кольоровий дощик.

2. Сухий душ.

2.1. Гра «Кольорова хатинка». Нас зустрічає кольорова хатинка. Це незвичайна хатинка, бо ми можемо бігати навіть через її стіни.

– А хто в ній заховався? (*зайчик з ведмедиком*)

2.2. Гра «Доганялки».



3. *В гості до пісочної Феї.* Пропоную дітям погратися з піском. Діти повільно, а потім швидше пересипають з долоньки на долоньку, з кулачка в кулачок.

3.1. Гра «Незвичні сліди». Пропоную дітям гру імітаційних слідів тварин.

– «Ідуть ведмежата» - діти кулачками та долонями із силою натискають на пісок;

– «Стрибають зайці» - кінчиками пальців вдаряють по поверхні піску, рухаючись у різних напрямках;

– «Повзуть змії» - пальцями рук залишають хвилястий слід у різних напрямках;

– «Біжать жучки, павучки» - діти рухають всіма пальцями, імітуючи рухи комах (*можна повністю занурити руки в пісок, руки зустрічаються – «жучки вітаються»*);

4. Підводне царство.

4.1. Гра «Веселі рибки». Пропоную дітям заплющити очі, і включаю бульбашкову лампу та лампу «Акваріум». Діти спостерігають з рухами рибок, зміною кольору води.

– Якого кольору рибки?

– Як ви думаєте, який настрій в рибок?

– Як міняється ваш настрій після спостереження за кольором води?

Передайте цей веселий настрій в танці. Діти довільно танцюють під повільну музику.

5. *Прощання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати цей чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний,
то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 3

Мета. Формувати в дітей зорове і слухове сприйняття, увагу, кінестетичну чутливість; сприяти вербалізації власних відчуттів і переживань; розвивати образне мислення, уяву, творчі здібності, вольові зусилля, вміння дружньо діяти в колективі однолітків; забезпечити емоційне благополуччя, психологічну рівновагу та почуття радісного перебування в дитячому садку.

1. Сухий басейн.

1.1. Гра «Покупаємо руки». Пропоную купувати руки в басейні, взяти в обидві руки будь-які кульки однакового кольору, але не можна брати якогось одного кольору. Діти шукають кульки – крапинки, піднімають їх вгору і по сигналу «крап» опускають в басейн.

1.2. Гра «Пірнаємо». Діти стоять біля басейну, руки опущені в басейн, пропоную зробити нахил в басейн вниз з одночасним поворотом голови вліво-вправо. Діти повинні доторкнутися до кульок басейну. (*повт. 3-4р*)

2. Сухий душ.

2.1. Гра «Котик та мишки». Вибирається одна дитина «кіт», а інші «мишки». Мишки мають тікати від кота через шовкові стрічки. Кого котик зловить, той і стає на його місце.

– Ой, у котика пропав м'ячик! Де ж він дівся? Хто забрав?



– Пі,пі,пі...ми забрали у кота, щоб він менше спав та грався, а з нами грався. (повт.3-4р)

3. В гості до пісочної Феї.

3.1. Гра «Піщаний дощик». Фея пропонує погратися з піском, а потім покласти долоньку на пісок, розставляючи пальці. Сиплю пісок кожній дитині на якийсь пальчик і називаю його, потім міняємось ролями, закріплюючи назви пальчиків.

3.2. «Пригоди під дощем». Вправа імітаційного характеру. Пішов дощ, а за ним і ще сильніший, раптом затих. Швидко зашелестіло листя на деревах, зашуміли хвилі в річці, заспівали весело жабки і в озеро стрибнули залюбки. Запищали мишенята і в нірку заховались до наступної грози. *Діти відтворюють на піску краплі дощу, імітують хвилі, шелестіння листя, стрибки жабок, рухи мишенят.*

4. Гра із зоряним світлом ліхтариків. Пропоную дітям заплющити очі, а в цей час включаю світлові стимулятори (кольорові ліхтарики, бульбашкову лампу). Діти спостерігають за різнокольоровими ліхтариками, зміною кольору води.



– Що вам нагадує це світло? Які спогади виникли у вас?

– Який настрої ви відчули, спостерігаючи за зміною кольорів?

5. *Чарівні інструменти*. Пропоную дітям вибрати за бажанням, будь-який, інструмент і передати в грі свій настрої.

6. *Прощання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати цей чудовий настрої, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний,

то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 4

Мета. Познайти дітей із сенсорною доріжкою. Розвивати тактильні відчуття, кольоросприймання, образне мислення, уяву, моторику, вольові зусилля; забезпечити емоційне благополуччя та психологічну рівновагу.

1. *Сухий басейн*.

1.1. Гра «Знайди друга». Пропоную покупати ручки в басейні і на дні відшукати іграшку. Коротко описати іграшку, яку знайшли в басейні, і знову заховати її (*повт. 2-3р*).

1.2. Гра «Покупаємо руки». Пропоную почергово покупати праву-ліву руку, знайти правою рукою кульку одного кольору, а лівою – іншого. Підняти їх вгору і по сигналу «крап» опустити басейн (*повт. 3-4р*).

2. Сухий душ.

2.1. Гра «Весела карусель». Діти вибирають стрічки улюблених кольорів, граються, закручуються ними, уявляючи веселу карусель.

2.2. Гра «Водоспад». Діти купають голівки, ручки, ніжки під кольоровим струменем водоспаду. Пропоную заплющити очі, підняти голівки вгору, збираю усі стрічки і по черзі купаю обличчя кожної дитини.



3. Сенсорна доріжка.

Знайомство із сенсорною доріжкою. Це різнокольорові квадрати 40x40 см, зверху яких нашиті різнокольорові геометричні фігури з різними наповнювачами із природнього матеріалу. Закріплюємо з дітьми форму і колір, порівнюємо на дотик різноманітні природні наповнювачі.

3.1. Гра «Незвичайний місток». Щоб потрапити в пісочне царство



нам потрібно пройти через чарівний місточок. Пропоную на кожній фігурі зробити перекати з п'ятки на носок і перейти на слідувачу. (повт.3р).

– Що ви відчували своїми стопами ніг?

– Де вам було найкомфортніше?

4. В гості до пісочної Феї.

4.1. Гра «Незвичні сліди». Пропоную дітям відтворити незвичні сліди тварин, комах, фантастичних героїв.

4.2. Гра «Сонце і хмарка». Дітям пропонується відтворювати на пісочному столику зображення гри.

Виглянуло сонечко, привіталось.

Посміхнулось квіточці,

Посміхнулось пташечці,

Посміхнулось річечці,

Посміхнулось всім.

Виглянула сіра хмарка,

сумно глянула на це.

І сльози покотились на все.

– Чому хмарка сіра?

– Чому вона засмучена?

5. Підводне царство.

5.1. Гра «Веселі рибки». Пропоную дітям поспостерігати за рухами рибок, зміною кольору води.

– Як можна назвати одним словом? Рибки які? (*різнокольорові*)

Ці різнокольорові рибки дружньо плавають в морському царстві. Уявіть собі, що ви різнокольорові рибки, які дружньо плавають в воді.

(*Спочатку показую рухи, а діти повторюють*).

Рибки плывуть (*повільні рухи руками*)

Вітаються одна з одним (*почергово плещуть один з одним в долоні*)

Розмовляють (*плямкають мовчки губами*)

Водорості збирають (*схиляються то в одну, то другу сторону*)

Рибки плещуться у водичці (*крутяться на місці*)

Рибки засинають (*присідають, заплющеними очима повільно махають руками*). Рибки просипаються, піднімаються над водою, вдихають повітря.

Наші груди наповнилися радістю, добротою, щастям і ми даруємо його небу, землі і всім людям.

6. *Прощання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати цей чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний, то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 5

Мета. Ознайомити дітей із міні-басейнами. Стимулювати сенсорну чутливість, рухову активність та координацію рухів; розвивати уяву, творчі здібності, вольові зусилля; сприяти створенню бадьорого піднесеного настрою, усунення психоемоційної напруги.

1. *Сенсорна доріжка*.

1.1. Гра «3 купинки на купинку». Дітям пропонується відвідати чарівну країну, але щоб потрапити до неї потрібно пройти через болото, не замочивши ніг. Допоможуть нам кольорові купинки-острівці. Вони різні, але приємні на дотик. Це можна відчутти, коли стати на них ніжками.

– Що ти відчуваєш?

– Яка купинка була для тебе самою приємною?

2. *Сухий басейн*.

2.1. Гра «Покупаємо руки». Пропоную покупати праву-ліву руки, шукаємо кульки різного кольору, але заборонено брати правою рукою кульку певного кольору. (*повт. 3-4р*).

2.2. Гра «Не замочи рук». Ходьба по периметру басейна, високо піднімаючи ноги «лелеки», тягнемо ніжки по дну басейна «раки».

Пропоную пройти по периметру басейна без опори руками, при цьому зберігаючи рівновагу.

3. В гості до пісочної Феї.

3.1. Гра «Піщаний дощик». Фея пропонує погратися з піском, а потім покласти долоньку на пісок, розставляючи пальці. Пропоную заплющити очі і сиплю пісок кожній дитині на якийсь пальчик, а діти відгадують їх назви. Потім міняємось ролями.

3.2. «Чарівні пальчики». Пропоную дітям намалювати:

- пряму доріжку, по якій прямують казкові тварини;
- хвилясту доріжку;
- східці;
- паркан;
- ланцюжок з кілець.

4. Знайомство з міні-басейнами.

Розглядаємо контейнери із природним матеріалом (квасоля, кукурудза, горох, пшениця, жолуді, орбізи тощо). Пропоную купати пальчики обох



рук. Потім по чергові називаю, який пальчик дитина опускає в басейн. Пальчики шукають іграшки, які заховані в контейнерах з природним матеріалом і коротенько складають історію про героїв, яких вони відшукають.

- Вам приємно купати пальчики?
- Що ви відчували, купаючи пальчики?

5. Гра на шумових інструментах.

5.1. Гра «Створюємо музику». Пропоную взяти в руку одне порожнє яйце від кіндер-сюрпризу, покласти декілька квасолин і похитати ним. Потім покласти декілька зернин інших круп і послухати їх звучання. Для створення власної мелодії потрібно періодично змінювати хитання кіндерів. В кінці створюємо шумовий оркестр.

6. *Процання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати цей чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

- Якщо кожний буде чемний,
то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 6

Мета. Стимулювати сенсорну чутливість; сприяти розвитку тактильного, слухового та зорового відчуття, пам'яті, мислення, творчої уяви і фантазії; розвивати ритмічність рухів та рівновагу; створити атмосферу емоційного благополуччя радісного перебування в колективі однолітків.

1. Сухий басейн.

1.1. Гра «Покупаємо руки». Пропоную купувати праву-ліву руки, шукаємо кульки різного кольору, але заборонено брати правою рукою кульку одного кольору, а лівою іншу. Піднімаємо їх вгору і по сигналу «крап» опускаємо кульки в басейн. (*повт. 3-4р*).



1.2. Гра «Не замочи рук». Ходьба по периметру басейна, високо піднімаючи ноги «лелеки», тягнемо ніжки по дну басейна «раки». Пропоную пройти по периметру басейна без опори руками, при цьому зберігаючи рівновагу.

2. *В гості до пісочної Феї.*

2.1. Гра «Незвичні сліди». Пропоную дітям відтворити сліди фантастичних героїв, незвичайних тварин та комах.

2.2. Гра «Чарівна галявина». Дітям пропоную відтворити на пісочному столику зображення гри, а в кінці придумати власне закінчення.

Світило тепле сонце (*сонечко з промінням*);

На зеленій галявині стояла хатка (*будинок з пагорбом*);

Біля хати гніздо птахів, то – лелеки (*зображення гнізда*);

Раптом, вилетіла мама-лелека (*великі розмахи крил*);

А за нею донечка (синочок) (*малі розмахи крил*);

У небі високо кружляли, ніби танцювали.

Глянули вниз - зайчик пострибав у гай (*стрибки зайчика*).

А за ним у квітах лисичка йшла, махаючи хвостом.

А за нею бурий друг – ведмідь, грізно тупаючи *лапами* (*відтворення слідів*).

Раптом, почувся дивний звук...та це вовчик голосно співає! (*відтворення звуку*).

Що за галас? Що за збір мешканців лісових?

3. *Гра з міні-басейнами.*

3.1. Гра «Покупай пальчики». Пропоную покупати пальчики обох рук в контейнерах із природнім матеріалом (*квасоля, кукурудза, горох, пшениця, жолуді, орбізи тощо*).

3.2. Гра «Відгадай, чим наповнений басейн». Потім по чергово діти запліщують очі, опускають руки в басейн і відгадують, який природній матеріал там знаходиться.



4. *Гра на шумових інструментах.*

4.1. «Створюємо музику». Пропоную взяти в руку одне порожнє яйце від кіндер-сюрпризу, покласти декілька квасолин і похитати ним.

– А зараз послухайте плески в долоні, запам'ятайте їх і відтворіть такт мелодії хитанням кіндерів.

4.2. «Шумовий оркестр». Для створення власної мелодії потрібно під звуки барабана та інших музичних інструментів відтворити ритмічний малюнок.

– Вам сподобався такий концерт?

– Під звуки якого інструменту вам найприємніше було відтворювати запропоновану мелодію?

5. *Гра на музичних інструментах.*



5.1. Гра «Створи мелодію». Дітям пропонується довільно вибрати музичний інструмент та граючись створити власну мелодію.

6. *Прощання.* Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі. Пропоную передати чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний,

то і світ буде приємний. *(діти повторюють)*

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 7

Мета. Познакомити дітей із сенсорними м'ячами та обіграти їх; розвивати образне мислення, уяву, фантазію, творчі здібності; сприяти розвитку творчого мовлення, формувати навички міжособистісної взаємодії між дітьми; забезпечити психологічний комфорт і налаштувати дітей на позитивний настрій; виховувати привітність, доброзичливість.

1. Сенсорна доріжка.

1.1. Гра «Незвичайний місток». Щоб потрапити в казкову кімнату, діти мають перейти через незвичайний місточок і правильно назвати геометричні фігури. Якщо дитина правильно називає фігуру, то вона переступає на наступне відділення доріжки, а ні, то стоїть на місці, поки не скаже правильну відповідь.



2. Гра із зоряним світлом ліхтариків.

2.1. Гра «Зоряна стежинка». Почергово включаю світлові стимулятори і пропоную дітям помилуватися стежинкою зоряного неба.

- Уявіть собі незвичайну фантастичну країну з її казковими героями. Пропоную скласти розповідь про пригоди, які могли трапитися з дітьми, подорожуючи зоряною стежинкою (*діти складають розповіді*).

3. Знайомство із сенсорними м'ячами.

3.1. Гра «Незвичайні м'ячі». На нашій стежині ми знайшли незвичайні м'ячі. Давайте з ними познайомимось.

- Якої вони форми, кольору?

- Що з ними можна робити? (*котити, гойдати, скакати...*)

3.2. Діти довільно граються сенсорними м'ячами.

А можна лягти, обхватити його руками, ногами і відпочити, а я вас легенько погойдаю (*почергово гойдаю дітей*).



4. *В гості до пісочної Феї.*

4.1. Гра «Морозець-морозець». Дітям пропонується побути в ролі Морозця, який ранками малює чарівні візерунки. Малюю дітям віконечка, а кожна дитина зображує сніжинки, чарівні кульки, сніговички тощо, а потім створюємо ланцюжок новорічних прикрас.

5. *Підводне царство.*

5.1. Гра «Веселі рибки». Пропоную дітям поспостерігати за рухами рибок, зміною кольору води.



Ці

різнокольорові рибки дружньо плавають в морському царстві.

5.2. Уявіть собі, що ви різнокольорові рибки, які дружньо плавають в воді.

Рибки пливуть (*повільні рухи руками*)

Вітаються одна з одним (*почергово плещуть один з одним в долоні*)

Розмовляють (*плямкають мовчки губами*)

Водорості збирають (*схиляються то в одну, то другу сторону*)



Рибки плещуться у водичці (*крутяться на місці*)

Рибки засинають (*присідають, заплющеними очима повільно махають руками*).

Рибки просипаються, піднімаються над водою, вдихають повітря.

Наші груди наповнилися радістю, добротою, щастям і ми даруємо його небу, землі і всім людям.

Ось і закінчилась наша подорож в казкову країну. Наші серця наповнились радістю, щирістю, добром і ми подаруємо його сонцю, небу і всім людям.

6. Прощання.

Якщо кожний буде чемний,

то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 8

Мета. Розвивати зорове, тактильне, просторове сприйняття та кольоросприйняття, дрібну моторику, рівновагу, вольові зусилля; активізувати мовленнєву діяльність; сприяти розвитку образного мислення, уяви, фантазії, творчих здібностей дітей. Створювати дружню доброзичливу атмосферу взаємодопомоги вміння діяти в колективі. Сьогодні нас привітно зустрічає наш кольоровий басейн.

1. Сухий басейн.

1.1. Гра «Покупаємо руки». Пропоную купувати праву-ліву руки, шукаємо кульки різного кольору, але заборонено брати правою рукою кульку одного кольору, а лівою іншу. Піднімаємо їх вгору і по сигналу «крап» опускаємо кульки в басейн. (*повт. 3-4р*).

1.2. Гра «Лелеки-раки». Ходьба по периметру басейна, високо піднімаючи ноги «лелеки», тягнемо ніжки по дну басейна «раки». Слід старатися зберігати рівновагу без опори на руки.

1.3. Гра «Велосипед». Пропоную дітям навчитись їздити на чарівному велосипеді. Діти сідають в басейн спиною до бортика, кладуть прямі руки в сторони на бортик, ноги разом витягнуті вперед. Виконувати рухи ногами, як на велосипеді, намагаючись розігнати як можна більше кульок в сторони.

2. Сухий душ.

2.1. Гра «Весела карусель». Діти вибирають стрічки одного кольору і закручуються ними створюють веселу карусель.

2.2. Гра «Котик та мишки». Вибирається одна дитина «кіт», а інші «мишки». Мишки мають тікати від кота через шовкові стрічки. Кого котик зловить, той і стає на його місце (повт 3-4р).



2.3. Гра «Машина часу». Дітям пропонується скласти машину часу. Для цього кожна дитина повинна взяти кольорову стрічку і знайти таку ж саму або її відтінки. Коли дитина знаходить 2-3 кольори, стрічка перекручується і відкривається капсула часу, яка відправляє дітей в пісочне царство.

3. В гості до пісочної Феї.

3.1. Гра «Казковий ліс». Фея пропонує погратися з піском і побудувати ландшафт казкового лісу (*дерева, звірі, птахи, галявина, дороги, річка, озеро тощо*). Для цього можна використати героїв від кіндер-сюрпризу.

3.2. Розігруємо уявний сюжет та розповідаємо про пригоди, які можуть трапитися з нашими героями.

4. *Прощання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

- Якщо кожний буде чемний,
то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 9

Мета. Забезпечити дітям психологічне розвантаження, покращити емоційний настрій; розвивати тактильну чутливість, рівновагу; підвищувати психічну активність за рахунок позитивних емоційних реакцій; сприяти розвитку образного мислення, уяви, фантазії.

1. Сенсорна доріжка.

1.1. Гра «Кольорова доріжка». Дітям пропонується пройти до нашого басейну через кольорову доріжку з різними природніми наповнювачами. Потрібно пройти по ній, назвати форму та колір, покачатися з носка на п'ятки. Правильна відповідь дозволяє пройти далі.

1.2. Гра «Кольорові острівці». А зараз ми будемо стрибати з острівця на острівець, не замочивши ніг. Вони різні за формою, кольором, наповненням, але всі приємні на дотик. Це можна відчути, коли стати на них ніжками.



- Що відчували ваші ніжки?
- Який острівець був самим приємним?
- Які почуття ви переживали в цей час?

2. *Сухий басейн*. В нашому кольоровому басейні ми покатаємося на чарівному велосипеді.

2.1. Гра «Велосипед». Діти сідають в басейн спиною до бортика, кладуть прямі руки в сторони на бортик, ноги разом витягнуті вперед. Виконувати рухи ногами, як на велосипеді, намагаючись розігнати, як можна більше кульок в сторони.

2.2. Гра «Перекати». Дитина лежить в басейні на спині при цьому руки підняті вгору. Потрібно перекотитися з животика на спинку і дістатися до іншого боку басейну, потім перекотитися з спинки на животик.

3. *В гості до пісочної Феї*.

3.1. Гра «Крокозябла». Діти називають екзотичних тварин і птахів, малюють їх, а потім різними способами відтворюють їхні сліди.

3.2. Гра «Зоопарк». Пісочна Фея пропонує створити зоопарк. Для цього можна використати маленькі фігурки тварин (*колективна робота*).

4. *Сухий душ*.

4.1. Гра «Кольоровий дощ». Подивіться, будь-ласка, на наш незвичайний водоспад. Це безліч шовкових стрічок, які спускаються вниз, немов струмені води. Виберіть свої улюблені кольори і пограйтеся струменями незвичайного водоспаду.



- А зараз ці струмені води цілим потоком потрапляють кожному з вас на плечі, шию, голівку та обличчя (*збираю всі стрічки і опускаю на відповідні частини тіла*).

4.2. Гра «Водоспад». Дітям пропонується під музику закрити очі, 2-3 рази глибоко вдихнути і видихнути, уявити, що вони стоять біля водоспаду. Але це не зовсім звичайний водоспад. Замість води в ньому падають вниз ніжні шовкові стрічки. Тепер уявіть себе під цим водоспадом і відчуйте, як це прекрасні стрічки стікають по вашій голові... Ви відчуваєте, як розслабляється ваше чоло, потім рот, як розслаблюються м'язи шиї... Кольорові стрічки течуть по ваших плечах, потилиці і допомагають їм стати м'якими і розслабленими.

Водичка стікає з вашої спини, і ви відчуваєте, як і в спині зникає напруга, і вона теж стає м'якою і розслабленою. Без усякого зусилля починаєте глибше вдихати і видихати. Це дозволяє вам відчувати себе



дуже розслаблено і приємно. Нехай водичка тече також по ваших руках, по долонях, по пальцях. Ви відчуваєте, як руки і долоні стають м'якішими. Вода тече і по ногах, спускається донизу. Ви відчуваєте, що ступні розслаблюються і стають м'якими. Цей дивний водоспад із шовкових стрічок обтікає все ваше тіло. Ви відчуваєте себе зовсім спокійно і безтурботно, і з кожним вдихом і видихом все глибше розслаблюєтеся і наповнюєтеся свіжими силами... А зараз відкрийте очі, трохи потягніться, випряміться... Тепер подякуйте чарівному водоспадові за те, що він вас так чудово розслабив. Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті. «До побачення!»

Заняття 10

Мета. Сприяти вербалізації власних відчуттів та переживань, вчити релаксувати в процесі подання образів; стимулювати сенсорну чутливість та рухову активність, розвивати увагу, пам'ять, логічне мислення, уяву, фантазію; формувати позитивне ставлення дітей один до одного, до самих себе, забезпечити емоційний комфорт.

1. *Сухий басейн.* Нас запрошують до себе кольорові краплинки басейну. 1.1. Гра «Краплинка». Спочатку сполоснемо ручки (*колові рухи руками в кульках*);

Намочимо ніжки (*залазять в басейн*);

Потанцюємо гопачок (*ходять по кульках*);

А тепер лягаємо на спинку, бовтаємо водичку;

Пірнаємо в басейн і шукаємо краплинки чарівної води (*вибираємо кульки улюбленого кольору*).

– Чому вибрали цей колір?

– Що він вам нагадує, які спогади виникають у вас?

1.2. Гра «Рибка». Дитина лежить в басейні, заплющує очі, уявляє себе рибкою;

спочатку махають плавники (*кругові рухи руками в кульках*);

лягає на спину і махає хвостом (*теліпати ніжками*); в

цілому качати тіло по кульках. Це все повторити, тільки лежачи на животі.



2. *Сухий душ.* Щоб перейти в наше пісочне царство треба відкрити капсулу часу, для цього пропоную скласти машину часу.

2.1. Гра «Машина часу». Кожна дитина бере кольорову стрічку і шукає таку ж само або її відтінки. Знайшовши 2-3 кольори, стрічки перекручується і відкривається капсула часу, яка відправляє дітей в пісочне царство.

3. В гості до пісочної Феї.

3.1. Гра «Подорож в геометричну країну». Кожній дитині малюю віконечко, а потім пропоную намалювати в ньому різні геометричні фігури: круг, овал, квадрат, прямокутник, ромб. Діти за своїм бажанням створюють ланцюжок із геометричних фігур (*колективна робота*).

4. Гра з міні-басейнами. Пропоную покупати пальчики обох рук в контейнерах із природнім матеріалом (*квасоля, кукурудза, горох, пшениця, жолуді, орбізи тощо*). Потім по чергово діти заплющують очі, опускають руки в міні-басейн і називають, чим він наповнений. Там вони знаходять сюрприз-іграшку і коротко складають її опис.



5. Гра на шумових інструментах.

5.1. Гра «Відтвори мелодію». Діти беруть в руку одне порожнє яйце від кіндер-сюрпризу, вибирають за бажанням матеріал з міні-басейнів і наповнюють його. Пропоную спочатку послухати і запам'ятати певний ритм мелодії, а потім самостійно відтворити її своїми незвичайними інструментами (*вибиваю на барабані ритмічний малюнок мелодії, а діти відтворюють його*).

5.2. Гра «Наш оркестр». За своїм бажанням діти вибирають музичні інструменти та створюють довільну музику.

– Вам сподобався такий концерт? Як ви відчуваєте себе? Який ваш настрій?

6. *Прощання*. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі. Пропоную передати чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний, то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!»

Заняття 11

Мета. Розвивати вміння висловлювати свої почуття та переживання, продовжувати вчитися релаксувати через певні образи; тренувати довільну увагу, пам'ять, спостережливість, витримку; забезпечити отримання позитивних емоцій, відчуття комфорту і безпеки.

1. *Сенсорна доріжка*.

1.1. Гра «З купинки на купинку». Дітям пропонується відвідати чарівну країну, але щоб потрапити до неї потрібно пройти через болото, не замочивши ніг. Допоможуть нам кольорові купинки-острівці. Вони різні, але приємні на дотик. Це можна відчутти, коли стати на них ніжками.

– Що ти відчуваєш?

– Яка купинка була для тебе самою приємною?

2. Сухий басейн.

2.1. Гра «Лелеки та раки». Ходьба по периметру басейна, високо піднімаючи ноги «лелеки», тягнемо ніжки по дну басейна «раки». Пропоную пройти по периметру басейна без опори руками, при цьому зберігаючи рівновагу.

2.2. Гра «Дельфіни». Дитина лежить в басейні, заплющує очі, уявляє себе дельфіном; спочатку махають плавники (*кругові рухи руками в кульках*); лягає на спину і махає хвостом (*теліпати ніжками*); в цілому качати тіло по кульках. Це все ж повторити, тільки на животі.



2.3. Вправа – релаксація «Хмарка». Пропоную дітям лягти на спину і уявити, що вони хмаринки. Хмаринка пливе по небу в світлий, теплий сонячний день. Віє свіжий прохолодний вітерець. Хмаринка рухається то в одну, то в іншу сторону, зустрічає інших хмаринок, весело вітається з ними. Хмаринкам приємно перебувати в дружньому колі своїх друзів. (*діти відтворюють відповідні рухи*)

3. Сухий душ.

3.1. Гра «Машина часу». Дітям пропонується скласти машину часу. Кожна дитина бере кольорову стрічку і шукає таку ж само або її відтінки. Коли дитина знаходить два, три кольори, стрічка перекручується і відкривається капсула часу, яка відправляє дітей в пісочне царство.

4. В гості до пісочної Феї.

4.1. Гра «Подорож в школу». В пісочному царстві нас чекає школа, ви скоро станете школярами.

- Які шкільні приладдя потрібні для навчання в школі?

Кожній дитині малюю віконечко і пропоную намалювати в ньому предмети, які потрібні для навчання, а я відгадую назву шкільного приладдя.

5. Сенсорні м'ячі.

5.1. Наш урок закінчився, а на перерві нас чекають розваги з незвичайними сенсорними м'ячами. Пропоную дітям погратися ними а потім під звуки маракасів запам'ятати та відтворити ритмічний малюнок ударами кулачків по великому м'ячу.

5.2. Вправа-релаксація. Пропоную дітям почергово лягти спинкою на м'яч, розслабитися та відпочити, а я вас легенько погойдаю.

– Що ви при цьому собі уявляли?

– Які у вас виникли відчуття?

– Як ви себе почуваете?

6. *Процання.* Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі.

Пропоную передати чудовий настрій, веселу посмішку одне одному.

– Якщо кожний буде чемний,

то і світ буде приємний. (*діти повторюють*)

Плескаємо в долоньки нашій чарівній кімнаті.

«До побачення!».

Заняття 12

Мета. Розвивати тактильну та кінестетичну чутливість, виразну моторику, кольоросприйняття; сприяти розвитку образного мислення, творчої уяви; викликати позитивні емоції, веселий настрій; зняти психічну напругу та забезпечити емоційний комфорт.

1. Сухий душ.

1.1. «Казкова хатинка». Сьогодні вас запрошує в казкову країну незвичайна хатинка з кольоровими шовковими стінами. Виберіть свій улюблений колір і заховайтеся в ній. В цій хатинці можна бігати навіть крізь стіни



1.2. Гра «Котик та мишки». Вибирається одна дитина «кіт», а інші «мишки». Мишки мають тікати від кота через шовкові стрічки. Кого котик зловить, той і стає на його місце (*повт.3-4р*).

2. Гра із зоряним світлом. Звертаю увагу дітей на «зоряне небо». Потім пропоную взяти кишенькові ліхтарики і погратися із зоряним світлом.

– Що ви відчули, граючись ліхтариками?

2.1. Гра «Сонячні зайчики». Пропоную взяти дзеркальця і погратися ними. «Зайчики» доганяють одне одного, кружляють тощо...

– У вас піднявся настрій?

3. Чарівні інструменти.

3.1. Гра «Відтвори ритм музики». Пропоную дітям взяти бубни і відтворити ритм, намальований на картці смужками (довгі - повільні удари, короткі - швидкі). Потім діти відтворюють гучність: діти ударяють то тихо, то голосно, згідно картки зі смужками.

3.2. «Чарівний оркестр». Дітям пропоную разом пограти на різних інструментах. Згідно запропонованим смужкам, діти створюють різні ритмічні малюнки.

4. *В гості до пісочної Феї.*

4.1. Гра «Пригоди під дощем». Діти слухають і відтворюють сюжет.

- В царстві пісочної Феї почав накрапати дощ;
- А за ним і ще сильніший, раптом затих;
- Швидко зашелестіло листя на деревах;
- Зашуміли хвилі в річці;
- Заспівали весело жабки і в озеро стрибнули залюбки;
- Запищали мишенята і в нірку заховались до наступної грози.

4.2. Гра «Морське дно». Пропонується побудувати з піску ландшафт морського дна. Потім заселяємо його жителями: медузи, рибки, раки, краби, мушлі... Тоді розігруємо уявний сюжет.

5. Релакс «На морі».

Уявіть собі що ви знаходитесь на березі моря. Ви лежите на пісочку. Теплий вітерець обдуває ваше тіло. Вам тепло і приємно. Вітерець ніжно гладить вас по обличчю, шиї, рукам, ногам – по всьому тілу. Дихаємо легко, рівно і глибоко.

Ви спокійно відпочиваєте, слухаєте шум моря і спостерігаєте за рухом хвиль. Вам легко і добре. Ви відпочиваєте. Відпочили, але пора в дорогу. Усі потягнулися, посміхнулися, і попрощалися з морем. *(Звучить тиха спокійна музика).*

6. Прощання. Діти стають в коло, кладуть руки один одному на плечі. Пропоную передати чудовий настрій, веселу посмішку одне одному, і поплескати в долоньки нашій чарівній кімнаті.

ВИСНОВКИ

Використання різноманітних, ефективних, психологічно доцільних методів і дидактичних засобів проведеної корекційно-розвивальної роботи з дітьми логопедичної групи та відповідної роботи з вихователями та батьками дали свої позитивні наслідки у напрямі сенсорного розвитку та стабілізації емоційного стану дітей.

Підвищення психічної активності за рахунок поетапного включення різноманітних стимулів сенсорної кімнати позитивно впливає на розвиток сенсорики, що є основою для вдосконалення практичної діяльності дітей. Розвивальна програма спрямована на розвиток тактильних і кінестетичних відчуттів, зорового та слухового сприйняття, кольоросприйняття, загальної і дрібної моторики, підвищення рухової активності позитивно вплинули на розвиток мовлення дітей логопедичної групи. Про це свідчать спостереження за діяльністю дітей під час занять і в повсякденному житті та бесіди з вихователями, логопедом і батьками.

Діти в значній мірі подолали труднощі із стійкістю і концентрацією уваги, запам'ятовування, підвищився інтерес до навчальної, ігрової діяльності, стали спокійніше переключатися з одного виду діяльності на інший. В дітей підвищився рівень довільності пізнавальних психічних процесів: уяви, пам'яті, мислення, уваги.

Створення збагаченого мультисенсорного середовища допомагає подолати порушення в емоційно-вольовій сфері. Практика показала, що навіть в ході проведення занять в дітей знижувалась кількість імпульсивних, тривожних і агресивних реакцій в поведінці. Зниження психоемоційної напруги нормалізували поведінку і спілкування дітей та забезпечували психологічний комфорт на досить тривалий час.

Список використаної літератури

1. Ашикова С. Спільна з дітьми творча діяльність /С.Ашикова // Дитина в дитячому садку. – 2001 - № 3 – 35 с.
2. Башаєва, Т.В. Розвиток сприйняття у дітей: посібник / Т.В Башаєва.- М.: Просвіта, 2005. - С. 80 - 86.
3. Венгер Л.А. Дидактичні ігри і вправи по сенсорному вихованню дошкільників: кн. для вихователів дитячого садка / Л.О. Венгер. – М., 2004. - С. 109-111.
4. Власенко Л.В. Світ із пісковою Феєю / Л.В. Власенко // Психолог дошкілля. 2013. – №4. – 28 с.
5. Гурковська Т. Про виклики та вимоги / Гурковська Т // Практичний психолог. 2017. – №11. – 1с.
6. Кириченко Ю.А. Корекція ігрової діяльності в сенсорній кімнаті / В зб.Сенсорні кімнати «Снузлін». – М.:ТОВ Фірма «Варіант». 2011. – С.58-64
7. Кляпець О. Дошкільник, девайс і психологічний розвиток / Кляпець О // Практичний психолог. 2017. – №11. – 28с.
8. Костюк М. Гармонійна атмосфера / М.Костюк // Дошкільне виховання. – 2008. – № 11. – 47 с.
9. Кіпрічнікова Н.А. Розвивають сенсорику й дрібну моторику / М.О. Кипричнікова // Дошкільне виховання. 2005. – № 2. 36 с.
10. Михайленко М. О. Полісенсорний розвиток дітей дошкільного віку / М. О. Михайленко // Психолог дошкілля. 2013. – №5. – 9 с.
11. Урунтаєва, Р., Тихєєва, О.І. Вихователь повинен не лише любити дітей, але і знати їх вікові особливості / Е.И.Тихєєва // Дошкільне виховання. - 2007. - № 10. - 90 с.

Словник

Емоційний стан – це узагальнене поняття, що об'єднує емоції, емоційні переживання внаслідок реагування особистості на зовнішні та внутрішні подразники.

Емоційна напруга – емоційно забарвлене вольове зусилля, спрямоване на рішення якої-небудь розумової або рухової задачі.

Емоційне благополуччя – це базове почуття емоційного комфорту, що забезпечує довіру й активне ставлення до світу, або важлива умова збереження фізичного та психічного здоров'я дитини.

Емпатія – це почуття внутрішнього співпереживання іншій людині, яка в даний момент часу потребує розради.

Кінестетичні чутливість – це сукупність сенсорної інформації, що надходить із м'язів, сухожиль і зв'язок.

Кольоросприймання – це можливість сприймати все різноманіття кольорів природи.

Кольоротерапія – це ефективний метод впливу кольору на наш організм з метою відновлення його нормальної життєдіяльності.

Психічний розвиток – це індивідуальна історія розвитку пізнавальної, емоційної, вольової сфери, становлення суб'єктивного світу особистості, її самосвідомості.

Психологічний комфорт – це відчуття задоволення, прийняття оточення, відповідності стану індивіда до навколишніх умов існування.

Ритмічний малюнок – певний порядок групування долей такту або самих тактів, послідовність тривалостей звуків, відокремлена від їх висоти (на відмінну від мелодичного рисунку).

Сенсорний розвиток – сенсорний (лат. *sensohum* – орган чуттів) розвиток дитини – розвиток її відчуттів і сприймання, формування

уявлень про властивості предметів (форму, колір, розмір, положення у просторі тощо).

Сенсорна доріжка – це різнокольорові квадрати, на яких розташовані геометричні фігури різного кольору, наповнені природним матеріалом (квасоля, горох, кукурудза, крупа тощо).

Сенсорна кімната – це потужний інструмент для розширення і розвитку світогляду, сенсорного та пізнавального розвитку, який не тільки впливає на психічний і емоційний стан дитини, а і надає як заспокійливу так і тонізуючу, відновлювальну дію.

Сенсорна чутливість – придбання умінь робити більш тонкі і більш корисні розрізнення відносно сенсорної інформації, яку ми одержуємо з навколишнього світу.

Сенсорне перевантаження – стан, що виникає, внаслідок перевантаженості мозку та нервової системи надзвичайно великою кількістю сенсорних впливів.

Сухий душ – це безліч шовкових стрічок, які спускаються вниз, немов струмені води.

Digital- залежними (digital – від англ. цифровий) – це залежність від сучасних цифрових технологій (комп'ютер, телефон, планшет тощо).

Сенсорний розвиток дітей раннього віку

(консультація для педагогів)

Що менша дитина, то більше значення в її житті має чуттєвий досвід. На другому-третьому році життя, дитина вже готова засвоювати сенсорні еталони, тобто вчитися правильно розрізняти й називати властивості предметів. Вона починає накопичувати уявлення про величину, форму, колір та інші властивості предметів. Це відбувається під час ігрових вправ та ситуацій, які створює дорослий зі спеціальною розвивальною метою. Під час гри дитина мимовільно освоює прийоми групування і класифікації, поняття відношення і залежностей між предметами за величиною, формою, кольором, розташуванням у просторі. Отже, сенсорний розвиток нерозривно пов'язаний із різними видами діяльності.

Упродовж дошкільного дитинства характер сенсорного пізнання змінюється. Дитина поступово переходить від маніпуляції предметами до ознайомлення з ними на основі зорового, тактильного та слухового сприймання, а також їх поєднання. Аби сформувати у дитини правильні уявлення про зовнішні ознаки предметів та їх співвідношення, слід забезпечити можливість безпосередньо сприймати ці предмети через зір, слух, дотик, різні дії з ними.

Уміння сприймати, обстежувати предмети не з'являються в дитини самі собою. Допомогти сформувати їх має педагог, який створює систему розвитку чуттєвого досвіду кожного малюка.

Під час спеціальних занять педагог зосереджується на сенсорному вихованні дітей. Закріпити уявлення, які діти отримали на занятті, дають змогу ігри, щоденні дії із предметами, іграшками, посібниками. Такі дії нетривалі, оскільки увага дітей доволі швидко

переключається з предмета на предмет. Утім малюк знову і знову повертається до знайомих предметів, повторюючи засвоєні й освоюючи нові дії. Так виникає розвивальний ефект.

Робота з сенсорного виховання та розвитку сенсорних процесів з дітьми другого-третього року життя стає ефективною, якщо педагог дотримується правил.

— *Ігри й заняття слід спрямовувати на розв'язання розвивальних завдань.* На другому-третьому році життя у дитини формується вміння стежити за діями дорослого. Вона починає розуміти коментуюче мовлення дорослого. Тому в неї слід стимулювати природне прагнення наслідувати дорослого, а також сприймати і виділяти властивості предметів, визначати їх призначення, оволодівати способами дій, які демонструє дорослий, досягати необхідного результату, бачити як окремі, так і взаємопов'язані дії з предметами, розвивати вміння підпорядковувати свої дії інструкції. Для дитини раннього віку слово стає регулятором її дій. Тому дорослий має обов'язково супроводжувати показ детальним поясненням.

— *Педагог має сприяти розвитку* уміння орієнтуватися в навколишньому середовищі, мовленню та моторики, ускладненню різних видів діяльності. У ранньому віці виховні завдання тісно пов'язані між собою. Зокрема, встановлено зв'язок між розвитком мовлення, рухом, сприйманням, накопиченням вражень, розвитком дрібної моторики. Велике значення для розвитку мовлення має розвиток дрібної моторики.

— *Заняття та ігри слід проводити за планом відповідно до мети.* Педагог поступово ускладнює завдання та щодня повторює з дітьми вивчений матеріал. Важливо забезпечити дітям можливість активно діяти з матеріалом, для закріплення набутих умінь

повторювати дії з подібними матеріалами, аби надалі використовувати їх у самостійних іграх.

— ***Діяльність дітей раннього віку ліпше організовувати в індивідуальній формі.*** Утім можлива і групова чи підгрупова форми роботи. Кількість дітей на заняттях із сенсорного розвитку залежить від мети заняття, специфіки дидактичного матеріалу, особливостей розвитку дітей групи чи підгрупи та конкретної дитини.

— ***Спостереження за навколишнім середовищем, екскурсії,*** під час яких провідна роль належить зоровому і слуховому сприйманню, можна проводити з усією віковою групою. Заняття, на яких педагог організує предметну діяльність, ефективні з невеликою кількістю учасників — четверо-шестеро дітей. Рівень розвитку дітей в одній підгрупі має бути приблизно однаковим. Дітей з уповільненим темпом розвитку доцільно залучати до занять у парах. Партнером для таких дітей слід обирати того, в кого вищий рівень розвитку та спокійна вдача.

— ***Під час ознайомлення дітей із поняттями кольору, форми, величини важливо поступово ускладнювати завдання.*** Тобто слід переходити від елементарних завдань на групування однорідних предметів до врахування різних сенсорних властивостей під час групування. Педагог спочатку пропонує дітям ознайомитися з предметами, які можна обстежити через обмацування, погладжування. Пізніше діти пізнають такі сенсорні властивості, розпізнати які можна через зорове сприймання, приміром колір.

— ***Дітей слід ознайомлювати спочатку з контрастними властивостями предметів*** — круглої та квадратної форми, червоного й синього кольору, великими й малими за розміром. Відтак ознайомлювати з предметами, ближчими за властивостями.

— *Педагог спочатку розвиває дії з предметами, які складаються із двох деталей*, — мотрійками, втулками, пірамідками. Він має продемонструвати необхідні дії та детально пояснити їх. Приміром, діти охоче розкладають і збирають кубики, пірамідки, нанизують кільця, відкривають і закривають кришки.

— *Завдання моторного характеру педагог поступово доповнює завданнями сенсорного (знайти такий самий), конструктивного характеру*. Їх поступово ускладнює. Приміром, педагог пропонує дітям пограти з кільцями двох контрастних розмірів. Вони вибирають спочатку всі великі, а потім усі маленькі кільця.

— *Варто пропонувати дітям ігри з будівельними матеріалами*. Вони збагачують сенсорний досвід, дають змогу сформуванню в дітей елементарні уявлення про форму, величину предметів та орієнтування у просторі.

Завдання педагога — створити умови для формування зорового, слухового, тактильного сприймання дітьми предметів, аби розпочати пізнання навколишнього середовища. Педагог формує елементарні уявлення про основні властивості кольору, форми, величини, простору, сили звуку на основі практичних дій з предметами. Цих дій необхідно спеціально навчати дитину, спонукати її до активності.

У дошкільному віці пізнання навколишньої дійсності і сенсорний розвиток дитини припиняються, хіба що коли вона спить. Під час гри, прогулянки на природі, занять, допомоги батькам тощо дитина сприймає різні предмети, діє з ними. У такий спосіб постійно збагачує свій чуттєвий та практичний досвід, який необхідний їй для повноцінного розвитку.

*Психогімнастика - та її місце в
режимі дня закладу дошкільної освіти*

Завдання «психогімнастики» є збереження психічного здоров'я дітей, запобігання емоційним розладам через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості. Психогімнастичні ігри проводяться з метою розвитку у дошкільників рухової саморегуляції, як основи регулювання поведінки, а також навчання довільно приймати й утримувати вираз уваги, зосередження, терпіння, що допомагає оволодінню цими психічними станами.

Більшість психогімнастичних завдань побудована на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Решта передбачає відтворення дітьми дій та вчинків уявних героїв. Оволодіння виразними рухами, що закріпилися в процесі еволюції за будь-якими відчуттями і станами людини, дає змогу малюкам не тільки більш адекватно спілкуватися, тонше розуміти почуття інших, а й створює умови для формування їхньої власної емоційної сфери: виховання емоцій та вищих почуттів.

Уже в чотирирічних дітей моторика обличчя досить розвинена. Навіть трирічні малюки розуміють значення жестів і вміють жестикулювати. Більшість трирічних дошкільнят легко імітують голос злого вовка або зайчика-боягузика. П'ятирічні діти можуть набрати умовні пози, коли їх просять зобразити, ніби їм холодно або у них болить живіт.

Відставання розвитку виразної моторики нерідко зустрічається у психологічно неблагополучних дітей. Малюки з бідною експресією не повністю розуміють значення слів, звернених до них, невірно оцінюють ставлення людей до себе, що в свою чергу може спричинити розвиток в них астенічних рис характеру.

Психологічні вправи корисні не тільки емоційно загальмованим дошкільнятам, а й малюкам з добре розвиненою експресією, а також надто чутливим та реактивним. Це зумовлено тим, що вплив психогімнастики на емоційно особистісну сферу дитини забезпечується цілим рядом як формуючих, так і корекційних механізмів.

Розглянемо деякі з провідних механізмів впливу психогімнастики на психіку дитини.

1. У процесі оволодіння технікою виразних рухів людина вчиться розпізнавати відповідні почуття і емоційні стани оточуючих, називати їх словами і адекватно реагувати на них. Розвиток емоційного словника, вміння усвідомити і висловити свої переживання запобігає виникненню у малюка емоційних проблем, нервового напруження.

2. У спеціальних іграх та етюдах діти тренують свою увагу, пам'ять, спостережливість, витримку, а також оволодівають моторним компонентом відповідних психічних станів (увага, зосередженість, розслабленість, гнів, страх). Можливість, граючи, уявно пережити зосередженість або страх робить ці стани більш контрольованими, більш залежними від волі дитини.

3. Одним з провідних механізмів впливу психогімнастики на розвиток особистісно-емоційної сфери дошкільників ґрунтується на психотерапевтичній ролі гри та мистецтва. Дітей спонукають до відображення своїх емоційних переживань у розповідях, малюнках, інсценівках. Зображуючи уявні небезпечності і переживаючи перебільшені страхи, малюки немов би знецінюють реальні шляхи, через пересичення звільняються від психотравмуючої дії емоційних переживань. Цей механізм психокорекції поширюється не тільки на страхи, а і на гнів, агресивність, гидливість, ревності та ін.

4. У вихованні вищих моральних почуттів велике значення має

механізм «вживання в образ». Це, з одного боку можливість побути у ролі тих істот, що лякають малюка, а також тих людей, з якими він спілкується. Таким чином дитина відходить від егоцентричної позиції у сприйманні ситуації. З іншого боку, виконуючи роль, який не з'являвся, виявив турботу, надав допомогу іншим, малюк одержує позитивний зворотній зв'язок: йому дякують його хвалять, ним пишаються. Переживання радості з приводу того «який я хороший», «як я добре вчинив» змінює самооцінку малюка і значно краще впливає на його поведінку, ніж докори і повчання.

В психогімнастиці також надається великою значення спілкуванню дітей з однолітками, що дуже важливо для нормального розвитку і психічного здоров'я дітей. Існує десятки причин, які викликають порушення у спілкуванні. Порушення взаємовідносин може бути результатом рухової розторможеності, є також невмінням словесно спілкуватися.

Проводити психогімнастику можна в будь-який час протягом дня, як з усіма дітьми, так і краще з невеликою групою (5-8 чол.). Окремі вправи можна пропонувати як ілюстрації до щойно прочитаних казок, як додаток до бесід про ті чи інші риси характеру, як рухливі ігри на прогулянках, фізкультурі, музичних заняттях. Широкий простір примінення психогімнастики в II половину дня. Психогімнастичні ігри варто проводити під музичний супровід. Музика допомагає дітям увійти в певний образ, емоційний стан, посилює вияв емоцій, почуттів та переживань.

Якщо вихователь спеціально виділяє час на проведення психогімнастики з певною групою вихованців, то заняття доцільно побудувати з трьох етапів.

1. Психомоторна розминка. На цьому етапі найдоречнішим є групові

завдання, які допоможуть зняти скутість або надмірне збудження, настроїти дітей на заняття. Малюки ознайомлюються з елементами виразних рухів, міміки тощо, зображують їх у динаміці («Зарядка для обличчя», «Зоопарк на прогулянці», «Загадкові голоси» і т.п.). Для зниження нервово-психічного напруження корисно чергувати відтворення емоційних станів, пов'язаних з переживаннями задоволення (тілесного і психічного) і незадоволення: «Мандрівники», «Добра чарівниця», «Квіти та садівник», «Хмаринка і сонечко» та ін. На цьому етапі доцільно пропонувати ігри вправи на розвиток довільної уваги, пам'яті, спостережливості, витримки («Знайди та помовч», «Розвідник та загін», «Індійці», «Слухаєм тишу»).

II. Психогімнастичні завдання. На цьому етапі переважають ігри та етюди, в яких відтворюються окремі риси характеру та соціально забарвлені почуття (доброта, чесність, скупість), дається моральна оцінка поведінки персонажів. Мета цього етапу - корекція настрою та поведінки дітей, тренінг змодельованих стандартних ситуацій. Форми вправ на цьому етапі різноманітні: інсценування оповідань, змагання «акторів та телепатів», творчі завдання психотерапевтичної спрямованості, спогади про почуття, які переживали та ін.

III. Психопрофілактичні вправи. Мета - створити в дитини відчуття, що її приймають група, вихователь, навіяти бажаний настрій, поведінку, риси характеру. На цьому етапі закріплюється позитивне ставлення учасників до дітей, до самих себе та до занять психогімнастики, формується здатність до психом'язового розслаблення. Більшість ігор заключного етапу побудована на тому, що учасники виявляють один одному свою прихильність, симпатію, любов (пропонують товаришувати, миритися, жаліють, хвалять, опікуються: «День народження», «Друзі зустрілися», «Теремок»); захищають або

зігрівають один одного («Ведмежата», «Зачарована каблучка»); або всі разом виконують спільне завдання («Мальовничий килим», «Складіть малюнок», «Веретено», «Живі картинки»). Прийоми психом'язового розслаблення пропонують дітям в ігровій формі через уявлення певних знайомих дитині ситуацій. Ігри можуть бути, як спокійними (усунення психоемоційного напруження), так і веселими (створення бадьорого, піднесеного настрою) залежно від завдань заняття. Завершальним елементом заняття може бути такий діалог.

Ведучий (захоплено й упевнено): Ну що, діти, сподобалося вам наше заняття? Тоді поаплодуємо собі як артистам. А тепер привітаємо один одного з успіхом, як поздоровляють себе з перемогою хокеїсти чи футболісти. (Обіймає кілька дітей і просить їх приєднатися до гурту). Тактильне єднання групи, спільне переживання радості виступає сильнодіючим фактором, що знімає психологічне напруження дітей в групі, нормалізує їхню поведінку і спілкування, забезпечує емоційний комфорт на досить тривалий час.

Гра в корекційній роботі з «проблемними» дітьми

Консультація для вихователів.

У роботі з дошкільниками, які своєю поведінкою помітно виділяються серед ровесників, особливо значущою є гра. Як лакмусовий папірець, гра виявляє стан дитячої поведінки. У грі можна заохочувати дитину до активності, самостійності, хвалити її за наполегливість, уміння захистити себе, зміцнювати її віру у власні сили. Ігрова ситуація дає змогу дорослому здійснювати виховний вплив на дошкільників, коли ведучий гри може опосередковано впливати на кожну дитину через атмосферу емоційної близькості до групи та підтримки інтересів до інших учасників. У грі дитяча ініціатива стає виразнішою, або ж дитина більше дотримується правил і обмежень, ініційованих дорослим.

У представлених ігрових ситуаціях дошкільники відпрацьовують свої «травмівні проблеми», тобто відбувається емоційне реагування, яке передбачає вільне вираження особистих емоцій і прояви душевної теплоти й уваги з боку ровесників та дорослих. Під час ігрової ситуації використовуються спеціально розроблені методи і прийоми, зміст яких відповідає корекційним завданням. Для учасників сюжетно-рольових та спеціальних ігор-драматизацій застосовуються прийоми десенсибілізації страхів, створюється атмосфера сприяння емоційній децентрації, полегшується ситуація спілкування.

Використовуючи на заняття запропоновані ігри, потрібно пам'ятати, що кожна така гра несе поліфункціональне навантаження.

Це означає, що під час гри можна вирішувати різноманітні завдання, підвищувати самооцінку дітей, зменшувати емоційну напругу і страхи, допомагати налагоджувати партнерські стосунки з дорослими.

В дитячій грі дуже важливо підтримувати й закріплювати спроби учасників змінити свою поведінку, продовжувати розвивати довірливі стосунки між ними, стимулюючи їх до взаємодії між собою, навчаючи цінувати дружню підтримку. Дорослі можуть дозволити дітям виразити свої негативні почуття, але необхідно проаналізувати їх після гри. За такої позиції дорослого дітям легше буде приймати самостійні рішення, вони навчатимуться бути відповідальними за свої учинки.

Для групових занять з дошкільниками, які мають відхилення у поведінці, пропоную набір корекційних ігор, які можна проводити в дитячому садку, на природі, вдома.

Замінялки

Мета гри: зняття емоційної напруги та невпевненості в собі, закріплення позитивних контактів, ідентифікація себе з іншими, розвиток навичок спілкування.

Учасники гри сідають у велике коло. Вихователь просить помінятися місцями тих дітей, які мають спільну ознаку. Наприклад: «Пересядьте всі ті, в кого є сестри», «...кого часто ображають», «...у кого немає друзів», «...хто любить банани», «...хто допомагає бабусі». Діти міняються місцями, а ведучим стає той, хто залишається без місця. Після закінчення гри учасники відзначають, чиї пропозиції були найоригінальнішими, що найбільше сподобалося, чи мали вони якісь труднощі і який настрій у них після гри.

Гра дуже результативна в інформаційному плані, тому рекомендована для адаптації новеньких і допомагає розв'язати конфлікти, що виникають у групі.

Зірочка

Мета гри: зниження негативізму, формування позитивного «Я», зняття емоційної напруги, підвищення самооцінки та розвиток емпатійних почуттів.

1. Діти стають у велике коло, по двоє беруться за руки і повертаються один до одного обличчям. Дивлячись у вічі своєму партнерові, кожен по черзі розповідає, що він любить робити та за що любить себе. Обов'язкова умова гри — промовляти слова: «Я люблю...», у разі ускладнень можна сказати: «Мені подобається робити...», «Я подобаюсь собі, тому що...»;

2. Група дітей сидить півколом перед уявною сценою. Учасники по черзі виходять на сцену, а кожна дитина з групи розповідає, що їй найбільше подобається в ровесникові. Наприклад: «Мені Вітя подобається за те, що він любить собак». Після цього Зірочка обов'язково голосно і весело проголошує: «Я люблю себе за (тому що)...» Всі аплодують. На сцену виходить інша Зірочка.

Після гри дошкільники розповідають про враження, описують свої почуття та називають їх, порівнюють відчуття Зірочки на сцені та глядачів.

Місток з олівців

Мета гри: розвиток тонкої моторики та контролю за своїми діями, встановлення продуктивних комунікацій між дітьми, дітьми та дорослими, згуртування групи.

Діти парами підходять до столу, на якому лежать непідстругані кольорові олівці. Двоє піднімають олівець над столом, кожен притискає тільки один пальчик до кінця «містка», намагаючись, щоб олівець не випав. Після цього завдання ускладнюється: притримуючи перший "місток", пальцями другої руки (так само) беруть інший олівець. Діти можуть рухатися, потім долучається третя, четверта пара і так уся група. Із самого початку всі дії виконуються мовчки.

Після гри діти обговорюють свої почуття, способи взаємодії, як їм хотілося допомогти собі та іншим дітям, що було найважчим.

Найкращі друзі

Мета гри: зняття емоційної напруги, поліпшення взаємовідносин дітей через тілесні контакти, закріплення навичок спілкування та знань про тіло людини.

Пари гравців стають у середину кола та виконують інструкції ведучої і привітайтеся вказівними пальцями (правої, лівої) руки, при цьому по чергово називайте відомі вам привітання («добрий день», «вітаю», «привіт»...); погладьте своїм мізинчиком мізинчик партнера, бажаючи йому щось хороше. Наприклад: «Я бажаю тобі доброго настрою»

Зчепіться середніми пальчиками та намагайтесь перетягнути один одного. Після розчеплення пальців скажіть один одному комплімент. Наприклад: «Яке гарне в тебе платтячко»;

Попрощайтесь з безіменним пальчиком і скажіть один одному комплімент («До побачення, Толю, ти такий добрий», «Прощавай Олю, ти дуже смілива». «Будь здорова, Іринко, ти дуже ввічлива...»).

Після гри діти обговорюють почуття і труднощі, які виникали. Кожна дитина називає емоційні почуття, які вона переживала.

Метелик

Мета гри: розвиток уваги та пам'яті, координація слуху та зорових сигналів, формування в дитини просторових уявлень та довільної діяльності. розвиток функцій програмування та контролю, розвиток демократичного стилю спілкування.

Гра може відбуватися як у дитячій групі, так і в сім'ї. На підлозі малюють сітку з дев'яти квадратів (3x3 кроки). Один з учасників — Метелик стає в квадрат, що в центрі, інший учасник координує та спрямовує рухи Метелика через вербальні інструкції: «Зроби крок праворуч, уперед, ліворуч, назад» тощо. Потім інструкції ускладнюються і стають багатоетапними. Якщо хтось помилиться, учасники міняються ролями. Після засвоєння матеріалу рекомендується продовжити гру на папері:

безпосередньо рухати Метелика по аркушу;

дивлячись на таблицю, подумки переміщувати Метелика, відзначаючи фішкою тільки кінцевий пункт, із заплющеними очима відстежувати рухати Метелика і називати квадрат, в якому він зупинився.

Після гри діти розповідають про свої враження та відчуття.

Казковий камінь

Мета гри: вербалізація прихованої тривоги та страхів, зняття емоційної напруги, виявлення відкритості й довіри у спілкуванні з іншими.

Учасники гри сідають у велике коло. Ведучий тримає великий «Казковий камінь» і каже: «Цей камінь чарівний, а хто його візьме в руки - перетвориться на улюбленого птаха чи звіра, і все відбудуватиметься мов у казці». Камінь передається першому гравцеві, який стає у центр кола і називає тварину чи птаха, якими він хотів би бути, і пояснює чому. Потім показує, як він «розмовляє» та рухається — «входить у роль».

Ведучий та діти ставлять різні запитання головному персонажеві, щоб краще дізнатися про його почуття та бажання.

Ти б хотів бути маленьким чи великим? А чому?

З ким із звірів ти хотів би дружити? Чому?

Якщо великий звір тебе образить, що ти будеш робити?

Що зробити, аби усі звірі (птахи) жили мирно і дружно?

Якщо маленька пташка заб'ється, то як її будуть втішати і хто?

Що приносить тобі радість та задоволення?

Що може стати причиною смутку та розчарування?

Яку свійську тварину ти доглядаєш удома?

Заєць та Мисливець

Мета гри: розвиток вправності та сміливості у невпевнених дітей, планування та передбачення своїх дій, розвиток емпатії, вольова регуляція вчинків, подолання страхів.

По периметру ігрового поля (приблизно 3х6м) стоять гравці (позначаючи поле), щоб Заєць та Мисливець не вийшли за його межі. А Зайця та Мисливця ставлять у протилежних кінцях поля і зав'язують очі. Ведучий оголошує: «Зараз темна ніч, тихо-тихо, ніде не чути жодного звуку. Зайчик хоче перебігти на інший кінець поля, де він буде у безпеці. А Мисливець прислухається до звуків і хоче вполювати його. Зайчик намагається дізнатися, де зараз його ворог, і перебігти у схованку. щоб не зіткнутися з ним». Головні персонажі тихо пересуваються по ігровому полю, прислухаючись до звуків. Дійство закінчується втечею Зайчика або його в полюванні. Нові пари дітей починають гру, перевіряючи себе на вправність і сміливість.

Після гри діти обговорюють свої почуття і труднощі.

Запитання до глядачів, які не змогли поводитися тихо.

Що ти відчував під час гри?

Що тобі хотілося зробити, аби допомогти Зайчикові?

Запитання до основних персонажів:

Що ти відчував, коли був Зайчиком (Мисливцем)?

Що для тебе було важким у грі?

Що нового ти дізнався про себе?

Що тобі принесло радість (незадоволення)?

Що б ти порадив Зайчикові, аби він зміг утекти від Мисливця?

Театр відчуттів

Мета гри: зняття емоційної напруги, створення відчуття спокою і тілесного комфорту, підвищення довіри до ровесників, розвиток емпатії, формування бажання зробити приємне іншому. Дійство супроводжує тиха, спокійна музика. Учасники гри не розмовляють між собою (строга вимога). У грі беруть участь не більше семи гравців. На килимок горілиць лягає один з гравців, заплющує очі та максимально розслаблюється. Інші учасники присідають або стають на коліна навколо нього і одночасно дуже ніжно й обережно торкаються його тіла. Наприклад, по п'ять разів — кулачками, пучками пальців, ребром долоні, п'ять разів вказівним пальцем проводять зигзаг тощо. Через 10 хвилин ведучий подає знак, і всі учасники завмирають, а "пасивний" учасник продовжує відпочивати ще 3 хвилини (обов'язково) із закритими очима. Інші діти залишаються у своїх позах. Потім змінюється головний учасник гри. Після закінчення гри діти обговорюють свої відчуття та відповідають на запитання ведучого:

Що було найприємнішим?

Що не сподобалось?

Що хотілося змінити? тощо Цю гру можна проводити і вдома, де «активний» учасник придумує свої дотики, але називає частину тіла, до якої дотикається (коліно, ключиця, вухо тощо).

Дорога довіри

Мета гри: розвиток тактильних відчуттів і допитливості, подолання невпевненості та страху перед темрявою, довіра до інших дітей.

У просторій кімнаті розставлені різні речі: великі та маленькі, гладенькі та шорсткі, ті, що мають запах і звучать, вазони, тощо. Діти парами стають по периметру кімнати. Вихователь інструктує: «Одному з вас я зав'яжу очі—це «незрячий», інший буде «поводирем». Він повинен провести товариша по кімнаті так, щоб той почувався спокійно і впевнено. Можна дотикатися, обмацувати предмети, нюхати їх, але не розмовляти. За 5 хвилин я подам знак, і ви поміняєтеся ролями, а ще за 5 хвилин, після сигналу, ви повернетесь на своє місце і розкажете, що відчували під час прогулянки. Завчасно домовляйтесь, як будете вести свого друга (за руку, рука на плечі тощо). Потім діти відповідають на запитання:

Що ти відчував, коли був «сліпим»?

Чи обережно та впевнено поведився «поводир»?

Ти орієнтувався, де перебував?

Чи відчував ти щось незвичайне?

Коли почувався краще: коли вів, чи коли тебе вели?

Дуже цікаво і продуктивно гратися в цю гру теплої пори року на природі.

Фарби танцю

Мета гри: емоційна розрядка, озвучення емоцій, зняття рухової загальмованості, негативізму, агресивності.

Діти виходять на середину кімнати і стають парами. Кожна пара придумує свій танець. Але якщо один партнер починає танцювати весело, то другий обов'язково танцює сумний танець.

Ведучий вмикає музику, і танці починаються. Кожні 2 хвилини ритм танцю змінюється на протилежний, тобто з веселого на сумний і навпаки. Коли вмовкає музика, діти обговорюють гру та відповідають на запитання:

Як називався твій танець?

Що він виражав, і як це стосувалося тебе?

Чи хотілося тобі поміняти танець? Чому?

Який настрій у тебе був до танцю?

Що ти відчуваєш після танцю? Як можна назвати твій стан?

Усі ігри поліфункціонально ефективні, тому їх можна періодично повторювати в одній дитячій групі. Під час гри дошкільники висловлюють свої пропозиції, вносять поправки, ставлять запитання. Тож одна і та сама гра щоразу наповнюється елементами новизни, що допомагає вихователю створити атмосферу взаємодопомоги та довіри між дітьми.

Батьківський всеобуч.*Вплив батьківсько-дитячих стосунків
на розвиток особистості дошкільника*

Кожна дитина - неповторна, тому їй підходить до неї потрібно з урахуванням тих впливів, які справляють на неї виховання, навчання та соціальне середовище. Дорослі мають зрозуміти справжні причини відхилень у поведінці дитини з огляду на їх індивідуально-типологічні особливості, можливості й інтереси, стиль сімейного виховання. Поведінка дитини в значній мірі залежить від тих різноманітних впливів, яких зазнає дитина від членів своєї сім'ї — людей різної статі, віку, вподобань, які повсякденно, щомиті виховують своїми вчинками, інтонацією, висловлюваннями, жестами, мімікою. Справедливо зазначити, що від того, наскільки серйозно батьки ставляться до дитячих проблем, як глибоко розуміють її емоційний стан, допомагають їй оволодіти новими способами адаптації, залежатиме формування важливих моральних якостей, рис характеру, способів поведінки, які мають винятково важливе значення для наступного вікового періоду життя їхньої дитини.

1) Для формування та розвитку здорової особистості вирішальне значення має ранній емоційний досвід. Якщо дитина дошкільного віку розвивається відповідно до встановлених вікових норм, то головною причиною відхилень в її поведінці є здебільшого неправильне виховання в сім'ї. Відсутність системи ціннісних орієнтацій, непослідовність сімейних дисциплінарних вимог, невміння дорослих налагодити психологічний контакт з дітьми спричинюють виникнення таких відхилень у дитячій поведінці, як агресивність, замкнутість, пасивність, тривожність, невпевненість, плаксивість. Таким дітям важче при-

звичаїтися до нового, вони частіше конфліктують з ровесниками та членами своєї родини.

Численні психологічні дослідження вітчизняних і зарубіжних авторів підтверджують велике значення дитячо-батьківських стосунків у розвитку кожної особистості. Як зазначав Г.С. Костюк, виховання, яке зводиться лише до зовнішніх впливів (накази, заборони, тощо) та ігнорує внутрішні зміни в думках, почуттях, потребах і прагненнях вихованців, приречене на невдачу. Воно породжує негативні риси дитини, які спочатку виникають як ситуаційні явища і виражають її протидію грубим вимогам дорослих, а згодом закріплюються і перетворюються на стійкі характерологічні риси.

До основних типів неправильного виховання спеціалісти відносять емоційне відчуження (тип "Попелюшки"), «гіперопіку» та «гіпоопіку», виховання за типом "кумира сім'ї", підвищену моральну відповідальність і тип «вихователів-конкурентів».

Гіпоопіка — це вид у край неправильно організованого виховання, що виявляється у цілковитій безконтрольності та відсутності нагляду, інтересу до справ дитини, її проблем і захоплень. Діти відчувають, що дорослим байдуже до них. Брак постійної батьківської уваги, відсутність режиму, недостатній контроль за поведінкою дитини часто стають причиною знайомства з асоціальним оточенням.

Абсолютна протилежність такому вихованню — *гіперопіка*, що передбачає надмірну опіку та дріб'язковий контроль за кожним кроком дитини. Низка постійних заборон, коли дитина не має права на власну думку, прийняття рішення, самостійність та відповідальність, створює в неї враження, що їй "все не можна", а ровесникам "все можна". Зрозуміло, що за таких умов дитина не має змоги вчитися на власних помилках і накопичувати особистий досвід.

Виховання за типом «кумира сім'ї» проявляється в надмірній опіці, коли батьки намагаються максимально і некритично задовольнити всі забаганки своєї дитини. З дитинства малюк росте в атмосфері постійного схвалення, обожнювання, захоплення ним. Такі умови фактично програмують дитину на кризову ситуацію в майбутньому, звичка бути найкращою та найпершою, високий рівень домагань, з одного боку, та брак особистого досвіду, невміння працювати - з іншого, можуть стати причиною істеричної дитячої поведінки.

Виховання за типом «Попелюшки», або емоційного нехтування, призводить до того, що дитина почувається непотрібною в сім'ї, вона - і ні ар для своїх батьків, без неї було б вільніше всім. Ситуація ще більше ускладнюється, коли в дитини є брати або сестри, до яких ставляться набагато краще. Постійне усвідомлення себе небажаною, нелюбимою стає головною причиною невротизації дитячої особистості.

Різновидами неправильного виховання в сім'ї є також жорсткі взаємини суворі покарання за незначні провини, "зривання зла" на дитині пк ч (-ім'я перебуває в атмосфері неприязні, між членами родини виросла невидима стіна, кожен живе сам по собі, без допомоги, підтримки і турботи інших. Навіть, якщо в сім'ї немає бійок та голосних лайок, такі обставини впливають на подальший психічний розвиток дошкільника.

У випадку *завищеної моральної відповідальності* батьки покладають великі надії на майбутнє своєї дитини і очікують від неї великих. Найчастіше ці вимоги — проекція нездійснених задумів та мрій батьків. Дитина постійно зосереджена на тому, щоб не засмутити своїх рідних, виправдати їхні надії, внаслідок чого відчуває постійну тривогу, напруженість, втому, що також впливає на стан її психіки та поведінку.

Ще однією причиною дисгармонійного виховання вважають наявність "вихователів-конкурентів". Це приклад сім'ї, де одночасно вихователями є представники кількох поколінь. Батьки, бабусі, тітки дотримуються різних поглядів щодо методів виховання, впроваджуючи їх, часто конкурують між собою. Такий виховний "безлад" може стати джерелом неспокою для малюка, спричинить хворобливі прояви в його поведінці.

Як свідчить досвід, батьки, які звертаються за психологічною допомогою стосовно "проблемних" або "важких" дітей, самі в дитинстві потерпали від конфліктів з близькими дорослими. Нині ж вони підсвідомо відтворюють "знайомий стиль" виховання. Безперечно, значення моделі батьківської поведінки важливе не тільки на ранніх етапах розвитку дитини, вплив її зберігається і протягом усього життя.

Відсутність або недорозвиненість емоційних стосунків з близьким сімейним оточенням, особливо з матір'ю, може стати причиною неблагополучного розвитку особистості. Ранній період прихильності до матері є ніби емоційним еталоном у наступних стосунках з людьми. Дитина, яка пережила материнську несправедливість і образу, стає хворобливо сприйнятливою до найменших проявів байдужості, дедалі більше замикається в собі, протиставляючи існуючому та уявному злу свою неслухняність, виявляючи упертість, робить все наперекір дорослим, щоб нагадати про себе, заявити людям про своє право на увагу, — застерігав відомий педагог В.О. Сухомлинський. Дефіцит духовної близькості з батьками ускладнює ідентифікацію з ними, провокуючи пошук зразків наслідування поза рідною сім'єю.

Важливо зазначити, що діти вчаться в батьків відповідних способів поведінки не тільки через декларовані правила, а й через

спостереження за їхніми стосунками. Коли вимоги до правил поведінки та батьківський приклад будуть співпадати, то і дитина буде відтворювати батьківську поведінку, та якщо батьки говорять одне, а роблять інше, вимагають від малюка чесності, а самі обманюють один одного, закликають до стриманості, а самі сваряться і б'ються, то для дитини ситуація особистого вибору поведінки буде дуже складною.

Додаток 5

Сенсорні перевантаження та їхній вплив на розвиток дитини

Дитина, яка проводить своє життя перед монітором, страждає від сенсорного перевантаження. Це ще один вагомий побічний ефект занадто тісної дружби дитини з девайсом.

Термін «сенсорне перевантаження» — медичний, і його використовують передусім для опису людей, які мають розлади аутистичного спектра. Утім, він давно вже вийшов за межі медицини і стабільно увійшов у практику психологів і психотерапевтів через стиль повсякденне життя сучасних сімей

Сенсорного перевантаження може зазнати будь-яка людина, однак найбільш чутливими є люди зі слабкими психічними ресурсами. Зокрема, діти. До того ж сучасне життя наповнене ситуаціями, що і загрожують сенсорним перевантаженням дошкільникам:

- надмірне залучення дитини до усіляких «розвивалок»;
- постійний поспіх;
- шуми на вулиці і вдома;
- навала візуальних стимулів — реклами, вітрини, вогні тощо.

А якщо дорослі ще й дозволяють дітям безконтрольно сидіти перед монітором

Digital -залежність: як це починається

У дітей дошкільного і молодшого шкільного віку дуже легко виникає інтернет-залежність. Вона проявляється в бажанні дитини постійно отримувати нову інформацію, нові стимули, нові враження. Діти дуже допитливі, і перегляд мультфільмів, нові ігри, пошук картинок в інтернеті можуть стати майже нав'язливим станом. Клік-клік. Клік - клік. І так безперестанку.

Тож у дітей виникає втома, зниження психічної активності, що проявляється у стрімкому зменшенні пізнавальної і творчої активності дитини. Вони не навчаються самостійно структурувати час, не можуть вигадувати ігри і займати себе якоюсь діяльністю. Однак діти стають «вічно голодними» споживачами стимулів, потребують, щоб їх постійно розважали. Вони розучуються жити без перевантаження. До того ж не встигають проживати враження, насичуватися ними. Отже, враження не стають переживаннями дитини — увага одразу ж перескакує на щось нове. Так пересичення обертається хронічним дефіцитом. Активність у віртуальному просторі поступово замінює активність у реальному житті, яка тепер сприймається як нудна, одноманітна, нецікава.

От і виходить, що коли дорослі дають дитині в руки девайс, то не просто крадуть у неї час, який вона проводить за монітором, вони крадуть у неї сьогоднішня і майбутнє. Вони руйнують здатність дитини отримувати задоволення і **радіти простим життєвим речам**: походам, катанню на велосипеді, співу пташок, біганню по калюжах і ще багато, багато чому.

Сенсорне перевантаження — стан, що виникає, внаслідок перевантаженості мозку та нервової системи надзвичайно великою кількістю сенсорних впливів. Мозок не здатний обробити та

проаналізувати інформацію, яка надходить, Надмірна інформація може надходити як від кількох сенсорних систем, так і від однієї, Тобто це ситуація, коли навколишнє середовище стає джерелом більшої кількості стимулів порівняно з тією, на яку людина здатна звернути увагу або яку вона може опрацювати.

Оцифрування» дошкільників — чи можливо запобігти

Девайс (англ. *device*— пристрій) — будь-який корисний технічний пристрій, побутовий прилад, пристосування, конструктивно завершена технічна система, що має певне функціональне призначення.

Гаджет {англ. *gadget*— пристрій) — цікава технічна новинка, електронний пристрій або інший засіб.

Утім, гаджет, на відміну від девайса, не закінчений самостійний і самодостатній пристрій, а якесь технологічне доповнення до нього на кшталт зовнішнього модема для планшета чи ноутбука або зовнішнього спалаху для фотоапарата. Гаджет має підвищену функціональність порівняно з основним пристроєм, але при цьому й доволі обмежені можливості, оскільки окремо використовуватися не може, а слугує лише доповненням для девайса.

Не кожний гаджет є девайсом. Проте девайс може бути гаджетом.

Найкращим розв'язанням проблеми сiйſiſal-залежності сучасних дітей є її уникнення. Як її можна уникнути? Дуже просто — **не давати дитині девайс**. Підстав для хвилювання, що дитина через це не встигне щось зробити, щось пропустить чи втратить, немає. Свого часу вона легко й швидко засвоїть комп'ютерну грамотність. А відтак стане настільки ж впевненим «плавцем» у «цифровому морі», як і та дитина, що проводить у ньому життя з раннього дитинства.

Так, інтернет сам собою — ні зло, ні добро. Він — даність нашого часу. Однак ліпше відкласти знайомство з ним до пори, коли в дитини

виробиться критичне ставлення до інформації, сформується достатній рівень самоконтролю.

Крім того, мають бути вирішені завдання розвитку, які передбачають активну участь дитини у реальному просторі. Взагалі, що пізніше це станеться, то ліпше. Чудово, якщо вступ у digital -життя відбудеться не раніше підліткового віку — і бажано разом з батьками та «батьківськими фільтрами».

Проблема «оцифрування» сучасних дошкільників не може бути розв'язана сама собою. Потрібна активна участь дитячих психологів, до завдання яких має входити:

психологічна просвіта батьків з питань психологічного розвитку дітей, особливостей функціонування дитячої психіки та особливостей формування digital - залежними в дитячому віці;

проведення семінарів і тренінгів, які навчають батьків основ взаємодії із власними дітьми, спільного приємного й корисного проведення часу для психологічного та фізичного здоров'я дітей.

Отже, час, який дошкільник проводить перед екраном, — не просто час, витрачений даремно. Це час, вилучений з життя дитини, адже не вирішуються важливі та невід'ємні завдання саме дошкільного віку — пізнання світу, розвитку, навчання соціальної взаємодії.