Педагог-психолог. Дорога каждая минутка, каждый день, проведенный с семьей.

Что может быть семьи дороже?
Теплом встречает отчий дом,
Здесь ждут тебя всегда
с любовью
И провожают в путь с добром!

Отец, и мать, и дети дружно
Сидят за праздничным столом,
И вместе им совсем не скучно,
А интересно впятером.

Малыш для старших —
как любимец,
Родители — во всем мудрей,
Любимый папа —
друг, кормилец,
А мама ближе всех, родней.

Любите! И цените счастье!
Оно рождается в семье.
Что может быть ее дороже
На этой сказочной земле!

Д. Тараданова

А сейчас для вас, дорогие родители, звучит «Гимн семье» (*сл. К. Шаповаловой, муз. Н. Разумейчик*).

Дети и педагоги исполняют песню.

Педагог-психолог. Берегите и цените свою семью. Берегите свое счастье и счастье своих детей. Пусть ваша тропинка к счастливой семье будет всегда устлана цветущими ромашками.

Литература

1. *Бачурина В.* Новые развивающие игры для дошколят. — М.: ИД «Рипол классик»; Дом. XXI век, 2007.

2. *Ждакаева Е. И.* Тропинка к счастливой семье. Коррекция детско-родительских отношений через сказку, игру, рисунок. — СПб.: Речь; М.: ТЦ «Сфера», 2011.

3. *Зинкевич-Евстигнеева Т. Д.* Тренинг по сказкотерапии. — СПб.: Речь, 2004.

4. *Сеидов М. М.* Телесная терапия: Практическое пособие. — СПб.: ДИЛЯ, 2008.

5. *Чернецкая Л. В.* Психологические игры в тренинге в детском саду. — Ростов н/Д: Феникс, 2005.

Терапевтические сказки

В работе с детьми

Я. Г. Демянец

Жили-были... Каждый ребенок слышит эти слова от бабушки, мамы, воспитателей в детском саду. Дети через сказки познают мир и получают необходимый жизненный опыт. По мнению австралийского психолога и сказкотерапевта Д. Бретт, дети видят в сказках «отголоски собственной жизни. Они стремятся воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Кроме того, рассказы и сказки вселяют в ребенка надежду на лучшее. Ребенок, лишенный надежды или утративший ее, отказывается от борьбы и никогда не добьется успеха».

Таким образом, сказка становится терапевтической, когда ребенок отождествляет себя с ее героем, проводит параллель между сюжетом волшебной истории и своей жизнью и извлекает из сказки урок.

Секрет терапевтических сказок заключается в том, что их смысл воспринимается на двух уровнях одновременно. На сознательном уровне ребенок понимает, что сюжет сказки вымышленный. Он сочувствует главному герою, представляет себя в его роли, но даже когда узнает свою проблему, все равно думает: «Это понарошку, не про меня». На подсознательном же уровне ребенок впитывает все услышанное, пересматривает свое поведение, систему ценностей и взглядов.

В результате применения сказок у детей формируется «механизм самопомощи». Они усваивают такой подход к жизни: «Ищи силы для разрешения конфликта в себе самом, ты их обязательно найдешь и наверняка победишь трудности». Таким образом, они начинают следовать основной идее сказки: «В сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху».

Для того чтобы сказка оказала помощь или воспитательное воздействие, она должно отвечать определенным условиям:

✓ в сказке должна быть описана проблема, в чем-то схожая (но не полностью идентичная) с проблемой ребенка;

✓ сказка должна предлагать малышу альтернативный способ решения проблем, предлагать ему новый выбор.

Вашему вниманию предлагаются терапевтические сказки, которые успешно используются в процессе психологической, педагогической и воспитательной работы. (*Иллюстрации к сказкам см. на цв. вкладках.*)

Сказки помогут решить дидактические, коррекционные и терапевтические задачи, развить воображение и мышление юного слушателя.

Сказка о подсолнечном семечке

Рекомендуемый возраст: 3—5 лет.

Направленность: тревога и беспокойство, связанные с отрывом от мамы и вхождением в детский сад; страх самостоятельности, общая боязливость.

Ключевая фраза: «Не уходи. Я боюсь!»

В огороде на высоком подсолнухе жила большая семья семечек. Они жили дружно и весело.

Однажды (дело было в конце лета) их разбудили странные звуки. Это был голос Ветра. Он шелестел все громче и громче. «Пора! Пора!! Пора!!!»— звал Ветер.

Семечки вдруг поняли, что им действительно пора покидать корзинку родного подсолнуха. Они заторопились и стали прощаться друг с другом.

Одних забирали птицы, другие улетали вместе с ветром, а самые нетерпеливые сами выпрыгивали из корзинки. Те, кто остался, с увлечением обсуждали предстоящее путешествие и то неизвестное, что ожидало их. Они знали, что их ждет какое-то необычайное превращение.

Только одно семечко грустило. Ему не хотелось покидать родную корзинку, которую все лето грело солнышко и в которой было так уютно.

«Куда вы торопитесь? Вы никогда раньше не покидали дома и не знаете, что там, снаружи! Я никуда не собираюсь уходить! Я останусь здесь!»— говорило оно.

Братья и сестры смеялись над семечком, говорили: «Ты трус! Как можно отказаться от такого путешествия?» И с каждым днем в корзинке их оставалось все меньше и меньше.

И вот, наконец, пришел день, когда семечко осталось в корзинке одно-одинешенько. Никто над ним больше не смеялся, никто не называл его трусом, но и никто не звал его больше с собой. Семечку вдруг стало так одиноко! Ах! Ну почему оно не покинуло корзинку со своими братьями и сестрами! «Может, я и правда трус?»— думало семечко.

Пошел дождь. А тут еще и похолодало, и Ветер стал злым и уже не шептал, а свистел: «Торопис-с-с-с-с-сь!» Подсолнух гнулся до земли под порывами Ветра. Семечку стало страшно оставаться в корзинке, которая, казалось, вот-вот оторвется от стебля и покатится неизвестно куда.

«Что будет со мной? Куда унесет меня Ветер? Неужели я больше никогда не увижу своих братьев и сестер? — спрашивало оно себя.— Я хочу быть вместе с ними. Я не хочу оставаться здесь один. Неужели я не смогу преодолеть свой страх?»

И тут семечко решилось: «Будь что будет!»— и, собравшись с силами, прыгнуло вниз.

Ветер подхватил его, чтобы оно не ушиблось, и бережно опустил на мягкую землю. Земля была теплой. Где-то наверху Ветер уже завывал, но отсюда его шум казался колыбельной песней. Здесь было безопасно. Здесь было так же уютно, как когда-то в корзине подсолнуха, и семечко, утомленное и измученное, незаметно для себя уснуло.

Проснулось семечко ранней весной. Проснулось и не узнало самого себя. Теперь это было уже не семечко, а нежный зеленый росток, который тянулся к ласковому солнцу. А вокруг было множество таких же ростков, в которые превратились его братья и сестры-семечки.

Они все были рады встретиться снова, а особенно они радовались нашему семечку. И теперь уже никто не называл его трусом. Все говорили ему: «Ты молодец! Ты оказался таким смелым! Ведь ты остался один и некому было тебя поддержать». Все гордились им.

И семечко было очень счастливо.

Вопросы для обсуждения

— Чего боялось семечко?

— Что решило сделать семечко? Правильно оно поступило или нет?

— Что бы произошло, если бы семечко продолжало бояться?

Случай в лесу

Рекомендуемый возраст: 3—6 лет.

Направленность: неуверенность в себе, тревожность, страх самостоятельных действий.

Ключевая фраза: «У меня не выйдет!»

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали

его Зайчишка-трусишка. От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг — Барсучонок.

И вот как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробегал по мосту, одна доска вдруг сломалась, и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь.

Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!»

И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

Вопросы для обсуждения

— Почему Зайчонку было плохо и грустно?

— Какое правило запомнил Зайчонок? Согласен ли ты с ним?

Литература

1. *Бретт Д.* «Жила-была девочка, похожая на тебя...»: — М.: Независимая фирма «Класс».
2. *Вачков И. В.* Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. — М., 2001.
3. Возрастные особенности психического развития детей/под ред. И. В. Дубровиной, М. И. Лисиной. — М.: МГУ, 1982.
4. *Защиринская О. В.* Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. — СПб., 2001.

Развитие двигательной активности детей с помощью нестандартного спортивного оборудования

Н. А. Каратаева

В условиях Крайнего Севера полную потребность в активных действиях детей обеспечить трудно из-за погодных условий. Длительное пребывание детей в помещениях, кратковременные прогулки на свежем воздухе, а в морозные дни полное их отсутствие ведут к гиподинамии, а это ведет к понижению жизнедеятельности всего организма ребенка.

Чтобы увеличить двигательную активность детей, мы разработали и применили на практике спортивное нестандартное оборудование. Это оборудование не занимает много места при хранении, эстетичное на вид, яркое, многофункциональное, отвечает гигиеническим требованиям.

Нестандартное оборудование мы применяем во всех спортивных мероприятиях: на физкультурных занятия, в эстафетах, на спортивных праздниках и досугах, в подвижных играх, на утренней зарядке.

Игра «Прилипала»

Цель

Совершенствовать навыки метания мяча в цель (вертикальную и горизонтальную).

Развивать глазомер, координацию движений, ориентировку на плоскости.

Способствовать укреплению мышц плечевого пояса.

Воспитывать уважение к партнеру при работе в парах.

Способ изготовления

1. Изготавливается плотная основа (картон, ДВП и пр.), по форме и строению на выбор воспитателя (в виде цветка, солнышка, елочки и т. д.).

2. На основу прикрепляется липучая лента, тоже в разных вариантах (круг, овал, крестик, волнистая линия и т. д.).

3. Малые мячи обшиваются также липучей лентой.

Правила игры

- Основу можно расположить на стене, на полу.
- Играющих может быть один, двое или трое, по выбору детей.
- Метание двумя руками и попеременно левой и правой рукой.

Гимнастические доски-качалки

Цель

Развивать у детей координацию движений, умение сохранять устойчивое положение на качающейся, ограниченной основе (равновесие); силу ног, плечевого пояса; умение фиксировать свое тело при любом положении на доске (стоя, сидя, лежа).

Воспитывать уважительное отношение к своему товарищу