**«В гостях у золотой рыбки»**

**Участник выставки:**

**педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 6 «Цветик»** Подшивалина Светлана Валериевна

**МБДОУ «Детский сад № 6 «Цветик»**

**Многофункциональное развивающее пособие «В гостях у золотой рыбки»**

Актуальность проблемы сохранения и укрепления психологического здоровья дошкольников очевидна. Для её решения необходимо создать соответствующие условия, организовать предметную среду.

Большой процент воспитанников детского сада - это дети, выражающие эмоции гнева агрессией, с повышенным уровнем тревожности, не умеющие договариваться, с трудом приспосабливающиеся к жизни в детском коллективе.

Многофункциональное развивающее пособие представляет собой сенсорное панно «Подводный мир» с поверхностью, выполненной из различных материалов: ковролина, гобелена, гладкой ткани, ракушек, морской гальки, бумажных и пластиковых рыбок, водорослей и т. п. Кроме того, пособие дополняет стол с дидактическим наполнением; сухой душ «Водопад», наглядные пособия для дидактических игр.

**Цель:** развитие эмоционально-волевой и когнитивной сферы детей дошкольного возраста.

Использование данного пособия, в совокупности со световым и музыкальным сопровождением способствует:

- сенсорному развитию и развитию мелкой моторики;

- развитию познавательных и творческих способностей детей;

- снятию эмоционального и мышечного напряжения;

- повышению самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;

- обучению детей способам и приемам саморегуляции;

- формированию и развитию бесконфликтного общения, обучению навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.

**Варианты использования пособия**

**1.Упражнение «В гости к золотой рыбке»**

**Цель:** развитие мелкой моторики, тактильного и сенсорного восприятия, обогащение активного словарного запаса.

Детям предлагается совершить путешествие в подводное царство, в гости к золотой рыбке. В ходе занятия дети обследуют морское дно с помощью пальцев рук, рассказывают, кого они встретили на своем пути. Такие занятия помогают снять мышечное и эмоциональное напряжение, способствуют развитию речи, восприятия, творческого воображения ребенка.

**2.Релаксационный тренинг**

**Цель:** снятие мышечного и эмоционального напряжения.

**«Игра с песком»**

Представьте себе, что вы сидите на берегу моря. Наберите в руки песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая кисти и пальцы.

Уронить бессильно руки вдоль тела, лень двигать тяжелыми руками (повторить 2-3 раза).

**«Муравей»**

Представьте себе, что вы сидите на берегу, ласково греет солнышко. На пальцы ног заполз муравей. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжены, прямые. Прислушаемся, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросим муравья с ног (на выдохе).

Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают (повторить 2-3 раза).

**«Улыбка»**

Представьте себе, что вы видите перед собой на рисунке красивое солнышко, которое вам улыбается. Улыбнитесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться еще радостнее. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щек…

Дышите и улыбайтесь…, ваши руки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2-3 раза).

**«Пчелка»**

Представьте себе теплый, летний день. Подставьте солнышку ваше лицо, подбородок тоже загорает (разжать губы и зубы на вдохе). Летит пчелка, собирается сесть кому-нибудь на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Прогоняя пчелку можно энергично двигать губами. Пчелка улетела.

Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух (повторить 2-3 раза).

**«Бабочка»**

Представьте себе теплый, летний день. Ваше лицо загорает, носик тоже загорает – подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Прогоняя бабочку можно энергично двигать носом. Бабочка улетела.

Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе) (повторить 2-3 раза)

**«Палуба»**

Представьте себя на корабле. Качает. Чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу. Руки сцепить за спиной. Качнуло палубу – перенести массу тела на правую ногу, прижать ее к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямиться. Расслабить ногу. Качнуло в другую сторону – прижать левую ногу к полу. Выпрямиться! Вдох-выдох!

Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать!   
Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

**3. Психогимнастика**

**Цель:** закрепление и воспроизведение различных эмоций.

**«Маленький скульптор»**

Ребенок изображает скульптора, остальные дети – глину. Скульптор задумывает вылепить из глины злую акулу. Он ведет одного ребенка в центр и показывает ему, как он должен встать, какое нужно сделать лицо, чтобы стать похожим на злую акулу. Ребенок-глина застывает в заданной позе. Скульптор обходит вокруг статуи, любуется ею, а если он неудовлетворен своей работой, снова показывает позу и мимику ребенку-глине.

В следующий раз выбирается другой скульптор, который задумывает вылепить, например, доброго дельфина.

**«Два рыболова»**

На мосту стояли два мальчика (девочки) и удили рыбу. У них были одинаковые удочки, одинаковые ведерки для рыб. Но, один мальчик, то и дело вытаскивал из воды рыбку за рыбкой, а другой только с досадой поглядывал на него. В его ведерке плавала всего одна небольшая рыбешка. Вот и сейчас у него не клюет, а у соседа опять дергается поплавок. У неудачливого рыболова на лице все сильнее выражается досада, а у удачливого лицо было, как у задаваки, насмешливое.

**4.Дидактические игры на развитие познавательных способностей**

**Цель:** развитие сенсорного восприятия, внимания, памяти, мышления.

**«Волшебные рыбки»**

На панно крепятся рыбки четырех основных цветов. Детям предлагается:

- найти рыбок определенного цвета;

- закрыть глаза, а затем определить, что изменилось;

- какие рыбки плавают вверху, а какие внизу?;

- детям подготовительной группе предложить самостоятельно придумать задания.

**5. Игровые упражнения с использованием пособий**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, вербальной агрессии, выражение негативных эмоций в приемлемой для окружающих форме.

**«Водопад»**

« Купаемся в хорошем настроении». Дети по очереди заходят под сухой душ, под музыку «Шум воды» «купаются», наполняя себя волшебным, радостным настроением.

**«Коврик злости»**

Ребенку с плохим настроением, с агрессивными проявлениями, предлагается разуться, встать на коврик и вытирать ноги до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться.

**«Мешочек шума»**

Возбужденному, шумному ребенку, проявляющему вербальную агрессию, предлагаем прокричать плохие слова в «волшебный мешочек». После того, как ребенок выговорится, педагог-психолог вместе с ним завязывает мешочек и прячет его.

Таким образом, использование в работе пособия «В гостях у золотой рыбки», способствует гармоничному развитию личности ребенка, расширяет его познавательные