

### Игровые технологии в практике работы педагога-психолога.

Актуальность использования игры как средства развития ребенка дошкольника и коррекции его поведения обусловлена тем, что игра является не только основным и любимым занятием детей, но и становится универсальным психолого-педагогическим средством, которое позволяет всесторонне влиять на развитие. Игра делает процесс передачи социально ценных отношений эмоциональным и позволяет легко включиться в общение.

С помощью игр на своих занятиях по психологическому сопровождению развития эмоциональной сферы дошкольников мною созданы оптимальные условия для развития эмоциональной сферы и позитивной социализации дошкольников.

Используемые мною игровые технологии позволяют:

- Формировать представления об эмоциональных состояниях, чувствах людей и их проявлениях.
- Способствовать самопознанию ребенка, помогать прожить определенное эмоциональное состояние; осознать свои характерные особенности.
- Развивать социальный и эмоциональный интеллект ребенка, эмоциональную отзывчивость и сопереживание.
- Обучать методам психорегуляции психического состояния, развивать способность к самоконтролю.
- Выбатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения; корректировать его нежелательные проявления.
- Формировать готовность к совместной деятельности со взрослыми и сверстниками, приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам.
- Развивать творческие способности и воображение в процессе игрового общения. Психологическая поддержка педагогов
- Расширять представления педагогов о способах адекватного выражения своих чувств вербальными и невербальными средствами общения.
- Выбатывать навыки быстрой адаптации при выстраивании разнообразных контактов.

В работе совместно с детьми с помощью игр мы вначале своего пути познаем себя, через образы, через телесные ощущения. Затем я ориентирую детей на мысли, образы, эмоциональное состояние каждого из присутствующих. Далее мы учимся транслировать свое эмоциональное состояние, а затем и воспринимать эмоциональное состояние окружающих. Но и самое главное мы учимся сначала менять свое эмоциональное состояние, а затем и состояние других. Зачем это надо? В повседневной жизни мы часто огорчаемся, испытываем подавленность, грусть. А как изменить наше состояние осознанно – многие не умеют. А что уж говорить о наших детях. За день . Они испытывают гамму как положительных, так и отрицательных эмоций. И поменять отрицательное состояние на положительное зачастую не могут не только самостоятельно, но и с помощью взрослого.

Именно поэтому на первых этапах через игровые приемы мы учимся регуляции своего эмоционального состояния . А далее и обучаем этому взрослых. Чтобы воспитатели, педагоги могли использовать , полученные знания как на своих занятиях, так и в повседневной жизни.

Я изучила много работ психологов и педагогов по развитию эмоционального мира дошкольников. Это и «Азбука общения» Шипициной, Заширинской, Вороновой, Ниловой, это и программы помощи детям Лютовой , Мониной, это и серии тренингов по сказкотерапии

Т.Д. Зинкевич, это и программа Игры в школе и дома Н.В. Самоукиной. Подходов много. В них используются упражнения, игры, очень много дополнительных материалов.

Я в своей работе использую синтез упражнений игр и танцев, также очень много речевой деятельности и пантомимики. Начиная со среднего возраста, опираясь на теорию Л. Выготского о зоне ближайшего развития, мы используем метод ассоциаций. Таким образом, формируются предпосылки абстрактного мышления. Также осознанно провоцируем детей на погружение в свой внутренний мир- вслушивание в себя, и внимательного восприятия других, как уникальных личностей, тем самым, работая над своей самооценкой и самооценкой других детей.

Проговаривание «по кругу» служит источником формирования смелости, собранности, дисциплины и уважительного отношения друг к другу.

Действия по подражанию для застенчивых детей способствуют развитию таких личностных качеств, как смелость, эмоциональная поддержка.

Дети учатся говорить о своих чувствах, желаниях, мечтах..

Выполняя, упражнения на мышечное расслабление, упражнения на дыхание, ребята учатся навыкам релаксации, приходят в гармоничное состояние.

С помощью танцев самовыражаются, снимают барьеры общения.

Именно комплекс целенаправленных действий способствует снижению тревожности, а не их отдельные элементы. Главное, чего я добиваюсь своей работой, чтобы ребенок в дальнейшем мог самостоятельно использовать, полученные знания, умения, навыки. Когда возникнут трудности мог помочь себе и близкому – расслабиться или сконцентрироваться, повысить настроение или наоборот успокоиться, настроится на деятельность. А еще, чтобы видел в каждом человеке личность со своим характером и мировоззрением.

В представленной системе занятий я опиралась на работы Н.В. Ключевой, Ю.В. Касаткиной, Ш.и Ш. Левис, Н.В. Самоукину и многих других педагогов и психологов, которые непосредственно работают с детьми.

Работа по обучению навыкам регуляции своего эмоционального состояния я начинаю уже со среднего возраста. Когда у детей формируется интерес к общению с другими детьми и способность к сюжетно-ролевым перевоплощениям. Мы используем упражнения на мышечное расслабление, учимся расслабляющему дыханию. Используем коммуникативные игры. Используем технику «танец-стоп». Очень много пантомимы и ролевых перевоплощений. Но и конечно же беседы «по кругу».

За три месяца работы с детьми мы повышаем самооценку, снижаем тревожность, развиваем игровую деятельность, способность к фантазированию и воображение, а также личностное восприятие. На своих занятиях я свела до минимума использование дополнительных предметов и материалов. Наш материал это: язык жестов, тела, воображения. Ведь в конечном итоге мы становимся волшебниками, волшебниками своего тела.

Используемые игровые технологии.

### **1. Беседа по кругу.**

Описание технологии:

Каждое занятие начинается с «Общением с волшебным шаром» по кругу. Ребенок обязательно называет свое имя и далее по заданию (как правило ассоциации)

Проговаривание своего имени является настроением на эмоциональное общение, погружением во внутренний мир, своего рода -ключом. Ведь для людей нет ничего приятнее и интимнее, чем собственное имя. Определенный, жесткий порядок тоже является элементом настройки, каждый знает, когда он начнет говорить, что снижает тревожность и способствует формированию самоконтроля. «Волшебный шар» служит символом общения, катализатором эмоций. Тревожные дети стесняются говорить о своих внутренних ощущениях с другими людьми, а данный символ снимает барьеры общения, снижает напряженность. Также проговаривание по кругу служит элементом привлечения внимания, как к себе, так и к другим детям как к

личностям, таким образом формируя , личностную наблюдательность и внимательное отношение к другим .

Каждое занятие заканчивается ритуалом прощания. Которое тоже состоит из проговаривания по кругу , но уже приятного для собеседника . «Скажи приятное соседу с права». Ритуал служит выходом из состояния погруженности ., также формирует умение увидеть , подчеркнуть, сказать приятное, внимательное отношение к собеседнику, повышает самооценку участников.

## **2. Подвижные игры.**

Ведущей формой общения является игровая деятельность . Поэтому главные задачи по развитию навыков общения выполняют игры.

## **3. Игровые упражнения.**

Упражнения делятся на несколько видов:

- ✓ Упражнения на мышечное расслабление
- ✓ Упражнения на расслабляющее дыхание
- ✓ Упражнение на концентрацию внимания
- ✓ Упражнения на мышечную концентрацию

Упражнения на мышечное расслабление выполняются в строгом порядке, все слова произносятся хором и на выдохе, выражены в стихотворной форме. Дети сидят на стульчиках по кругу и без обуви. Отсутствие обуви на занятии является своего рода, переходом на другой вид общения- более личностный, интимный. Также способствует снижению тревожности, способствует расслаблению.

## **4. Игры-визуализации.**

Визуализация- это создание по представлению четко направленного образа. Целью визуализации является снижение тревожности, релаксация, развитие воображения, формирование образного мышления.

Описание технологии:

Дети принимают расслабленное положения- либо сидя на стульчиках, чаще лежа на ковре. Под звуковое сопровождение в зависимости от цели и темы визуализации психолог спокойным голосом говорит специальный текст .

## **5. Игра: «Танец-стоп.»**

Описание технологии.

Танец-стоп – это резкое чередование танца с паузой. Причем пауза устанавливается взрослым и является внезапной для детей. Во время паузы дети замирают в позах, которые были заданы в начале процедуры. Данная игровая технология способствует развитию самоконтроля, формированию дисциплины и стимулирует воображение. Помимо всего она стимулирует развитие воображения.

**Взаимодействие с детьми проходит ряд этапов:**

**1 этап.** Направлен на налаживание эмоционально- позитивного контакта, на создание определенной мотивации и установлению групповых взаимоотношений. Обучение мышечному расслаблению с помощью игровых упражнений. Обучение игровым упражнениям на дыхание.

**2 этап.** Формирование эмоций путем изучения эмоциональных состояний сначала сказочных персонажей, затем своих эмоций и эмоций других детей. Разыгрывание эмоциональных проявлений с помощью игр. Развитие сопереживания и умения пожалеть. Обучение направленному вниманию к окружающим. Закрепление выполнения упражнений на расслабление.

Обучение концентрации внимания и мобилизации внутренних сил. Обучение визуализациям

**3 этап.** Закрепление полученных умений. Обучение использованию полученных знаний в реальной жизни. Обучение воспитателей и педагогов знаниям, полученными детьми на занятиях.