

Игровая терапия

Игротерапия - метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребёнку способ взаимодействия с окружающим миром - игра ...



Впервые начали использовать игротерапию в психоанализе. Зигмунд Фрейд, описывая детские игры, утверждал, что ребенок превращает в активную игру свои прошлые пассивные переживания.

Мелани Кляйн начала использовать в психоанализе детей игрушки. Это был первый подобный опыт в истории психологии. Термин «игровая терапия» был предложен именно Мелани Кляйн, она считала игру ребенка аналогом свободных ассоциаций.



**Цели игротерапии:
дать ребёнку свободу оценивать свое
поведение,
ценить собственный творческий
потенциал
и развивать внутреннюю систему
вознаграждения и удовлетворения.**



Детство каждого из нас ассоциируется с догонялками, куклами, машинками, играми в песочнице. И эти воспоминания, пожалуй, одни из самых тёплых и беззаботных, но далеко не все задумывались о значении игр в нашей жизни. Что же есть игра – просто приятное время препровождение, или что-то большее?

Игра – является не только одним из самых любимых занятий детей, но и ведущей деятельностью, начиная с самых ранних лет и до школьного возраста. А способность играть сохраняется у человека на протяжении всей жизни.



В игре ребёнок может без ограничений и, не задумываясь, выразить свои фантазии, переживания, эмоции. Он может их отразить в глине, песке, игрушках и получить от этого удовольствие. Игра служит для ребёнка разрядкой своих подавленных эмоций. С помощью игры он учится самовыражению, умению принимать решения и действовать спонтанно.

Постепенно ребёнок становится уверенней в себе, перестаёт сомневаться, бояться критики и наказаний. Игротерапия помогает разрешить внутренний конфликт ребёнка, способствует изменению чувств и установок в сторону позитивного принятия себя и окружающего мира.



Игротерапия выполняет три функции:
диагностическую, терапевтическую и обучающую,
которые связаны между собой и реализуются как на
начальном этапе (в спонтанной игре), так и в направленной
игре, обычно представляющей собой импровизацию
какого-либо сюжета.

Эффект игротерапии определяется практикой новых
межличностных отношений, которую приобретает ребенок
в ролевой игре как со взрослым, так и со сверстниками.
Отношения свободы и сотрудничества, формирующиеся
взамен отношений принуждения и агрессии, приводят в
конце концов к положительному результату.



Эти игры помогут:

- Снять нервное напряжение, накопившееся в детях и взрослых, и зарядить их позитивом и жизнерадостностью!
- Уменьшить страх неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, замкнутого пространства, одиночества.

- Наладить контакт между детьми и педагогами.

- Развить ловкость и координацию движений.



Игры, после перенесенных заболеваний.

«Ау – Ау!»

Выбрать, кто будет водить.

Спрятавшийся время от времени
говорит «Ау! Ау! Отгадай, где я стою».

«Карусели»

Родители с ребенком встают, в круг идут вправо и говорят:

Еле – еле – еле- еле,

Завертелись карусели,

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом!

Затем команда «ГОП!», переворачиваются, идут в другую сторону:
Тише, тише, не спешите,



«Веселый танец»

В соответствии с текстом выполнять хлопки в ладоши над головой,
перед собой, по коленям.

Ой, ду-ду, ду-ду, ду-ду!

Сидит ворон на дубу.

Он играет во трубу

Во серебряную.

«Лев в цирке»

Предложить ребенку поиграть в цирк, быть в нем дрессированным львом.

Поставить обруч, сказать «ГОП!», по этому сигналу, ребенок прокатывает
мяч, и пролезает в обруч, затем темп ускорить.



Игры по профилактике плоскостопия

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему; упражнять в правильной постановке стоп при ходьбе, укреплять мышцы и связки стоп с целью предупреждения плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.

Эстафета «Загрузи машину»

Дети стоят босиком, руки на поясе, спина прямая, пальцами ног поочередно берут палочки и передают их друг другу по цепочке, последний складывает в машину. (усложненный вариант – соревнуются две команды).

«Горячий мяч»

Дети сидят в кругу и ногами передают мяч друг другу.

«Стирка»

Пальцами ноги дети собирают платочек в гармошку и отпускают 2 раза (стирают). Затем берут платочек за край, поднимают и опускают его (полощут), снова собирают в гармошку – отжимают и вешают платочек сушиться.



Игры на укрепление осанки.

Цель: совершенствовать навыки правильной осанки в различных исходных положениях, с различными движениями рук, укреплять мышцы спины и брюшного пресса, совершенствовать координацию движений.

«Рыбки и акула»

Выбирают водящего – «акулу», остальные дети – рыбки. По сигналу рыбки разбегаются по залу, а водящий – «акула» ловит детей (дотрагивается рукой). Чтобы спастись от «акулы», игрок останавливается и принимает положение строевой стойки.

Правила: если остановившись, игрок не успел принять положение правильной осанки, водящий может его осалить; пойманные рыбки отходят к стене и принимают положение правильной осанки, стоя спиной к стене (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок касаются стены, живот подтянут, руки внизу ладонями вперед).

«Футбол»

Дети лежат на животе по кругу, лицом в центр круга. Руки под подбородком, ноги вместе. Водящий бросает мяч любому игроку, тот отбивает его двумя руками, при этом, прогибаясь, поднимает голову и грудь. Ноги остаются прижатыми к полу.



«Морская фигура»

Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Размахивая руками вперед-назад, произносят слова: Волны качаются -раз, волны качаются- два, волны качаются –три, на месте фигура, замри! После слова «замри» дети принимают положение правильной осанки, стоя, сидя, опустившись на колени. Педагог выбирает лучшую «фигуру» -ребенка, который сумел принять и сохранить положение правильной осанки.

Ребенок, не сумевший сохранить положение правильной осанки, отходит в сторону и выполняет корригирующее упражнение.

«Садовник»

Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят текст:

Есть красивые цветы: розы, маки, васильки.

Есть повыше, есть пониже (останавливаются, поднимают руки вверх, поднимаясь на носки, приседают). Вот какие посмотри! (принимают положение правильной осанки – встать прямо, ноги вместе, руки вдоль туловища, плечи расправлены, голова прямо).

Выбранный садовник выбирает красивый цветок – кто правильно встал.

«Часовой»

Дети двигаются в колонне друг за другом. По сигналу (хлопок в ладоши, по свистку, удару в бубен и др.) последний в колонне ребенок останавливается и принимает положение правильной осанки.



Игры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы:

"Пальчик о пальчик"

Цель. Уравновешивание нервных процессов, укрепление тормозных реакций, выполнение действий по команде, координация движений рук.

Ход игры. Ребенок сидит перед вами. Под вашу песенку повторяет за вами движения:

Пальчик о пальчик тук да тук,
Хлопай, хлопай, хлопай, хлопай!
Ножками топай, топай!
Спрятались, спрятались
Пальчик о пальчик тук да тук.!

(Повторить 2 раза.)

(Хлопают в ладоши.)

(Повторить 2 раза.)

(Закрывают лицо руками.)

(Повторить 2 раза).



Игры после перенесенных инфекционных заболеваний:

"Зайка-пайка"

Цель. Развитие координации движений, повышение эмоционального тонуса, развитие чувства ритма и навыка выполнять команды.

Ход игры. Встаньте напротив ребенка и попросите его повторять движения в соответствии со словами песни:

Зайка, поклонись,

Серенький, поклонись,

(Кланяется в разные стороны.)

Вот так, вот сак поклонись.

Зайка, повернись,

Серенький, повернись,

Вот так, вот сак повернись.

(Поворачивается, руки на поясе.)

Зайка, топни ножкой,

серенький, топни ножкой.

Вот так, вот сак топни ножкой.

(Топает по очереди каждой ногой.)

Взрослый следит за правильным выполнением движений.

Наблюдает, чтобы не было переутомления и перевозбуждения.



Итак, игротерапия является ведущим средством профилактики и коррекции поведения детей потому, что игра, в отличие от других видов деятельности, активнее влияет на процессы становления личности ребенка дошкольного возраста, сильнее затрагивает его глубинные эмоциональные переживания. Сначала в игре, а потом и в реальной жизни для ребенка становится доступным: определение конкретных целей своих поступков; выбор из множества вариантов адекватных средств достижения целей; предвидение конечного результата своих действий и поступков; принятие на себя ответственности за свое поведение и поступки; отклик адекватными эмоциями на чувства и эмоциональные состояния других людей, на события и явления окружающей действительности.



