

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОГИМНАСТИКИ В СОВРЕМЕННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЯХ

Как?

НА ОСНОВЕ ПРИНЦИПОВ

- ✓ не навязывайте себя никому, в том числе и детям;
- ✓ если не знаете как воздействовать-остановитесь;
- ✓ уберите из вашего общения с детьми те способы или формы воздействия, которые вызывают у них протест или негативную реакцию;
- ✓ исключите неприязнь к детям и свои отрицательные эмоции;
- ✓ соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с детьми;
- ✓ не фиксируйте внимание на неудачах;
- ✓ давайте качественные оценки;
- ✓ не сравнивайте детей с кем либо, не ставьте никого в пример;
- ✓ не выражайте свои симпатии к детям в избыточной форме;
- ✓ используйте разные формы несловесной поддержки ребёнка

Зачем?

ЧТОБЫ ПОМОЧЬ

в
двигательной
сфере

- произвольно направлять своё внимание на мышцы, участвующие в движении
- различать и сравнивать мышечные ощущения
- определять соответствие характера ощущений
- менять характер движений, опираясь на контроль своих ощущений

в сфере
эмоций

- произвольно направлять своё внимание на эмоциональные ощущения, которые испытываешь
- различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер
- одновременно направлять своё внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения
- произвольно и подражательно «воспроизводить» или демонстрировать эмоции по заданному образцу

в сфере
общения

- улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния
- сопереживать
- отвечать адекватными чувствами

в сфере
поведения

- определять конкретные цели своих поступков
- искать и находить, выбирая из множества вариантов, средства достижения своих целей
- проверять эффективность выбранных путей
- предвидеть конечный результат своих действий и поступков
- брать на себя ответственность

Если

СОГЛАСНЫ, ЧТО

- ✓ Насильственные методы умножают дефекты личности и нежелательные формы поведения
- ✓ Эмоции взрослых независимо от их воли влияют на состояние детей, передаются им, вызывают ответные чувства
- ✓ Отрицательная оценка вредит благополучию ребёнка
- ✓ Ребёнок не боится ошибок или неудач, если знает, что он всегда будет принят и понят взрослыми
- ✓ У детей зарождаются комплексы, когда их с кем-то сравнивают
- ✓ Сотрудничать с детьми-это значит быть с ними «на равных», в том числе, петь, играть, ползать на четвереньках и сочинять вместе с ними
- ✓ Ребёнку любого возраста для эмоционального благополучия необходимы прикосновения, жесты, взгляды, выражающие любовь и одобрение взрослых

Игры-упражнения на внимание
Коммуникативные упражнения
Психогимнастические упражнения
Подвижные игры-драматизации
Пантомимические загадки (упражнения)
Хороводные игры

ПРОВОДЯ

Каким
образом?

В
результате

+

- ✓ Дети не боятся самовыражаться, сопереживать, стали меньше стесняться
- ✓ Смогли заинтересовать почти всех детей 4-7 лет
- ✓ Часть воспитателей стала использовать наши наработки в своей деятельности
- ✓ Расширился «банк» эмоций детей
- ✓ Удалось раскрепостить некоторых застенчивых детей и наладить контакт с «неудобными» детьми
- ✓ Мы вместе с детьми испытываем радость творчества

- ✓ Не смогли использовать с детьми младших групп
- ✓ Застенчивые дети охотно повторяют за другими, но пока не хотят выступать в роли «ведущего»

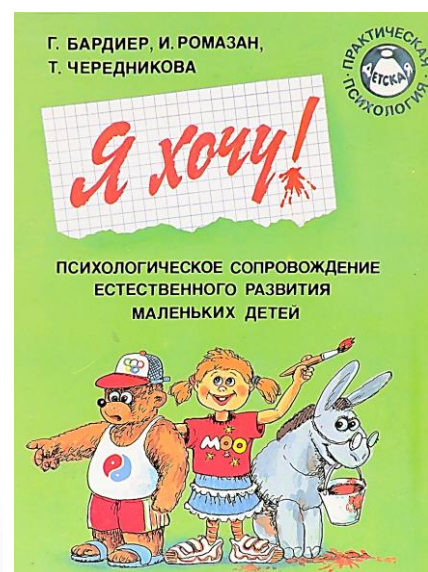
Что?

С кем?

Заниматься по этой методике можно с детьми любого возраста, начиная с 3-х лет

Г
И
М
Н
А
С
Т
И
К
А

О
Щ
Е
Н
И
Й
И
Э
М
О
Ц
И
Й



Педагоги ГБДОУ детский сад №14
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Гачкова И.В.-инструктор по
физической культуре и
Гусева Е.С.-музыкальный
руководитель, представляют свой
опыт в применении на занятиях
в ДОУ элементов психогимнастики.

