Муниципальное образование

**Коррекционно-развивающее занятие с детьми ОВЗ «Преодоление страхов»**

**с использованием сенсорной комнаты»**

***«Я - самый смелый»***



***Подготовила:*** *педагог-психолог*

 *Иванова Анастасия Александровна.*

Ханты-Мансийск 2013г

**«Я - самый смелый»**

**Цель:**

* Преодоление страхов у детей ОВЗ

**Задачи:**

* Ориентация ребёнка на собственные возможности в преодолении страхов.
* Коррекция страхов путём проигрывания ситуаций взаимодействия с предметом страха.
* Снятие напряжения, повышение уверенности в себе.
* Освоение коммуникативных умений.

**Интеграция:**

* ***Музыка*** (звуковой фон, успокаивающая и восстанавливающая музыка.Способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание).
* ***Коммуникация*** (овладение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими).
* ***Познание*** (развитие познавательных интересов, сенсорное развитие).
* ***Чтение художественной литературы*** (формирование интереса и потребности в чтении).
* ***Художественное творчество*** (удовлетворение потребности детей в самовыражении).

**Виды деятельности:**

* Игровая
* Творческая

**Оборудование:**

* Музыкальный центр
* Светильник «Фонтан света»
* «Сухой душ»
* Сенсорная дорожка

**Материалы:**

* Альбомы
* Карандаши
* Диск с музыкой
* Мяч

**Методы:**

* ***Игровая терапия*** (коррекция страха перед сказочными или реальными образами, освобождение от ранее подавленных в связи со страхом эмоций).
* ***Рисуночная терапия*** (снятие напряжения).
* ***Релаксация*** (снятие психического напряжения, сосредоточение на себе, своих переживаниях и ощущениях).
* ***Куклотерапия***(повышение уверенности в себе, самопринятие).
* ***Танцевальная терапия***(умение выражать сильные эмоции, расслабляться).
* ***Телесная терапия*** (снятие заблокированных эмоций радости, хорошего настроения, удовольствия).

**Приёмы:**

* Переживание положительных эмоций за счёт возможности творческой само регуляции.
* Переживание безопасности за счёт создания условной ситуации.

**Предполагаемый результат:**Формирование навыков общения, самостоятельности и независимости, снятие мышечных зажимов, преодоление страхов.



***Конспект коррекционно-развивающего занятия:***

**«Я - самый смелый»**

***Цель:*** Знакомство участников с психологом и участниками группы, с комнатой психологической разгрузки, определение целей встреч.

***Ход мероприятия:***

Психолог: Здравствуйте ребята, как я рада всех вас видеть! Проходите по волшебному мостику (сенсорная дорожка) в нашу волшебную комнату (экскурсия). Давайте сядем с вами в круг и познакомимся, у меня в руках мячик который мы будем передавать, друг другу при этом говоря своё имя. Ну, вот мы и познакомились, и теперь,можем обсудить для чего мы здесь собрались и что будем делать все вместе. А сейчас давайте немного порисуем.

*Раздаётся шум.*

Психолог: Ой, ребята я забыла вам сказать, в нашей волшебной комнате живёт маленький домовёнок, где же он прячется?

*Дети находят домовёнка.Домовёнок выходит к ним.*

Домовёнок:Я вас боюсь, вы кто такие? Вы не будете меня кусать, царапаться, драться и пугать?

Психолог:Ребята давайте познакомимся с домовёнком и скажем ему, что мы добрые и его не обидим.

*Дети подходят к домовёнку, знакомятся.*

Домовёнок:Ребята, меня зовут Кузя и я очень рад, что вы пришли в нашу волшебную комнату. Мне одному очень страшно. А чего боитесь вы?

Психолог: Ребята, у Кузи тоже есть страхи, давайте пригласим его с нами поиграть, порисовать и вместе попробуем справиться с нашими страхами.

***Упражнение « Нарисуй свой страх»***

*Дети, Кузя и психолог рассаживаются за стол*,*им предлагается нарисоватьрисунок под названием* «*Мой страх». После того как дети нарисуют рисунки, необходимо обсудить, чего боится каждый ребёнок.*

Психолог: Ребята, Кузя, предлагаю немного поиграть.

***Подвижная игра «Птицелов»***

***Цель:*** развитие внимание, закрепление знакомства детей.

Психолог: Каждый из васвыберет, какой он хочет быть птицей. Это может быть:ворона, филин, утка, гусь, кукушка, воробей и т.д. Птицелов стоит в центре комнаты с завязанными глазами, а птицы кружат вокруг и приговаривают:

Во лесу, во лесочке

На зелёном дубочке

Птички весело поют.

Ай «Птицелов» идёт!

Он в неволю нас возьмёт,

Птицы улетайте!

Птицы разбегаются. Птицелов хлопает в ладоши – они замирают, а птицелов начинает их искать (птицы не должны прятаться за какие либо предметы). Как только птицелов коснулся птицы, она издаёт характерный для неё крик (три раза). Птицелов должен отгадать название птицы и имя игрока. Если он угадал, узнанный становиться птицеловом, а если нет – игра проводится (4-5) раз.

***Упражнение «Солнечные зайчики»***

*Звуковое сопровождение упражнения «Лесные звуки». Дети и Кузя ложатся на мягкое напольное покрытие.*

Психолог: Ложитесь удобно, так, чтобы ваши руки и ноги отдыхали и закройте глаза. Представьте, что мы с вами отдыхаем на лесной полянке. Мы лежим на мягкой теплой траве, а с неба нам улыбается солнышко. Оно посылает нам свое тепло и ласково касается лучиками. А вместе с лучиками к нам прилетели озорные солнечные зайчики. Один зайчик прыгнул нам прямо на носик, он дарит нам радость и улыбку. Давайте очень аккуратно погладим его, чтобы не испугать зайчика.  С носика зайчик  прыгнул на щечку и подарил нам тепло и спокойствие, погладьте его тихонечко. Зайчику нравятся наши прикосновения. Он посидел еще немного на щеке и прыгнул нам на животик. Вы понравились солнечному зайчику и он подарил нам свою ловкость и силу. Давайте поблагодарим зайчика и нежно погладим его.  Пришло время прощаться с солнечными зайчиками, помашите  им рукой, откройте глаза и улыбнитесь друг другу.

Домовёнок: Ребята, а я хочу прочитать вам стихотворение, которое я сочинил сам.

***Ха!***

***Цель:*** снижение тревожности.

***Чтение стихотворения:***

Меня напугал так сильно страх. В потемках у ворот,Что я в испуге крикнул: Ах!Совсем наоборот:Я крикнул: ХА!И мигом страх забился под забор,Он струсил сам!И слово Ах я позабыл с тех пор!

Психолог: Ребята, посмотрите какой Кузя молодец, даже стихи сам сочиняет, а вы когда чего-то боитесь, надо страху громко говорить ХА! – тогда он испугается вас. А делать это надо так: поднять вверх руки, глубоко вздохнуть, резко наклониться вперед, руки опустить и громко выдохнуть ХА!!!*И всем вместе повторить это упражнение.*

Домовёнок:Я очень рад, что моё стихотворение вам понравилось, давайте маленько поиграем в игру, которая мне очень нравиться, надеюсь, и вам понравиться.

***«Смелые мыши»***

 Выбирается кот. Кот спит в домике, мыши бегают и пищат. Кот просыпается и пытается догнать мышат. Мыши могут спрятаться в домике. Кого поймали, тот и становится котом.

***«Радуга»***

Психолог: Ребята и Кузя! Перед тем, как закончить наше знакомство, предлагаю вам зайти в нашу радугу («сухой душ» из цветных лент).

«Смотрите, какая наша радуга яркая, красочная и веселая. Заходите в нее по одному и потрогайте ее цвета-лучики».

*Дети по одному (или вместе) заходят в сухой душ, перебирают цветные ленты; психолог просит назвать цвета лент, описать их поверхность (гладкие, шелковистые, теплые).*

Домовёнок: Ребята, мне так понравилось сегодня с вами играть, мне совсем не было страшно, вы и правда добрые, а давайте с вами что-нибудь нарисуем и подарим друг другу на память.

***Упражнение «Солнце в ладошке».***

*Психолог,выключает свет, включает светильник (Фонтан света), зачитывает стихотворение, затем дети вместе с домовёнком рисуют рисунки и дарят их друг другу.*

Солнце в ладошке, тень на дорожке,

Крик петушиный, мурлыканье кошки,

Птица на ветке, цветок у тропинке,

Пчела на цветке, муравей на травинке,

И рядышком жук, весь покрытый загаром.

И все это – мне, и все это – даром!

Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил,

Любил этот мир и другим сохранил…

Психолог: На этом наше знакомство закончилось, ребята мне тоже было очень интересно с вами сегодня, давайте попрощаемся с Кузей, мы обязательно к нему придём ещё в гости, а сейчас давайте дружно скажем Кузе: «До свидания!», и пройдём по волшебному мостику в свою группу, где вас ждет угощение.*(Дети идут по сенсорной дорожке).*

Домовёнок: До свидания ребята! Я вас буду ждать.

***До свидания!***

