ГБОУ "Школа № 1329" Дошкольное отделение № 2

Центр игровой поддержки и развития ребенка (ЦИПР)

*Воспитатель - Лабутина М.В.*

*Музыкальный руководитель - Краснова Н.А.*

*Педагог-психолог, старший воспитатель - Морозова Н.В.*

**Использование методов образовательной кинесиологии на игровых сеансах в**

**Центре игровой поддержки ребенка.**

 Занятия в Центре проходят в форме игровых сеансов. Задача ЦИПР - адаптация семьи и ребенка к дошкольному учреждению. Возраст воспитанников - 1-3 года. Занятия ведутся по подгруппам (8-9 детско-родительских пар). На игровых сеансах присутствуют дети с родителями. Все педагоги ЦИПР прошли обучение (базовый курс образовательной кинесиологии в 2013-14 уч.г.). В настоящее время один педагог проходит обучение на тренерских курсах, два педагога - углубленный курс образовательной кинесиологии.

 Адаптированное ритмирование используется, в первую очередь, в период адаптации ребенка и семьи к детскому саду (на первых игровых сеансах в ЦИПР), а также в течение всего учебного года. В начале учебного года для родителей (без детей) проводится обучающий семинар-практикум. Родителям рассказывается о стрессе, который испытывает ребенок при поступлении в детский сад и как этот стресс можно снимать с использованием упражнений гимнастики мозга. Вниманию родителей предлагается презентация и предоставляется возможность попробовать "на себе" сперва оригинальные, а затем и адаптированные для детей упражнения. Почувствовав после упражнений положительный эффект на себе, повышается мотивация родителей выполнять упражнения вместе с детьми в ходе игровых сеансов, а также дома с другими членами семьи.

 Адаптированное ритмирование и упражнения гимнастики используются педагогами с разными целями: организовать группу и настроить на "рабочий" лад или "успокоить" и релаксировать. Дети и родители с удовольствием выполняют упражнения. Положительная динамика свидетельствует о том, что гимнастика действительно работает.

|  |
| --- |
| **Адаптированное ритмирование для раннего возраста** |
| **1.** **"Водичка, водичка..."**Водичка, водичка,Умой мое личико,Чтобы глазоньки блестели,Чтобы щечки краснели,Чтоб смеялся роток,Чтоб кусался зубок.С мамой мы водичку пьем,Дружно все играть пойдем. | ***Вода (энергичность) - упражнение, повышающее энергию тела.****Дети и взрослые принимают воду.*Дети и взрослые выполняют движения (имитируют умывание, показывают глазки, трут щечки, щелкают зубами, улыбаются) |
| ***Детям и родителям предлагается игра "Чудесное превращение".***Раз, два, три, четыре, пять,Начинаем мы играть.Покружились, покружилисьИ в зверят все превратились.Были ребята, а стали котята. | ***Дети и взрослые на счет раз, два... хлопают в ладоши, затем кружатся и изображают котят.***  |
| **2. "Мур, мур, мур", -** Мурлычет котик.Вы погладьте мне животик. А другой ладошкой Погладьте грудку немножко.Мы ладошки поменяем,Животик с грудкой гладить продолжаем. | ***Кнопки мозга (ясность) - упражнение, повышающее энергию тела.****(Улучшение деятельности мозга за счет получения большего объема кислорода, повышение уровня энергии)* Дети и взрослые находят животики (кладут руку на пупочек) и грудки, совершают легкие поглаживающие движения. |
| ***Дети и родители продолжают игру "Чудесное превращение".***Раз, два, три, четыре, пять,Продолжаем мы играть.Покружились, покружилисьИ в зверят все превратились.Были котята, а стали ежата. | ***Дети и взрослые на счет раз, два... хлопают в ладоши, затем кружатся, встают на четвереньки на ковре и изображают ежат.***  |
| **3. Маленький ежик (В.Москвин, Железновы)**3.1. Маленький ежик Четверо ножекНа себе грибок несет, Песенку поет:Фуф-ты, фуф-ты, фуф-ты-фу,На себе грибок несу, Самый сильный я в лесу,Но боюсь одну лису.Маленький ежикЧетверо ножекНа себе лису несет, Песенку поет:Фуф-ты, фуф-ты, фуф-ты-фу,На себе грибок несу, Самый сильный я в лесу,Не боюсь я и лису.3.2. Топал ежик по тропинкеРаз-два, раз-два.И грибочек нес на спинке.Раз-два, раз-два.Ежик топал не спеша,Тихо листьями шурша.3.3. Ходит ежик без дорожек По лесу, по лесу.И иголками своими Колется, колется.А я ежику-ежу Ту тропинку покажу,Где катают шишкиМаленькие мышки. | ***Перекрестные шаги (активность) - упражнение, пересекающее среднюю линию тела.****(Интеграция работы обоих полушарий мозга, развитие координации движений и ориентировки в пространстве)*Дети и взрослые на четвереньках в такт передвигаются по ковру (как усложнение - на спину взрослого и ребенка можно положить маленький мешочек с разным наполнением - крупой). Т.о. дети учатся удерживать равновесие и после игры можно сделать массаж ладошек. |
| ***Дети и родители продолжают игру "Чудесное превращение".***Раз, два, три, четыре, пять,Нам понравилось играть.Покружились, покружилисьИ в зверят все превратились.Были ежата, а стали мышата. | ***Дети и взрослые на счет раз, два... хлопают в ладоши, затем кружатся и изображают мышат.***  |
| **4.** **Мышка в норку забралась.**Мышка в норку забралась,Мышка в норке улеглась.Ножки крестиком сложила,Лапки на груди скрестила.Язычок за зубки прыг,Отдыхает наш язык.Мы лежим и ровно дышим,Ощущенья в теле слышим...Мышка ножки расплела,Мышка лапки развела.Дружат в нашей группе девочки и мальчики,Мы с тобой подружим маленькие пальчики.Один, два, три, четыре, пять.Продолжаем отдыхать.Язычок за зубки прыг,Отдыхает наш язык.Мы лежим и ровно дышим,Ощущенья в теле слышим.Полежали, отдохнули, потянулись и зевнули. | ***Крюки Деннисона (позитивность) - упражнение, углубляющее позитивное отношение.****(Углубление позитивного отношения, концентрация внимания, ослабление эмоционального стресса, улучшение социальной адаптации)* *Дети и взрослые располагаются на ковре. Ребенок ложится на маму (как в норке).**Поочередно показываем правую и левую ладошку.* *Затем начиная с больших, попарно соединяем пальцы рук и располагаем их на животе.* |
| ***Дети и родители завершают игру "Чудесное превращение".***Раз, два, три, четыре, пять,Мы закончили играть.Покружились, покружилисьИ в ребят все превратились.Были зверята, а стали ребята. | ***Дети и взрослые на счет раз, два... хлопают в ладоши и кружатся.*** |
| **Адаптированные упражнения Гимнастики мозга для раннего возраста** |
| **Массаж (Е.Железнова, С.Железнов. Музыка с мамой.)**Мы эту ручку разотрем, разотрем, разотрем,Мы эту ручку разотрем, чтоб выросла побыстрей,Другую ручку разотрем…И ножку тоже разотрем…Другую ножку разотрем…Теперь животик разотрем…И спинку тоже разотрем…И ушки тоже разотрем…И шейку тоже разотрем…Еще раз спинку разотрем… | ***Думающий колпак - упражнение, повышающее энергию тела.*** |
| **Кошка (слова Н. Френкель музыка А. Александрова)**Киска к детям подошла,Молочка просила,Молочка просила,Мяу говорила.Мяу… мяу.. мяу.. мяу…Мяу говорила. | ***Энергетическая зевота - упражнение, повышающее энергию тела.****(Улучшение зрительного внимания и восприятия, снятие напряжения мышц лица, улучшение коммуникации, стимуляция творческих процессов)* *На словах "Мяу, мяу, мяу..." делаем легкие вращательные движения в области щек.* |
| **Сова (Ю.Симбирская, Н.Шемякина, А.Рей)**1. В сосне - дупло.В дупле - тепло.В тепле - **сова.**В сове - слова.Одно - УГУ!Второе - УХ!Ещё в дупле -Трава и пух.Ух, ух, ух, ух.2. Какая сочная трава! -  Любуясь, думала **сова.**- Какие пчелки на цветках,  Смеется солнце в облаках!- Какие яркие цвета,  Вокруг такая красота!-  Всё это думала, а вслух  Сова сказала только:- УХ!!! Ух, ух, ух, ух.3. Совушка, **совушка,** Умная головушка.Не кричи под окном.А скажи-ка о том,Как детишкам уснуть,Глазкам их отдохнуть.- Ух, ух, ух. Ух-ух-ух.Положите мягкий пухДеточкам в подушки.На подушки - ушки.На лебяжьем на пуху,Ух-ух-у, ух-ух-уСладко спится «зайчикам»-Девочкам и мальчикам. | ***Сова - упражнение, растягивающее мышцы тела.****На словах "УХ...." сжимаем попеременно рукой плечо, широко открываем глаза, голову немного подаем вперед и ухаем.* |
| **Мы кружок нарисовали (Е.Железнова, С.Железнов. Музыка с мамой.)**Мы кружок нарисовали Наши пальчики устали, Мы руками потрясём,Рисовать опять начнём.Мы черту нарисовали…Мы волну нарисовали…Точки мы нарисовали… | ***Двойные рисунки - упражнение, пересекающее среднюю линию тела.****Дети и взрослые (можно сидя на ковре, стоя или лежа) рисуют в воздухе двумя руками одновременно.* |
| **Игра с деревянными палочками.**Тук, тук, тук, тукРаздается где-то звук.Молоточки стучат,Строят домик для зайчат.Вот с такой крышей,Вот с такими стенами,Вот с такими окнами, Вот с такой дверьюИ таким замком...(*Далее проводится любая пальчиковая гимнастика.* *В гости к пальчику большому**Приходили прямо к дому**Указательный и средний,**Безымянный и последний**Сам мизинец-малышок**Постучался о порог.**Все мы пальчики друзья,**Друг без друга нам нельзя!)*Жил-был пилот. Пришел пилот и увидел свой самолет. Сел пилот в самолет. Завел мотор (тррррр). И полетел самолет низко-низко. Самолет низко летит, мотор "низким" голосом и тихо гудит (УУУУ). А потом стал подниматься все выше и выше. Самолет высоко летит, мотор "высоким" голосом и громко гудит (УУУУ). Приземлился самолет. Вышел из него пилот. А перед ним широкая дорожка. Пошел по ней пилот. А потом дорожка стала узкой. И по ней прошел пилот. Дошел пилот до мостика. А под мостом речка бежит. Аккуратно пошел пилот по мостику. А мост длинный, длинный.Топ, топ, топ, топ. Прыг и стоп. | ***Мысль о Х - движение, пересекающее среднюю линию тела.****Детям и взрослым раздаются деревянные четырехгранные палочки длиной 20 см ориентировочно (по 2 штуки - в одну руку и другую руку).**Дети стучат палочками.**Затем из палочек складывают крышу (две палочки соединяются в верхушке треугольника), стены (палочки расположены параллельно друг другу* I I*), окна (одна палочка горизонтально вверху, а под ней горизонтально вторая палочка внизу), дверь (две палочки соединены --), замок (две палочки располагаются перпендикулярно по отношению друг к другу* Х*).**Показывается большой палец.**Показывается указательный палец.**Безымянный.**Мизинец.**Все пальчики складываются в кулак.**Кулак (1 рука) стучит по ладошке 2-й руки.**Кулачки раскрываются.**Пальцы скрещиваются, образуя "замок".**Указательный и средний пальцы шагают по ковру.* ***"****Захват" 4-мя пальцами (большой, указательный, средний и безымянный) перекрещенных палочек.**Воспроизводим звуки моторчика.**Перекрещенными палочками в воздухе рисуем* ***Ленивые восьмерки.****Располагаем перекрещенные палочки на ковре (*Х*).**Указательный и средний пальцы шагают по ковру.* *Палочки из положения* Х *приводим в положение* II - ***Мысль о II****.**Указательный и средний пальцы шагают по ковру между двух палочек.* *Сужаем расстояние между* II *палочками.**Указательный и средний пальцы шагают по ковру между двух палочек.* *Соединяем вместе две* II *палочки.**Указательный и средний пальцы шагают по соединенным вместе* II *палочкам**Располагаем палочки одну за другой (поочередно).**Указательный и средний пальцы шагают по соединенным в одну линию палочкам.**Указательный и средний пальцы "дошагали" до конца палочки, "спрыгнули" на ковер и замерли на 1-3 секунды.* |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ***Благодарим за внимание!*** |