**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**муниципального образования город Краснодар**

**«Центр развития ребёнка – детский сад № 233»**

350089, г. Краснодар, ул. Бульварное Кольцо, 20, тел/факс 261-78-91, detsad233@kubannet.ru

****

Подготовила

педагог-психолог

МБДОУ МО г. Краснодар

«Центр – детский сад № 233»

Головко З.В.

г. Краснодар, 2015г.

**1.    «Океан»**

«Закройте глаза и ощутите себя в океане голубого цвета, почувствуйте и поверьте, что вы — волна в этом океане... и т.д.». Упражнение выполняется в удобной для детей позе. Музыка — фон. Можно также использовать запись природных шумов — морской прибой, голоса дельфинов, чаек и т. д.

**2.  «Убегающий звук»**

Хорошее упражнение для концентрации и умения сосредоточиться, что так необходимо для успешного вхождения в медитативное состояние. Используется колокольчик или любой другой музыкальный инструмент со звучанием, затихающим постепенно (фортепиано, гитара, монохорд, гонг, треугольник, китайский колокольчик «Волшебный ветер» и др.). Взрослый просит детей прислушиваться к колокольчику (струне, клавише, гонгу) до тех пор, пока его звук совсем не затихнет. Это упражнение также является хорошей тренировкой произвольного внимания.

**3.   «Хрустальная вода**

Детям предлагается присесть, представить, что они набирают пригоршню воды из ручья, поднять руки вверх и вылить ее на себя, часто подпрыгивая на одном месте и произнося звук «и-и-и...» так долго, насколько они смогут. Затем замереть и прислушаться к звуку музыкального инструмента — колокольчику «Волшебный ветер» (или к треугольнику, гонгу, гитаре, фортепиано). Прислушиваться до тех пор, пока звук его не затихнет.

**4.   «Волшебный горшочек»**

Как заинтересовывающий момент здесь используется горшочек с колокольчиками (по мотивам сказки Г.X. Андерсена «Свинопас»). Помимо диагностической ценности ассоциаций, вызванных музыкой в соответствии с явлением психорезонанса, задание развивает интонационный слух детей. Используется для работы с малыми группами. Детей просят послушать музыку, которую наигрывает горшочек, и ответить на вопрос: о чем он поет? Используются короткие музыкальные фрагменты, специально отобранные и соответствующие состоянию детей.

**5.  Фантазия «Крылья»**

Проводится с открытыми глазами. Музыка — фон. Взрослый вводит в фантазию: «Вы замечаете, что у вас растут крылья. Вы летите. Что вы видите? Куда вы летите? Где вы приземлитесь?»

**6.   Фантазия «Животные»**

Проводится с открытыми глазами. Взрослый вводит в фантазию: «Представьте, что вы — животные (дети выбирают по желанию). Вы двигаетесь, как они, издаете звуки, как они». Дети фантазируют, а взрослый озвучивает их фантазии соответствующими музыкальными отрывками, которые иллюстрируют данных животных, сопровождает показ детей различными подходящими музыкальными инструментами или звучащими предметами.

***Дополнительное задание:***

Детей просят продемонстрировать, как поют те или иные животные, которых они изображают, как они звучат? Показать на музыкальных инструментах.

**7.   Фантазии с шарфом**

Взрослый рассказывает историю (о жизни ребенка, о нем самом, о происшедших с ним событиях). Шарф держится за углы над ребенком. Ребенку предлагается двигаться, когда шарф поднимается, и останавливаться, когда он опускается и накрывает его с головой. Наблюдая за гиперактивными детьми с нарушением внимания, можно заметить, что им трудно остановиться, они не могут сконцентрировать свое внимание. Включаясь в игру с шарфом, дети, отличающиеся двигательной расторможенностью, как правило, в состоянии замедлить или остановить свои движения, когда шарф на них опускается. Здесь может прийти на помощь гармонизирующая сила музыки. Специально подобранная по интенсивности, ритму и тембру музыка поможет упорядочить движения. Кроме того, музыка поможет вовремя остановиться, усилить эффект опустившегося шарфа. Это может быть специальный музыкальный сигнал-подсказка: громкий аккорд, звук определенного музыкального инструмента, замедление ритма, постепенное затихание. Музыка с размеренным, четким ритмом, не быстрее, чем 60 ударов в минуту, поможет ребенку сконцентрировать внимание. Взрослый добивается постепенно синхронизации движений детей с содержанием рассказа. Ребенок приобретает навык координации вербальных и невербальных сигналов. Содержание рассказа также может подкрепляться, иллюстрироваться соответствующей музыкой, вызывающей определенные эмоции. Чем ярче будут эти эмоции, тем прочнее окажутся ассоциативные связи, возникшие на их фоне.

**8.   «Волшебный ковер»**

В игре «Волшебный ковер»,предназначенной для работы с гиперактивными детьми, уместно использовать музыку со стабильным ритмом не более 50-56 ударов в минуту, негромкую, эмоционально ровную. Дети садятся на ковер, а у взрослый читает им сказку. Игру сопровождает негромко звучащая музыка. Она помогает удерживать детей в спокойном состоянии. Игра на коврике обычно доставляет ребенку удовольствие и позволяет занять его полезным делом.

**9.  «Ваш мир в красках, формах и линиях»**

Детей просят изобразить свой мир на бумаге, используя для этого только линии (прямые и кривые, широкие и тонкие, разных цветов) и формы, ничего конкретного. Музыка - фон, подобранный в соответствии с детской аудиторией (успокаивающий, стабилизирующий или, наоборот, активизирующий).

**10.  *«*Спонтанное рисование под музыку»**

Детям предлагается рисовать все, что они захотят, пока звучит музыка. Ассоциации, рожденные музыкой, свободно выражаются ими на бумаге. Используются карандаши, краски, мелки и т. д. Музыка — яркая, эмоционально богатая, не громкая, не более 60-65 ударов в минуту.

**11.  «Сквиггл»**

В процессе этого упражнения возникает огромное количество способов общения. Сквиггл — изображение на листе бумаги беспорядочных знаков, обычно черного цвета. Взрослый и ребенок садятся напротив друг друга за стол, положив перед собой два карандаша и бумагу. Взрослый изображает сквиггл и просит ребенка превратить его во что-нибудь. Ребенок дополняет рисунок и просит учителя продолжить и т. д. По ходу игры участники рассказывают о содержании своих картинок и обо всем, что они думают. Это задание можно выполнять под музыку. Музыка может служить фоном, а может, как таймер, фиксировать время рисования каждого из участников.