|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Кинезотерапия | 1 раз в неделю | Комплексное применение различных движений для оздоровления детей: упражнения для развития межполушарного взаимодействия, для развития творческого мышления, для профилактики нарушений зрения и активизации работы мышц глаз. | Воспитатели |

**КИНЕЗОТЕРАПИЯ**

**Кинезотерапия** это музыкально – пластическое искусство отражающая жизнь в двигательных образах. Танцетерапия основана на выражении пластикой тела определённых чувств и переживаний. В качестве главного средства выражения этих состояний в танце является пантомимика, жесты, которые составляют особый выразительный язык, передающий внутреннее состояние человека. Благодаря своеобразию языка танец способен из психоэмоциональной сферы человека бессознательно извлекать подавленные влечения, желания и конфликты человека и делать их доступными для осознания и регуляции психомоторного состояния.

**Виды кинезотерапии**: коррекционная ритмика, танцетерапия, ритмопластика, психогимнастика.

**Тема: «Волшебство леса» (в сюжетно-игровой форме)**  
  
**Цель:** оптимизация тонуса, коррекция психических процессов (про­извольности, концентрации внимания, воображения), управление соб­ственным телом, обучение релаксации, снятию локальных мышечных зажимов, развитие целостного образа тела, пространственной ориенти­ровки, формирование коммуникативных навыков.  
  
  
Занятие проводит воспитатель (психолог), используя музыкальные аудиозаписи, подобранные к занятию. Специального обучения движениям не прово­дится, а используются двигательная импровизация, выполнение движе­ний по показу воспитателя (психолога).  
 Первая часть  
«Путешествие в лес» (аудиозапись «Волшебство леса» серия «романтические баллады»). Спокойная ходьба по залу. Дети с психологом идут в «лес» (в зале), слушают пение птиц.  
  
«Гроза» (аудиозапись из серии «Звуки природы»). Передача в движении различных физических и эмоциональных состояний. Дети прячутся от дождя под «большие лопухи»: передают напряжение от холодного дождя, ежатся, собирают тело, группируются, присев на корточки.  
  
«Лес после дождя» (аудиозапись «Рассвет в лесу» из серии «Звуки природы»). Передача радостного состояния от того, что прошел дождик, светит солнце, все просыхает, тело расслабляется под лучами солнца и тепла. Дети потягиваются, «сбрасывают напряжение».