**Применение психогимнастики в НОД с детьми старшего дошкольного возраста.**

Психогимнастика в конкретном понимании – это гимнастика для психики, так как здесь задействованы такие психические процессы, как внимание, мышление и воображение. Посредством психогимнастических упражнений дети учатся выражать свои эмоции, чувства, переживания, а также понимать эмоциональное состояние других людей. Психогимнастика способствует раскрепощению детей, развивает пластику движений, регулирует поведение, помогает концентрации внимания, активизирует работу мысли и воображения.

 Психогимнастика включает два момента: выражение психоэмоцианального и психофизического состояния. В первом случае дети учатся выражать свое эмоциональное состояние и отношения между людьми с помощью мимики и взгляда. Во втором случае совершенствуется общая и двигательная сфера – пластика и движения, сопровождаемые речью. В обоих случаях психогимнастика может влиять на самочувствие, настроение и активность ребенка.

 Умение выразить определенное чувство, настроение, сопереживание кому – либо, отношение к чему-либо – и все это является основой нравственного поведения. Эмоциональное развитие – фундамент нравственного воспитания.

 Психогимнасические упражнения можно проводить в любое время занятия: в начале, по ходу или в заключительной его части. Они снимают усталость, являясь эмоциональной разгрузкой, способствуют повышению интереса к занятию и могут служить переходным моментом между частями занятия. Фантазия ребенка беспредельна и неиссякаема, нужно лишь своевременно дать толчок для ее развития и поддерживать интерес к такому виду самореализации.

 Психогимнасические упражнения провожу на фронтальных, подгрупповых занятиях по формированию лексико–грамматических категорий и развитию связной речи. Психогимнасические упражнения подбираю в соответствии с изучаемой лексической темой, приведу примеры:

**Тема: «Начало осени».**

 *Образные перевоплощения.*

 Какой вы себе представляете Осень? Изобразите раннюю и позднюю Осень. У ранней осени легкая поступь, веселое лицо, она радостная, щедрая, добрая и красивая. Поздняя Осень грустная, печальная, гонимая Зимой.

 *Действия с воображаемыми предметами.*

Придумайте действия, которые можно наблюдать в осеннюю пору: уборка урожая, сбор фруктов.

 *Обыгрывание ситуаций.*

«Прогулка в лес».

Пробираемся сквозь бурелом, встречаем пугливого зайца, собираем чернику, бруснику.

«Собираем грибы».

Мы по лесу шли – шли – шли, подосиновик нашли,

Положили в кузовок и дальше пошли.

Мы по лесу шли – шли – шли, белый гриб нашли…..

**Тема: «Части тела».**

*Выражение эмоционального и психофизического состояния.*

Покажите, каким разным может быть взгляд человека.

* Насмешливый, печальный, добрый, злой, обиженный.
* Изобразите человека, который несет тяжкий груз.
* Изобразите человека, изнемогающего от жажды и голода.
* Покажите свое состояние в холодный зимний день, в жаркий летний день.

 Передайте мимикой свое настроение, состояние, намерение и отношение к другому человеку:

приятно – неприятно смел – труслив

сердит – добр болен – здоров весел - печален

 *Образные перевоплощения.*

* Покажите, как ходит великан среди лилипутов, лилипут среди великанов.
* Изобразите охоту первобытных людей на мамонта.

**Тема «Домашние птицы».**

*Выражение психоэмоционального и психофизического состояния.*

* Выразите состояние хозяйки, у которой пропали гуси.
* Представьте себя заботливой хозяйкой и покажите, как она ухаживает за птицами.

*Образно – пластическое творчество детей.*

* изобразите заботливого петуха;
* сердитую гусыню;
* суетливую курицу;
* индюка, распушившего хвост.

*Пластические этюды с использованием стихотворений.*

Курица и коршун (один ребенок изображает сердитого коршуна, а логопед с детьми – курицу и цыплят).

Почему я хмур?

Я не вижу кур!

От меня их прячут.

Что все это значит?

Коршун тоже птица,

Надо ей кормиться.

Не могу я кашу есть,

 Это надо вам учесть.

 Таким образом, используя психогимнастику на логопедических занятиях, обеспечиваю доступ к информации различного рода, помогаю овладеть системой знаний об окружающем мире.