20 группа Работа на апрель 2024 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Снижение уровня тревожности ребенка**  - закрепление успеха и повышение уверенности ребенка в себе | **“Придумки” (Черепанова Г.Д.)**  Цель: научить детей распознавать различные эмоции.  **Этюды на расслабление мышц**  **“Штанга”**  Вариант 2  Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.  **“Зайки и слоники” (Лютова Е.К., Монина Г. Б.)**  Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки. | 1.на первых этапах работы подбирать такие задания, с которыми ребёнок обязательно справится. Помощь и похвала взрослого!  2. пальчиковые игры  3. совместно с ребенком создать укромное место, где ребенок может посидеть один и никто не будет ему мешать. | 1.пальчиковые игры  2. помощь и похвала взрослого  3. научиться улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы ребенка, свидетельствующие о его дискомфорте.  4. чаще присутствовать в группе или классе, где занимается ребенок.  5. обеспечить комфортную обстановку для общения и обучения.  6. совместно с ребенком создайте укромное место, где ребенок может посидеть один и никто не будет ему мешать. |
|  | **Профилактика утомляемости**  (коррекция психической пресыщаемости и физической истощаемости) | **Упражнения на релаксацию и дыхание**  **“Драка”**  Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.  **“Воздушный шарик»**  Цель: снять напряжение, успокоить детей.  **“Корабль и ветер”**  Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.  **“Подарок под елкой**”  Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг глаз.  **“Дудочка”**  Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ. | 1. необходим индивидуальный ритм работы, более частое переключение с одного вида деятельности на другой.  2. не загружать ребёнка непосильными для него заданиями. 3. рисование красками (кисточками, штампами и особенно пальцами) помогает детям снять излишнее мышечное напряжение - работа с песком, глиной, пшеном, водой. | Избегать переутомления ребенка |