Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Центр развития ребенка- детский сад № 115»

Организация игровых детско-родительских тренингов с использованием элементов телесно-ориентированной терапии для развития психомоторной регуляции у детей раннего возраста в условиях Центра поддержки семьи

Лимонова Оксана Алексеевна,
педагог- психолог
Жуковина Ольга Григорьевна,
инструктор по ФК

Актуальность использования телесно-ориентированной терапии

Создает условия для снятия телесного и эмоционального напряжения

Снимает барьер «дистанции» в отношениях с родителями, позволяет стать ближе, роднее друг другу, избавится от обоюдных обид и претензий

Эффективна при работе с застенчивыми, неуверенными в себе детьми , у которых есть проблемы с отстаиванием своего мнения, защитой себя

Телесно-ориентированная терапия направлена на:

- Развитие координации равновесия
- Повышение сенсорной чувствительности
- Развитие мелкой моторики
- Развитие зрительного анализатора
- Снятие психомоторного напряжения
- Обучение основам саморегуляции
- Развитие эмоциональной сферы, навыков общения и моделирование эмоций

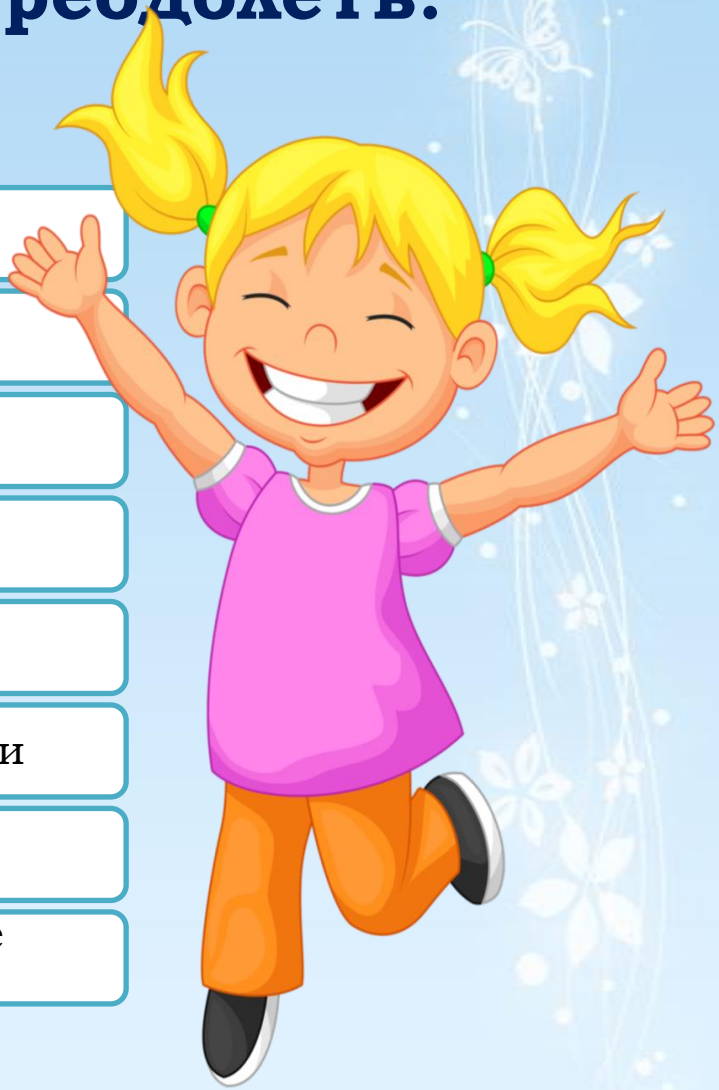
Цели игровых детско-родительнских тренингов с использованием телесно-ориентированной терапии

Установление эмоционального контакта между ребенком и родителем, создание атмосферы взаимопонимания, развитие чувства взаимного доверия

Развитие у ребенка чувства защищенности и комфорта, снятие эмоционального напряжения

Телесно-ориентированная терапия помогает ребенку преодолеть:

- Тревожность
- Возбудимость
- Плаксивость
- Агрессивность
- Страхи
- Трудности в общении
- Стеснительность
- Психосоматические проблемы



Элементы телесно- ориентированной терапии

- пальчиковая гимнастика
- массаж, самомассаж
- подвижные игры различной интенсивности
- ритмические и танцевальные упражнения
- дыхательная гимнастика
- коммуникативные игры
- игры и упражнения на знакомство и закрепление эмоциональных состояний
- релаксационные упражнения
- игры и упражнения валеологической направленности

«Самолет»

«Лошадка»

«Птички в гнёздышках»

«Коньки»

«Ковалек»

«Свинки»

«Летящий ребенок»

«Солнышко»

Ожидаемые результаты

- Установление эмоционального контакта детско-родительских отношений;
- Развитие чувства защищённости и комфорта;
- Создание атмосферы взаимопонимания;
- Эмоциональное сближение ребёнка и родителя;
- Снятие у ребёнка эмоционального напряжения;
- Развитие чувства доверия друг к другу;
- Устранение двигательных нарушений;
- Развитие физических качеств: гибкость, ловкость, координация движений.
- Профилактика опорно-двигательного аппарата.

Спасибо за внимание!