

*Дмитриева Татьяна Валерьевна, воспитатель,
Гаврилова Клара Зиновьевна, воспитатель,
Ровенская Евгения Евгеньевна, воспитатель,
МБДОУ "Детский сад № 108", г. Чебоксары*

Игрокоррекция детских страхов

Аннотация: Детям свойственно чего-то бояться. Еще бы, ведь их окружает такой большой и незнакомый мир. Детские страхи обусловлены возрастными особенностями детской психики и по мере взросления ребенка проходят без следа, но иногда они приводят к тому, что у ребенка меняется поведение: он становится неуверенным в себе, излишне тревожным и неспособным к гармоничному взаимодействию с внешним миром. Рекомендуемый нами опыт работы по коррекции детских страхов позволяет детям избавиться от необоснованных страхов, чувства беспокойства, повысить собственную самооценку. Информация будет полезна для ознакомления педагогам-психологам, воспитателям детских дошкольных учреждений.

Ключевые слова: чувства, эмоции, страхи, пиктограммы, смелость, героизм.

Цель: оказать психологическую помощь боязливым, неуверенным в себе детям, имеющим различные страхи; научить их преодолевать свои страхи путем развития позитивного мышления.

Программное содержание:

Образовательные задачи: познакомить с эмоциональным состоянием - страх; учить выражать чувство страха в рисунке.

Развивающие задачи: развивать умение бороться со страхами, учить абстрагироваться от внешних воздействий;

Воспитательные задачи: воспитывать умение взаимодействовать со взрослым и сверстниками.

Оборудование и материалы: фонограмма песенка страхов из мультфильма «Ничуть не страшно», карта «Острова сокровищ», пиктограммы, 4 тематические картинки, чёрный ящик, зеркала, листы бумаги, краски.

Предварительная работа с детьми: чтение художественной литературы: рассказ Н. Носова «Живая шляпа», беседа на тему: «Почему бывает страшно» (цель: выявить какие страхи бывают), рассмотрение иллюстраций «Чувства и эмоции», дидактическая игра «Пиктограммы».

Методические приёмы: создание игровой ситуации, выполнение игровых действий, задания детям, вопросы, пояснение, упражнения, использование художественного слова.

Словарная работа: храбрецы, пиктограмма, скользкий, трусливый, смелый, отважный, храбрый, мужественный, победитель.

Ход ООД:

1. Игровая мотивация.

В группе появляется чёрный ящик пиратов.

Ребята, а что в нашей группе изменилось? Что может быть спрятано в этом ящике? А может не будем открывать этот ящик? Вдруг там то, что может нам не понравиться? Дети открывают ящик и находят карту острова сокровищ. В ней старый пират рассказывает, что нужна помощь «Острову сокровищ», так как там поселились страхи. Как нам ребята, поступить? Отправляемся побеждать «Страхи» на «Острове сокровищ».

2. Упражнение «Лодочка»

Первый значок на карте пирата «Лодочка». Чтобы добраться до острова по воде нам нужны лодки. Давайте сделаем лодочки из ребят. Веселей работай веслами, «Остров сокровищ» приближается. Мы на суше, где поселились «Страхи», как тут неприветливо.

3. Игра «Чего ты боишься».

Следующий значок «Мячик». Ребята, а вы чего-нибудь боитесь? Давайте сядем в круг и расскажем про ваши страхи. Дети бросают мяч воспитателю, при этом называют свой страх. (Диагностика страхов).

- Как вы думаете страх, это приятное чувство или нет? Почему?

- Если бы страх можно было потрогать, то каким бы на ощупь он был? (липкий, скользкий, мерзкий, холодный, колючий).

- Если бы страх можно было понюхать, каким бы он был по запаху? По вкусу? По цвету?

4. Упражнение «Зеркало».

На карте нарисован значок «Зеркало». А давайте попробуем увидеть эти «Страхи». Возьмите зеркала и постарайтесь изобразить это чувство в зеркале. (Мимика: глаза расширены, рот открыт, брови приподняты).

- Когда же к нам приходят страхи?

- Перед сном, когда темно или один.

- Наше воображение начинает рисовать страшные картинки. Нам чудятся чудовища под кроватью, а за занавеской прячется приведение, слышатся ужасные звуки. Увидели страшный сон, и мы начинаем бояться. Чтобы победить «Страхи» «Острова сокровищ» нужно победить свои страхи. Назовите слова, близкие по значению к слову «Смелый», ведь «Страхи» бояться героев. Герой, смелый, отважный, храбрый, мужественный, победитель.

5. Упражнение «Подбери пиктограмму».

Посмотрим на карту, стрелочка ведёт к значку «Пиктограмма». Нам с вами нужно подобрать к каждой картинке соответствующий знак пиктограммы. Детям предлагаются пиктограммы «Страх», «Радость», «Грусть», «Злость». Почему вы так думаете?

6. Пальчиковая игра «Как живешь?»

Значок «Отдых» нужно отдохнуть. Поиграем с пальчиками.

- Как живешь?

- Вот так! (большие пальцы вперед)

Как плывешь?

Вот так! (имитация плавания)

Как бежишь?

- Вот так! (указательные и средние пальцы «бегут»)
- Вдаль глядишь?
- Вот так! («бинокль»)
- Ждешь обед?
- Вот так! (Подпереть щеку кулачком)
- Машешь вслед?
- Вот так! (помахать кистью руки)
- Утром спишь?
- Вот так! (обе руки под щеку)
- А шалишь?
- Вот так! (хлопнуть по надутым щекам)

7. Использование художественного слова.

Мы пришли к значку «Книжка». Ребята, послушайте стихотворение Корнея Чуковского «Храбрецы».

Наши-то портные храбрые какие:

Не боимся мы зверей, ни волков, ни медведей!

А как вышли за калитку да увидели улитку - испугались, разбежались!

Вот они какие храбрые портные!

Почему разбежались портные? Что можно сделать, когда страшно?

Почему люди говорят, что у страха глаза велики? Ответы детей.

8. Игровое упражнение «Победи свой страх».

Какой значок следующий? Значок «Карандаш». Давайте нарисуем свой страх. Мы можем делать с ним все, что хочется. А теперь попробуем напугать свой страх. Сначала нужно по нему потоптаться. Потом скомкать листочек в маленький шарик и закинуть в ящик старого пирата. Раз, два, три начни. Звучит фонограмма из мультфильма. Вот и разбежались «Страхи» и «Остров Сокровищ» сразу стал весёлым. Возвращаемся обратно в детский сад.

9. Рефлексия.

Что мы сегодня сделали? Что больше понравилось? Что запомнили?

- А чего нужно опасаться детям?

Пожара, электричества, машин, необдуманных поступков, посторонних людей, острых предметов, больных диких и домашних животных. Молодцы, ребята, вы слали храбрыми и смелыми! Дети награждаются медалями «За смелость».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Зинкевич Т. Д. – Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии - СПб.: ООО «Речь», 2000.
2. Иванова Н. Ф. Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет, Учитель, 2009.
3. Справочник педагога-психолога (журнал 04,2011). / Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. - Изд-во «Союз», СПб., 2000.
4. Спиваковская А. Психотерапия: игра, детство, семья. – Том 2 – ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000.
5. Савина Е., Шанина Н. Тревожные дети. /Ж. «Дошкольное воспитание», - 2006 г. – №4.
6. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика. - Москва-Воронеж, 2000.
7. Психодиагностика эмоциональной сферы личности. Практическое пособие. – М., 2006.