

Советы для работы с тревогой и страхом

1. Если мы работаем в тревогой, то нейролиний чем больше, тем лучше, чтобы ребёнок выплеснул всю тревогу в их рисование. Пока хочется их рисовать-рисуйте.

2. Если работаем просто на успокоение, то нейролиний много рисовать не нужно, главный процесс будет заключаться в введении цвета и штриховке.

3. Если работаем со страхом, то с ним нужно разговаривать, используя приём «комментированного рисования». Задаём ребёнку последовательно вопросы типа:

-Где ты сейчас? (в начале рисования нейролиний)

-Где ты будешь? (помогаем закончить нейролинию)

-Давай нарисуем дорожку для смелости. Давай придумаем, какие нам понадобятся шаги (ребёнок называет и рисует дорожку из кругов и овалов: «Я буду смелым, если мама будет хвалить, если я буду хорошо есть, если папа будет помогать заниматься, если я не испугаюсь собаки и т. д.).

4. Во время работы стараемся узнать про страх ребёнка: на что он похож, какой он формы, из чего он сделан, в какой части твоего тела он сидит, доставай его, задаём вопрос страху: «Страх, зачем ты пришёл ко мне?», «Что мне сделать, чтобы ты ушёл?».

5. Если ребёнок захотел перевернуть лист- можно перевернуть. Если устал рисовать – можно не заканчивать работу, а продолжить её потом.

6. Маленьким детям надоедает закрашивать уголки- «сопрягать», поэтому можно схитрить и спросить какие уголки нужно сгладить, чтобы сглаживать их взрослому, пока рука ребёнка отдыхает.

По окончании работы обязательно вербализируем результат, эмоциональное состояние.

Тема : «Нейрографика - как метод развития пространственного мышления в коррекционной работе с дошкольниками с ОВЗ»

Форма проведения : тренинг, досуг, элемент релаксации, образовательная деятельность

Приложение

Нейросказка «Ручейки».

Однажды наступила весна. Светило яркое, весеннее солнышко и на свет появился ручеек, не простой, а волшебный. Стало совсем тепло, снег таял чаще и появлялось все больше ручейков. Ручейки бежали в разные стороны, каждый по своему пути, которые не повторялись и не находили друг друга. Каждый бежал по своей извилистой дорожке и нёс свой чистый и длинный путь. Дорогой друг! Куда бежит твой ручеек? В какую сторону? Где будет твой светлый путь? Много ручейков разливались по земле, и у каждого был свой путь: неповторимый и неожиданный. Ручейки находили себе друзей и знакомились с ними ближе. Как ты думаешь, какими были

друзья? Нарисуем друзей кружочками. Посмотри, сколько друзей нашли ручейки! Они стали дружны и появились вот такие дорожки, которые стали встречаться друг с другом, общаться и дружить. А чтобы друзья не ссорились, давай закруглим и соединим плавно получившиеся островки. Соединяя и сглаживая наши островки, еще раз прорисуем по нашим ручейкам. Рисуя, подумай, как ручейки любят своих друзей, как весело с ними играют. А теперь выбери цвет и закрась фигуры, соединяя цветом, как тебе хочется. Получилась вот такая целая картина! Если тебе хочется, ты можешь выбрать цвет и ещё раз пройти по дорожкам ручейков!



Тема: «Эмоциональный мир обучающегося в технике нейрографики».

Цель: Проработать мысли и эмоции, эмоциональное состояние обучающихся, с помощью нейрографического рисунка.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить обучающихся с понятием «нейрографика», «нейролиния».

Развивающие:

- способствовать формированию эмоциональной устойчивости у обучающихся;

- способствовать творческому самовыражению, развитию воображения.

Воспитывающие:

- воспитывать умение работать в коллективе, дисциплинированность.

Ход занятия

I. Организационный этап. Приветствие.

Психолог: Здравствуйте ребята! Я рада приветствовать вас на нашем занятии.

Психолог: В самом начале нашего занятия, предлагаю проверить с каким настроением каждый из вас пришел на занятие, и каким настроением вы хотели бы поделиться друг с другом.

Цветовой тест Люшера

Цель: определение эмоционального состояния обучающихся.

- Психолог: Перед вами лежат восемь цветных карточек. Необходимо выбрать карточку того цвета, который приятен, нравится больше других на данный момент.

- Отложите, пожалуйста, эту карточку на край стола.

(обучающиеся выбирают карточку определенного цвета и кладут его на край стола)

Психолог: Итак, настроение мы с Вами определили. А сейчас я предлагаю поприветствовать друг друга аплодисментами.

(обучающиеся аплодируют друг другу).

Психолог: Сегодня наше занятие будет необычным, мы с вами познакомимся с очень интересной и новой методикой воплощения (передачи) наших с вами эмоций, чувств, переживаний и даже страхов.

Этот метод ребята называется **«Нейрографика»**.

(на экране картинка нейрографического рисунка)

Организационный этап.

Психолог: Я предлагаю вам, настроится на выполнение творческого задания.

- Давайте встанем и сделаем большой круг.

Релаксация «Волшебный лес»

Психолог: Расслабьтесь и представьте, какой эмоциональный рисунок вы хотели бы изобразить на бумаге.

- Итак, закрываем глаза, ладошки протягиваем в центр круга и переносимся с вами в волшебный лес.

(звучит музыка леса).

Психолог: Представьте себе, что вы идете по тропинке, вокруг поют птицы, вы улыбаетесь, на душе у вас спокойно, радостно. Старайтесь максимально задействовать все ваши чувства. Вы наслаждаетесь этой красотой.

- Вы идете по тропинке, холодная роса попадает вам на ноги, вы чувствуете запах сосны, вдыхаете чистый воздух полной грудью *(обучающиеся делают глубокий вдох)* чувствуете какой запах у сосны? Как гармонично и красиво поют птицы. Вы ощущаете приятные эмоции: радость, восторг, удивление.

Улыбнитесь себе.

Психолог: Открывайте глаза, присаживайтесь.

- Какие ощущения преобладали у каждого из вас?

- Какую картинку для себя вы представили?

Психолог: Какие чувства появились у вас?

- А что такое чувства? Какие они бывают?

- Чувства – это наше состояние, злость, радость, обида, счастье.

Психолог: Как мы можем чувствовать радость в своей жизни? *(обучающиеся перечисляют).*

(когда мы счастливы, когда у нас есть какое – либо увлечение, когда испытываем заботу, общение приносит радость, получение подарка).

- Когда мы улыбаемся друг другу, мы испытываем радость?

Психолог: **Радость** – это положительная эмоция, которая есть у каждого из нас. Она живет внутри нас.

- Это большой источник нашей энергии, который помогает нам совершать хорошие поступки, делится своей улыбкой, получать что – то приятное, не грустить.

- И сейчас я предлагаю вам создать источник нашего внутреннего состояния, наших эмоций «Радугу Эмоций».

Психологический рисунок в стиле нейрографики «Радуга моих эмоций»

Психолог: А создадим ее мы в технике нейрографики.

- Итак, готовы? Берем лист бумаги и фломастер того цвета, который вам нравится. Рисуем на листе круги. Это наши эмоции. Нарисуйте те, эмоции которые вы чаще всего сегодня ощущали.

(обучающиеся рисуют круги, подписывая на каждом какая это эмоция).

Психолог: Теперь с помощью нейролиний проведем линии от наших эмоций и нарисуем воздушные шарики. Эти шарики – это наша радость.

Радость у каждого своя, поэтому и шарики будут разной формы и разного цвета.

- Теперь раскрасим шарики цветами, которые у вас ассоциируются с радостью. Хорошо. Молодцы!

- А теперь напишите на этих шариках, то, что приносит вам радость.

(события, предметы, люди).

- Теперь мы рисуем солнце. Солнце будет располагаться там, где вам хочется его расположить. Солнце наполняет нас своей энергией и своим теплом.

- Давайте раскрасим солнце нейролиниями. А теперь проведем линии от солнца к нашим эмоциям.

- С помощью этих линий солнце дарит нам свое тепло. Это как лучики солнечные, проходящие через наши эмоции.

Психолог: Ребята посмотрите на свой рисунок. Какой он у вас?

- Теперь мы рисуем радугу. А какая радуга? *(ответы обучающихся)*

Психолог: Цвета радуги - это как наше состояние, наше настроение. Иногда мы бываем радостными, а иногда находим грусть или мы печалимся. Верно?

- Хорошо, молодцы! Я вижу, что у всех получается. Радуга у нас тоже будет изображена нейролиниями.

- Как и наше внутреннее состояние, меняется, так и цвета в радуге разные преобладают.

- Выделим их по ярче, каждый цвет у радуги особенный.

Психолог: А когда появляется радуга? *(обучающиеся отвечают)*.

- Радуга появляется после дождя, и дарит нам надежду на яркую, солнечную погоду. На светлое будущее.

- Итак, теперь давайте проведем линии от нашей радуги к нашим эмоциям.

Психолог: Радуга наполнит наши эмоции своей красотой и подарит нам положительный настрой.

Психолог: Ребята, теперь мы будем искать замочки, то есть места, где пересекаются линии. На месте пересечения мы рисуем улыбку, сглаживая и округляя углы. Эти округления, способствуют устранению негативных эмоций, снятию зажимов, мешающих нам раскрыть свои способности, свои чувства.

- У всех получилось? Теперь с помощью цветных карандашей и фломастеров раскрашиваем наш эмоциональный рисунок.

Психолог: Каждый выбирает цвета, которые соответствуют его эмоциям, настроению, внутреннему состоянию.

(обучающиеся закрашивают линии, которые соединяют эмоции с солнцем и радугой).

Завершающий этап. Рефлексия занятия.

Психолог: Сегодня мы с вами познакомились с интересной техникой «нейрографика» и побывали в эмоциональной стране, которая находится в каждом из вас, в которой живут разные эмоции, чувства, переживания.

Глядя на ваши рисунки, скажите, пожалуйста, как вам ваша эмоциональная страна?

- Что вы нарисовали?

- Какие чувства вы испытывали во время работы над ним?

- Что нового вы узнали на занятии?

- С какими чувствами познакомились?

Психолог: А в завершении занятия предлагаю вам показать, какие чувства и какое настроение у вас преобладает сейчас.

Цветовой тест Люшера.

Психолог: Отлично! Я рада была такому интересному занятию. Спасибо за ваши эмоции, улыбки и хорошее настроение.

Тема: *«Сказка о себе»*



Цель: развитие творческих способностей детей старшего дошкольного возраста, в процессе **нейрографического рисования**

Задачи:

Образовательные: создать для детей ситуацию **рисования новым способом – нейрографического рисования;**

обучить способу работы **рисования на листе А4 (непослушных)** линий, внимательности при округлении острых углов.

Развивающие: развивать творческое воображение, мышление, речь, слуховое и зрительное восприятие, зрительно-моторную координацию, мелкую моторику рук.

Воспитательные: воспитывать выдержку, самостоятельность, активность, инициативность; воспитывать чувство радости, сопричастности к уникальному и неповторимому творчеству.

Ход.

В. -Здравствуйте ребята и уважаемые гости!

Ребята а вы знаете, кто такие волшебники?

Вы хотите сегодня стать волшебниками?

Сегодня я приготовила для вас волшебные колпачки.

Воспитатель раздает детям колпачки.

Тогда мы сейчас с вами одеваем колпачки, произнесём волшебные слова, и все превратимся в волшебников. *«Раз, два, три вокруг себя повернись и в волшебников превратись»* Вот мы с вами и превратились в волшебников.

Сегодня мы с вами в роли волшебников будет творить необычный шедевр.

Мы будем создавать **сказку о себе.**

Воспитатель: предлагаю пройти за столы, всё необходимое для нашей **сказки готово.**

Воспитатель: чтобы приступить к созданию **сказки,** нам необходимо выполнить волшебную разминку.

Дети выполняют *«Нейроуры для пальчиков» (разминка) 2-3 мин.*

Воспитатель: Ребята, скажите какими ласковыми словами вас называет мама?

Ответы детей (*рыбка, котик, зайка, солнышко*)

Воспитатель: Какие тёплые, добрые слова, ну вот пришло время **сказки,** сейчас я буду **рисовать и рассказывать волшебную нейро сказку,** а вы мне помогать и **рисовать свою сказку, сказку про себя.**

Воспитатель: Представьте что вы только что появились на свет, какие вы были?

Ответы детей (*крохотными, маленькими.*)

Воспитатель: вот и у нас родилось маленькое солнышко, в центре листа я нарисую маленький круг, маленькое солнышко, это и есть вы. Может его зовут; Оксаночка, Светочка. А как будут звать ваше солнышко?

Ответы детей (*Артёмочка, Владюшечка, Максимочка*)

Воспитатель: Солнышко было настолько маленьким и поэтому у него не росли лучики.

Воспитатель: Маленькое солнышко мало что ещё умело? Слышать маму, улыбаться. Вот эти умения мы нарисуем **нейролиниями**. (рисует две противоположные **нейро линии от круга**. Дети повторяют)

В. – Солнышко росло день за днём. И вот ему исполнился 1 год. Рисуем круг побольше. И теперь наше солнышко умело кушать, бегать, выговаривать некоторые слова правда на тарабарском языке, но мама уже понимала его.

(рисует ещё 3 нейролинии от второго круга)

Воспитатель: И вот солнышко ещё подросло, и давайте предположим что ему исполнилось ему уже 4 годика. *(рисует круг больше второго)*. Ребята, а что вы могли делать в 4 года, помогайте мне. *(Ответы детей)*

Воспитатель: Ну вот, наше солнышко в 4 года уже умело чистить зубки, убирать игрушки за собой, слушать **сказки**, делать зарядку, собирать конструктор, и даже помогать маме мыть посуду. *(рисует нейролинии от нового круга 6 шт.)*

Воспитатель: Еще прошло ещё немало времени и наше солнышко стало еще взрослее и больше и исполнилось ему предположим 6 лет. *(рисует круг еще больше предыдущего)*

Воспитатель: Ребята, кому уже исполнилось 6 лет, скажите, что вы уже умеете делать? Чему научились? *(ответы детей)*

Воспитатель: Дружно играть в детском саду, изучают математику и знают цифры, изучают буквы и звуки многие умеют читать, слушать воспитателя на **занятиях**, а кто то уже помогает бабушкам и мамам поливать огород. Растёт наше солнышко, смотрите как прибавляются наши лучики, а ещё наше солнышко участвует в различных конкурсах. *(добавляем к новому кругу 6 нейролиний)*.

Воспитатель: ещё солнышко подросло и ему исполнилось 7 лет. Оно ещё стало больше и готовится пойти в школу. *(рисует ещё один круг)*

Воспитатель: что солнышко будет уметь в 7 лет, да очень многое. Мы сейчас будем его превращать в волшебное солнышко. Как мы будем это делать? Скруглять углы, сглаживать. И у кого лучики прерываются, доводим до края листа. Скругляем каждый уголок и тогда нашему солнышку будет учёба даваться легко и просто. Посмотрите, как преобразуется наш рисунок, он становится ярким волшебным и необыкновенным. Можно несколько раз обвести фломастером по лучикам и тогда у каждого из вас появится больше сил, тяга к знаниям, и учеба будет даваться вам легко. Например-смотреть внимательно на доску, слышать учителя, быть внимательным, усидчивым. Да это не простой труд, зато как красиво получается.

Разминка. **«Нейроигры «Пол, нос, потолок», «Хлопни и не ошибись»**

Воспитатель: Много чему ещё нужно научиться нашему Солнышку, и чтобы помочь ему, добавим ему энергии и сил разукрасив его в яркие цвета.

(дети выполняют работу)

Воспитатель: Молодцы ребята. Справились с заданием. Настало время превращаться в детей - *«Раз, два, три вокруг себя повернись и в детей превратись»*

Рефлексия.

- Понравилось ли вам **рисовать нейрорисунок**, что больше понравилось?
- А сочинять **сказку о себе**?
- Что было легко выполнять, а что трудного вы нашли в работе?