

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПСИХОГИМНАСТИКИ НА УРОКАХ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Волкова Дарья Дмитриевна, студентка института психологии и педагогики Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина.

Юрьева Ольга Александровна, студентка института психологии и педагогики Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина.

Научный руководитель: Нехороших Наталья Александровна, кандидат педагогических наук, доцент по кафедре педагогики Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина.

В данной статье рассматривается актуальность, важность и доступность использования элементов психогимнастики на уроках в начальной школе.

Ключевые слова: психогимнастика, игра, коррекция.

THE USE OF ELEMENTS OF PSYCHOGYMNASTICS IN PRIMARY SCHOOL LESSONS

Volkova Darya Dmitrievna, student of the Institute of Psychology and Pedagogy of the I.A. Bunin Yelets State University.

Olga Alexandrovna Yurieva, student of the Institute of Psychology and Pedagogy of the I.A. Bunin Yelets State University.

Academic adviser: Natalia Nekhoroshikh, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor at the Department of Pedagogy of I.A. Bunin Yelets State University.

This article discusses the relevance, importance and accessibility of the use of elements of psychohymnastics in primary school lessons.

Key words: psychogymnastics, game, correction.

В настоящее время каждый ребенок нуждается в психологической помощи. Дети разного возраста, а особенно младшие школьники, отличаются индивидуальными качествами характера, эмоциональной реакцией на различные жизненные ситуации, что зачастую препятствует

их социализации. Помимо этого, в данном возрасте присутствует множество различных страхов, накопленных обид, которые приводят к заметному замедлению развития детской психики.

Существует множество методов, средств, педагогических практик для решения данной проблемы. В современном мире, на данном этапе развития науки и технологий, сложно не обратить внимание на такой метод практической коррекции как психогимнастика. Данный метод является доступным для применения в общеобразовательных школах, детских садах и других образовательных учреждениях.

Элементы психогимнастики рассмотрены в работах Г. Юновой [2], Е. Алябьевой [1], А. Верной, М. Делфнера, М.И. Чистяковой [3] и др. С их точки зрения, психогимнастика – это курс специально разработанных занятий, обеспечивающих развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка.

К элементам психогимнастики, на наш взгляд, относятся пантомимические этюды, упражнения и игры. Приведем примеры разработанных нами элементов психогимнастики.

Тема: «Времена года».

Упражнение с элементами психогимнастики №1 «Весенняя поляна».

Учитель предлагает детям закрыть глаза и представить поляну с подснежниками. В течение 1 минуты дети мысленно создают образ своей поляны. Затем учитель просит открыть глаза и нарисовать представленный ими образ на бумаге, используя цветные карандаши.

Комментарии:

- данное упражнение можно дополнить музыкальным сопровождением, например, включив альбом П.И. Чайковского «Времена года (Весна)»;

- можно вывести на экран изображение поляны с подснежниками.



Рис 1. «Поляна с подснежниками»

Упражнение с элементами психогимнастики № 2 «Пение птиц».

Ученикам предлагается послушать в записи пение различных птиц. Их задача назвать хотя бы одну из птиц, чье пение они узнали, а затем нарисовать эту птицу.

Комментарий:

- для младших школьников удобнее использовать звуковую нарезку из последовательно идущих записей пения птиц;

- если задание вызывает затруднение, на экран можно вывести картинку с изображением данных птиц.

М.И. Чистякова обращает наше внимание на то, что «в психогимнастике тоже придается большое значение общению детей со сверстниками, что очень важно для нормального развития и эмоционального здоровья детей» [3].

Игра с элементами психогимнастики № 1 «Угадай сказку».

Цель: развивать эмоциональную устойчивость, память и воображение детей, а также стимулировать двигательную активность учащихся.

Содержание: учитель делит учеников на две команды. Первая команда загадывает сказку, заранее сказав учителю ее название, и показывает ее с помощью пантомимы второй команде. Задача соперников – отгадать название сказки. Затем команды меняются ролями. В результате дети получают положительные эмоции.

Комментарий: во время показа пантомимы можно включить музыкальное сопровождение данной сказки.

Игра с элементами психогимнастики № 2 «Кто в теремочек пришел».

Цель: развивать эмоциональную устойчивость, память и воображение детей, а также стимулировать двигательную активность учащихся.

Содержание: Учитель заранее подготавливает карточки с названием различных животных. Каждый ученик вытягивает карточку. Затем дети становятся в круг и начиная с учителя по часовой стрелке каждый показывает задуманное животное. Угадывает тот, кто стоит следом за тем, кто показывает пантомиму. Тот, кто не смог угадать, руководствуется помощью других участников.

Представленный выше материал мы использовали в ходе ознакомительной практики. Его использование имело здоровьесберегающий эффект.

Таким образом, использование элементов психогимнастики на уроках в начальной школе считаем вполне оправданным.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003. - 88 с.
2. Осипова А.А. Общая психокоррекция. учебное пособие. / А.А. Осипова/ М.: СФЕРА, 2002. – 142 с.
3. Чистякова М.И. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с.