Принята на заседании Утверждаю

педагогического совета заведующая МБДОУ № 131

протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.И. Воропаева

приказ №

**Коррекционно-развивающая программа для детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.**

За основу взята «Программа «**Другие Мы**» которая ориентирована на целостную коррекцию личности и развитие познавательной и эмоциональной сферы детей с проблемами в развитии»

муниципального бюджетного дошкольного образовательного

учреждения г.Мурманска № 131

Составитель программы:

Ахременко Н. А.,

педагог-психолог

г. Мурманск

2019

**Содержание**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **I.** | | **Целевой раздел** |  | |
| 1. | | Пояснительная записка |  | |
| 1.1. | | Цели и задачи Программы |  | |
| 1.2. | | Принципы Программы |  | |
| 1.3. | | Характеристика дошкольников с ЗПР |  | |
| 1.4. | | Планируемые результаты освоения Программы (целевые ориентиры) |  | |
| II. | | **Содержательный раздел** |  | |
| 2.1. | | Содержание психолого-педагогической работы |  | |
| 2.2. | | Особенности организации образовательного процесса |  | |
| 2.3. | | План работы педагога-психолога с родителями |  | |
| III. | **Организационный раздел** | |  |
| 3.1. | | Условия реализации программы |  | |
| 3.2. | | Приложения |  | |

**I.Целевой раздел**

**1. Пояснительная записка**

Развитие современного общества предъявляет новые требования к дошкольным образовательным учреждениям, к организации воспитательно-образовательного процесса, выбору и обоснованию основных и парциальных программ, результатам и результативности их деятельности. Данная программа разработана на основе: - Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-Ф3 -Конвенцией о правах ребенка ООН; - Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.2660-10; - Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организаций (Постановление от 15мая 2013 г. N 26 « Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13») - Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155) - Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014) -Устава Учреждения, утвержденного Постановлением администрации города Тамбова от 10.06.2015 № 4520.

Программа представляет собой модель процесса воспитания, обучения и коррекции детей, имеющих задержку психического развития, охватывающую все основные моменты их жизнедеятельности с учетом приоритетности видов детской деятельности в каждом возрастном периоде и обеспечивающую достижение воспитанниками физической и психологической готовности к школе.

Программа определяет содержание и организацию воспитательно образовательного процесса для детей с задержкой психического развития (далее – ЗПР) и направлена на создание в учреждении специальных условий воспитания, обучения, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ЗПР посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

При воспитании и обучении детей с ЗПР существует ряд проблем, обусловленных психофизическими особенностями: стойкое нарушение познавательной деятельности, недоразвитие высших познавательных функций, конкретность и поверхностность мышления, несформированность всех операций речевой деятельности, нарушение словесной регуляции поведения, незрелость эмоционально-волевой сферы, несформированность произвольности и целенаправленности всех видов деятельности, низкая работоспособность. Поэтому разработка коррекционной программы, учитывающей специфику воспитания и обучения детей нашего учреждения, является актуальной.

**1.1. Цели и задачи Программы**

**Цель программы**- является обеспечение условий для дошкольного образования детей с задержкой психического развития с учетом их индивидуально-типологических особенностей и особых образовательных потребностей.

Реализация программы предполагает коррекционно-развивающую поддержку, социализацию, развитие личности ребенка дошкольного возраста с ЗПР.

**Задачи программы:**

* создание благоприятных условий для всестороннего развития и образования детей с ЗПР в соответствии с их возрастными, индивидуально-типологическими особенностями и особыми образовательными потребностями;
* создание оптимальных условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей с ЗПР;
* обеспечение психолого-педагогических условий для развития способностей и личностного потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и окружающим миром;
* целенаправленное комплексное психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ЗПР и квалифицированная коррекция недостатков в развитии;

подготовка детей с ЗПР ко второй ступени обучения (начальная школа) с учетом целевых ориентиров ДО

* взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития детей с ЗПР; оказание консультативной и методической помощи родителям в вопросах коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей с ЗПР;
* обеспечение необходимых санитарно-гигиенических условий, проектирование специальной предметно-пространственной развивающей среды, создание атмосферы психологического комфорта.

**1.2.Принципы Программы**

*Принцип научности* предполагает научный характер знаний, которые преподносятся детям, даже если эти знания адаптируются с учетом познавательных возможностей ребенка и носят элементарный характер.

*Принцип связи теории с практикой*. Первые сведения об окружающем мире любой ребенок получает в процессе предметно-практической деятельности, в дальнейшем педагог обобщает и систематизирует этот опыт, сообщает новые сведения о предметах и явлениях. Приобретенные знания ребенок может использовать как в процессе усвоения новых знаний, так и на практике, за счет чего его деятельность поднимается на новый уровень.

*Принцип активности и сознательности в обучении*. Обучение и воспитание представляют собой двусторонние процессы. С одной стороны – объект обучающего и воспитывающего воздействия – ребенок, которого обучают и воспитывают, а с другой стороны, ребенок сам активно участвует в процессе обучения и чем выше его субъективная активность, тем лучше результат. При этом следует понимать различия между учением дошкольника и учебной деятельностью школьника*.* Снижение уровня субъективной активности, слабость познавательных интересов, несформированность познавательной мотивации существенно влияют на успешность освоения образовательной программы детьми с ЗПР. Педагоги должны знать об этих особенностях и строить воспитательную и образовательную работу, применяя соответствующие методы и приемы, активизирующие и стимулирующие субъективную активность детей.

*Принцип доступности* предполагает учет возрастных и психофизиологических особенностей детей, а также учет уровня актуального развития и потенциальных возможностей каждого из них. Все обучение ребенка с ЗПР должно строиться с опорой на «зону ближайшего развития», что соответствует требованиям ФГОС ДО, и предполагает выбор образовательного содержания посильной трудности, при этом в равной мере нежелательно облегчать или чрезмерно повышать трудность предлагаемой информации.

*Принцип последовательности и систематичности.* Учет этого принципа позволяет сформировать у детей целостную систему знаний, умений, навыков. Обучение любого ребенка строится от простого к сложному, кроме того, при разработке программного содержания предусматриваются и реализуются внутрипредметные и межпредметные связи, что позволяет сформировать в сознании ребенка целостную картину мира. Образовательная программа, как правило, строится по линейно-концентрическому принципу, что позволяет расширять и углублять представления и умения детей на каждом последующем этапе обучения.

*Принцип прочности усвоения знаний.* В процессе обучения необходимо добиться прочного усвоения полученных ребенком знаний, прежде чем переходить к новому материалу. У детей с ЗПР отмечаются трудности при запоминании наглядной, и особенно словесной информации, если она не подкрепляется наглядностью и не связана с практической деятельностью. В связи с этим возрастает роль повторения и закрепления пройденного при специальной организации практических действий и различных видов деятельности детей. В некоторых случаях возможно обучение детей простейшим мнемотехническим приемам.

*Принцип наглядности* предполагает организацию обучения с опорой на непосредственное восприятие предметов и явлений, при этом важно, чтобы в процессе восприятия участвовали различные органы чувств. В некоторых случаях недостаточность какой-либо сенсорной системы компенсируется за счет активизации другой. В образовательном процессе используются различные *наглядные средства:* предметные (реальные предметы и их копии - муляжи, макеты, куклы, игрушечные посуда, мебель, одежда, транспорт и т. д.), образные (иллюстрации, слайды, картины, фильмы), условно-символические (знаки, схемы, символы, формулы). Выбор средств наглядности зависит от характера недостатков в развитии, возраста детей, содержания образовательной программы и от этапа работы с ребенком.

*Принцип индивидуального подхода к обучению и воспитанию*. В условиях групп комбинированной или компенсирующей направленности образовательная деятельность носит индивидуализированный характер. Малая наполняемость дошкольных групп позволяет использовать как фронтальные, так и индивидуальные формы образовательной деятельности. Индивидуальный подход предполагает создание благоприятных условий, учитывающих как индивидуальные особенности каждого ребенка (особенности высшей нервной деятельности, темперамента и формирующегося характера, скорость протекания мыслительных процессов, уровень сформированности знаний, умений и навыков, работоспособность, мотивацию, уровень развития эмоционально-волевой сферы и др.), так и типологические особенности, свойственные данной категории детей. Индивидуальный подход позволяет не исключать из образовательного процесса детей, для которых общепринятые способы коррекционного воздействия оказываются неэффективными.

В работе с детьми с ЗПР не менее актуален *дифференцированный подход* в условиях коллективного образовательного процесса, который обусловлен наличием вариативных индивидуально-типологических особенностей даже в рамках одного варианта задержки развития. В одной и той же группе могут воспитываться дети как с различными вариантами ЗПР, так и с различными особенностями проявления нарушений, с возможными дополнительными недостатками в развитии. Дети будут отличаться между собой по учебно-познавательным возможностям, степени познавательной активности, особенностям поведения. Учитывая наличие в группе однородных по своим характеристикам микрогрупп, педагогу нужно для каждой из них дифференцировать содержание и организацию образовательной и коррекционной работы, учитывать темп деятельности, объем и сложность заданий, отбирать методы и приемы работы, формы и способы мотивации деятельности каждого ребенка.

***Специальные принципы***

*Принцип педагогического гуманизма и оптимизма.* На современном этапе развития системы образования важно понимание того, что обучаться могут все дети. При этом под способностью к обучению понимается способность к освоению любых, доступных ребенку, социально и личностно значимых навыков жизненной компетенции, обеспечивающих его адаптацию.

*Принцип социально-адаптирующей направленности образования.* Коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство обеспечения ребенку с ограниченными возможностями самостоятельности и независимости в дальнейшей социальной жизни.

*Этиопатогенетический принцип.* Для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У детей, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обусловливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться.

*Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений*. Для построения коррекционной работы необходимо правильно разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Любой дефект имеет системный характер. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные, обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохранных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка.

*Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений*. Психолого-педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования, в котором участвуют различные специалисты ПМПК (врачи, педагоги-психологи, учителя-дефектологи, логопеды, воспитатели), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях ДОО силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: учителей-дефектологов, педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.

*Принцип коррекционно-компенсирующей направленности* *образования.* Любой момент в образовании ребенка с ЗПР должен быть направлен на предупреждение и коррекцию нарушений. Этот принцип также предполагает построение образовательного процесса с использованием сохранных анализаторов, функций и систем организма в соответствии со спецификой природы недостатка развития. Реализация данного принципа обеспечивается современной системой специальных технических средств обучения и коррекции, компьютерными технологиями, особой организацией образовательного процесса.

*Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития.* Коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу «замещающего онтогенеза». При реализации названного принципа следует учитывать *положение о соотношении функциональности и стадиальности детского развития.* Функциональное развитие происходит в пределах одного периода и касается изменений некоторых психических свойств и овладения отдельными способами действий, представлениями и знаниями. Стадиальное, возрастное развитие заключается в глобальных изменениях детской личности, в перестройке детского сознания, что связано с овладением новым видом деятельности, развитием речи и коммуникации. За счет этого обеспечивается переход на следующий, новый этап развития. Дети с ЗПР находятся на разных ступенях развития речи, сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, у них в разной степени сформированы пространственно-временные представления, они неодинаково подготовлены к счету, чтению, письму, обладают различным запасом знаний об окружающем мире. Поэтому программы образовательной и коррекционной работы с одной стороны опираются на возрастные нормативы развития, а с другой - выстраиваются как уровневые программы, ориентирующиеся на исходный уровень развития познавательной деятельности, речи, деятельности детей.

*Принцип единства диагностики и коррекции*. В процессе диагностической работы с каждым ребенком следует выявить уровень развития по наиболее важным показателям, что позволит определить индивидуальный профиль развития, а также характер и степень выраженности проблем у детей данной дошкольной группы. На этой основе отбирается содержание индивидуальных и групповых программ коррекционно-развивающего обучения и воспитания. Повышаются требования к профессиональной компетентности педагогов, это предполагает способность к творческому подходу при реализации образовательных программ и программ коррекционной работы.

*Принцип приоритетности коррекции каузального типа*. В зависимости от цели и направленности можно выделить два типа коррекции: симптоматическую и каузальную. Симптоматическая коррекция направлена на преодоление внешних проявлений трудностей развития. Каузальная – предполагает устранение причин, лежащих в основе трудностей воспитания и развития. При несомненной значимости этих типов коррекции приоритетной считается каузальная.

*Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач.* Соблюдение данного принципа не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных на сегодняшний день трудностей и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.

*Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании.* В рамках ведущей деятельности происходят качественные изменения в психике, которые являются центральными психическими новообразованиями возраста. Качественная перестройка обеспечивает предпосылки для перехода к новой, более сложной деятельности, знаменующей достижение нового возрастного этапа. На первом году жизни в качестве ведущей деятельности рассматривается непосредственное эмоциональное общение с близким взрослым, прежде всего с матерью. В период от года до трех лет ведущей становится предметная деятельность, от трех до семи лет – игровая, после семи лет - учебная. Реализация принципа деятельностного подхода предполагает организацию обучения с опорой на ведущую деятельность возраста. Однако нарушенное развитие характеризуется тем, что ни один из названных видов деятельности не формируется своевременно и полноценно, каждая деятельность в свою очередь нуждается в коррекционном воздействии. Поэтому реализация рассматриваемого принципа также предполагает целенаправленное формирование всех структурных компонентов любой деятельности (коммуникативной, предметной, игровой или учебной): мотивационного, целевого, ориентировочно-операционального, регуляционного. Детей обучают использованию различных алгоритмов (картинно-графических планов, технологических карт и т. д.). Для того чтобы их деятельность приобретала осознанный характер, побуждают к словесной регуляции действий: проговариванию, словесному отчету, а на завершающих этапах работы подводят к предварительному планированию. Реализуя психологическую теорию о деятельностной детерминации психики, коррекционный образовательный процесс организуется на наглядно-действенной основе. Предметно-практическая деятельность в системе коррекционно-развивающего воздействия является специфическим средством. То, чему обычного ребенка можно научить на словах, для ребенка с особыми образовательными потребностями становится доступным только в процессе собственной деятельности, специально организованной и направляемой педагогом.

*Принцип ранней педагогической помощи.* Многие сензитивные периоды наиболее благоприятного для формирования определенных психических функций, играющие решающую роль для последующего развития ребенка, приходятся на ранний и дошкольный возраст. Если в этот период ребенок оказался в условиях эмоциональной и информационной депривации, не получал должных развивающих и стимулирующих воздействий, отставание в психомоторном и речевом развитии может быть весьма значительным. Особенно это касается детей с последствиями раннего органического поражения ЦНС.

*Принцип комплексного применения* методов педагогического и психологического воздействия означает использование в процессе коррекционного воспитания и обучения многообразия методов, приемов, средств (методов игровой коррекции: методы арт-, сказко-, игротерапии).

*Принцип развития коммуникации, речевой деятельности и языка, как средства, обеспечивающего развитие речи и мышления.* Нормально развивающийся ребенок с первых месяцев жизни, находясь в языковой среде и активно взаимодействуя с предметным и социальным окружением, обладает всеми необходимыми условиями для развития речи и мышления, формирования речевого поведения, освоения коммуникативных умений. На основе словесной речи продолжает развиваться общение, в значительной степени регулируется поведение. Любое нарушение умственного или физического развития отрицательно сказывается на развитии у ребенка мышления, речи, умения общаться.

*Принцип личностно-ориентированного взаимодействия* взрослого с ребенком указывает на признание самооценки личности ребенка, необходимости активного его участия в познавательной и практической деятельности.

*Принцип необходимости специального педагогического руководства.* Познавательная деятельность ребенка с ЗПР отличается от когнитивной деятельности обычного ребенка, так как имеет качественное своеобразие формирования и протекания, отличается особым содержанием и поэтому нуждается в особой организации и способах ее реализации. Только специально подготовленный педагог, зная закономерности, особенности развития и познавательные возможности ребенка, с одной стороны, и возможные пути и способы коррекционной и компенсирующей помощи ему - с другой, может организовать процесс образовательной деятельности и управлять им.

*Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования* предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых его возможностей.

*Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком*.Перенос нового позитивного опыта, полученного ребенком на коррекционных занятиях, в реальную жизненную практику возможен лишь при условии готовности ближайших партнеров ребенка принять и реализовать новые способы общения и взаимодействия с ним, поддержать ребенка в его саморазвитии и самоутверждении.

**Возрастной диапазон программы**

Программа рассчитана на детей в возрасте от 4-7 лет.

**Этапы реализации программы**

Программа реализуется в течении учебного года.

**Условия, количество и периодичность занятий**

Программа рассчитана на детей 4—7 лет и включает познавательные занятия, игровые мини-тренинги и упражнения по телесно-ориентированным техникам. Продолжительность занятий 30—40 минут. Педагог-психолог проводит 1 занятие в неделю

**Планируемые результаты работы педагога-психолога в группе:**

*1.Формирование у детей с ЗПР эмоционального контакта со взрослыми.*

*2.Создать зону ближайшего развития для преодоления недостатков интеллектуального и эмоционального развития.  
3.Подготовить детей, имеющих ЗПР, к обучению в школе, а в будущем и к самостоятельной жизни.*

**1.3. Характеристика воспитанников**

Под термином «задержка психического развития» понимаются синдромы отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых), замедление темпа реализации закодированных в генотипе возможностей. Это понятие употребляется по отношению к детям со слабо выраженной органической или функциональной недостаточностью центральной нервной системы (ЦНС). У рассматриваемой категории детей нет специфических нарушений слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, речи. Они не являются умственно отсталыми. МКБ-10 объединяет этих детей в группу «Дети с общими расстройствами психологического развития» (F84).

У большинства детей с ЗПР наблюдается полиморфная клиническая симптоматика: незрелость сложных форм поведения, недостатки мотивации и целенаправленной деятельности на фоне повышенной истощаемости, сниженной работоспособности, энцефалопатических расстройств. В одних случаях у детей страдает работоспособность, в других - произвольность в организации и регуляции деятельности, в-третьих - мотивационный компонент деятельности. У детей с ЗПР часто наблюдаются инфантильные черты личности и социального поведения.

Патогенетической основой ЗПР является перенесенное органическое поражение центральной нервной системы, ее резидуально-органическая недостаточность или функциональная незрелость. У таких детей замедлен процесс функционального объединения различных структур мозга, своевременно не формируется их специализированное участие в реализации процессов восприятия, памяти, речи, мышления.

Неблагоприятные условия жизни и воспитания детей с недостаточностью ЦНС приводят к еще большему отставанию в развитии. Особое негативное влияние на развитие ребенка может оказывать ранняя социальная депривация.

Многообразие проявлений ЗПР обусловлено тем, что локализация, глубина, степень повреждений и незрелости структур мозга могут быть различными. Развитие ребенка с ЗПР проходит на фоне сочетания дефицитарных функций и/или функционально незрелых с сохранными.

Особенностью рассматриваемого нарушения развития является неравномерность (мозаичность) нарушений ЦНС. Это приводит к парциальной недостаточности различных психических функций, а вторичные наслоения, чаще всего связанные с социальной ситуацией развития, еще более усиливают внутригрупповые различия [13; 24; 27; 30; 36; 46; 49; 51].

В соответствии с классификацией *К.С. Лебединской* традиционно различают четыре основных варианта ЗПР [26].

*Задержка психического развития конституционального происхождения* (гармонический психический и психофизический инфантилизм). В данном варианте на первый план в структуре дефекта выступают черты эмоционально-личностной незрелости. Инфантильность психики часто сочетается с инфантильным типом телосложения, с «детскостью» мимики, моторики, преобладанием эмоциональных реакций в поведении. Снижена мотивация в интеллектуальной деятельности, отмечается недостаточность произвольной регуляции поведения и деятельности.

*Задержка психического развития соматогенного генеза* у детей с хроническими соматическими заболеваниями. Детей характеризуют явления стойкой физической и психической астении. Наиболее выраженным симптомом является повышенная утомляемость и истощаемость, низкая работоспособность.

*Задержка психического развития психогенного генеза.* Вследствие раннего органического поражения ЦНС, особенно при длительном воздействии психотравмирующих факторов, могут возникнуть стойкие сдвиги в нервно-психической сфере ребенка. Это приводит к невротическим и неврозоподобным нарушениям, и даже к патологическому развитию личности. На первый план выступают нарушения в эмоционально-волевой сфере, снижение работоспособности, несформированность произвольной регуляции. Дети не способны к длительным интеллектуальным усилиям, страдает поведенческая сфера.

*Задержка церебрально-органического генеза.* Этот вариант ЗПР, характеризующийся первичным нарушением познавательной деятельности, является наиболее тяжелой и стойкой формой, при которой сочетаются черты незрелости и различные по степени тяжести повреждения ряда психических функций. Эта категория детей в первую очередь требует квалифицированного комплексного подхода при реализации воспитания, образования, коррекции. В зависимости от соотношения явлений эмоционально-личностной незрелости и выраженной недостаточности познавательной деятельности внутри этого варианта   
И.Ф. Марковской выделены две группы детей [31]. В обоих случаях страдают функции регуляции психической деятельности: при первом варианте развития в большей степени страдают звенья регуляции и контроля, при втором - звенья регуляции, контроля и программирования.

Этот вариант ЗПР характеризуется замедленным темпом формирования познавательной и эмоциональной сфер с их временной фиксацией на более ранних возрастных этапах, незрелостью мыслительных процессов, недостаточностью целенаправленности интеллектуальной деятельности, ее быстрой истощаемостью, ограниченностью представлений об окружающем мире, чрезвычайно низкими уровнями общей осведомленности, социальной и коммуникативной компетентности, преобладанием игровых интересов в сочетании с низким уровнем развития игровой деятельности.

И.И. Мамайчук выделяет **четыре основные группы детей с ЗПР** [30]:

1. *Дети с относительной сформированностью психических процессов, но сниженной познавательной активностью.* В этой группе наиболее часто встречаются дети с ЗПР вследствие психофизического инфантилизма и дети с соматогенной и психогенной формами ЗПР.

2. *Дети с неравномерным проявлением познавательной активности и продуктивности.* Эту группу составляют дети с легкой формой ЗПР церебрально-органического генеза, с выраженной ЗПР соматогенного происхождения и с осложненной формой психофизического инфантилизма.

1. *Дети с выраженным нарушением интеллектуальной продуктивности, но с достаточной познавательной активностью.* В эту группу входят дети с ЗПР церебрально-органического генеза, у которых наблюдается выраженная дефицитарность отдельных психических функций (памяти, внимания, гнозиса, праксиса).
2. *Дети, для которых характерно сочетание низкого уровня интеллектуальной продуктивности и слабо выраженной познавательной активности.* В эту группу входят дети с тяжелой формой ЗПР церебрально-органического генеза, обнаруживающие первичную дефицитность в развитии всех психических функций: внимания, памяти, гнозиса, праксиса и пр., а также недоразвитие ориентировочной основы деятельности, ее программирования, регуляции и контроля. Дети не проявляют устойчивого интереса, их деятельность недостаточно целенаправленна, поведение импульсивно, слабо развита произвольная регуляция деятельности. Качественное своеобразие характерно для эмоционально-волевой сферы и поведения.

Таким образом, ЗПР – это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты эмоционально-волевой, социально-личностной, познавательной, коммуникативно-речевой, моторной сфер. Все перечисленные особенности обусловливают низкий уровень овладения детьми с ЗПР коммуникативной, предметной, игровой, продуктивной, познавательной, речевой, а в дальнейшем – учебной деятельностью.

***Психологические особенности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития***

В дошкольном возрасте проявления задержки становятся более выраженными и проявляются в следующем:

*Недостаточная познавательная активность нередко в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью.* Дети с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности.

*Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувства ритма.* Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухо-моторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.

*Недостаточность объема, обобщенности, предметности и целостности восприятия,* что негативно отражается на формировании зрительно-пространственных функций и проявляется в таких продуктивных видах деятельности, как рисование и конструирование.

Более *низкая способность*, по сравнению с нормально развивающимися детьми того же возраста, *к приему и переработке перцептивной информации,* что наиболее характерно для детей с ЗПР церебрально-органического генеза. В воспринимаемом объекте дети выделяют гораздо меньше признаков, чем их здоровые сверстники. Многие стороны объекта, данного в непривычном ракурсе (например, в перевернутом виде), дети могут не узнать, они с трудом выделяют объект из фона. Выражены трудности при восприятии объектов через осязание: удлиняется время узнавания осязаемой фигуры, есть трудности обобщения осязательных сигналов, словесного и графического отображения предметов [30].

У детей с другими формами ЗПР выраженной недостаточности сенсорно-перцептивных функций не обнаруживается. Однако, в отличие от здоровых сверстников, у них наблюдаются эмоционально-волевая незрелость, снижение познавательной активности, слабость произвольной регуляции поведения, недоразвитие и качественное своеобразие игровой деятельности.

*Незрелость мыслительных операций.* Дети с ЗПР испытывают большие трудности при выделении общих, существенных признаков в группе предметов, абстрагировании от несущественных признаков, при переключении с одного основания классификации на другой, при обобщении. Незрелость мыслительных операций сказывается на продуктивности наглядно-образного мышления и трудностях формирования словесно-логического мышления. Детям трудно устанавливать причинно-следственные связи и отношения, усваивать обобщающие понятия. При нормальном темпе психического развития старшие дошкольники способны строить простые умозаключения, могут осуществлять мыслительные операции на уровне словесно-логического мышления (его конкретно-понятийных форм). Незрелость функционального состояния ЦНС (слабость процессов торможения и возбуждения, затруднения в образовании сложных условных связей, отставание в формировании систем межанализаторных связей) обусловливает бедный запас конкретных знаний, затрудненность процесса обобщения знаний, скудное содержание понятий. У детей с ЗПР часто затруднен анализ и синтез ситуации. Незрелость мыслительных операций, необходимость большего, чем в норме, количества времени для приема и переработки информации, несформированность антиципирующего анализа выражается в неумении предвидеть результаты действий как своих, так и чужих, особенно если при этом задача требует выявления причинно-следственных связей и построения на этой основе программы событий [51; 53].

*Задержанный темп формирования мнестической деятельности, низкая продуктивность и прочность запоминания,* особенно на уровне слухоречевой памяти, отрицательно сказывается на усвоении получаемой информации.

Отмечаются недостатки всех свойств внимания: неустойчивость, трудности концентрации и его распределения, сужение объема. Задерживается формирование такого интегративного качества, как *саморегуляция,* что негативно сказывается на успешности ребенка при освоении образовательной программы [2; 53].

*Эмоциональная сфера дошкольников* с ЗПР подчиняется общим законам развития, имеющим место в раннем онтогенезе. Однако сфера социальных эмоций в условиях стихийного формирования не соответствует потенциальным возрастным возможностям.

*Незрелость эмоционально-волевой сферы и коммуникативной деятельности* отрицательно влияет на поведение и межличностное взаимодействие дошкольников с ЗПР. Дети не всегда соблюдают дистанцию со взрослыми, могут вести себя навязчиво, бесцеремонно, или, наоборот, отказываются от контакта и сотрудничества. Трудно подчиняются правилам поведения в группе, редко завязывают дружеские отношения со своими сверстниками. Задерживается переход от одной формы общения к другой, более сложной. Отмечается меньшая предрасположенность этих детей к включению в свой опыт социокультурных образцов поведения, тенденция избегать обращения к сложным формам поведения. У детей с психическим инфантилизмом, психогенной и соматогенной ЗПР наблюдаются нарушения поведения, проявляющиеся в повышенной аффектации, снижении самоконтроля, наличии патохарактерологических поведенческих реакций [24; 50].

*Задержка в развитии и своеобразие игровой деятельности*. У дошкольников с ЗПР недостаточно развиты все структурные компоненты игровой деятельности: снижена игровая мотивация, с трудом формируется игровой замысел, сюжеты игр бедные, примитивные, ролевое поведение неустойчивое, возможны соскальзывания на стереотипные действия с игровым материалом. Содержательная сторона игры обеднена из-за недостаточности знаний и представлений об окружающем мире. Игра не развита как совместная деятельность, дети не умеют строить коллективную игру, почти не пользуются ролевой речью. Они реже используют предметы-заместители, почти не проявляют творчества, чаще предпочитают подвижные игры, свойственные младшему возрасту, при этом затрудняются в соблюдении правил. Отсутствие полноценной игровой деятельности затрудняет формирование внутреннего плана действий, произвольной регуляции поведения, т. о. своевременно не складываются предпосылки для перехода к более сложной - учебной деятельности [6; 45].

*Недоразвитие речи носит системный характер. Особенности речевого развития детей с ЗПР* обусловлены своеобразием их познавательной деятельности и проявляются в следующем:

* отставание в овладении речью как средством общения и всеми компонентами языка;
* низкая речевая активность;
* бедность, недифференцированность словаря;
* выраженные недостатки грамматического строя речи: словообразования, словоизменения, синтаксической системы языка;
* слабость словесной регуляции действий, трудности вербализации и словесного отчета;
* задержка в развитии фразовой речи, неполноценность развернутых речевых высказываний;
* недостаточный уровень ориентировки в языковой действительности, трудности в осознании звуко-слогового строения слова, состава предложения;
* недостатки устной речи и несформированность функционального базиса письменной речи обусловливают особые проблемы при овладении грамотой;
* недостатки семантической стороны, которые проявляются в трудностях понимания значения слова, логико-грамматических конструкций, скрытого смысла текста [6; 39].

Для дошкольников с ЗПР характерна неоднородность нарушенных и сохранных звеньев в структуре психической деятельности, что становится особенно заметным к концу дошкольного возраста. В отсутствии своевременной коррекционно-педагогической помощи к моменту поступления в школу дети с ЗПР не достигают необходимого уровня психологической готовности за счет незрелости мыслительных операций и снижения таких характеристик деятельности, как познавательная активность, целенаправленность, контроль и саморегуляция [9; 2].

Вышеперечисленные особенности познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы обусловливают слабость функционального базиса, обеспечивающего дальнейшую учебную деятельность детей с ЗПР *в коммуникативном, регулятивном, познавательном, личностном компонентах.* А именно на этих компонентах основано формирование универсальных учебных действий в соответствии с ФГОС начального общего образования. Важнейшей задачей является формирование этого функционального базиса для достижения целевых ориентиров дошкольного образования и формирования полноценной готовности к началу школьного обучения.

**1.4. Планируемые результаты освоения Программы (целевые ориентиры):**

**Планируемые результаты работы педагога-психолога в группе:**

- Научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию.  
- Активизировать силы самого ребенка, настроить его на преодоление жизненных трудностей.  
- Развивать умственные способности.  
- Прививать навыки социального поведения.

**II. Содержательный раздел**

**2.1. Содержание психолого-педагогической работы**

Мы предполагаем, что наиболее эффективной будет работа, имеющая своей направленностью именно комплексное сопровождение ребёнка на всех этапах его становления.

**В содержании программы предусмотрен ряд правил, определяющих эффективность проводимой работы:**

Программа «Другие Мы» ориентирована на целостную коррекцию личности и развитие познавательной и эмоциональной сфер детей с проблемами в развитии. Для данной программы характерен учет индивидуальных особенностей воспитанников, их личностных качеств.  
Осознавая свое «Я», ребенок самоутверждается («Я сам!»), стремится воздействовать на ситуацию, вступает в отношения с другими людьми. В дошкольный период устанавливается связь ребенка с ведущими сферами бытия: миром людей, предметным миром, природой, происходит приобщение его к культуре, к общечеловеческим ценностям. Формируются основы самосознания, социальная мотивация поведения. Ребенок пытается ориентироваться в своем поведении на оценку окружающих. Но дети с проблемами в развитии слабо обобщают общественный опыт, плохо ориентируются в условиях практической задачи, а проблемные задачи нередко вообще не в состоянии решить самостоятельно.

Благодаря психолого-коррекционным методам воздействия на детей с ЗПР, лежащим в основе программы «Другие Мы», можно так организовать деятельность ребенка, что она будет способствовать формированию у него умения решать не только доступные практические, но и несложные проблемные задачи. Полученный при этом опыт даст ребенку возможность понимать и решать знакомые задачи в наглядно-образном и даже словесном плане.  
Предлагаемый в программе материал (игровой и дидактический) постепенно усложняется с учетом опыта ребенка.

Прежде всего здесь соблюдаются следующие дидактические принципы: доступность, повторяемость, постепенность выполнения задания.  
Для проблемных детей эмоциональная сторона организации коррекционно-развивающего процесса является важным условием. Педагог-психолог своим поведением, эмоциональным настроем должен вызывать у воспитанников положительное отношение к занятиям.

Необходима доброжелательность взрослого, благодаря которой у детей появляется желание действовать вместе и добиваться положительных результатов.

При подборе дидактического материала, игр, пособий предпочтение отдается ярким и занимательным иллюстрациям и игрушкам, позволяющим запоминать названия предметов, живых существ окружающего мира и явлений жизни, узнавать и называть их в дальнейшем независимо от их цвета, формы, величины. Необходимо также учитывать особенности разноуровневого развития, так как группа детей с ЗПР формируется в ДОУ как смешанная (возраст от 4 до 7 лет).

Педагог-психолог дифференцирует группу по подгруппам (4—5 человек), объединяющим детей по возрасту и степени выраженности структурного дефекта.  
Психолого-педагогическое воздействие конструируется путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций. Организуя общение с детьми, педагог-психолог интегрирует коррекционно-развивающую и игровую деятельность.

Играя с детьми, педагог-психолог создает проблемную ситуацию, побуждающую ребенка встать в позицию субъекта познания. Проблемные ситуации создаются вокруг предметов, их назначения, использования. Проблемная ситуация, успех в деятельности, замена дидактического материала и его сенсорное обследование приводят к осознанию свойств предметов.

Дальнейшее конструирование коррекционно-развивающего процесса связано с включением освоенных ребенком способов поведения в его повседневную жизнь.

Эффективными приемами коррекционного воздействия на эмоциональную и познавательную сферу детей с отклонениями в развитии являются:  
игровые ситуации, требующие оказания помощи любому персонажу (задача: разъяснить, научить, убедить);дидактические игры, которые связаны с поиском видовых и родовых признаков предметов; игровые тренинги, способствующие развитию умения общаться друг с другом, встать на место

другого; телесно-ориентированные техники; психогимнастика и релаксация, позволяющие снять мышечные спазмы и зажимы, особенно в области лица и кистей рук.  
Основной формой воздействия педагога-психолога на детей группы ЗПР являются организованные игровые занятия и тренинги, в которых ведущая роль принадлежит взрослому. Усвоение детьми программного материала зависит от правильного выбора методов обучения. Необходимо применять такие методические приемы, которые привлекают внимание каждого ребенка.

Проблемные дети пассивны и не проявляют желания активно действовать с предметами и игрушками. Поэтому педагогу-психологу необходимо постоянно создавать у детей положительное эмоциональное отношение к предлагаемой деятельности, для того чтобы ребенок получал возможность для самостоятельных действий в определенной ситуации.  
Ребенку с проблемным развитием для усвоения способов ориентировки в окружающем мире, для выделения и фиксирования свойств и отношений предметов, для понимания того или иного действия требуются многократные повторения.

Педагогу-психологу нужно также постоянно помнить: *педагогическое творчество психолога не должно содержать опасности, ставящей под удар свободу, психику и личность ребенка, его физическое и психическое здоровье.*Эмоционально-положительное отношение ребенка к занятиям — залог успешной работы педагога-психолога.

**2.2. Особенности организации образовательного процесса**

Все занятия имеют гибкую структуру, разработанную с учетом возрастных особенностей детей и степени выраженности дефекта. Занятия строятся на основе принципов интегрирования (включение элементов музо-, изо-, танцевально-двигательной терапии), системности и преемственности. Выбор тематики занятий определяется характером нарушения развития и подбором наиболее адекватной тактики коррекционно-развивающей работы.

Формы работы определяются целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов (фронтальные и индивидуальные занятия), так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, игры с песком и др.). Структура занятий гибкая, она включает в себя познавательный материал и элементы психотерапии.

В процессе занятий у детей развиваются коммуникативные качества, обогащается эмоциональный опыт, активизируется мышление, осознаются и переживаются успехи-неуспехи, результаты деятельности, проектируются общественные взаимодействия и двигательные акты, формируется личностная ориентация. Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приемов и структуры занятий. Традиционные методы, используемые на занятиях, обогащаются игровыми ситуациями. Педагог-психолог использует пособия, игрушки, включает в процесс занятий рисование, танцы и музыку.   
Занятие конструируется примерно следующим образом:  
***I. Разминка в кругу:***психологический настрой на занятие, приветствие (продолжительность 3 минуты).  
***II. Упражнение для наших пальчиков:***работа с орехами, карандашами, пуговицами, зернами + пальчиковые игры (продолжительность 5 минут).  
***III. Коррекционно-развивающий блок:***какой-либо познавательный материал, связанный одним игровым сюжетом. Включаются задания на развитие восприятия, памяти, мышления (продолжительность 15 минут).  
***IV. Двигательная разминка:***прием «Перевоплощение» или игровой мини-тренинг «Оживи картинку» (продолжительность 5 минут).  
***V. Релаксация, психогимнастика*** (продолжительность 3 минуты).  
***VI. Прощание***(продолжительность 2 минуты).

Коррекционно-развивающая программа «Другие Мы» содержит следующие разделы:  
***I. Формирование сотрудничества ребенка со взрослым и сверстниками и овладение способами усвоения общественного опыта.  
II. Эмоциональное развитие.  
III. Интеллектуальное развитие.  
IV. Развитие и совершенствование двигательной сферы.( Приложение 1)***

Программа рассчитана на детей 4—7 лет и включает познавательные занятия, игровые мини-тренинги и упражнения по телесно-ориентированным техникам. Продолжительность занятий 30—40 минут. Педагог-психолог проводит 1 занятие в неделю.

**2.3. План работы педагога-психолога с родителями**

Главная роль в воспитании ребенка отводится, естественно, семье. Дать отцам и матерям педагогические знания, повернуть их лицом к ребенку, защитить детство последнего от неоправданных наказаний, грубости и несправедливости — вот в чем мы видим свою главную задачу. Ведь любая профессиональная деятельность педагога может быть результативной, если родители являются его активными помощниками и единомышленниками. Чтобы сделать родителей таковыми, приходится зачастую работать с ними не меньше, чем с их детьми.

Воспитание родителей мы рассматриваем как формирование у них педагогической рефлексии, то есть умения самокритично оценить себя как воспитателя, посмотреть на ситуацию глазами ребенка.   
Главная задача педагога-психолога в работе с родителями детей, имеющих отклонения в психическом развитии, состоит в том, чтобы заинтересовать родителей перспективами нового направления развития детей.

Родителей нужно постоянно держать в курсе всех дел, а поэтому заранее выбрать наиболее удачные формы взаимодействия с ними. Тогда мы сможем обеспечить одно из важнейших условий развития личности ребенка — согласованную совместную работу окружающих его взрослых. Это дает ребенку возможность перейти на следующую, более высокую стадию развития.  
 **III Организационный раздел**

**3.1 Условия реализации программы**

Условия реализации программы предусматривает использование пространства помещений детского сада: кабинета педагога-психолога, помещения групп.

Рабочее пространство кабинета педагога-психолога отвечает требованиям ФГОС ДО к предметно-пространственной развивающей среде, позволяя решать задачи коррекционно-развивающей деятельности в рамках рабочей программы .

**3.2. Приложения**

**Приложение 1**

**Примерные планы-занятий.**

**КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ  
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цели**  
Обучение детей, имеющих проблемы в развитии, приемам саморегуляции, умению управлять своим телом и владеть своими эмоциями.   
Снятие мышечных зажимов.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

Дети сидят на ковре в кругу.  
**Педагог-психолог**.*Ребята, вы любите путешествовать? Я так и знала. Сейчас мы отправимся на таинственный остров. Коврик, на котором вы сидите, не простой, а волшебный. Сядьте так, чтобы ваши ноги были вытянуты вперед, возьмитесь за руки и закройте глаза. (Звучит музыка.) Представьте, что мы поднимаемся вверх в облака, еще выше, выше облаков, летим, ковер покачивается. Крепче держитесь за руки. Дышим все легко, ровно, глубоко. Глубокий вдох, долгий выдох. Нам хорошо летать, взявшись за руки. Но вот ковер опускается ниже, ниже. Откройте глаза, мы на таинственном острове. Что вы чувствовали, когда летали?*  
(Ответы детей.)  
**Педагог-психолог**. *А хорошо вам было держать друг друга за руки? Пойдемте по острову, осмотрим его. Место это незнакомое, потому надо идти и слушать каждый звук. (Какие звуки вы слышали?)  
Вроде все спокойно и безопасно. Мы можем поиграть.  
Прыгаем с кочки на кочку.  
Пролезаем в обруч.  
Достаем до ушей воображаемого жирафа.  
Молодцы! Посмотрите, сколько здесь цветов! Ночью они спят, а днем расцветают. Давайте представим, что мы — цветы. Присев на пол, обхватим руками колени — цветы спят. Просыпаются — мы покачиваем руками. Солнце скрылось — цветы опять уснули.  
Проснулись — веселые, уснули — грустные. Опять проснулись.   
На острове живет кобра. Она добрая. Представим, что мы, как и она, греемся на солнце (легли на пол на живот, руки под подбородок). Проснулась кобра — приподнимаемся на руки, потом на колени, смотрим вперед.  
А еще есть удав. Знаете ли вы его? Он сворачивается в клубочек (легли на спину, обнимаем себя за ноги), а потом покачивается на спинке и встает.   
А еще тут живут зайчики.  
Один из них всех боится. Покажите, как он трясется от страха.  
Другой — смелый заяц. «Я никого не боюсь!» — встаньте и смело скажите это.*  
(Дети выполняют задание.)   
**Педагог-психолог**.*А теперь поиграем. Завяжем глаза, пойдем навстречу друг другу. Скажем «ку-ку». Встретившись, обнимаемся.*  
*А сейчас полежим в гамаке*(педагогу-психологу помогает воспитатель; вместе с ним педагог-психолог раскачивает на одеяле ребенке). *Грянула буря*(гамак сильно раскачивается). *Надо лежать и громко говорить: «Я — смелый»* . (Остальные дети топают ногами — создают бурю.)

Дети, помните, когда-то вы говорили, что боитесь темноты, страшных зверей, кататься на качелях? Здесь же, на острове, вы стали такими смелыми и сильными! Сейчас я выключу музыку, а вы вспомните, чего вы раньше боялись. Нарисуйте все это. Когда я хлопну в ладоши, все станет по-другому: исчезнет страх, вы почувствуете силу, доброту.

(Играет музыка — дети рисуют; раздается хлопок — рвут свой рисунок.)

Педагог-психолог. *Знаете, на острове есть водопад. Он тоже волшебный. Вода в нем теплая. Если опустить в него руки, искупаться в нем — то вода смоет все плохое, все обиды. Вы станете радостными, все грустное и плохое уйдет прочь.*(Звучит музыка.) *Давайте подойдем к водопаду и встанем под его теплые струи. Вода смывает все печали, огорчения, обиды, ссоры. Настроение у всех веселое, радостное. Давайте улыбнемся и с таким вот настроением пойдем в группу.*

**КОРРЕКЦИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СФЕРЫ   
ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цели**  
Формирование у детей умения делать первичное обобщение, представлять предмет в целом.   
Формирование позитивных качеств личности (эмпатии, доброты).

**Оборудование**  
Мягкие игрушки: попугай, белочка, заяц, лисичка и мышка; коробочка с геометрическими фигурками; разрезные картинки (с изображением этих игрушек); леска; пуговицы-грибочки; пакетики с гречкой, пшеном, рисом.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

Дети сидят на стульчиках в кругу.   
**Педагог-психолог**. *Дети, к нам сегодня обещали прийти гости. Вот первый гость — попугай Кеша. Он хочет с вами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему у нас понравилось, чтобы он захотел прилететь к нам снова?*  
Дети отвечают. Затем педагог-психолог бережно передает ребенку, сидящему по соседству, игрушку и просит, чтобы тот прижал ее к себе, погладил, сказал что-либо ласковое и передал другому ребенку.  
**Педагог-психолог**. *А еще к нам в гости пришли белочка, заяц, лисичка и медведь. Давайте мы их угостим чем-нибудь вкусненьким. Вы, Таня и Саша, наберите на веревочку грибочки (мы их насушим белочке). Вы, Антоша и Миша, отложите по 10 зернышек пшена и риса попугаю Кеше, а ты, Сережа, наложи в тарелочку 10 зернышек гречки для мышки.*  
(Дети выполняют задание.)   
**Педагог-психолог**. *Ну вот, теперь наши гости сыты и хотят поиграть с нами. У вас на столе лежат коробочки с геометрическими фигурками. Чтобы зверушки не потерялись в лесу, у каждого есть своя тропинка. У белочки — кружок, у зайца — квадрат, у лисички — треугольник, у мышки — овал.  
Постройте для каждого гостя свою дорожку, выбрав фигурки из коробки*(на столе у педагога-психолога стоят игрушки, около каждой — соответствующая геометрическая фигура).  
(Дети выполняют задание.)   
**Педагог-психолог.***А сейчас уберите фигурки в коробку. А теперь сядьте на край стула, прислонитесь к спинке, руки положите на колени, а глазки закройте. Представьте себе теплый чудесный день*(звучит музыка). *Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды, горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу. Я вас очень люблю!*

**КОРРЕКЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ   
ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цели**  
Закрепление умения прокатывать мяч с целью попасть в движущийся предмет.  
Укрепление мышц пальцев рук и кисти.  
Развитие глазомера и координации движений.  
Обучение правильному дыханию.  
Формирование правильной оценки.

**Оборудование**  
Малые мячи по количеству детей; 5—6 больших мячей; шапочки-маски, изображающие морских обитателей.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

***Вводная часть «Свистать всех наверх!»***  
Дети входят в зал колонной по одному. Построение в шеренгу, равнение, проверка осанки.  
**Инструктор**. *Все дети являются матросами патрульного корабля «Морской охотник» и должны принимать участие в морских учениях. Вы будете тренировать свою силу, ловкость, выносливость, а в минуты отдыха веселиться и играть в интересные игры.*  
Учения начинаются с «проверки организованности и дисциплины». Дети выполняют разные виды ходьбы: обычную, приставными шагами, руки на поясе («утрамбовываем песок»); скрестным шагом, спиной вперед («запутываем следы»). Далее выполняют бег с преодолением препятствий — по узким доскам (шириной 15 см), с перепрыгиванием «канавок» шириной 40—50 см («аврал на корабле»); обычную ходьбу с плавным движением рук («большие волны»); бег змейкой («проход через лабиринт»); обычную ходьбу.

***Игра «Стоп, хлоп, раз»***  
Игра развивает внимание и координацию. Дети идут друг за другом. На сигнал «Стоп» все останавливаются, на сигнал «Хлоп» подпрыгивают, а на сигнал «Раз» поворачиваются кругом и идут в обратном направлении. Повторяется три раза.

ОCНОВНАЯ ЧАСТЬ***«Проверка специальных знаний, умений, навыков»***

***Комплекс кинезиологических упражнений***Дети строятся в одну шеренгу.   
*Водолазы*  
Исходное положение: ноги врозь, руки опущены. Задержка дыхания. Сделать глубокий вдох и задержать дыхание так долго, насколько это возможно, 3—4 раза.  
*Дерево*  
Исходное положение: сидя в группировке (на корточках, руками обхватить колени, голову опустить). Представить себе, что ты — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно встать на ноги, распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Напрячь тело, имитируя дерево. Выполняется 3 раза.  
*Внутри-снаружи*  
Исходное положение: лежа на спине. Закрыть глаза и прислушаться к звукам вокруг себя (шум транспорта за окном, скрип двери, дыхание других и т.п.), затем перевести внимание на свое тело и прислушаться к нему (собственное дыхание, биение сердца, ощущение позы тела). Выполняется 3 раза.  
*Наши ушки слышат все*Дети делают самомассаж ушных раковин.  
*Чтоб с мячами нам дружить, надо пальцы нам развить*  
Исходное положение: ноги врозь, мяч малого размера в руках перед грудью. Одновременные и попеременные сжимания и разжимания пальцами рук мяча; катание мяча между ладоней; сдавливание мяча кончиками пальцев; вращение кистей рук с мячом. Каждое движение выполняется 4–5 раз.  
*Велосипед*  
Упражнение выполняется в парах. Исходное положение: встать напротив друг друга, коснуться ладонями ладоней партнера. Совершать движения, аналогичные тем, которые выполняют ноги при езде на велосипеде, с напряжением. 8 движений + пауза. Выполняется 3 раза.  
*Кошечка*  
Исходное положение: стоя на четвереньках. Имитировать потягивание кошки: на вдохе прогибать спину, поднимая голову вверх, на выдохе выгибать спину, опуская голову. Выполняется 6—8 раз.  
*Прыжки по команде ведущего*4 прыжка вперед + 4 прыжка назад + 4 вправо + 4 влево + пауза (морская качка — перекат с пятки на носок). Выполняется 2 раза.  
*Волны шипят*Исходное положение: стоя на пятках, руки вниз. Вставая на носки, плавно поднять руки вперед-вверх (вдох); на выдох через рот со звуком «ш-ш-ш» плавно опустить руки, вернуться в исходное положение. Выполняется 3–4 раза.   
*Игровое упражнение «Морской бой»*  
После тренировок матросам предстоит попасть в «торпеду»; взрослый быстро прокатывает большие мячи вдоль стены, а дети катят свои мячи поперек, стараясь попасть в «торпеды». Кто самый меткий? Выполняется   
3–4 раза.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Матросы отлично справились с заданиями и приглашаются в гости к морскому царю на водный карнавал. Все превращаются в рыбок, морских звезд, русалок, крабов, морских коньков... Звучит плавная музыка — морские обитатели, танцуя, начинают свой карнавал. Морской царь (ведущий) хвалит понравившихся ему танцоров.  
В конце занятия, в зависимости от состояния детей, можно провести упражнение на расслабление.  
Исходное положение: лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны, поза «медуза». Дети расслабляют руки, потряхивают ногами. Ведущий произносит в это время:

*Я лежу на спине,  
Как медуза на воде.  
Руки расслабляю, в воду опускаю.  
Ножками потрясу и усталость сниму.*

Под спокойную музыку дети выходят из зала.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ,   
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОГРАММЕ**

***Игра «Бездомный заяц»***  
Способствует развитию реакции, навыков невербального взаимодействия с детьми.  
В игре принимают участие от 3 до 6 человек. Каждый игрок, заяц, чертит вокруг себя мелком круг диаметром примерно 50 см. Расстояние между кругами — 1–2 метра. Один из зайцев — бездомный. Он водит. Зайцы должны незаметно от него (взглядами, жестами) договориться о «жилищном обмене» и перебежать из домика в домик. Задача водящего — во время этого обмена занять домик, оставшийся на минутку без хозяина. Тот, кто остался бездомным, становится водящим.

***Игра «В тридевятом царстве»***  
Способствует формированию чувства эмпатии, установлению взаимопонимания между взрослым и ребенком.  
Взрослый и ребенок (мама и ребенок, воспитатель (учитель) и ребенок и т.д.), прочитав какую-либо сказку, рисуют ее на большом листе бумаги, изображая героев и запомнившиеся события. Затем взрослый просит ребенка пометить на рисунке, где бы он (ребенок) хотел бы оказаться.  
Ребенок сопровождает рисунок описанием своих похождений «в сказке». Взрослый же в процессе рисования задает ему вопросы: «А что бы ты ответил герою сказки, если бы он спросил тебя о том-то?..», «А что бы ты сделал на месте героя?», «А что бы ты ощутил, если герой сказки появился здесь?»

***Игра «Колпак мой треугольный»***Помогает научиться концентрировать внимание, способствует осознанию ребенком своего тела, учит управлять движениями и контролировать свое поведение.  
Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак».   
Фраза повторяется по второму кругу, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак», заменяют его жестом (например, два легких хлопка ладошкой по своей голове).   
В следующем круге заменяются уже два слова: «колпак» и «мой» (показать рукой на себя).   
В каждом последующем круге играющие произносят на одно слово меньше, а показывают на одно больше. В конце игры дети изображают жестами всю фразу.  
Если это трудно, фразу можно сократить.

***Игра «Маленькая птичка»***  
Развивает мышечный контроль.  
Ребенку в ладошки дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька).  
Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи ее, поговори с ней, успокой ее».  
Ребенок берет в ладошки птичку, держит ее, гладит, говорит добрые слова, успокаивая ее. Вместе с птичкой он успокаивается сам.   
В дальнейшем можно птичку не класть ребенку в ладошки, а просто напомнить ему: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой ее снова». Тогда ребенок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.

***Игра «Эмоциональный словарь»***  
Развивает эмоциональную сферу ребенка.  
Перед детьми раскладывают набор карточек, на которых изображены лица людей, испытывающих различные эмоции (5—6 карточек). Ребенку предлагают ответить на вопрос: «Какие эмоции испытывают эти люди?» После этого ребенку предлагают вспомнить, был ли он сам в таких состояниях.   
Как он чувствовал себя, находясь в том или ином состоянии? Хотел бы он снова вернуться в это состояние? А может ли данное выражение лица отражать другое состояние человека? Ведущий предлагает ребенку нарисовать некоторые эмоции. Все приведенные детьми примеры из жизни взрослый записывает на листе бумаги.   
Через 2—3 недели игру можно повторить, при этом можно сравнить те состояния ребенка, которые были у него давно, и те, которые возникли недавно. Можно попросить его ответить на вопросы: «Каких состояний было больше за прошедшие 2—3 недели — негативных или позитивных? А что ты можешь сделать, чтобы испытывать как можно больше положительных эмоций?»

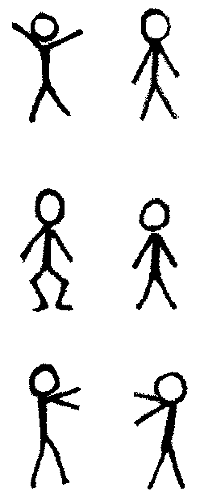
***Игра «Мой хороший попугай»***  
Способствует развитию чувства эмпатии, умения работать в группе.  
Дети стоят в кругу. Затем взрослый говорит: «Ребята! К нам в гости прилетел попугай. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прилететь к нам снова?» Дети предлагают: «Говорить с ним ласково», «Научить его играть» и т.д. Взрослый бережно передает кому-либо из детей плюшевого попугая (мишку, зайчика).   
Ребенок, получив игрушку, должен прижать ее к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласковым именем и передать попугая другому ребенку. Игру лучше проводить в медленном темпе.

***Игра «Сороконожка»***  
Учит детей взаимодействию со сверстниками, способствует сплочению детского коллектива.  
Дети (5—10 человек) встают друг за другом, держась за талию впередистоящего. По команде ведущего «сороконожка» начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть стулья, строительные блоки и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих — не разорвать единую цепь, сохранить «сороконожку» в целости.

***Игра «Чудесный мешочек»***  
Развивает кинестетические ощущения, учит восприятию цвета, формы, а также умению сотрудничать со взрослым.  
На левую руку ребенку надевают «волшебный мешочек», в котором находятся изготовленные из плотного цветного картона (пластика, дерева) геометрические фигурки. Мешочек должен быть чуть больше ладошки (по краю отверстия пришивается резинка, сам мешочек лучше сшить из ярких разноцветных лоскутков).  
На ощупь ребенок левой рукой выбирает по заданию взрослого определенную геометрическую фигуру, а правой рисует на бумаге ее контуры. Затем фигурка вынимается из мешочка. Ребенок сравнивает ее с нарисованной, раскрашивает тем же цветом, что и оригинал. Желательно, чтобы ребенок во время работы произносил вслух название фигуры, цвета и называл те действия, которые он производит.  
Игру лучше проводить в такой последовательности: сначала в мешочке должны находиться предметы только одной формы (например, только треугольники), затем — двух форм, трех форм, четырех форм и т.д.  
Всякий раз (кроме первого варианта) ребенку дается такая установка: «Выбери такой предмет, как я тебе покажу». Или более сложный вариант: «Нарисуй предмет, который ты держишь в левой руке в мешочке». В последнем случае образец отсутствует, ребенок действует только по словесной инструкции.

***Игра «Разговор с телом»***  
Учит ребенка владеть своим телом.  
Ребенок ложится на пол — на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребенка. Затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и говорит: «Это твой силуэт. Хочешь, мы раскрасим его? Каким цветом ты хотел бы раскрасить свои руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в определенных ситуациях, например когда ты спасаешься от опасности? Какие части тела тебе особенно помогают? А бывают такие ситуации, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга».

***Игра «Физкультурники»***  
Развивает координацию движений, учит ребенка навыкам работы с операционными картами.  
Взрослый объясняет ребенку, что сейчас они вместе будут играть в физкультурников. Физкультурники должны выполнять различные упражнения, например: поднимать руки вверх и опускать вниз, прыгать на одной или на двух ногах, хлопать в ладоши над головой.



Для того чтобы не забыть, какое упражнение и как надо выполнять, перед началом игры необходимо заготовить схемы (операционные карты). Взрослый и ребенок вместе рисуют схему к одному из упражнений, например:  
После того как заготовлены 2—3 схемы (или 4—5, в зависимости от возможностей ребенка), взрослый кладет перед ребенком одну из них и просит выполнить то, что на ней изображено.   
После того как ребенок научится «читать» схему (а на это может уйти несколько занятий), взрослый предлагает ему освоить вторую схему.  
Затем ребенку предлагается выполнить последовательность из первого и второго упражнения и т.д.

***Игра «Покатай куклу»***  
Способствует снятию мышечных зажимов в области рук, повышению уверенности ребенка.  
Ребенку дают в руки маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что кукла боится кататься на качелях. Наша задача состоит в том, чтобы научить ее быть смелой. Сначала ребенок, имитируя движение качелей, слегка покачивает рукой, постепенно увеличивая амплитуду движений (движения могут быть в различных направлениях). Затем взрослый спрашивает ребенка о том, стала ли кукла смелой. Если нет, то надо сказать ей, что она должна делать, чтобы преодолеть свой страх. Игру можно повторить несколько раз.

***Игра «Собираем головоломки»***  
Развивает коммуникативные способности ребенка.   
Сначала ребенку предлагают собрать одну или несколько головоломок («Танграм», «Квадрат Пифагора», «Сложи квадрат» и т.п.) Затем незаметно из коробки извлекают одну деталь. Ребенок складывает знакомую головоломку и вдруг обнаруживает, что не хватает одной детали. Он обращается за помощью к взрослому. Если ребенок еще не готов к такого рода общению, взрослый может помочь ему: «Эта деталь у меня. Если она тебе нужна, можешь попросить, и я отдам ее».   
Полученный навык закрепляется постепенно, при каждом повторении данной игры, а затем переносится на другие виды деятельности.

***Игра «По грибы»***  
Учит подбирать предметы по образцу.  
Для этой игры нужны грибы с разноцветными шляпками (красными, желтыми, белыми, коричневыми), корзиночки для сбора грибов.  
Дети сидят в кругу, педагог-психолог раскладывает на полу грибы двух цветов (например, желтого и красного), берет две корзиночки и в одну из них кладет гриб с красной шляпкой, а в другую — с желтой. Затем отдает корзинки двум детям (по одной корзинке) и просит собрать в них такие же грибы. Дети собирают, а остальные наблюдают за их действиями. Затем играющие показывают, что они собрали в корзинку, а результат обобщают в словах: «Все красные», «Все желтые».

***Игра «Достань машинку»***  
Учит понимать условия практической задачи, искать решения в окружающей обстановке.  
Для этой игры нужны заводная машинка и палка.  
Педагог-психолог заводит машинку, и она как бы случайно заезжает под шкаф так, что ребенок не может достать ее рукой. Педагог-психолог просит ребенка достать машинку и поиграть с ней. Ребенок должен решить практическую задачу: использовать для этой цели палку, которой нет в его поле зрения (палка лежит на подоконнике).  
Если ребенок пытается это сделать рукой, не надо его останавливать. Пусть убедится, что это невозможно. Затем педагог-психолог говорит: «Давай поищем то, что тебе поможет». При необходимости нужно указать на палку. В конце игры можно напомнить ребенку: «Надо всегда искать какой-либо предмет, который поможет достать игрушку».

***Игра «Как достать?»***  
Учит решать задачи в образном плане.  
Для этой игры нужны картинка с изображением стеклянной банки, в которой находится морковь, картинки с изображением предметов-орудий (вилки, сачка, палочки, ложки).  
Педагог-психолог раскладывает перед ребенком все картинки, просит их внимательно рассмотреть и сказать, как можно достать морковку для зайчика. Ребенок должен выбрать картинку с изображением подходящего предмета-орудия. В случае затруднения можно создать реальную ситуацию и проверить свойства выбранного орудия.

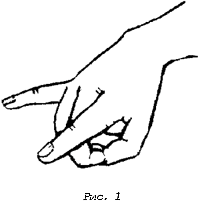
***Игра «Волшебный тазик»***  
Развивает обонятельное и вкусовое восприятие.  
Дети сидят в кругу. Педагог-психолог говорит: «Представьте, что перед каждым из вас на полу стоит маленький тазик. Он не простой, а волшебный: что мы захотим, то в тазике и появится. Предположим, что в тазике — мед. Вспомните, какой он — золотистый, прозрачный, вкусный, сладкий. Слегка наклоните к себе тазик: мед жидкий или густой? Посмотрите. Видите, как он медленно стекает? Представьте запах цветов, цветущих деревьев. Вспоминаете запах меда? Окуните пальчик в свой волшебный тазик, возьмите немножко меда. Видите, как он медленно, тяжелой струйкой стекает по пальцу? Вам хочется попробовать его? Попробуйте».  
По желанию детей «волшебные тазики» могут наполняться любыми объектами: живыми и неживыми, реальными и сказочными.

***Игра «Загадочные пакетики»***  
Развивает обонятельное восприятие.  
Дети сидят в кругу. Педагог-психолог предлагает детям 4 пакетика, в которых находятся: кусочек мыла, головка чеснока, листья мяты и сушеная клубника. Задание детям: угадать, чей запах спрятался в пакетике.

***Игра «Цветочный магазин»***  
Развивает обонятельное и зрительно-образное восприятие.  
Педагог-психолог просит детей представить, что их комната превратилась в цветочный магазин, предлагает пройтись по нему, мысленно расставляя различные цветы (розы, сирень, хризантемы) и запоминая их расположение. Задание — собрать букет для мамы и описать его. Рассказывая о каждом цветке, вспомнить его цвет и запах.  
Для того чтобы выполнение этого задания было более эффективным, детям рекомендуется заранее посетить цветочный магазин.

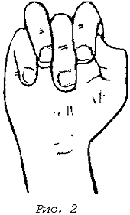
***Игра «Пальчики-узнавальчики»***  
Развивает осязательное и зрительное восприятие.  
На стол ставятся 2—3 предмета, различные по форме и величине. Ребенок исследует предметы, проводя по ним пальцем. При этом он то смотрит на эти предметы, то отворачивается от них. В тот момент, когда ребенок отворачивается, он должен узнать на ощупь тот или иной предмет.  
Можно усложнить задание, предложив ребенку с закрытыми глазами (с помощью пальцев) узнать, кто подошел к нему.

***Игра «Коза»***  
Внутренняя сторона ладони опущена вниз. Указательный палец и мизинец выставлены вперед и двигаются в разные стороны. Средний и безымянный пальцы прижаты к ладони и обхвачены большим (рис. 1)



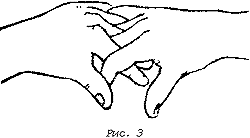
*Идет коза рогатая  
За малыми ребятами.*

***Игра «Осы»***  
Выставить средний палец, зажать его между указательным и безымянным, двигать ими в разные стороны   
(рис. 2).



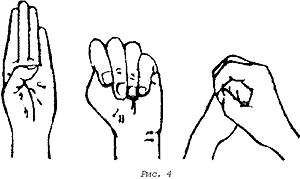
*Осы любят сладкое, к сладкому летят.  
И укусят осы, если захотят.*

***Игра «Краб»***  
Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы направлены к себе. Передвигать на пальчиках ладони в одну сторону, затем в другую (рис. 3).



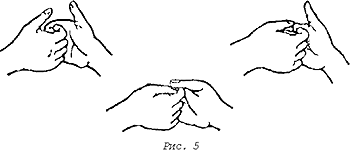
*Краб ползет по дну,   
Выставив клешню.*  
Рис. 3

***Игра «Моя семья»***  
Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого, а со слов «А вот и вся семья» второй рукой охватить согнутые пальцы (рис. 4).

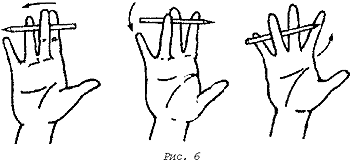


*Вот дедушка,  
Вот бабушка,  
Вот папочка,  
Вот мамочка,  
Вот деточка моя,  
А вот и вся семья.*

***Игра «Прижми палец»***  
В игре участвуют двое.  
Играющие сцепляют согнутые пальцы правых рук, образуя небольшую «платформу». По определенному сигналу, например: «Начали!», один из участников кладет большой палец на «платформу», а второй участник должен поймать его сверху своим большим пальцем. Затем участники меняются ролями (рис. 5).



***Игра «Пропеллер»***  
Играющий вкладывают карандаш между прямыми пальцами: указательным, средним и безымянным. По сигналу «Начали!» карандаш передается с пальца на палец, причем большим пальцем помогать нельзя   
(рис. 6). Побеждает тот, чей пропеллер вертится быстрее и «не ломается», то есть чей карандаш не падает.



***Упражнения для кистей рук, ладоней и пальцев***1. Подушечки четырех пальцев правой руки установите у оснований пальцев левой руки с тыльной стороны ладони. Пунктирными движениями смещайте кожу на 1 см вперед-назад, постепенно продвигаясь к лучезапястному суставу (пунктирное движение). Проделайте то же для другой руки.  
2. Кисть и предплечье левой руки расположите на столе. Ребром ладони правой руки имитируйте пиление по всем направлениям тыльной стороны левой ладони (прямолинейное движение). Проделайте то же для другой руки.  
3. Кисть и предплечье левой руки расположите на столе. Правой рукой сделайте массаж тыльной стороны ладони левой руки. Проделайте то же для правой руки.  
4. Костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигайте вверх-вниз по ладони левой руки (прямолинейное движение). Проделайте то же для правой руки.  
5. Фалангами сжатых в кулак пальцев производите движения по принципу «буравчика» на ладони массируемой руки. Поменяйте руки.  
6. Самомассаж пальцев рук. Кисть и предплечье левой руки расположите на столе. Согнутыми указательным и средним пальцами правой руки делайте хватательные движения на пальцах левой руки (прямолинейное движение). Проделайте то же для правой руки.  
7. Проделайте движения, как при растирании замерзших рук.  
8. Подушечку большого пальца правой руки положите на тыльную сторону массируемой фаланги пальца левой руки. Остальные четыре пальца правой руки охватывают и поддерживают палец снизу. Массируйте спиралевидными движениями. Проделайте то же для правой руки.

***Упражнение «Плывем в облаках»***  
Способствует расслаблению и развитию воображения.   
Психолог дает детям следующую инструкцию:  
*Дети, ложитесь на пол и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Вообразите, что вы находитесь на природе, в прекрасном месте. Теплый, тихий день. Вам приятно, и вы чувствуете себя хорошо.  
Вы абсолютно спокойны. Вы лежите и смотрите вверх на облака — большие, белые, пушистые облака в прекрасном синем небе. Дышите свободно. Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься над землей. С каждым вдохом вы медленно и плавно поднимаетесь навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь еще выше на самую верхушку облака и мягко утопаете в нем.  
Теперь вы находитесь на вершине большого пушистого облака. Вы плывете вместе с ним. Ваши руки и ноги свободно раскинуты в стороны, вам лень шевелиться. Вы отдыхаете. Облако медленно вместе с вами начинает спускаться все ниже и ниже, пока не достигнет земли. Наконец вы благополучно растянулись на земле, а ваше облако вернулось к себе домой на небо. Оно улыбается вам, вы улыбаетесь ему. У вас прекрасное настроение. Сохраните его на весь день.*