**Тема: «Сенсорный «Чулок Совы» для развития эмоционально – волевой сферы детей дошкольного возраста».**

В федеральном государственном стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО) в качестве одной их приоритетных задач выделено укрепление психического здоровья детей, в том числе их благополучие в эмоционально – волевой сфере. Развитие эмоционально – волевой сферы – важнейший аспект развития личности ребенка. В дошкольный период эмоционально – волевая сфера проявляется вследствие изменения характера деятельности ребенка. Роль эмоции и воли в формировании личности ребенка велика, поскольку они оказывают влияние на большинство познавательных процессов. Кроме того, они влияют на то, каким дошкольник увидит окружающий мир и как он будет воспринимать его в будущем. Эмоциональная стабильность является основным элементом в психологической готовности к школе и успешности обучения. Дошкольный возраст – это период детства ребенка до семи лет. Именно в этом возрасте продолжает формироваться эмоционально – волевая сфера ребенка.

 По результатам наблюдения и диагностики у детей при нарушении развития эмоционально – волевой сферы отмечаются следующие сложности: дети эмоционально неустойчивые, раздражительные, агрессивные, обидчивые, мнительные, замкнутые, застенчивые, гиперактивны, тревожные, испытывают страхи, имеют трудности в поведении, быстро утомляются. В ДОУ с каждым годом увеличивается количество детей с различными психосоматическими расстройствами. Среди них есть дети, впервые поступившие в детский сад.

**Обозначилась проблема** - включение в образовательный процесс такой инструмент, который бы был прост в использовании и дал положительную динамику по развитию эмоционально – волевой сферы детей дошкольного возраста.

Для решения проблемы мы определили **цель: развитие эмоционально – волевой сферы детей дошкольного возраста.**

 **Сформулировали задачи:**

1.снятие психоэмоционального напряжения у детей;

2. развитие эмоционально – волевой сферы дошкольников;

3.сохранение и укрепление психологического здоровья воспитанников в ДОУ.

Работая над данной проблемой, обратили внимание на сенсорный «Чулок Совы». «Чулок Совы» — эластичный мешок для совместных весёлых игр и активного развития детей. Что в нём можно делать? Да что угодно! Кувыркаться, кататься, ползать, изображать привидение или любимых сказочных героев и животных от мала до велика.

Прототипом создания в России «Чулка Совы» был «Чулок Кислинг». Это инструмент, который придумала немецкий эрготерапевт Улла Кислинг, автор книги «Сенсорная интеграция». Изначально она его разработала для детей с особенностями развития (СДВГ, ДЦП, РАС, ЗПР, ЗРР). Сейчас в России он используется для нормотипичных детей, потому что это отличный инструмент для укрепления и формирования эмоциональной сферы.

**Требования к инструменту:** Чулок безопасен в использовании, изготовлен из прочного эластичного материала, который выдерживает растяжения, не деформируется, легко обрабатывается и доступен в производстве и использовании. «Чулок Совы» особенно рекомендуется для детей:

* с трудностями в поведении и обучении;
* с гиперактивностью, синдромом дефицита внимания;
* с быстрой утомляемостью;
* с отказом от социальных контактов;
* с тревожностью;
* с длительной и тяжелой адаптацией к ДОУ;
* с избеганием тактильного контакта;
* с стеснительными детьми;
* с агрессивными;
* со сниженным познавательным интересом.

Чулок компактный, легкий, его можно взять с собой в дорогу, в поездку, на отдых, на занятия. «Чулок Совы»— эффективный инструмент сенсорной интеграции, воздействующий на вестибулярную, тактильную и эмоциональную системы. Он помогает ребёнку быстрее развиваться, стимулируется познавательная активность, улучшает восприятие положения тела в пространстве, делает тело гибким и подвижным, развивается эмоционально – волевая и коммуникативная сфера, соморегуляция и поведение ребенка – основы обучения в школе. Погружаясь в Чулок из ткани, ребенок чувствует себя в безопасности, снижается тревожность. Улучшается ориентация в пространстве (вверх – вниз, право-лево). Ребенок учится чувствовать свое тело, расслабляется, испытывает необычные ощущения и эмоции, расширяется его восприятие окружающего мира. Кроме того, он может послужить местом, где можно успокоиться, если забраться внутрь и просто полежать, свернувшись клубочком.  Основное предназначение «Чулка Совы» — это развитие эмоционально сенсорных ощущений, помогает испытывать эмоции, улучшает настроение. Это такой процесс, во время которого нервная система ребенка получает информацию от рецепторов всех чувств (осязание, вестибулярный аппарат, ощущение и эмоций тела, обоняние, зрение, вкус, слух) а затем преобразует их так, чтобы они могли быть использованы в повседневной деятельности. В случае нарушения обработки сенсорных сигналов у детей будут появляться нарушения в моторном, познавательном развитии, в эмоционально – волевой сфере, а также в поведении ребенка.

 «Чулок Совы» использую с детьми младших групп в адаптационный период, с целью благоприятной адаптации к условиям ДОУ и сохранение психологического здоровья воспитанников. Также с детьми старшего дошкольного возраста, с целью развития эмоционально – волевой сферы, познавательного интереса и снятия психоэмоционального напряжения.

Соблюдение правил безопасности во время использования сенсорного «Чулка Совы»:

1. перед использованием Чулка обеспечение свободного пространства в группе и отсутствие острых углов;

2. игры с Чулком выполняются на мягком ковровом покрытии;

3. погружение в Чулок без обуви;

4. соблюдение дистанции между детьми;

5. не наступать на Чулок, не толкаться;

6. находиться в Чулке по одному человеку;

7. погружаться в Чулок постепенно, можно не сразу с головой.

**Этапы использования «Чулка Совы»:**

1. знакомство с Чулком;

2. проигрывание;

3. самостоятельная деятельность с Чулком.

Предлагаем несколько вариантов игр - (приглашаем участников мастер – класса):

Игры в адаптационный период с детьми младших групп. Цель игр: преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации, снятие напряжения, тревоги. Начинаем с простых игр.

**1. Знакомство.** Прежде чем использовать Чулок, на первых встречах дать детям время освоится с ним. Нахождение в Чулке может быть сначала совсем непродолжительным. Каждый ребенок трогает Чулок, рассматривает, взаимодействует с ним.

Сегодня я пришла к вам с необычным предметом. Посмотрите, потрогайте его. Какого он цвета? Он твердый или мягкий? На что он похож?

**2. Прятки**. Дети закрывают глаза. Одного ребенка прячем в Чулок. Кого не стало? Кто спрятался?

 **3.Игра на сенсорное восприятие.**  Релаксация. Удивительно, но Чулок действует не только заряжая энергией, он ещё и успокаивает! Попросить детей просто посидеть в Чулке, можно включить приятную музыку. Спросить их, чувствуют ли они, как там уютно и хорошо как дома. У нас в детском саду тоже хорошо. Можно погладить детей.

**4. Что за предмет?** Находясь в сенсорном Чулке попросить угадать ребенка каким предметом погладили его (массажный твердый мяч, мягкий мяч).

**5. Гусеница.** Предложить ребенку, находясь в Чулке, ползти, как гусеница.

Зайчик. Предложить ребенку, находясь в Чулке, попрыгать, как зайчик.

Мишка. Предложить ребенку, находясь в Чулке, пройтись, как ходит мишка. Лиса. Предложите ребенку, находясь в Чулке, показать, как крадется лиса.

**6. Перекати – поле.** Ребенок находится в Чулке. Просим его вытянутся «солдатиком» и перекатываться. Просим ребенка свернутся калачиком, обняв согнутые колени. Далее ребенок перекатывается, сохраняя форму «колобка».

**Предлагаем несколько вариантов игр - (приглашаем участников мастер – класса):**

Игры с детьми старшего дошкольного возраста, с целью развития эмоционально – волевой сферы, познавательного интереса и снятия психоэмоционального напряжения.

**1. Угадай, кто я?**  Находясь в сенсорном Чулке попросить ребенка принять позу, изображающую геометрические фигуры (треугольник, ромб, квадрат). Остальные угадывают фигуры. Принять позу животного, остальные дети угадывают его.

**2. Угадай фигуру, букву.** Находясь в сенсорном Чулке попросить угадать ребенка какую фигуру нарисовали у него на спине, какую букву.

3. На ощупь. Ребенок находится в Чулке. Попросить ребенка через ткань, на ощупь, угадать предмет. И наоборот, поместить в Чулок предмет и попросить ребенка угадать, что это.

**4. Море волнуется, раз!** Дети находятся в Чулке. Дети с удовольствием «превращаются» в фантастических или существующих животных, развивая как тело, так и фантазию. Или перевоплотится в растение. Или замирают с эмоцией на лице! (эмоция радости замри).

**5.Слушай хлопки**. Находясь в сенсорном Чулке, дети стоят в кругу. На определенное количество хлопков выполняют движения.

1 хлопок – присесть, 2 хлопка – махать руками, 3 – поднять руки.

6. Наперегонки. Дети находятся в Чулке. Устроить перекаты и ползанье в чулках на скорость.

**7.Полоса препятствий.** Создать полосу препятствий, подушки, мягкие модули и предложить ребенку пройти ее, находясь в Чулке.

8. Ночные тени. Дети находятся в Чулке. В темноте включаем фонарик и играем с тенью. В Чулке встать в позу и пытаться угадать, что получилось

настене.
**9. Ориентация в пространстве.** Дети находятся в Чулке. Сделайте два шага вперед, один назад, два шага влево, один направо.

**10. Психологический релаксационный этюд**. Дети находятся в Чулке. Можно прилечь, можно текст сопровождать движениями.

Текст: «закройте глаза, вытяните руки. Представьте себе, что у вас на ладошках лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Отпустите руки, теперь они у вас отдохнут. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают, настроение становится хорошим. Улыбнитесь, потянитесь, откройте глаза».

11 Дети находятся в Чулке.Под музыку танец или свободные движения.

Сенсорный Чулок – универсальный развивающий инструмент, который можно использовать по разному.

Итак, после использования сенсорного «Чулка Совы» с детьми младших групп в адаптационный период можно наблюдать **следующие результаты:**

- дети в легкой и средней форме адаптировались к ДОУ;

- отсутствие стрессовых состояний у детей;

- дети в общении со взрослыми и сверстниками активны и эмоциональны;

-отсутствие признаков тревожности, плаксивости;

-улучшился общий эмоциональный фон и поведение детей в группе.

**Результаты** использования сенсорного «Чулка Совы» с детьми старшего дошкольного возраста:

- повысилась самооценка у детей;

- сформировалась позитивная мотивация к обучению и развитию;

- улучшился общий эмоциональный фон и поведение детей в группах;

-снизилась тревожность у детей;

- снизилась агрессивность.