**Мастер-класс**

**Автор: Иванова Т. Б., учитель-дефектолог**

**Тема:** Непоседливый ребёнок. Психологическое сопровождение детей дошкольного возраста с СДВГ в инклюзивном пространстве.

**Цель:** формирование представлений об образовательной кинезеологии, как современной технологии психологического сопровождения детей с СДВГ.

**Задачи:**

1. Определить понятие «дети с СДВГ» и необходимости оказания им психологической помощи.
2. Познакомить с технологией « Образовательная кинезеология».
3. Освоить на практике базовые кинезеологические упражнения.
4. Отследить результаты влияния упражнений на самочувствие участников мастер – класса.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап** | **Содержание этапа** | **Оборудование** |
| Мотивацион-ный | - Добрый день, уважаемые коллеги! Меня зовут Иванова Т.Б.. Я практический психолог. Рада представить свой опыт по психологической помощи детям с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. Эту категорию детей, как только не называют: нестандартный ребёнок, плохой, озорной, невыносимый. Даже существует книга, описывающая феномен СДВГ, под названием «Нестандартный или плохой хороший ребёнок».  -Уважаемые коллеги, почему этих детей называют плохими? (ответы педагогов).  - Да, вы абсолютно правы. Дошкольники с СДВГ очень беспокойные, трудно управляемые дети, плохо поддающиеся воздействию, особенно в условиях группы. Но не зря их называют хорошими детьми. Малыши обладают сохранным интеллектуальным ресурсом, часто бывают любознательными и доброжелательными. Давайте поподробнее остановимся на том, почему же они всё таки такие сложные в воспитании и обучении | Мультимедий-ная презентация |
| Теоретический | СДВГ – это пограничное психическое резедуально – неврологическое расстройство детского возраста. Эти дети относятся к детям с ОВЗ и поэтому требуют организации инклюзивного пространства в образовательном учреждении. В основе СДВГ лежит незрелость мозговых структур и, как следствие, недостаточность психической энергии, необходимой для регуляции своего поведения.  Если энергетический потенциал здорового ребенка выглядит, как хорошо надутый воздушный шар (*психолог демонстрирует надутый шар*), то энергетический потенциал ребенка с СДВГ похож на сдувшийся шарик (*психолог демонстрирует сдувшийся шар*). И даже когда он отдохнул, его небольшое количество энергии стремительно снижается при любых интеллектуальных нагрузках и это выглядит примерно так (психолог развязывает ниточку у шарика и тот стремительно сдувается). Понятно, что при таком запасе энергии обучение невозможно и встает задача восполнения энергозатрат.  - Как это сделать? Существует технология «Гимнастика мозга» или образовательная кинезеология. Основатель – американский врач психотерапевт Пол Денисон.  Суть ее заключается в применении специальных двигательных упражнений, способствующих энергетизации организма. Сегодня я вас познакомлю с одним из видов упражнений комплекса «Гимнастика мозга» – это упражнения на активизацию межполушарного взаимодействия.  - Для начала, обозначьте, пожалуйста, собственное энергетическое состояние в баллах следующим образом:  - 100 баллов – вы полны сил и энергии.  - 0 баллов – вы истощены.  - найдите, пожалуйста, между этими крайними вариантами своё, назовите его и запомните.  *(участники по очереди называют уровень своего энергетического ресурса).* | Мультимедий-ная презентация,  3 красных воздушных шара (2 надутых и один сдутый) |
| Практичес-кий | Предлагаю вам встать и предварительно настроиться на выполнение упражнений. Существую три важный условия, которые необходимо всегда выполнять:   1. **Улыбка.**   - Посмотрите друг на друга и улыбнитесь.  2. **Осанка.**  - Обратите внимание на свой позвоночник, встаньте прямо, расправьте плечи, выставьте подбородок параллельно полу.  **3. Настрой.**  - Поверьте в свою успешность и скажите: «У меня всё получится!»  А сейчас я предлагаю посмотреть, как я буду делать упражнения и затем выполнить данный комплекс вместе по музыку.  Упражнение выполняется следующим образом  а/ ладонью правой руки коснуться колена поднятой левой ноги, затем ладонью левой руки - колена правой ноги /8- 10 раз/  б/ выполнить то же самое, касаясь локтем колена /8 - 10 раз/  в/ выполнить то же самое, касаясь пятки ноги позади себя /8 - 10 раз/  г/ повторяют упражнения А, Б, В, но при этом после касания рука идет вверх и в сторону, противоположная нога, не касаясь пола, вниз и в сторону.  Упражнение улучшает внимание и координацию движений и синхронизирует работу обоих полушарий мозга. Что это дает на практике? Умение логически просчитать ситуацию и одновременно управлять своими эмоциям.  После окончания упражнения психолог предлагает вновь измерить участникам свой энергетический потенциал в баллах и почувствовать изменения в состоянии.  - Таким образом, включая на занятиях с детьми с СДВГ кинезеологические упражнения, мы поддерживаем их энергетический потенциал, тем самым позволяя им дольше поддерживать оптимальную работоспособность во время образовательного процесса.  - Предлагаю вам посмотреть фрагмент занятия, где дети с ОВЗ выполняют комплекс «Гимнастика мозга». | Мультимедий-ная презентация,  ритмичная музыка. |
| Итоговый | Наш мастер-класс подходит к концу. Готова ответить на ваши вопросы. |  |