**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ ТАЗОВСКИЙ РАЙОН**

**ЯМАЛО-НЕНЕЦКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад «Северяночка»**

**«РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СУХОГО ДУША»**

**Выполнил:**

**Педагог-психолог**

**Кастрюлева О.А.**

**С.Гыда**

**2022**

**«Сухой душ»**

Подвесной элемент в сенсорной комнате «Сухой душ» предназначен для стимуляции и развития тактильных ощущений, зрительной памяти, активации творческой и познавательной деятельности; служит укромным уголком. С помощью душа, так весело и интересно запоминать новые цвета, трогать ленточки и ощущать их гладкость, посмотрев наверх – увидеть себя в окружении разноцветных ленточек.

**Сухой душ**

*Стимуляция кинестетического анализатора*  
**Игра «светло, темно»**  
Взрослый и ребенок забираются в сухой душ, в котором горит свет. В комнате тоже горит свет. Важно комментировать происходящее: «Мы с тобой сидим в домике. У нас тепло и уютно. В комнате тоже горит свет, но там не так уютно».  
После этого погасить в комнате свет, комментируя происходящее: «В домике продолжает гореть свет, а в комнате темно. Нам с тобой в домике очень комфортно…» и т.д.  
Затем зажечь в комнате свет, а внутри сухого душа погасить свет, рассказывая малышу: «Мы с тобой спрятались в темноте, нас никто не увидит и не найдет. Нам здесь хорошо и уютно»

Стимуляция кинестетического анализатора; устранение чувствительности к страхам; формирование адекватной психологической защиты

**Игра «Зверюшки в норке»**  
Взрослый и ребенок забираются в сухой душ, в котором горит свет. В комнате – полумрак. Обращаясь к малышу, можно сказать следующее: «Мы с тобой маленькие… (белочки, зайчики, мышки и т.д.). Мы сидим в нашей уютной норке. Там, на улице (показать на комнату) холодно идет дождь, воет ветер, а нам с тобой тепло, тихо и уютно. И никто к нам не придет, никого мы не пустим. В нашей норке толстые стены, нам не страшно»  
Говорить нужно тихим голосом, чтобы ребенок расслабился

**Игра «Ветер»**  
Ребенок находится внутри сухого душа. В комнате – полумрак. Обращаясь к малышу, можно сказать следующее: «Ты – маленький мышонок… Ты сидишь в своей уютной норке. Там, на улице (показать на комнату), холодно, дует ветер. Он злобно завывает за твоим окном (взрослый легонько колыхает ленточки). Но тебе не страшно: ты под защитой, тебе тепло и уютно (взрослый потихоньку увеличивает силу ветра). Но вот выглянуло солнышко (включить свет внутри)».  
В процессе выполнения упражнения важно следить за выражением лица ребенка. После упражнения у малыша необходимо спросить, что он ощущал.

**Игра «Дождик»**  
Ребенок находится внутри сухого душа. В комнате – полумрак. Обращаясь к малышу, можно сказать следующее: «Ты – маленький мышонок… Ты сидишь в своей уютной норке. Там, на улице (показать на комнату), холодно, идет дождь. Он барабанит по крыше твоей норки (сначала взрослый легонько барабанит по крыше, затем усиливает силу дождя). Но тебе не страшно: ты под защитой, тебе тепло и уютно. Дождик стихает, выглядывает солнышко (включить свет внутри)».

**Игра «Гром»**  
Ребенок находится внутри сухого душа. В комнате – полумрак. Обращаясь к малышу, можно сказать следующее: «Ты – маленький мышонок… Ты сидишь в своей уютной норке. Там, на улице (показать на комнату), холодно, дует ветер, гремит гром (взрослый колышет ленточки, дотрагиваясь до ребенка; издает громкие звуки, озвучивая гром). Грохот грома усиливается. Но тебе не страшно: ты под защитой, тебе тепло и уютно. Вдруг подул веселый ветерок, прогнал дождик, выгнал гром, выглянуло солнышко (включить свет внутри)».  
  
**Игра «Хитрая лисичка»**  
Взрослый и ребенок разыгрывают сценку. При этом взрослый комментирует происходящее примерно следующим текстом: «Однажды зайчонок (изображает малыш) пошел гулять. По дороге ему встретилась лисичка (изображает взрослый). Она пригласила зайчонка в норку, пообещав ему угощения. Но когда малыш пришел к лисичке, она открыла дверцу в свою норку (взрослый приглашает зайти малыша во внутрь) и предложила зайти первому (ребенок забирается во внутрь).  
Только зайчонок переступил порог, как лиса закрыла дверцу и засмеялась: «Ха-ха-ха! Ловко я тебя провела! Побегу за дровами, разведу костер, поджарю и съем, как колобка». Как только лиса скрылась за углом, зайчонок стал громко плакать и звать и на помощь. А потом решил вырыть подземный ход (ребенок начинает скрести по ленточкам). Вскоре в небольшую щелку проник свет. Щелка становилась все больше и больше (взрослый постепенно раздвигает ленточки, делая проход). И вот, наконец, зайчонок оказался на воле!