



Использование  
приемов  
психогимнастики в  
начальной школе.

Выполнила:  
Коновалова С.С.

# Психогимнастика

- Психогимнастика - это курс специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка.



# ЦЕЛЬ ПСИХОГИМНАСТИКИ

Психогимнастика по методике М.И. Чистяковой прежде всего направлена на обучение элементам техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении.



**Основная цель занятий по психогимнастике**  
— овладение навыками управления своей  
эмоциональной сферой.



# Структура занятий по психогимнастике

**Начальный этап.**

**Цель:** мотивация детей на тематику занятия или другую форму работы.

**Этап проживания действий.**

**Цель:** достижение результата обучающих, воспитательных и развивающих задач.

## Структура занятий по психогимнастике

Этап организации эмоционального общения.  
Цель: тренировка общих способностей словесного и несловесного воздействия детей друг на друга.

Этап организации контролируемого поведения.

Цель: тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.

# Структура занятий по психогимнастике

## Заключительный этап.

Цель: закрепление содержания предлагаемого материала, а также положительного эффекта, стимулирующего и упорядочивающего психическую и физическую активность детей, приведение в равновесие их эмоционального состояния, улучшение самочувствия и настроения.



A decorative border surrounds the central text area. It features large, colorful Cyrillic letters (А, В, З, И, М) and small, cute cartoon characters (resembling Doraemon) placed around the letters. The background is a light blue gradient.

**1.Пластические этюды**

**2.Образно-пластическое творчество детей**

**3.Передать мимикой и движением поведение ...  
Обыгрывание..**



## Использование психогимнастики в начальной школе.

1. В качестве частичного замещения «физкультурных минуток», предусмотренных в структуре занятия.
2. В качестве ауторелаксации после интенсивной нагрузки .
3. В качестве «оживления» материала в работе по нравственному воспитанию .