КГУ Областная специальная школа-интернат№1

для детей с нарушением зрения

П Р О Е К Т

Вербальное и невербальное общение

у учащихся с глубокими нарушениями зрения.

Подготовила:

учитель-дефектолог

высшей категории

Макарушко М.В.

О г л а в л е н и е:

1. Введение 3 стр.

Краткое обоснование проекта 5 стр.

Цели и задачи проекта 7 стр.

Ожидаемые результаты 8 стр.

2. Основное содержание проекта 9 стр.

2.1 Теоретическое обоснование 9 стр.

Описание продукта проектирования 11стр.

Планирование деятельности по реализации проекта 12стр.

Критерии оценки эффективности проекта……………………………14стр.

Риски проекта…………………………………………………………..15стр.

Ресурсное обеспечение проекта 16стр.

Глоссарий 17стр.

Использованная литература 18стр.

Приложение………………………………………………………….19-24стр.

Личность-это системное качество

индивида, формирующееся в совместной

деятельности и общении.

А.А.Реан.

1.ВВЕДЕНИЕ.

Общение, по определению М. И. Лисиной - процесс передачи и приема вербальной и невербальной информации, одно из условий развития ребенка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, направленный на познание и оценку себя посредством других людей. Общение способствует развитию познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, развитию личности.

Общение более всего влияет на становление личности и, следовательно, связано с воспитанием, взаимодействием человека с человеком. Оно не является врожденным видом деятельности. Поэтому только путем специально организованного обучения и воспитания можно достичь значительных успехов в его развитии.

Решая проблему общения, современные философы, психологи, педагоги уделяют большое внимание средствам общения. По словам М. И. Лисиной, «средства общения представляют собой нити живой ткани деятельности общения». С помощью средств общения человек и вносит свой вклад во взаимодействие с другим человеком.

Средства общения подразделяются на две группы: неречевые (невербальные) и речевые (вербальные).

Невербальное общение, более известное как язык поз и жестов, включает в себя все формы самовыражения человека, которые не опираются на слова. Психологи считают, что чтение невербальных сигналов является важнейшим условием эффективного общения. По их мнению, около 70 % информации человек воспринимает по зрительному (визуальному) каналу. Невербальные сигналы позволяют понять истинные чувства и мысли собеседника. Отношение к собеседнику нередко формируется под влиянием первого впечатления, а оно, в свою очередь, результат воздействия невербальных факторов - походки, выражения лица, взгляда, манеры держаться, стиля одежды и т. д.Речевые средства общения взаимодействуют с неречевыми средствами, такими как мимика и пантомимика, в определённой социокультурной среде, которая обуславливает характер, содержание и формы тех и других.

Эмоциональное состояние ребенка, являются информатором, адресованным окружающим (матери, педагогу) в форме жеста, плача и т. д. Они говорят о требованиях ребенка к окружающим его людям. В этом их основная функция. Неречевые средства дают возможность проникать во внутренний мир человека, с которым общаешься. С помощью слов передается фактическая информация, тогда как неречевые средства общения передают отношение человека к информации. Жест, мимика, модуляция голосом и паузы в самых неожиданных местах позволяют партнеру по общению узнать из сообщения больше, чем несет собственно вербальный текст.

Очевидно, что зрительное нарушение у детей и подростков отражается на общении как непосредственном, так и опосредованном. Нарушение зрения провоцирует неадекватное развитие неречевых средств общения, воздействуя на объем и качество общения, а также затрудняет ребенку и подростку вхождение в социальную среду, в которой он живет и формируется как личность.

1.1 Краткое обоснование проекта.

Ребенок с нарушениями зрения общается не только с себе подобными, но и с нормально видящими людьми. Неадекватное поведение или выражение лица слабовидящего ребенка может быть воспринято окружающими как проявление недоброжелательности, а порой агрессии. Желание общаться с нормально видящими сверстниками натыкается на стену непонимания. Дело в том, что для ребенка с тяжелой зрительной недостаточностью характерно «маскообразное», неподвижное лицо. Если ребенок внутренне спокоен, то окружающие воспринимают его лицо как сосредоточенное, если же он напряжен и возбужден, то он пытается выразить возбуждение, гримасничая. Так он старается самостоятельно, по своему разумению, выразить свои чувства и настроения. И не его вина, а его беда, что его понимают превратно, что его мимика неадекватно отражает его чувства, особенно, если для проявления таких чувств требуется взаимодействие нескольких мимических действий одновременно.

Проблема современной специальной коррекционной школы для детей с нарушением зрения состоит в том, что без специального обучения воспитанников, все их выразительные движения ослаблены.

Противоречие: с одной стороны, есть необходимость развития у учащихся с нарушением зрения навыков вербального и невербального общения; а с другой – отсутствие программного материала по данному курсу, недостаточность эффективных педагогических средств (методов и приёмов) для этого развития. В настоящее время возникла особая потребность включения в базисный план коррекционного курса по формированию и развитию выразительных движений, который направлен на устранение вторичных недостатков, вызванных нарушением зрения.

Актуальность: Ценное качество любого человека - владение вербальными и невербальными навыками общения. А нарушение зрения отрицательно сказывается на формировании сенсорных функций, обеспечивающих регулирование движений. Трудности сенсорного развития детей с нарушением зрения замедляют формирование мимических и пантомимических движений. Нарушение выразительной моторики, заключающееся в неумении правильно выражать свои чувства, в скованности, неловкости или неадекватности мимико-жестовой речи, в напряжённости позы, неправильной осанке и т.д., затрудняет общение детей со сверстниками и взрослыми.

Основная идея проекта заключается в том, что для формирования речевых и неречевых способов общения необходимо рационально использовать в работе с учащимися с нарушениями зрения следующие формы и методы :

Наблюдение за деятельностью учащихся в классе и комментирование действий ребят;

Упражнения подражательно-исполнительного характера в соответствие с годами обучения;

Сюжетно-ролевые игры;

Игры: настольные, подвижные, музыкальные, спортивные;

Игры и этюды, театрализованная деятельность;

Использование символов-схем лица, тела, объемных масок;

Игры и задания на совпадение невербальных и вербальных способов общения.

Применение данных форм и методов позволит более эффективно подготовить школьников с нарушениями зрения к жизни в социуме.

1.2. Цели и задачи проекта.

Цель проекта:

Способствовать эффективному развитию навыков вербального и невербального общения у детей с нарушением зрения.

Разработать и реализовать педагогическую систему методов и приёмов, способствующих развитию вербального и невербального общения детей с нарушением зрения.

Задачи проекта:

Сформировать у учащихся с нарушением зрения знания об искусстве человеческих взаимоотношений;

Развивать и укреплять мышечный аппарат, осуществляющий мимические, жестовые и пантомимические движения;

Пополнить знания, умения и навыки учащихся с нарушением зрения, необходимые для выражения своего эмоционального состояния;

Формировать интерес к общению с помощью вербальных и невербальных средств общения;

Закрепить знания, умения и навыки вербального и невербального общения, необходимые для адекватного поведения в обществе.

Разработать учебно-методический комплекс по развитию вербальных и невербальных средств общения у детей с нарушением зрения.

1.3 Ожидаемые результаты.

1. Повысится уровень знаний об искусстве человеческих взаимоотношений;

2. Мышечный аппарат учащихся, осуществляющий мимические, жестовые и пантомимические движения станет более подвижным;

3. Возрастёт уровень сформированных знаний об основных эмоциональных состояниях человека с практическим их применением в жизни;

4. Учащиеся с нарушениями зрения будут обладать основными навыками вербального и невербального общения;

5. Полученные знания о вербальном и невербальном общении позволят стать полноценным членом общества, вести активный образ жизни;

6. Будет разработан УМК: сборник модифицированных коррекционных игр и упражнений для развития вербального и невербального общения детей с нарушением зрения, программа по предмету «Мимика, пантомимика», дидактический материал по данному курсу.

2. Основное содержание проекта

2.1. Теоретическое обоснование проекта.

Центральная проблема в тифлопедагогике – проблема социализации воспитанников специальных коррекционных учреждений. Она зависит от устранения причин, мешающих этому процессу, от выявления трудностей включения выпускников в самостоятельную жизнь в обществе – их социализацию и интеграцию.

В ряде исследований последних лет была выявлена одна из причин, на которую тифлопедагоги не обращали раньше внимания - это нарушение общения детей с тяжелыми нарушением зрения со сверстниками, членами семьи, коллегами и т. д. В этой области работают учёные и психологи современности, такие как В. Гудонис, В. 3. Денискина, П. М. Залюбовский, А. М. Кондратов, А. Г. Литвак, Л. И. Плаксинина, Е. П. Синева, Л. И. Солнцева, В. М. Сорокин, В. А. Феоктисова и др.

Тифлопедагоги указывают, что многие трудности общения зависят от среды, в которой растёт ребенок, и связаны с содержанием, методами и организацией воспитательной работы в семье и в коррекционных общеобразовательных учреждениях. Поэтому проблема социализации и интеграции инвалида - это не только проблема социальная, но и психолого-педагогическая, личностная. Ее решение в значительной мере определяется самой личностью, умеющей или не умеющей вступать в контакт с окружающими её сверстниками и взрослыми с помощью вербального и невербального общения.

Закономерно, что дети с нарушениями зрения во многих сферах неречевого общения существенно ограничены. Они не могут полностью подражать мимике, жестам, позе вступающих с ними в контакт людей, прежде всего зрячих людей. И эта затрудненность подражания объективно обуславливает отставание детей с нарушениями зрения в развитии мимики и пантомимики. У ребенка с нарушениями зрения отсутствует ответная реакция, которая дает возможность сравнивать свою мимику и позу, жест с мимикой, позой, жестом окружающих людей, скорректировать их.

У детей, лишенных возможности зритильного, дистантного восприятия окружающей действительности и не обученных способам компенсации, представления о мимике, жестах, пантомиме очень неточные, расплывчатые, что в значительной мере затрудняет процесс межличностного общения.

Недостаток невербального репертуара слабовидящих детей может отрицательно сказаться на интеграции их в общество нормально видящих. Применение невербальных средств общения на уроках и во внеурочной деятельности поможет учащимся чувствовать себя более раскрепощёнными в общении.

Общая задача тифлопедагогов - помочь школьникам с нарушениями зрения поверить в свои возможности, оценить свои силы и научить их речевым и неречевым способам общения.

Умение общаться важно для дальнейшей жизни школьника, для его интеграции в общество. Очень важно, чтобы ребёнок уже с первых дней обучения в школе учился правильно общаться, применяя различные способы вербального и невербального общения, сначала в микропространстве, а затем в социуме.

2.2 Описание продукта проектирования.

В областной специальной школе-интернате № 1для детей с нарушением зрения г. Караганды проблемой социального становления незрячих школьников как личности занимаются давно и серьезно. Под руководством директора школы Оразбекова М. М. коллектив педагогов разрабатывает систему методов и приемов, способствующих успешной социальной реабилитации учащихся с нарушением зрения. Специалисты нашей школы склоняются к тому, что ведущую роль в социальном становлении ребенка играют деятельность, общение и самосознание. Именно общение - процесс передачи и приема вербальной и невербальной информации, одно из условий развития ребенка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, направленный на познание и оценку себя посредством других людей. Общение способствует развитию познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, развитию личности.

Общая задача всех сотрудников - от педагога по мимике, СБО, ритмике, учителей-предметников, офтальмолога, психолога, преподавателя физкультуры и ЛФК, воспитателей до обслуживающего персонала - при четком разграничении их обязанностей - помочь школьникам поверить в свои возможности, оценить свои силы и научить их речевым и неречевым способам общения. Это не только общая задача, но и главная: социальный статус инвалида по зрению определяется не столько наличием и уровнем предметных школьных знаний, сколько умением реализовать их в самостоятельной жизни в процессе различных видов общения.

Умение общаться, в широком смысле этого слова, важно для дальнейшей жизни школьника и выпускника, для его интеграции в общество.

Данный проект позволит организовать специальное обучение речевым и неречевым средствам общения в условиях специального образовательного учреждения, т.к. общение является необходимым фактором развития личности ребёнка.

2.3. Планирование деятельности по реализации проекта.

План работы по проекту.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Задачи | Содержание работы | | Сроки  вып-я | Ответст  венные | |
| 1. Сформировать знания об искусстве человеческих взаимоотношений. | 1. Провести серию бесед о правилах человеческого общения.  2. Организовать сюжетно-ролевую игру « Я и люди вокруг меня».  3. Подготовить и провести праздник на тему « День вежливости». | | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь | Восп-ли  Уч.мим.  Уч.нач.кл. | |
| 2. Развивать и укреплять мышечный аппарат, осуществляющий мимические , жестовые и пантомимические движения. | 1. Провести обследование мышечного аппарата.  2. Составить комплекс общеукрепляющих упражнений, подвижных игр и физминуток.  3. Провести конкурс бальных танцев среди учащихся нач. классов. | | Сентябрь  Октябрь  Февраль | Психолог,  уч.мим.  Уч.ЛФК,  уч.мим.  Уч.ритмики. | |
| 3. Пополнить знания, умения и навыки, необходимые для выражения своего эмоционального состояния. | 1. Научить учащихся изображать различные эмоциональные состояния с помощью мимики, жестов, позы.  2. Организовать фотовыставку «Мир эмоций».  3. Провести конкурс инсценированных сказок. | | В теч.уч.г.  Декабрь  Январь | Уч.мим.,  уч.ритмики.  Воспитатели,  уч мим.  Кл.рук.,  воспитат. | |
| Формировать интерес к общению с помощью вербальных и невербальных средств общения. | 1. Организовать встречу с артистами тетра муз. Комедии, театра кукол «Буратино».  2. Разработать план кружка « На театральных подмостках».  3. Провести конкурс актёрского мастерства среди учащихся нач. школы.  4. Оформление кабинета, необходимого для занятий.  5. Изготовление дид.мат-ла. | | Сентябрь  Сентябрь  Май  Сентябрь | Завуч по В.Р.  Уч.мимики.  Уч.мимики, ритмики.  Уч. Мимики. | |
| 5. Закрепить знания, умения и навыки вербального и невербального общения, необходимые для адекватного поведения в обществе.  6.Разработать УМК по развитию вербального и невербального общения детей с нарушением зрения. | 1. Провести практикум на тему «Правила поведения в обществе».  2. Организовать экскурсии в места общественного пользования ( магазин, театр, цирк, кинотеатр)  3. Провести сюжетно-ролевые игры на уроках мимики, СБО, экономике.  4. Организовать и провести концерт детской самодеятельности.  1. Изучить литературу по развитию вербального и невербального общения.  2. Осуществить классификацию коррекционных игр и упражнений.  3. Составить сборник коррекционных модифицированных игр и упражнений.  4. Определить структуру УМК.  5. Утверждение УМК на методическом совете школы-интернат для детей с нарушением зрения. | Март  В теч. уч.года  Апрель  Май  Сентябрь  Октябрь  Декабрь  Ноябрь  Май | Воспитатели.  Завуч по В.Р., воспитатели, учителя-предметники.  Учителя-предметники.  Завуч по В.Р., воспитатели, учитель мимики, ритмики.  Психолог, учитель мимики.  Завуч по УВР, психолог, уч.мимики.  Учитель мимики.  Завуч по УВР, психолог, уч.мимики.  Методический совет. | |

2.4. Критерии оценки эффективности проекта.

1 критерий

Способность правильно изображать различные эмоциональные состояния

2 критерий

Умение пользоваться в практической деятельности речевыми и неречевыми способами общения

3 критерий

Согласованность речевых и неречевых способов общения

4 критерий

Умение применять на практике знания о правилах поведения в обществе.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| критерии | начало уч.г. (%) | конец уч. г. (%) |  |
| 1 | 53% | 65% |  |
| 2 | 48% | 70% |  |
| 3 | 51% | 69% |  |
| 4 | 43% | 74% |  |
|  |  |  |  |

- начало учебного года

- конец учебного года



2.5. Риски проекта.

|  |  |
| --- | --- |
| Предполагаемые трудности | Пути преодоления |
| 1. Отсутствие взаимопонимания педагогов школы. | Пропоганда ценности проекта среди педагогов школы-интернат, организация индивидуальной работы с педагогами. |
| 2. Психо-физиологические особенности школьников с нарушением зрения. | Проведение консультации с медицинским персоналом школы-интернат; беседы, консультации с родителями. |
| 3. Нежелание получать новую информацию. | Создание медиатеки,электронных образовательных ресурсов, проведение профессиональных консультаций, актуализация идеи проекта. |

2.6. Ресурсное обеспечение проекта.

Программное:

Коррекционная программа для незрячих дошкольников и методические рекомендации к работе тифлопедагога. Автор: Боброва В.Е.

Формирование неречевых средств общения у детей с нарушением зрения. Автор: Денискина В.З.

Журнал «Дефектология»

Практикум по тифлопсихологии. Автор: Литвак А.Г.

Информционное:

Литература о развитии навыков общения .

Опыт работы других школ по формированию навыков вербального и невербального общения.

Художественные и научно-познавательные фильмы по данной тематике.

Статьи и видеоролики из интерната по теме.

Материльное:

Специальный кабинет для проведения занятий.

Сенсорная комната.

Компьютер, магнитофон.

Набор дидактического материала.

Кадровое:

Привлечение психолога, логопеда, учителя по ритмике, СБО,ЛФК.

Завуч по УВР.

Классные руководители, библиотекарь.

3. Глоссарий.

Самоопределение индивида - основанный на свободном волеизъявлении выбор жизненного пути, своего места в обществе, образа жизни и видов деятельности, а также линии поведения в проблемных ситуациях.

Компетенция – готовность эффективно мобилизовать внутренние и внешние ресурсы для достижения поставленной цели.

Склонность - одна из форм направленности личности, в структуру которой входят интерес и волевое стремление осуществлять его в своей деятельности. Психологическую основу склонности составляет устойчивая потребность личности в какой-либо деятельности.

Социализация личности - процесс вхождения индивида в социальную среду, его овладение умениями и навыками практической и теоретической деятельности, преобразование реально существующих отношений в качества личности. Под социализацией следует понимать весь многогранный процесс усвоения опыта общественной жизни и общественных отношений. Социализация предполагает активное отношение самого человека к освоению культуры человеческих отношений в формировании определенных социальных норм, ролей и функций, приобретении умений и навыков, необходимых для их успешной реализации.

Социальное партнёрство - такая совместная коллективно-распределительная деятельность различных социальных групп, которая приводит к позитивным и разделяемым всеми участниками данной деятельности эффектам.

Способности- индивидуально-психологические особенности,

определяющие успешность выполнения деятельности или ряда деятельностей, несводимые к знаниям, умениям и навыкам, но обусловливающие легкость и быстроту обучения новым способам и приемам деятельности .

Учебный проект – область знания, адаптированная для целей образования.

4. Используемая литература.

Боброва В.Е. Коммуникативная деятельность. — СПб.: Образование, 1995.

Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. — М., 1976

Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте. — Собр. Соч., т.2, Педагогика, 1982

Денискина В.З. Формирование неречевых средств общения у детей нарушением зрения. - В. Пышма, 1997

«Дефектология» №4,1996

«Дефектология» №6, 2002

Добрович А.Б. Воспитателю о психологии общения. - М.: Педагогика, 1987

Егорова Л.В. Вопросы обучения и воспитания слепых и слабовидящих. - Л.:ЛГПИ им. Герцена, 1981

Заорска М.А. Овладение слабовидящими младшими школьниками средствами общения. - Л.-.ЛГПИ им. Герцена, 1991

10.Каган М.С. Мир общения. - М.: Политиздат, 1988 11 .Ковалец И.В. Азбука эмоций. - Владос, Москва, 2004 12.Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих. - М, 1998 13.Пилипко Н.В. Приглашаем в мир общения. - УЦ Перспектива М, 2001 14.Семенака СИ. Социально — психологическая адаптация ребёнка в обществе. - М.: Аркти, 2005 15.Честякова М.И. Психогимнастика. -М.: Просвещение, 1990 16Л1ипишша Л.М. Азбука общения. - СПб., 1998

5. Приложение.

Приложение 1 Фрагменты описания игры по обучению общению школьников с

нарушенным зрением.

В сюжетно-ролевую игру входят несколько конкурсов на различные темы. В конкурсе принимает участие группа детей, которые в зависимости от правил объединяются в команды. В жюри входят воспитатели, учителя, психологи и т. д. Организаторам необходимо продумать ход игры, чередование конкурсов, чтобы избежать однотипных сюжетов. Игры-конкурсы проводятся в помещениях, в которых школьники хорошо ориентируются от любой точки отсчета - «от себя», «от стола жюри», «от входной двери» и т. д.

Оборудование. Оборудование должно соответствовать реальной жизни: для сервировки стола - настоящие предметы посуды; для похода в театр - нарядная одежда и т. д. Наглядность должна быть без условностей: рисунок телефона - в натуральную величину, милиционер - в форме и фуражке и т. д.

Конкурс на тему: «Поведение и общение детей на улице, в гостях, в театре». В ходе конкурса детям предлагаются ситуации, в которых они должны проявить сформированные умения и навыки поведения в предложенных ситуациях.

Для 3-го класса.

Создаются модели экстремальных ситуаций, в которых дети показывают умение ориентироваться на улице, вступать в общение с прохожими, представителями городских служб. Учащимся предлагаются следующие сюжеты:

помочь заблудившемуся малышу найти дом, если он не знает адреса;

оказать помощь пожилому человеку, которому стало плохо на улице;

- найти дом по указанному адресу в незнакомом районе.

При оценке жюри этих конкурсов оценивается умение найти выход в создавшейся ситуации, быстро сориентироваться в обстановке, предпринять необходимые меры, а также умение общаться и вступать в контакт с окружающими.

Конкурс на тему: «Движения и позы».

Учитель танцев предлагает детям фрагменты музыкальных  
произведений с целью выявления знания мелодии, названия танца и  
соотнесения мелодии с движениями танца.

При оценке выполнения задания жюри оценивает ритмичность движений, умение общаться с партнером в танце.

В конкурсе принимают участие две или несколько команд. Пара участников от каждой команды - мальчик и девочка - под музыку проходят перед зеркалом, а затем мальчик предлагает девочке сесть на стул.

Зрители выбирают пару, которая показала высокий уровень культуры поведения. Пара награждается специальными призами.

Приложение 2.

Карта обследования неречевых способов общения младших школьников с нарушениями зрения.

Рекомендации по применению карты обследования:

Обследование следует проводить 2 раза в год (в начале и в конце учебного года).

Обследование проводиться индивидуально в доступной, интересной для ребенка форме.

5. Во время обследования целесообразно использовать материал, специально подобранный и малознакомый детям.

После обследования в карте указывается уровень овладения тем или иным умением и навыком, что позволяет отслеживать динамику их формирования.

На основе анализа результатов обследования составляется перспективный план работы, намечаются возможные, наиболее эффективные для данного ребенка формы обучения навыкам неречевого общения.

Перечень умений и навыков, оценки за верные ответы.

а. Умение воспринимать мимические движения:

грусть -1 балл ;отвращение - 1 балл ;заинтересованность - 1 балл

гордость - 1 балл

б. Умение воспринимать жестовые движения:

отдай - 1 балл; не покажу - 1 балл

прислушиваться - 1 балл; толстый -1балл; тонкий - 1 балл

в. Умение определять эмоциональное состояние персонажей на  
сюжетных картинах:

печаль - 1 балл; огорчение - 1 балл; скука - 1 балл

г. Умение определять значение жестов на сюжетной картине:

ласка - 1 балл; жалость - 1 балл прислушивание - 1 балл; ловля бабочек - 1 балл; игра в мяч - 1 балл; расчесывание волос - 1 балл

д. Умение правильно вести себя в различных игровых ситуациях,  
используя неречевые средства общения:

примерка новой шапки - 1 балл использование пылесоса - 1 балл

игра в мяч - 1 балл ; меня хвалят - 1 балл

е. Владение невербальными навыками полевого поведения (в  
соответствии с тематикой сюжетных игр).

Максимально 5 баллов.

По уровню сформированности умений и навыков неречевых средств общения учащиеся делятся на 3 группы: 0-10 баллов - низкий уровень, 11-21 балл - средний уровень, 22 - 27 баллов - высокий уровень.

Приложение 3.

Игры и упражнения для эмоционального развития детей с нарушением зрения.

Упражнение “Кулачки”   
Исходное положение — сидя на полу.   
Учитель. Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки положите на колени. Сожмите их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем.   
Кисти рук потеплели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно. Вдох — пауза, выдох — пауза!   
 Руки на коленях,   
 Кулачки сжаты,  
 Крепко, с напряжением   
 Пальчики прижаты (сжать пальцы ) —   
 Отпускаем, разжимаем (легко поднять и уронить расслабленную кисть).   
 Знайте, девочки и мальчики,   
 Отдыхают наши пальчики.

Упражнение “Олени”   
Учитель. Представьте себе, что вы — олени. Поднимите руки над головой, скрестите их, широко расставив пальцы. Напрягите руки. Они стали твердыми! Нам трудно и неудобно держать так руки. Уроните их на колени. Расслабьте руки. Спокойно. Вдох — пауза, выдох — пауза.   
Посмотрите: мы — олени, Рвется ветер нам навстречу!   
Ветер стих, Расправим плечи, Руки снова на колени.   
А теперь немножко лени...

Руки не напряжены   
И расслаблены.   
Знайте, девочки и мальчики,   
Отдыхают ваши пальчики!   
дышится легко, ровно, глубоко.

Приложение 4.

Задания на развитие мимики и пантомимики.

1. УГАДАЙ ЭМОЦИЮ (для детей 7-10 лет)   
ведущий показывает мимикой какую-нибудь эмоцию, а игроки называют ее и стараются воспроизвести. Кто сделает это первым, получает очко. Начните с легко угадываемых эмоций: удивления, страха, радости, гнева, печали. Показывать их надо утрированно, даже карикатурно. Постепенно расширяйте диапазон чувств, вводите различные оттенки эмоций (скажем, раздражение, возмущение, гнев, ярость). Детям постарше можно давать задание не только отгадать эмоцию, но и разыграть экспромтом маленькую сценку (либо в куклах, либо в живом плане) с соответствующим сюжетом.   
2. ИЗОБРАЗИ ЖИВОТНОЕ (для детей 7-1О лет)   
Эта игра используется многими специалистами. детей просят пантомимически показать различных зверей и птиц. Тут важно учитывать два момента. Во-первых, надо постараться создать обстановку безудержного веселья, чтобы каждое выступление встречалось взрывом хохота и аплодисментами, а во-вторых, не давать слишком трудных заданий. Попробуйте всякий раз сначала представить себе: а как бы вы сами изобразили то или иное животное? (Например, вы сможете похоже изобразить броненосца или бегемота?) Старайтесь выбирать животных с яркими отличительными признаками и легко узнаваемыми повадками. Обязательно обсуждайте потом с детьми, какой характер у показанного животного.

Приложение 5.

Упражнения и этюды на развитие эмоций, жестов, пантомимических движений для младших школьников с нарушениями зрения.

1. Зоопарк.

Игра проводится с группой детей. По условию игры дети «превращаются» в животных (в тех, в кого захотят сами). Все «звери» сидят «в клетках» (дети прячутся за стулья). Каждый ребенок изображает свое животное, остальные дети должны угадать, кого он изображает. После того, как всех «зверей» узнали, «клетки» открываются и «звери» выходят на свободу: прыгают, бегают, кричат, рычат. Игра заканчивается.

2. Волшебный мешок.

В игре принимают участие взрослый (воспитатель, мама, бабушка, отец) и ребенок. Перед началом игры необходимо обсудить с ребенком, какое у него сейчас настроении, что он чувствует, может быть, он обижен на кого-то, и т. п. Затем ребенку предлагается сложить в «волшебный мешок» все отрицательные эмоции (злость, обиду, грусть и т. п.). Этот «мешок» со всем плохим, что есть в нем, выбрасывается взрослым. Можно предположить выбросить «мешок» самому ребенку. Хорошо, если взрослый тоже сложит в «мешок» свои отрицательные эмоции.

Можно использовать еще один «волшебный мешок», из которого ребенок может взять себе положительные эмоции, которые хочет.

Приложение 6.

Игры и упражнения на развитие коммуникативных навыков.

1. Отгадай, кто мы?

Из участвующих в игре детей выбирается ведущий. Взрослый проводящий игру, сообщает ему, что он должен выйти из комнаты, а в его отсутствие дети превратятся, например, в животных. Ведущий выходит из комнаты, где проводится игра, играющие договариваются о том, кого или что они будут изображать и приглашают ведущего. Движениями дети показывают ему, во что они превратились (в слонов, зайцев, художников, строителей и т. д.), а ведущий отгадывает. Затем выбирается другой ведущий, игра заканчивается, когда в роли ведущего побывают все участники.

2. Танец розы.

Игра может проводиться в группе или индивидуально с ребенком. Под красивую мелодию (музыкальная запись)ребенок исполняет танец прекрасного цветка - розы. По команде взрослого или участников игры ребенок застывает в любой придуманной им позе. Чем богаче воображение ребенка, тем интереснее движения танца и поза.

3. Прогулка - событие.

В игре участвует группа детей. По правилам игры под руководством ведущего (взрослый) свободно в хорошем темпе дети ходят по комнате. Ведущий рассказывает о том, как дети гуляют по лесу. По ходу рассказа ведущий дает указание участникам игры перелезть через большие бревна, перепрыгнуть через ручеек, перейти речку вброд, пройти по узенькой тропинке, пробраться через высокую траву, понюхать цветок.