Конспект встречи клуба «Счастливая семья»

на тему «Развитие психических процессов»

**Цель:** Осознание важности развития психических процессов у детей и взрослых, а также ознакомление с практическими методами их улучшения.

**Часть 1: Теоретическая часть**

Упражнение на внимание: «Нос пол потолок» - подведение к теме встречи

**1. Что такое психические процессы?**   - Определение основных психических функций: внимание, память, мышление, восприятие, воображение.

**Психические процессы** — это то, как мозг обрабатывает информацию, реагирует на окружающий мир и взаимодействует с самим собой. Эти процессы помогают нам думать, чувствовать, запоминать и действовать.

Для родителей важно понимать эти процессы, чтобы лучше поддерживать развитие своих детей.

**Вот основные психические процессы и их характеристики:**

**1. Познание (познавательные процессы):**

**- Ощущения:** когда мы видим, слышим, чувствуем запахи, вкусы или касаемся чего-то, наши органы чувств передают эту информацию мозгу.

 ***Например, когда ребёнок видит игрушку, он получает зрительное ощущение***.

 **- Восприятие:** это процесс, который помогает нам собирать разные ощущения вместе, чтобы понять, что происходит вокруг нас.

 ***Например, ребёнок может видеть мяч, слышать, как он катится, и чувствовать его руками, понимая, что это именно мяч.***

 **- Внимание:** Способность сосредотачиваться на чём-то одном. Маленькие дети могут легко отвлекаться, поэтому им сложно долго удерживать внимание на одной задаче.

 **- Память:** Процесс сохранения и воспроизведения информации. Дети сначала запоминают вещи на короткое время, но со временем их память улучшается, позволяя хранить больше информации надолго.

 **- Мышление:** Способность решать задачи, анализировать ситуации и делать выводы. У маленьких детей мышление основано на конкретных предметах и действиях, но с возрастом оно становится более абстрактным.

 **- Воображение:** Создание новых идей и образов в уме. Дети часто используют своё воображение, играя в ролевые игры или придумывая истории.

**2. Эмоции:**

 **Эмоции** — это внутренние переживания, которые возникают в ответ на различные события. Они могут быть положительными (радость, счастье) или отрицательными (гнев, страх). Важно помогать детям осознавать и управлять своими эмоциями.

**3. Воля:**

 **Воля** — это способность контролировать свои действия и поведение. Она включает постановку целей, принятие решений и выполнение действий для достижения этих целей. У детей воля развивается постепенно, начиная с простых заданий и переходя к более сложным.

2. **Почему важно развивать эти функции?**
   - Развитие психических способностей способствует улучшению качества жизни, повышает эффективность обучения и работы, улучшает межличностные отношения.

**3. Возрастные особенности развития психики**   - Особенности развития внимания, памяти и мышления у детей разных возрастов.
**- Как взрослые могут поддерживать и стимулировать развитие этих процессов у своих детей.**

**Стимулирование познавательных процессов:**
**- Ощущения**: Позволяйте ребёнку исследовать окружающий мир всеми органами чувств***. Например, давайте ему трогать разные текстуры, слушать музыку, пробовать новые вкусы.***   **- Восприятие:** Помогайте ребёнку связывать разные ощущения вместе. ***Например, показывайте ему, как разные части игрушки соединяются друг с другом.***   **- Внимание**: Предлагайте ребёнку короткие, но увлекательные задания, чтобы тренировать его внимание. Постепенно увеличивайте сложность и продолжительность занятий.
**- Память:** Играйте в игры на запоминание, такие как «Что изменилось?» или «Найди пару». Также полезно рассказывать ребёнку истории и просить его пересказать их.
**- Мышление**: Задавайте вопросы, требующие анализа и размышлений. Например: «Почему ты думаешь, что это произошло?» или «Как бы ты решил эту проблему?»
**- Воображение:** Поощряйте творческие игры и фантазию. Давайте ребёнку материалы для творчества, такие как краски, пластилин, конструкторы

**Часть 2: Практическая часть**

***1. Упражнения на развитие внимания***   - **Игра «Найди отличия»:** участникам предлагается сравнить две похожие картинки и найти различия между ними.
   **- Упражнение «Запоминание предметов»:** участники должны запомнить предметы, разложенные на столе, затем предметы закрываются, и нужно вспомнить как можно больше.

***2. Развиваем память***   - **Метод ассоциаций**: участникам предлагается придумать ассоциации к словам, чтобы лучше их запомнить.
   - **Запоминание последовательностей**: участники учатся запоминать последовательность чисел, картинок или действий.

**3. Тренировка мышления**
   **- Решение логических задачек**: предлагаются загадки и головоломки, требующие аналитического подхода.
**- Игры на смекалку:** участники делятся на команды и решают задачи, требующие нестандартного мышления.
 **4. Восприятие и воображение**
   - **Рисование под музыку:** участники рисуют то, что приходит им в голову под звуки музыки.
   - **Рассказывание историй:** каждый участник начинает рассказ, следующий продолжает, таким образом развивается креативность и фантазия.

 **Кинезиологические мячики и мешочки** активно используются в образовательных учреждениях и терапевтической практике для улучшения координации движений, концентрации внимания и развития сенсорного восприятия. Эти инструменты оказывают положительное влияние на психические процессы, включая когнитивные функции, эмоциональное состояние и моторику.

**Нейроигры** — **это специальные упражнения и игры, разработанные для тренировки мозга и улучшения работы психических процессов**. Они направлены на развитие когнитивных функций, таких как внимание, память, мышление, скорость обработки информации и координация движений. ***Нейроигры*** могут включать использование мячей, мешочков и других инструментов, которые стимулируют сенсомоторное развитие.

Примеры:

1. «Себе соседу» «Покатали, покатали и соседу передали»,
2. 1,2,3 крути, крути, крути

 3,4,5 можно постучать

 5,3,6 держим мячик здесь

 6,7,8 вверх подбросим

1. Захваты мячика в паре.
2. **«Я знаю пять…»**

Вариант 1. Ребенок бьет мячом о пол (детям помладше можно двумя руками ловить мячик, постарше – отбивать одной ладонью), на каждый удар произносит слово по следующей схеме:

«Я знаю пять имен девочек:

Маша – раз,

Лена – два,

Ирина – три,

Света – четыре,

Даша – пять»

Передает мяч другому участнику и задает новую тему, например названия городов, насекомые, профессии и т.д.

Вариант 2. Мяч передавать между участниками в произвольном порядке на каждое слово

«я» - передает мяч, «знаю» - второй участник передает мяч следующему, «пять» - передача мяча. И следующий игрок придумывает тему для перечисления.

1. В две колоны «Повтори за мячиком»
2. «Мешочек, мячик и звоночек.» Если я нажимаю звонок один раз, то ты мне кидаешь мячик такого же цвета, а если 2 раза, то мешочек такого же цвета.
3. «Мячик и мешочек» Если у тебя мячик, то мы его перекладываем над головой, а если мешочек, то за спиной. Поменялись предметами. Работа в паре.
4. «Воздушный шарик по кругу», передаем локтями. На сплочение.

 Заключение

**Подведение итогов занятия:**- Обсуждение того, какие методы и упражнения оказались наиболее эффективными.
- Рекомендации по продолжению занятий дома с детьми и взрослыми членами семьи.
- Ответы на вопросы участников.

Таким образом, занятие поможет членам клуба осознать важность развития психических процессов и получить практические навыки для их тренировки.





