

*Комплекс игр по принципу «от тела — к эмоциям, от эмоций — к речи».
Для детей с ТНР на развития рефлексии.*

Блок 1. Рефлексия действий и тела (Кинестетическая)

Цель: учить осознавать собственные движения, напряжение и расслабление, контроль за телом.

1. Игра «Фоторобот тела»

- Цель: Осознание позы и мышечного напряжения.
- Ход: Взрослый делает фото ребенка (или просто просит замереть) в момент, когда он, например, строит башню, бежит или сидит. Затем фото показывают.
- Вопросы: «Что делают твои руки? Они сжаты в кулак или раскрыты? Спина какая: прямая, как палка, или мягкая?»
- Вариант: «Покажи, как твои руки устали (уронить их), как они снова стали сильными».

2. Игра «Волшебный мешочек настроения» (тактильная рефлексия)

- Цель: Связь тактильных ощущений с эмоциональным состоянием.
- Материал: Мешочек с предметами разной фактуры (гладкий камень, колючий массажный мяч, пушистый помпон, холодная ложка).
- Ход: Ребенок опускает руку, не глядя. Взрослый просит описать ощущение («колючий», «холодный»), а затем выбрать пиктограмму эмоции: «Когда у меня в руке колючка, я злой, как ... (ёжик)». «Когда пушистик — я спокойный и добрый».

3. Игра «Стоп. Подумай. Делай» (с визуальными карточками)

- Цель: Рефлексия импульсивных действий, развитие контроля.
- Ход: Для детей с ТНР необходимы три карточки (красная, желтая, зеленая).
- Красная (Стоп): Замри. Что ты сейчас хочешь сделать? (Схватить игрушку, убежать). Проговариваем это вслух или показываем картинкой.
- Желтая (Подумай): А что будет, если я это сделаю? А как можно по-другому? (Визуальная подсказка — альтернативные действия).
- Зеленая (Делай): Выбор осознанного действия.

Блок 2. Рефлексия эмоций (Аффективная сфера)

Цель: учить распознавать собственные эмоции и эмоции других, вербализовать их (на доступном уровне).

4. Игра «Зеркало» (эмоциональная и моторная)

- Цель: Осознание мимики и связи мимики с внутренним состоянием.
- Ход: Взрослый показывает карточку (пиктограмму) эмоции. Ребенок должен изобразить ее не просто лицом, а всем телом.
 - Грусть: плечи опущены, голова вниз, руки висят.
 - Злость: кулаки сжаты, ноги топают, брови нахмурены.
 - После выполнения — рефлексия: «Что чувствует твое тело, когда ты злишься? Где живет злость? (В кулаках, в груди)».

5. Игра «Термометр настроения»

- Цель: Дифференциация оттенков настроения (от 0 до 10), понимание градуса эмоции.
- Материал: Рисунок термометра или полоска с делениями (красный — злость/радость, синий — грусть/спокойствие).
- Ход: Ребенок отмечает уровень своей «ярости» или «радости» в данный момент.
 - Обсуждение: «У тебя сейчас уровень злости на 7 из 10. Что нужно сделать, чтобы он опустился на 3? (Попрыгать, помять бумагу, попить воды)». Важно дать инструменты саморегуляции.

6. Игра «Дневник добрых дел» (визуальное расписание успеха)

- Цель: Формирование самооценки, рефлексия собственных достижений.
- Ход: В конце дня (или занятия) ребенок вместе со взрослым клеит наклейки в альбом.
 - «Сегодня я смог сам (попросить о помощи / убрать игрушки / успокоиться, когда упал)».
 - Важно фиксировать не результат («красиво нарисовал»), а усилие и контроль («я старался», «я не бросил карандаш, когда не получилось»).

Блок 3. Рефлексия коммуникации и социальных взаимодействий

Цель: осознание последствий своих слов (или их отсутствия) для окружающих.

7. Игра «Видеоповтор»

- Цель: Децентрация (взгляд на себя со стороны). Ключевая игра для детей с ТНР, так как они часто не видят своего поведения.
- Ход: Снимайте короткие игровые ситуации на камеру (например, конфликт из-за игрушки или совместную постройку). Просматривайте видео с паузой.
 - Вопросы: «Посмотри на Ваню (имя ребенка). Как ты думаешь, что он чувствует? А почему мальчик (на видео) отодвинулся? Что можно было сказать не словами, а лицом, чтобы друг тебя понял?»

8. Игра «Мешок обид и Коробка примирения»

- Цель: Экологичное проживание негативных эмоций, рефлексия конфликта.
- Ход:
 - Мешок: Ребенок может «сложить» туда свою обиду (скатать бумажку, кинуть камешек), сказав: «Я злюсь, потому что...» (используйте карточки-подсказки, если речи недостаточно).
 - Коробка: После того как эмоция прожита, ребенок достает «предмет примирения» (сердечко, браслет) и совершает действие: пожимает руку, гладит по плечу.

Блок 4. Инструментарий для специалистов и родителей

Чтобы игры работали, необходима визуальная опора, так как словесная инструкция для детей с ТНР часто «пролетает мимо».

1. Альбом «Мой мир»: Индивидуальная папка с разделителями:
 - Мои друзья (фото детей, с кем играл, оценка: с кем было весело).
 - Мои трудности (карточки: «Я кричу», «Я толкаюсь» — рядом карточки: «Я говорю», «Я дышу» — пути решения).
 - Мои победы (наклейки за удачную рефлексивную).
2. Кубик эмоций и действий:

На гранях кубика — не просто лица, а действия: «Покажи, как ты устал», «Покажи, как ты просишь помощь», «Покажи, как ты радуешься за другого».

Важные принципы работы с детьми с ТНР:

1. Используйте «Я-сообщения»: Взрослый сначала рефлексивует за ребенка, подавая пример. Не «Ты злишься?», а «Я вижу, твои руки сжались в кулаки. Наверное, тебе очень обидно/зло».
2. Снижайте темп: Рефлексия требует времени для обработки информации. После вопроса необходима пауза до 10–15 секунд.
3. Не требуйте развернутого ответа. Для ребенка с ТНР достаточным ответом может быть жест, показ карточки Пекс (PECS), кивок или одно слово.
4. Безоценочность. Рефлексия — это не «экзамен». Если ребенок не хочет говорить о своих чувствах в данный момент, отмечаем это: «Сейчас ты не хочешь говорить. Я рядом, когда захочешь, можешь показать мне карточку».

Этот комплекс позволяет формировать у ребенка с ТНР внутренний план действий и способность к осознанию себя, что является базой для дальнейшей социализации и развития речи.