

## **Конспект занятия педагога-психолога «Один за всех и все за одного»**

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения, развитие умения взаимодействовать в деятельности и общении, выражать в словах мысли и чувства.

### **Задачи:**

- Способствовать формированию адекватной самооценки, ощущение значимости каждого ребенка.
- Обучать приемам взаимодействия.
- Воспитывать положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию при общении.
- Способствовать снижению эмоционального напряжения.
- Учить чувству сопереживания, лучшего понимания себя и других, умению быть в мире с самим собой, повышать самооценку.

Занятие ориентировано на групповую форму работы, длительность – 30 минут.

**Часть 1. Разминка.** Она имеет определённые цели:

1. Создание положительного настроения в группе.
2. Тактильное соприкосновение друг с другом.
3. Развитие положительной самооценки.

**Часть 2. Основная часть.** Основная часть выполняет ведущую роль в ходе всего занятия. Она включает в основном игры, направленные на коррекцию эмоционально-личностной сферы ребёнка.

**Часть 3. Заключение.** Эта часть нацелена на создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

### **Методы и приемы:**

- Упражнения.
- Дидактические игры.
- Беседа.
- Моделирование игровой ситуации.
- Психомышечная тренировка.
- Релаксация с использованием музыки.

**Материалы:** мяч, повязки на глаза, кегли, кубики, ёмкость с водой и песком, бросовый материал, волшебная шкатулка, коробка переживаний, мягкие кубы, Юнгианская песочница, голубой тазик с водой, голубая вуаль, хрустальный шар, рисунок сундука для раскрашивания, деревянный сундучок, сенсорная тропа, «душ радости», «фотоаппараты» настроения, 3 платочка, карандаши, колонка, 6 сердечек, 6 наклеек с надписью «Молодец» (ум, доброта, талант, дружелюбие, здоровье).

## Ход занятия:

### Разминка. Вводная часть.

#### 1. «Волшебная дорожка»

Дети идут по сенсорной дорожке через «Душ радости», проходя который, поднимают голову вверх, где располагается зеркало. Ребята с улыбкой от своего отражения в зеркале проходят в круг и садятся на подушки, расположенные на полу.

#### 2. «Ритуал-приветствие»

Передавая по кругу мячик, дети здороваются друг с другом со словами: «Я рад(а) тебя видеть, Машенька», при этом дотрагиваются до какой-либо части тела.

### Основная часть

Психолог: Ребята, а вы любите путешествовать? А вы когда-нибудь искали клады? Что, такое клад?

Я хочу предложить вам вместе со мной отправиться на поиски клада.

Но, чтобы взять вас всех в это увлекательное путешествие, мне надо быть уверенной в вас, а вам уверенными друг в друге. Что это значит, уверенными друг в друге?

- доверять;
- понимать друг друга с полуслова;
- слушать и уметь слышать;
- быть внимательными;
- выручать друзей из беды;
- быть ответственными;
- добрыми;
- вежливыми;
- поддерживать в трудную минуту;
- делиться с друзьями всем.

А еще важно, с каким настроением вы отправляетесь в путь, ведь от этого зависит наш успех в поиске клада.

#### 3. «Зарядка для ума»

Дети выполняют комплекс упражнений, нацеленный на активизацию мозговой деятельности.

#### 4. Игра «Коробка переживаний»

Дети, передавая друг другу Коробку переживаний шепчут свои переживания. После чего психолог обещает выкинуть все переживания.

#### 5. «Волшебная шкатулка»

У меня в руках необычная шкатулка, в ней находится человечек, которого вы хорошо знаете: он единственный и неповторимый, он самый лучший, самый умный, самый красивый, он большой волшебник, без него наше путешествие просто невозможно. Каждый из вас, открывая шкатулку, должен посмотреть на него, улыбнуться и сказать «Как ты мне нравишься!»... Дети по очереди открывают шкатулку, смотрят в нее и говорят фразу: «Как ты мне нравишься!» Далее психолог спрашивает детей: «Кого вы видели в шкатулке?».

#### 6. «Барометр настроения»

Дети с помощью рук показывают своё настроение. И произносят девиз путешествия: «Один за всех и все за одного!»

**Психолог:** давайте подумаем, где можно искать клад и наметим наш маршрут.  
- в реке, море (затонувшие корабли от кораблекрушений или нападения пиратов);  
- в земле, пещерах (прятали и хранили от чужих людей)

Для выполнения какого-нибудь важного дела необходимы усилия многих людей. Например, в одиночку невозможно построить большой дом, корабль, автомобиль, издать книгу, вырастить большой урожай. Но люди, участвующие в общем деле, должны действовать согласованно, иначе, ничего не получится.

В путь мы будем отправляться парами, так удобнее, чтобы не потеряться, каждый будет помогать своему партнеру в трудную минуту. Сколько всего путешественников отправится в путь? Сколько получилось пар?

#### **7. Упражнение «Рисуем вместе»**

Дети разбиваются на пары, садятся за стол очень близко друг к другу, затем связывают правую руку одного ребенка и левую другого до кисти. Каждый в руку берёт фломастер. Фломастеры должны быть разного цвета. Дети стараются вести по пунктирным линиям заранее заготовленные пунктирные дорожки. Задача: прийти к финишу одновременно.

#### **Рефлексия:**

- Что чувствовали, когда рисовали?
- Что мешало?
- Что помогало?

#### **8. Упражнение «Поводырь»**

Дети в парах преодолевают различные препятствия, встречающиеся на их пути. У одного ребёнка завязаны глаза, другой ведёт его за руку, так чтобы не сбить препятствие. Затем меняются ролями.

#### **Рефлексия.**

- Что было для вас легче: вести партнёра через препятствия или когда вас вели?

Вот мы добрались к берегу реки, приступаем к поиску клада (*игры с песком и водой*).

**7. Упражнение «Определи предмет на ощупь и опиши его»** (в воде и песке лежат различные предметы, ребенок должен вытащить предмет закрытыми глазами и на ощупь определить и назвать его.

Молодцы! Все хорошо потрудились и хоть клада мы не нашли, зато очистили берег реки и реку от мусора, а это очень хорошее дело.

Наш путь продолжается, вперед ребята.

#### **9. Разминка. «Где же наши ручки, плечи, уши, локти, ножки?»**

Дети в кругу повторяют слова:

Наши ручки (плечи, ушки, локти, ножки) хороши

В хоровод мы дружно встанем и попляшем от души! (5 раз).

**Психолог:** «Ребята, начинается дождь! Нам надо найти укрытие. Смотрите, пещера, давайте в ней спрячемся». (Все садятся в круг, сверху психолог всех путешественников накрывает вуалью.) Ребята, а ведь это не простая пещера.

**10. Пещера «Теплоты и добра»** вы чувствуете, как стало весело и уютно, а еще в пещере находится

**11. «Шар желаний».** Может он исполнит и наши желания (дети проговаривают свои желания). Что-то они не исполняются, наверно мы делаем что-то не так. Кто помнит, зачем мы отправились в путешествие?

Надо загадать одно общее желание: найти клад (появляется сундучок).

Давайте посмотрим, что здесь (достают содержимое и читают). Психолог всем детям раздаёт капсулы. Дети их открывают и обнаруживают сердечко, наклейку с надписью «Молодец» с одним из шести качеств (**здоровье, доброта, дружелюбие, ум, талант, вежливость**).

Наш клад необычный, а почему...кто знает?

Пусть все вы будете обладать этими качествами, они пригодятся вам в жизни, они дороже всех сокровищ на свете.

А сейчас пора возвращаться обратно.

### **Заключение.**

Ребята проходят через душ радости.

#### **12. Рефлексия. «Фотоаппараты настроения»**

Ребята с помощью фотоаппаратов настроения показывают своё эмоциональное состояние. Затем отвечают на вопросы:

Давайте вспомним, где мы были и что делали?

Что больше всего запомнилось и понравилось?

Какой ценный клад мы нашли?

Чем он ценен?

На этом наше путешествие закончилось, и занятие подошло к концу. Надеюсь, что вам очень понравилось играть и путешествовать с верными друзьями.

#### **Ритуал прощания «Очень жаль нам расставаться»**

Очень жаль нам расставаться,

Но пришла пора прощаться.

Чтобы нам не унывать,

Нужно крепко всех обнять (дети обнимают друг друга).

Спасибо! До новой встречи!