

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!