

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 18
п.г.т. Мурмаши Кольского района Мурманской области

**Конспект занятия
с воспитанниками**

по психогимнастике «Зоопарк».

Подготовила
педагог – психолог
МБДОУ №18 п.г.т. Мурмаши
Морозова Яна Валерьевна,
первая квалификационная категория.

2020 г.

Психогимнастика - это курс специальных занятий (этюдов, игр, упражнений), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Курс психогимнастики состоит из 20 занятий и проводится 1 раз неделю.

Цель: создание условий для коррекции познавательной и эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

1. Развивать воображение детей с помощью имитации характерных движений животных.
2. Формировать у детей чувство эмпатии.
3. Закреплять умение детей владеть приёмами релаксации: расслабление и напряжение мышц в игровых ситуациях.

Предварительная работа:

- просмотр иллюстраций, видеороликов, чтение художественной литературы;
- беседы из личного опыта детей;
- посещение с родителями контактного зоопарка.

Оборудование: проектор, интерактивная доска, аудиозаписи, цветная бумага, клубок шерстяных ниток.

Количество участников: 6-8 человек

Возраст детей – старший дошкольный возраст

Продолжительность: 25 минут.

Ход занятия.

1. Разминка

Ведущий. Ребята, как всегда, мы начинаем занятие с круга «Добра» Давайте друг другу передадим улыбку. Я начинаю первая.

Сегодня мы с вами отправляемся в зоопарк. Кто из вас был в зоопарке? Давайте вспомним, каких животных можно там увидеть? (*варианты детей*) А теперь, попробуйте угадать, какое животное зоопарка так кричит? (*медведь, слон, попугай - аудиозаписи*)

Ребята, в зоопарке много животных и они все разные. Сейчас мы поиграем в игру на внимание: под музыку вы будете ходить по кругу, а я вам буду давать разные команды: по команде «Кенгуру» вы будете прыгать на двух ногах, по команде «Жираф»- поднять одну руку вверх, наклоняясь вперед, как жираф вытянуть шею, на команду «Обезьяна» вы будете продвигаться вперед на корточках (2-3 раза)

Нам пора отправляться в путь, а то зоопарк закроется. В зоопарке нужно быть очень внимательным, чтобы не попасть в лапы к дикому зверю или не навредить животным. Я предлагаю поехать на лошадках. Седлайте своих лошадок, поехали! Я поеду первая, а вы за мной. Цок-цок-цок! *(Перемещение в зону гимнастики)*

2. Гимнастика

Представьте, что мы в зоопарке, и первое, что мы увидели – это вольтер с попугаями!!! Какие они яркие, красивые большие!!!

(Напряжение)

Ой, один попугай увидел нас и начал кивать головой: «Здрррравствуйте, здррррравствуйте»!*(эмоционально окрашенный голос ведущего, руки на поясе)* Покажите, как кивает попугай головой. Наклоняем голову вперед, шея напряжена, а теперь наклоняем вправо, влево: «Вот какой я красивый»!!!

(Расслабление)

Попугай перестал кивать. Устал. Голову вперед свесил, шейка расслаблена, голова как на веревочке болтается *(руки опущены вниз)* Попугай устал, а мы отправляемся дальше.

ЛЕОПАРД. *(резко)*

А вот клетка с леопардом. Он никого не подпускает, бросается на заграждения, громко рычит. Тело напряжено, бросается неожиданно и резко. Давайте сейчас изобразим леопарда. *(дети делают выпад вперед на правую ногу с поднятыми руками и напряженными пальцами, произнося звук [p])* Молодцы! А нам пора дальше в путь!

ЛЕБЕДИ *(плавно, медленно)*

А вот озеро, в котором плавают прекрасные лебеди. Движения у них плавные, неторопливые, грациозные. Представьте, что наши руки – это крылья. Взмахнули плавно правым крылом, левым, теперь двумя. Поднимаем, опускаем свои крылья. Неторопливо, плавно. Руки расслаблены. А теперь лебеди взлетели и полетели над озером высоко-высоко. *(дети на носочках, передвигаются за ведущим, делая взмахи руками)*

ТЮЛЕНЬ. *(напряженно)*

Рядом с озером вольтер с тюленями, они вылезли из воды, какие они забавные, как интересно передвигаются. Давайте попробуем и мы также. Ложитесь на живот, руки перед собой согнутые в локтях, продвигайтесь вперед. Двигайтесь не спеша. Медленно. Тело напряжено. Трудно на суше тюленям передвигаться *(дети имитируют движение тюленей)*

Расслабленно.

Вот наши тюлени и добрались до воды. Теперь можно им отдохнуть. Легли на спину, руки вытянули вдоль тела. Перекатываемся с боку на бок не торопясь. Вода прохладная, тюленям очень приятно, тело расслаблено.

МАРТЫШКА (*прыжки*)

Вставайте, надо нам идти дальше.

Ребята посмотрите вот и вольер с мартышками! Какие они озорные. Прыгают, строят рожицы. Лапки у них упругие как пружинки. Давайте превратимся в веселых мартышек!

(вращение)

Совсем запрыгались мартышки. Закружились вокруг себя. То в одну сторону, то в другую, упали на пол! А некоторым даже больно стало (жалобным голосом)

3. Общение

Эмоция злости, насмешки, обиды

Одна мартышка стала смеяться над другими: «Так вам и надо, хорошо, что вы упали и вам больно. Так вам и надо! Ха-ха-ха!!»

Покажите дети, какая злая насмешливая мартышка, как она строит рожицу, смеется над теми, кто ушибся, кому больно.

Как вы думаете ребята, будут играть другие мартышки с этой злой мартышкой? *(ответы детей)*

Эмоция жалости, сочувствия.

Все подружки отвернулись от злой мартышки. Она сидит и плачет (жалобным голосом).

А в это время к ней подошел маленький котенок и стал тереться об нее. Котенок мартышку пожалел. Мартышка улыбнулась и обняла котенка. Она была ему очень благодарна, за то, что он ее пожалел. Мартышка поняла, что смеяться над другими плохо.

4. Поведение

Ой, ребята, котенок здесь не один! Смотрите, сколько их много. И рыженький и черненький и беленький. Давайте их погладим, какие они маленькие, пушистые. Котята очень любят играть. Но играть им не с чем! Я предлагаю вам сделать им на веревочке бантик.

Продуктивная деятельность.

Каким цветом будет ваш бантик, вы решите сами (ребята делают из цветной бумаги бантик, способом «гармошки» и перевязывают шерстяной ниткой)

Давайте с котятами поиграем бантиками (дети играют с воображаемыми котятами)

Котятam понравилось играть с вами! Они довольные убежали!

А у нас остались в руках бантики! Что же нам с ними делать?

Я предлагаю вам забрать бантики и отдать знакомым у которых есть котята.

Наше путешествие подошло к концу. Мы узнали не только много интересного, но и сделали доброе дело.

А сейчас нам, ребята, пора возвращаться в детский сад.

Садимся на свои лошадки, поскакали за мной! (уход детей из зала)