

Кобыжча Наталия Сергеевна

*Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы
детский сад № 473*

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ С ДЕТЬМИ СРЕДНЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПО ТЕМЕ: «РАЗВИТИЕ УМЕНИЯ
РАЗЛИЧАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ, РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ
ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ, УЛУЧШЕНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ С
ОКРУЖАЮЩИМИ, СНИЖЕНИЕ МЫШЕЧНОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
НАПРЯЖЕНИЯ, СПЛОЧЕНИЕ ДЕТСКОГО КОЛЛЕКТИВА И РАЗВИТИЕ
ЧУВСТВА ЕДИНСТВА»

Цель занятия: развитие эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков.

Задачи занятия:

Развитие умения различать эмоциональные состояния.

Развитие навыков волевой регуляции.

Улучшение взаимоотношений с окружающими.

Снижение мышечного и эмоционального напряжения.

Сплочение детского коллектива, развитие чувства единства.

План проведения занятия:

1. Приветствие ладошками (1 мин)
2. «Ласковые имена» (2 мин)
3. Тренируем эмоции (4 мин)
4. Кричалки – шепталки – молчалки (2 мин)
5. Волшебное животное (2 мин)



6. Тряпичная кукла и солдат (3 мин)

7. Прощание. Мы - друзья (1 мин)

Общее время: 15 минут

Ход занятия:

1. Приветствие ладошками (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (1 мин)

Дети становятся в круг. Психолог предлагает: Давайте улыбнемся друг другу и скажем: «Здравствуйтесь, я очень рад (рада) видеть вас». А теперь поздороваемся ладошками: «Здравствуйтесь-здравствуйтесь-здравствуйтесь!».

2. «Ласковые имена» (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (2 мин)

Здравствуйтесь, ребята. Меня зовут Наталия Сергеевна. А моя мама ласково называет меня Наташенька. А как ласково называет тебя твоя мама? (на этот вопрос отвечает каждый ребенок по кругу, по часовой стрелке).

3. Тренируем эмоции (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (4 мин)

Цель. Научиться понимать эмоции других, выражать собственные эмоции и чувства.

Содержание. Психолог предлагает детям потренироваться в выражении не только самих эмоций, но и их оттенков, которые могут быть присущи отдельным людям, животным.

1. Радость.

Улыбнитесь, пожалуйста, как кот на солнышке.

2. Гнев.

Покажите, как рассердился ребенок, у которого отобрали игрушку;

3. Испуг.

Покажите, как испугался заяц, который увидел волка.



4. Кричалки – шепталки – молчалки (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (2 мин)

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, волевой регуляции.

Когда психолог поднимает зеленую искусственную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая искусственная ладонь – «шепталка» - можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» - красная – дети должны замереть на месте.

5. Волшебное животное (Хухлаева О.В.) (2 мин)

Цель: развивать у детей умение сотрудничать.

Дети становятся в тесный круг, берутся за руки и представляют, что все они – одно большое сильное животное. Психолог просит их послушать дыхание друг друга и постараться дышать одинаково – так, как будто дышит одно большое животное.

6. Тряпичная кукла и солдат (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (3 мин)

Цели: Эта простая игра поможет детям расслабиться в тех случаях, когда они сильно напряжены. Быстро напрячь мускулы и затем их отпустить — это испытанный и надежный способ расслабиться.

Инструкция: Пожалуйста, все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь, примерно вот так... (Покажите детям эту позу).

А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. (Покажите детям и эту позу.) Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными...

Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. (10 секунд.)



Теперь опять станьте тряпичной куклой, мягкой, расслабленной и подвижной.

Снова станьте солдатом... (10 секунд.) Теперь опять тряпичной куклой...

Просите детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока у Вас не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились.

Теперь встряхните руками, как будто вы хотите стряхнуть с них капельки воды. Стряхните капельки воды со спины... Теперь стряхните воду с волос... Теперь — с верхней части ног и ступней...

7. Прощание. Мы – друзья (Монина Г.Б., Гурин Ю.В.) (1 мин)

Цель: сплочение детского коллектива, развитие чувства единства.

Дети и психолог встают в круг и берутся за руки. Произносят все вместе: «Мы друзья!».

Список литературы

1. Монина Г.Б., Гурин Ю.В. Игры для детей от трех до семи лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008.- 256 с.
2. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2011. – 176 с.: ил. – (Психологическая работа с детьми).

