

Конспекты групповых занятий для детей старшего дошкольного возраста.

педагог-психолог Савчук А.А.
МБДОУ «Детский сад № 61 «Малышок»

Занятие №1.

Задачи:

преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;
развитие эмоционально-выразительных движений;
развитие коммуникативных способностей;
снижение психоэмоционального напряжения.

1. Прослушивание сказки «Три подружки».

Психолог читает детям сказку:

«Жили-были три подружки: свинка Хрюша, кошка Мурка, утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они надели новые платья и пошли гулять. Мамы строго-настрого наказали малышам не пачкаться и далеко друг от друга не отходить. Но Мурка увидела птичку, подкралась, протянула лапки, чтобы схватить ее, а птичка упорхнула. Зацепилась кошечка за пенек и разорвала платье. А тем временем Хрюше захотелось полежать в глубокой луже. Забралась она в лужу, а вылезти не может. Утка Крякушка стала помогать ей выбраться на сушу и потеряла при этом шляпу и башмачок.

Вот идут они с прогулки, опустив головы, громко плача. Что-то будет, что скажут мамы? Мамы встретили малышей около дома, очень удивились, расстроились и хотели их наказать. Но когда они узнали, что Крякушка выручила «Хрюшу», перестали сердиться и похвалили ее».

2. Инсценировка сказки «Три подружки».

Психолог распределяет роли между детьми, показывая мимику всех персонажей, и предлагает разыграть сказку.

Очень замкнутые дети выступают в роли зрителей.

3. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину. Психолог говорит: «*На счет 1,2, 3,4 — сделайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3,2,1 — выдыхайте через рот*» (время выполнения 2—3 минуты).

Занятие №1

Задачи:

преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;
развитие способности понимать эмоциональное состояние партнеров по общению;
снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

игрушка «Чебурашка»

магнитофон, кассета с записью «Песни Чебурашки» (слова Э. Успенского, музыка В. Шаинского).

Ход занятия

Приветствие.

Этюд «Робкий Чебурашка».

Психолог показывает детям Чебурашку, сажает его на стульчик и говорит:

«В детский сад пришел Чебурашка. Он очень стесняется, не хочет ни с кем разговаривать и играть. Я прочитаю ему стихотворение А. Бродского «Новичок». Может быть, это поможет ему стать более смелым.

В детский сад пришел Молчок — очень робкий новичок. Он сначала был не

смел, с нами песенок не пел. А потом, глядим, привык: словно зайка — скок да прыг. До чего же осмелел: даже песенку запел!»

Этюд «Смелый Чебурашка».

«Чебурашка» встает со стула, подпрыгивает и поет песенку из мультфильма «Чебурашка» («Я был когда-то странной игрушкой безымянной...»).

Психолог предлагает кому-нибудь из детей взять Чебурашку и разыграть оба этюда.

Разыгрывание этюдов повторяется 2—3 раза.

Упражнение «Глубокое дыхание» (см. занятие 1).

Занятие № 3.

Задачи:

преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

развитие эмоционально-выразительных движений;

развитие умения входить в контакт, воспитание доброжелательного отношения к окружающим;

снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

мяч («волшебная палочка», сердечко, сшитое из ткани).

Ход занятия:

Приветствие.

1. Упражнение «Ласковое имя».

Дети встают в круг и, передавая мяч («волшебную палочку»), сердечко, сшитое из ткани), называют друг друга ласковым именем, например: Сереженька, Танюшаит.д.

2. Игра «Кто это?»

Педагог предлагает детям показать, как двигаются кошка, медведь, лиса, заяц, лев. Дети выполняют задание.

Затем каждый из детей, не называя животное, изображает его с помощью выразительных движений. Остальные участники игры угадывают, кого изобразил водящий.

3. Упражнение «Лифт».

Психолог говорит:

«Положите ладонь на живот. Представьте, что живот — это первый этаж дома. Немного выше находится желудок — это второй этаж дома.

Подержите там ладонь. Теперь положите ладонь на грудь и представьте, что это третий этаж дома.

Приготовьтесь, мы начинаем «поездку на лифте»:

Вдохните ртом медленно и глубоко так, чтобы воздух дошел до первого этажа — до живота. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните так, чтобы воздух поднялся на один этаж выше — до желудка.

Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните — и «поднимите лифт» еще на один этаж — до груди.

Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Во время выдоха вы ощущаете, что напряжение и волнение выходят из тела, словно из дверей лифта».

Упражнение выполняется стоя. Время выполнения 2—3 минуты.

Дыхание задерживается на 2—3 секунды.