*МДОУ ДС ОВ № 43 «Колокольчик» города Туапсе Краснодарского края*

*Занятие «Прогулка в зимний лес»*

*Педагог-психолог*

*Туркова А. Н.*

***Занятие «Прогулка в зимний лес»***

**Цели:**

1. Создание условий, обеспечивающих свободное выражение эмоциональных состояний, чувств.
2. Развитие навыков совместной деятельности, общения.
3. Реализация детей в агрессии, снимающей мышечные зажимы.

**План:**

1. Разминка.
2. Игра-импровизация «Путешествие снежинок».
3. Игра «Снежинки»
4. Этюд «Сердитые мальчики»
5. Этюд «Игра в снежки»
6. Игра «Рукавички»
7. Пальчиковая игра «Снеговик»
8. Этюд «Зайка-хвастунишка»
9. Подвижная игра «Зайцы и волк»

**Оборудование**:

Заготовленные и вырезанные из бумаги шаблоны рукавичек. Фломастеры трех цветов на пару. Музыкальное сопровождение.

Ход занятия.

Загадка

Отгадайте-ка ребятки,

Про кого моя загадка?

Кто полы белит белым

И на стенах пишет мелом,

Шьет пуховые перины,

Разукрасил все витрины? (Зима)

Ребята, я вас приглашаю на прогулку в зимний лес. Вы любите гулять по лесу? (Ответы детей). В лес мы отправимся на лыжах.

Вставайте-ка на лыжи, застегивайте крепления, берите палки в руки. Я впереди, а вы за мной по одной лыжне.

Хруп-хруп-хруп-хрустит снег (Имитация со сменой направления).

Едем мимо елок, березок, кустов. Ветви деревьев стали тяжелыми от снега и опустились вниз. Деревья словно из сказки, пушистые снежинки облепили все веточки. Огромные сугробы у дорог. Легкий морозец, щеки красные от мороза. Но мы двигаемся и нам тепло.

На прогулку в лес идем.

Там мы зайчика найдем,

Встретим хитрую лису,

Встретим елочку красу.

Белка шишечку нам бросит.

«Кар-кар-кар»,- ворона спросит.

«Дзынь-дзынь-дзынь»,- споет синичка.

Юркнет мышка-невеличка. (Алябьева Е.)

Вот мы и пришли в лес. А хотите отправиться на снежную поляну?

*Игра-импровизация «Путешествие снежинок»*

Тогда подойдите ко мне, закройте глаза. Я вас превращу в снежинок.

Дети закрывают глаза и психолог произносит:

Раз, два, три

Стали вы снежинками!

Вы очутились на снежном облаке. Оно такое легкое, мягкое, пушистое, белое-белое. И мы сидим на снежном облаке. Но вдруг от тяжести облако не выдерживает, и раскрыло свои двери, и все снежинки закружились в воздухе. Они все такие красивые, легкие, пушистые. Упали на землю и стали танцевать свой танец снежинок.

Сначала вправо-влево покружились, теперь вперед-назад. Молодцы! Но тут подула вьюга, и все снежинки разбежались кто куда, в разные стороны.

*Игра «Снежинки»*

*Произвольно двигаются по залу: кто-то может кружиться, кто-то медленно передвигаться в разные стороны.*

Снежинки сплетаются вместе по две снежинки в одном комочке.

*По три, по четыре и т. п.*

И в большой сугроб.

Намела вьюга много-много снега. Замела весь лес. Животные все попрятались, но не от снега.

Почему здесь так шумно?!

*Этюд «Сердитые мальчики» (эмоция гнева)*

Оказывается до нас пришли в лес два мальчика. Они кричали на весь лес.

- Я первый увидел белочку!

- Нет, я ее первый увидел! Она мне еще шишку кинула!

- Я не хочу с тобой идти!

- А я с тобой не хочу!

Дети, давайте покажем, как мальчики сердятся. Разделитесь по парам. У сердитых мальчиков сдвинутые брови, они размахивают руками, наступают друг на друга.

Вы их очень хорошо показали. Но в лесу шуметь нельзя. Давайте погрозим этим мальчикам пальцем и скажем: «Нельзя шуметь в лесу. Уходите к себе домой!» (Жест выразительности)

А мы с вами добрые и культурные, никогда не будем ссориться. Давайте поиграем в снежки.

*Этюд «Игра в снежки»*

Чтобы слепить снежок, надо наклониться, схватить двумя руками снег, слепить его в снежок, распрямиться и бросить снежок резким движением. Попробуйте. Разбейтесь на две команды. Только в голову не целиться. Как здорово! Весело! Радостно! *(Имитация игры)* Лучше играть, чем ссориться.

Наши ручки замерзли. Надо их погреть. Нам нужны рукавички.

*Игра «Рукавички»*

*Психолог раскидывает по залу вырезанные из бумаги рукавички с одинаковым, но не раскрашенным орнаментом. Дети выбирают себе одну из рукавичек, а потом те, у кого одинаковый орнамент, образуют пары.*

С помощью трех фломастеров надо одинаково раскрасить рукавички. Вы можете разговаривать друг с другом, постарайтесь прийти к общему решению.

*Психолог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят фломастеры, как при этом договариваются.*

Ну, вот наши рукавички готовы. Какие они получились красивые! Мы можем теперь смело лепить снеговика.

*Пальчиковая игра «Снеговик»*

Давай, дружок, смелей, дружок,

Кати по снегу свой снежок.

Он превратился в толстый ком,

И станет ком снеговиком.

Его улыбка так светла!

Два глаза,

Шляпа,

Нос,

Метла.

Но солнце припечет слегка-

Увы! - и нет снеговика.

*Дети показывают, как лепят снежки (то одна рука сверху, то другая)*

*Катят. Разводят руки в стороны, показывая большой ком.*

*Ставят руки на пояс.*

*Показывают руками на лице улыбку.*

*Показывают руками глаза.*

*Кладут одну ладонь на голову.*

*Приставляют ладошки с растопыренными пальцами к носу (как у Петрушки).*

*Поднимают одну руку вверх и раздвигают широко пальцы.*

*Поднимают вверх скрещенные руки с раздвинутыми пальцами («солнце»).*

*Пожимают плечами и разводят руки в стороны.*

В нашем зимнем лесу солнышка нет. По лесу ходит Мороз напустил холоду. Запрыгали зайцы, хотят погреться. Среди них зайка-зазнайка.

*Этюд «Зайка-хвастунишка» (коррекция хвастовства).*

Вот он стоит перед белочкой и ежиком и хвастается, что не боится волка:

Я стукну волка в нос,

Ему по уху дам!

Я срежу волку хвост,

Пусть волк боится сам!

Выразительные движения: голова повернута и откинута назад, брови приподняты, плечи развернуты, ноги слегка расставлены, правая рука лежит на бедре, левая -делает размашистые движения.

Покажите, как зайка-зазнайка хвастается.

А тут из-за кустов показался волк.

*Подвижная игра «Зайцы и волк»*

Скачут зайцы весело под елкой,

Вот они пустились в пляс.

-Эй, косые! Не боитесь волка?

-Он поймать не сможет нас!

Ха-ха-ха-ха-ха-ха-ха!

Серый волк, выходи!

-Всех сейчас поймаю!

*Играют несколько раз.*

Ну, что, ребята, понравилось вам в зимнем лесу? *(Ответы детей).* Но нам пора возвращаться обратно. Становитесь на лыжи и поехали в детский сад.

*Дети, имитируя ходьбу на лыжах, выходят из зала.*