**Конспект занятия:**

**«Путешествие на лесную полянку».**

**Старшая группа.**

**Цели занятия:**

* Эмоциональное раскрепощение, сближение участников тренинга;
* Развитие чувства эмпатии;
* Развитие логического, творческого мышления, воображения;
* Мышечное расслабление;
* Развитие выразительности движений;
* Двигательная активность;
* Тренировка произвольного внимания, памяти;
* Развитие навыков изобразительной деятельности.

**Материалы и оборудование:** мягкая игрушка в форме сердца, лента-ограничитель для пола, обруч, рыбки из картона, игрушечная удочка с магнитом, картинки с изображениями различных предметов и животных (на данном занятии: робот, кенгуру, цветок, мяч, лев, солнце, бабочка, самолёт, телевизор), цветы из картона (по 10 штук синего, красного, зелёного, жёлтого цветов), игрушка «паучок», цветные толстые нитки длиной 30-40 см., заготовленные листы для творчества детей формата А3, музыка для релаксации (звуки леса).

**Количество детей:** 4-10

**Возраст:** 5-7 лет

**Ход занятия:**

**1.Приветствие. «Передай сердечко по кругу»**

*Дети и ведущие тренинга здороваются с помощью мягкого сердечка друг с другом, передавая его по кругу, смотря друг другу в глаза.*

- Сегодня мы с вами отправимся в путешествие по лесу. А кто хочет рассказать, что или кого можно увидеть в каждом лесу? *(ответы детей)*

Наш лес не обычный, а волшебный – там нас будут ждать интересные, а иногда и опасные приключения… И только настоящим друзьям – смелым и отважным – под силу преодолеть этот путь. В конце нашего путешествия по лесу, мы посетим одну сказочную полянку, где познакомимся с одним жителем леса, который по праву считается одним из хозяев леса. Но кто это – мы узнаем позже, а сейчас пора в путь…

*Дети подходят к опушке леса, произносят волшебные слова, чтобы попасть в сказку:*

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем глазки закрывать!

Раз, два, три – открою глазки –

И начнётся наша сказка!

**2.Игра «Преодолей овраг».**

- А вот, и первое испытание, впереди пропасть, нам надо её преодолеть. Вы готовы друг другу помогать?

*На полу лежит лента длиной 2 метра, за ней – обрыв, поэтому заступать за край ленты нельзя!» Участники становятся вплотную друг к другу, ногами упираясь в ленту. Каждый по очереди идет вдоль ленты, удерживаясь за остальных участников, переставляя ноги между их ступнями. Кто оступился за ленту, тот «упал» в пропасть, он пробует пройти испытание заново.*

**3. Игра** **с рыбками.**

- Мы подошли к волшебному озеру, в котором живёт Золотая рыбка, это очень мудрая и умная жительница леса, больше всего на свете она любит загадывать ребятам загадки, и не пропустит вас дальше, если вы не поиграете с ней. Рядом с рыбкой плавают её придворные, к их хвостикам прицеплены карточки с различными картинками, ваша задача – по очереди, с помощью удочки поймать понравившуюся рыбку, подтащить её к себе, никому не показывая карточку с изображением, показать с помощью мимики и жестов остальным участникам то, что нарисовано на картинке. Говорить НЕЛЬЗЯ! Ребята смотрят и отгадывают.

**4. Игра «Что ты знаешь о лесе?»**

*Ведущие предлагает ребятам отдохнуть после приключений на «пенёчках». Ребята садятся на стулья, им предстоит следующее испытание: каждому по очереди предлагается цепочка из 4-х слов, связанных с лесом, необходимо найти одно лишнее слово и объяснить свой выбор. В данном занятии:*

* Бабочка жук воробей муравей
* Сосна дуб клён берёза
* Лиса заяц медведь корова
* Василёк дуб одуванчик ландыш
* Нора гнездо берлога будка
* Страус сова сорока галка

**5. Игра «Волшебные цветы»**

*На полянке раскладываются картонные цветы разных цветов: синего, красного, жёлтого, зелёного .*

- Мы с вами сказались на волшебной полянке, на которой растут сказочные цветы, они предлагают поиграть в одну интересную игру, проверить, кто из вас более быстрый и ловкий.

*Дети делятся на две команды с равным количеством участников. По сигналу дети собирают цветы с полянки. Выигрывает та команда, которая соберёт больше цветов.*

- За то, что вы такие ловкие, быстрые, дружные, давайте поиграем ещё с нашими волшебными цветами. Узнаем, какие вы внимательные.

*Правила игры такие: ведущий по очереди показывает цветы разных цветов, дети выполняют заранее оговоренное движение:*

*Жёлтый цветок – дети изображают цветы;*

*Зелёный – бабочки;*

*Синий – зайчики;*

*Красный – ЗАМРИ!*

*Проигравший выбывает из игры.*

**6. Игра-релаксация-визуализация «На полянке»**

- Ребята, вы молодцы! Отлично выполнили все сложные испытания, показали, насколько хорошо знаете лес, доказали, что вы дружные и смелые друзья, умеете играть в весёлые игры… Ну а сейчас пришло время отдохнуть, сядьте поудобнее, расслабьте ручки, ножки, спинку… Слушайте музыку и меня.

Представим, что мы поймали маленькую мушку, приложим её к уху, послушаем, как она пищит: «з-з-з-з», отпустите её… Теперь поймаем большого шмеля, послушаем: «ж-ж-ж-ж», отпустим его, пусть летит.

Приготовили носик, понюхаем цветок, ах, какой он ароматный. Я сорву с полянки цветочек, понюхаю его и передам вам по кругу. Какой приятный запах…

Проследим глазами за полётом бабочки – как она грациозно машет крылышками, порхает высоко в небе, а теперь представим, что она села на красивый цветок, посидела немного, и… снова упорхнула в небо.

А нашему ротику досталось самое вкусное – представьте, что вы сорвали с куста вкусную малинку, и кушаете её, от наслаждения даже глаза закрыли… А вот черничка, ежевичка, попробуем и их.

Поиграем с ласковым солнечным лучиком: закройте глазки и представьте -солнечный зайчик заглянул вам в глазки. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, носике, ротике, щечках, подбородке. Аккуратно поглаживайте, чтобы не спугнуть – голову, шею, животик, ручки. Подружитесь с ним, улыбнитесь ему… На счёт 5 откройте глазки. Теперь с помощью объятий передадим тепло солнечного лучика друг другу.

**8. Творческое задание – изготовление паутинки «ласковых слов».**

*Когда дети открывают глаза, появляется игровой персонаж – Паучок, который хвалит детей за их отвагу, дружбу, находчивость. Ведущие вместе с детьми рассматривают его, проводится беседа о том, где живёт паучок, чем он полезен лесу, как строит свою паутинку.*

*Дети изготавливают паутинку для паучка на память о своём путешествии. На заранее заготовленном фоне (листы А3 с дырочками по краям) – через дырочки продеваются верёвочки, которые протягиваются по диагонали через весь лист, пересекаясь в центре – это паутинка. После украшается паутинка разноцветными бусинками (пайетками), которые приклеиваются на ниточки на клей. Ребёнок, приклеивая бусинки, должен сказать ласковое слово каждому участнику тренинга.*

**9. Прощание.**

*Каждый ребёнок рассказывает, что ему больше всего понравилось и запомнилось на занятии. Дети, держась за руки в кругу, смотрят друг другу в глаза, говорят хором «До свидания». Занятие окончено.*