**Тема: «Путешествие по Вселенной» (4 часа)**

***Цели:***

1. Расширить представление о космосе (созвездиях, Солнечной системе, планетах, метеоритах, кометах).
2. Закреплять коммуникативные навыки, умения взаимодействовать со сверстниками, следовать правилам игры.
3. Развивать общую моторику, ориентироваться в пространстве, согласовывать движения с музыкой.
4. Развивать воображение, мышление, память, внимание.
5. Активизировать словарь по теме (космодром, луноход, созвездие, метеорит).
6. Снимать психологическое и мышечное напряжение, снижать уровень тревожности.
7. Повысить самооценку.

***Оборудование:*** проектор, зеркальный шар,бра, зеркальный шар, *фибероптические волокна* тактильная дорожка, кресла-мешки, мягкое покрытие, обручи, видеофильм, аудиозаписи (космическая музыка, релаксационная музыка).

***Ход занятия***

**Вводная часть**

***Ритуал приветствия «Солнечные лучики»***

Дети протягивают руки вперед и по очереди кладут ладошки друг на друга.

*Психолог:*Давайте направимвсю свою доброту и тепло к ладошкам. У нас получилось большое, доброе, ласковое и теплое солнышко. Попробуйте прочувствовать его тепло... А теперь давайте соберем солнечные лучики — так мы здороваемся друг с другом. А сейчас все вместе давайте скажем «Одни за всех и все за одного». *Дети повторяют и поднимают вверх руки, рассеивая «солнечные лучики».*

**Основная часть**

***Игра «Путешествие к звезде»***

*Цель:* развитие воображения, фантазии.

*Необходимо использование проектора, зеркального шара.*

Детям предлагают представить, что они – космонавты, летят в ракете к далекой звезде (зеркальный шар). У них есть командир, который ведет космический корабль *(Колос Г.Г., 2010).*

***Просмотр видеофильма «Такой загадочный космос»***

*Психолог.* Вы хотели бы стать космонавтами и полететь в космос? (*Да*). Для этого нужно многое знать и уметь, иметь прекрасное здоровье, быть сильными и ловкими. Вы готовы продемонстрировать свои знания? (*Да*). *Дети отвечают на вопросы и отгадывают загадки по теме.*

*Психолог.* Молодцы, вы многое знаете о космосе и истории его освоения. Каждый космонавт должен знать астрономию и уметь читать карту звездного неба.

С глубокой древности люди различали на небе группы ярких звезд, которые называли созвездиями, и присваивали им имена. Наиболее известным созвездием северной части неба считается Большая Медведица, которое на Руси издревле называли Ковшом. Какие созвездия вы знаете? (*Ответы детей).*

***Игра «Закончи строку»***

*Психолог.*

Чтобы глаз вооружить

И со звёздами дружить,

Млечный путь увидеть чтоб,

Нужный мощный … *(телескоп).*

Телескопом сотни лет

Изучают жизнь планет.

Нам расскажет обо всём

Умный дядя - … *(астроном)*.

Знает этот звездочёт

Звёзды все наперечёт.

Дарит Солнце жизнь планетам,

Нам – тепло, хвосты - … *(кометам)*.

Только лучше звёзд видна

В небе полная … *(Луна)*.

До Луны не может птица

Долететь и прилуниться,

Но зато умеет это

Делать быстрая … *(ракета)*.

У ракеты есть водитель –

Невесомости любитель.

По-английски астронавт,

А по-русски … *(космонавт)*.

Свет быстрее всех летает,

Километры не считает.

Все кометы облетел,

Всё на небе осмотрел,

Видит, в космосе нора,

Это - … *(черная дыра)*.

В чёрных дырах чернота

Чем-то чёрным занята.

Там окончил свой полёт

Межпланетный … *(звездолёт)*.

Звездолет – стальная птица, Он быстрее света мчится,

Познаёт на практике

Звёздные … *(галактики)*.

А галактики летят

Врассыпную, как хотят.

Очень здоровенная

Вся эта - … *(Вселенная)*! *(Исхакова М.А., 2012, №2)*

*Психолог.* Облетев почти всю галактику, мы опустились на неизвестную планету. Поступило сообщение: ожидается метеоритный дождь. Метеориты могут повредить ракеты, поэтому надо встать прямо над ними чтобы видеть куда они мчатся и быстро увильнуть от них, кружась.

*Предлагается детям встать (сесть) возле фибероптических волокон. Звучит аудиозапись космической музыки.*

*Психолог.* Звездное небо во все времена занимало воображение людей. Почему зажигаются звезды?

Сколько их сияет в ночи? Далеки ли они от нас? Далеки ли они от Земли Солнце и Луна? Есть ли границы у Вселенной? С глубокой древности человек задумывался над этими вопросами, стремился понять и осмыслить устройство мира, в котором он живет. Первые представления людей о звездном небе дошли до нас из дописьменного периода. Археологи и астрономы выяснили, что группы ярких звезд человек различал на ночном небе еще в каменном веке, более 15 тысячелетий назад *(Е.Н. Пасечник, 2012, №2).*

Ребята, вы любите путешествовать? (Да). Давайте отправимся в космос к звездам и планетам.

*Звучит аудиозапись музыки группы Spice. Детям предлагается посмотреть на звезды и планеты на настенном интерактивном панно «Звездное небо». Дети рассматривают группы звезд, говорят, на что они похожи, и придумывают им названия.*

***Упражнение «Куда полетела звезда»***

*Психолог.* Посмотрите, как темно на небе! Только краешек неба освещают звезды. Давайте сядем на ковер и посмотрим повнимательней на небо.

*Педагог указывает на звезду белого цвета в центре панно и просит найти такую же слева (справа, вверху, внизу), в верхнем правом углу (в нижнем левом углу и т.д.).*

*Психолог.* Жаль, что только краешек неба украшен звездами. Давайте попробуем собрать их и рассыпать по всему небосводу *(Морозова И.С., 2012, №2).*

*Дети по очереди подходят к панно, прикасаются к звездам, «собирают» их в пригоршни. Затем по команде психолога «рассыпают звезды. Включается зеркальный шар.*

*Психолог.* Смотрите, как много звезд! Одна из них улыбнулась вам.

***Релаксационное упражнение «Тёплая ночь»***

*Дети ложатся на напольный ковер «Звездное небо».*

*Психолог.* Устройтесь поудобнее, расслабьтесь. Какая чудесная тёплая весенняя ночь! На тёмном небе мерцают яркие звезды. Они медленно плывут в тишине. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла обволакивает голову, спину, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится лёгким, тёплым, послушным. Дышите легко, ровно*. (2 раза).* Воздух чист и прозрачен. Вас ласкает легкий свежий ветерок. Можно закрыть глаза и отдохнуть *(Морозова И.С., 2012, №2)*.

*Дети лежа слушают музыку в течение 2ух минут. Гаснет зеркальный шар и включается светильник.*

*Психолог.* Как ярко светит солнце! Вы славно отдохнули. Потянитесь, улыбнитесь, откройте глаза. Вы бодры, полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эту бодрость и радостное настроение в течение всего дня.

*Дети встают, проходят по тактильной дорожке и садятся на кресло-мешки, образуя круг, берутся за руки и рассказывают о своих ощущениях (Морозова И.С., 2012, №2).*

*Психолог.* А сейчас давайте мы с вами представим, что мы все оказались на удивительной планете Радости. Стали ее жителями, и немного потанцуем *(Е.Н. Пасечник, 2012, №2).*

*Звучит аудиозапись песни «Марсианский Новый год». Педагог показывает различные движения, дети повторяют.*

*Психолог.* А сейчас ребятишки давайте вернемся обратно на планету Земля. *Дети успокаиваются.*

*Психолог.* Знаете ли вы что такое планетарий? *(Ответы детей).* Планетарий – это научно-просветительское учреждение, где можно узнать много интересного о планетах и звездах, астрономии и космонавтике.

*Психолог*. Сейчас мы понаблюдаем за звездами в нашем планетарии.

*Звучит аудиозапись космической музыки. Дети ложатся на мягкое покрытие. Гаснет свет, включается зеркальный шар. Проводится* ***релаксация.***

*Психолог.* Сделайте глубокий вдох, медленно выдохните. (3 раза).

 Над вами ночное небо, усыпанное звёздами. Они такие большие и яркие, что кажется, их можно коснуться рукой. Сделайте глубокий вдох, медленно выдохните. *(3 раза).*

Почувствуйте, как приятная лёгкость растекается по всему телу. Вы его почти не чувствуете, оно легкое, невесомое. Руки, ноги не напряжены, расслаблены. Сделайте глубокий вдох, медленно выдохните. (3 раза).

Как приветливо смотрят на вас звезды! Они дарят вам своё тепло, силу, энергию.

Говорят, что, когда звезда падает, нужно загадать желание, и оно обязательно сбудется. Представьте самую яркую звезду и загадайте желание. Глубоко вдохните, задержите дыхание. Медленно выдохните. Звезда, которую каждый из нас выбрал, не простая. Она дарит тепло каждому, кто на неё смотрит, ласково касается своим лучом вашего лба, носа, рта, щек. Гладит руки, ноги, живот. Положите руку на живот, сделайте глубокий вдох – надуйте живот, выдохните – втяните живот. *(3 раза)*

Свет звезды стал золотистым. Сделайте вдох и представьте, что вы вдохнули это золотистое сияние. Оно постепенно заполняет всё внутри. Тело начинает светиться. От вас исходит золотистый свет. А ваше тело наполняется силой и энергией. (Включается свет). Вы зарядились энергией звезд, вы бодры и веселы. Потянитесь, улыбнитесь, медленно встаньте *(Ауппе И.М., 2012, №2).*

***Релаксационное упражнение***

*Педагог-психолог предлагает расположиться в релаксационных креслах-мешках перед настенным интерактивным панно «Звездное небо». Приглушает свет, включает релаксационную музыку.*

*Психолог.* Наступает чудесная летняя ночь (включает панно). На небе зажигаются яркие звездочки (можно выключить свет). Мы дышим легко и свободно, смотрим на чудесное звездное небо и отдыхаем. Вам хорошо! Смотрите на звездочки: они такие разные: красные, зеленые, желтые! Отдыхаем, наблюдаем. Наступает утро. Гаснут звезды (Включается бра). Настроение бодрое, жизнерадостное. Потянитесь! Улыбнитесь! *(Лунина Н., №4, 2012).*

***Игра «Космодром»***

*Психолог.* А как называется место, откуда запускают ракеты? *(Космодром)*

*Дети встают вокруг разложенных на полу обручей-ракет (их меньше чем детей), берутся за руки, хором произносят:*

Ждут нас быстрые ракеты

Для полета на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

*Звучит аудиозапись космической музыки. Дети бегут по кругу, с окончанием музыки занимают места в ракетах: встают в обручи по двое, плотно прижавшись спинами, сохраняя правильную осанку. Игроки, которым не хватило обручей, выбирают самых стройных и подтянутых космонавтов.*

*Игра повторяется (Ауппе И.М., 2012, №2).*

**Заключительная часть**

*Психолог.* Молодцы ребята! Вы показали свою силу, ловкость и сообразительность. Я думаю, вы готовы пополнить отряд юных космонавтов. Растите, учитесь и тренируйтесь. Далёкие планеты ждут вас!

***Рефлексия.***

***Ритуал прощания «Солнечные лучики»***

*Дети протягивают руки вперед и по очереди кладут ладошки друг на друга.*

*Психолог:*Давайте направимвсю свою доброту и тепло к ладошкам. У нас получилось большое, доброе, ласковое и теплое солнышко. Попробуйте прочувствовать его тепло... А теперь давайте соберем солнечные лучики — так мы попрощаемся друг с другом. А сейчас все вместе давайте скажем «Одни за всех и все за одного». *Дети повторяют и поднимают вверх руки, рассеивая «солнечные лучики».*