

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 67 комбинированного вида

Выборгского района Санкт-Петербурга

**Конспект занятия из цикла «Я всего добьюсь!»**

 (по адаптации детей старшего дошкольного возраста к условиям новой группы)

Выполнила педагог-психолог:

**Шуманова Наталья Владимировна**

Санкт-Петербург

2012г.

 *Задачи:*

* Создание положительного эмоционального настроя;
* Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; укрепление доверия в группе;
* Развитие внимания, мышления, воображения;
* Развитие координации движений;
* Обучение способам регулирования дыхания
* Снятие психоэмоционального напряжения
* Воспитание эстетического вкуса

*Материал*: коврики, шифоновый платок, крем, магнитофон, мультимедийный проектор.

*Музыкальное сопровождение*: Штраус «Полька», М. Минков «Где водятся волшебники», «Инструментальные хиты Востока»,

 Интеграция образовательных областей:

 Здоровье

Физическая культура Социализация

Коммуникация Познание

 Музыка

**Ход занятия**

Дети входят в зал.

1. *Ритуал приветствия*

 **Психолог:**

Рада вас видеть! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем друг другу… «Доброе утро!» (психолог и дети хором). Слегка сожмите руку своему соседу, отпустите. Сегодня мы будем снова играть, но игры вы будете отгадывать сами.

1. *Разминка.*

**Психолог:**

Итак, Пьет бензин как молоко

 Может бегать далеко

 Возит грузы и людей

 Ты знаком, конечно, с ней.

 Что это? (машина)

А если я захочу машину помыть, то куда я отправлюсь?

 (в автомойку)

 Как вы будете мыть машину? (аккуратно, не царапать)

Стройте автомойку!

**Игра «Автомойка»** (музыкальное сопровождение Штраус «Полька»)

Дети встают в колонну по одному, друг за другом. Ноги ставят так, чтобы между ними можно было пролезть. Один начинает: встает на четвереньки – это машина в автомойке. А все остальные дети – части большого аппарата, который моет автомобили. Когда автомобиль проходит под ногами, можно поскрести ему спинку и т.д. Каждая машина выезжает из мойки чистая и красивая.

**Психолог:**

Молодцы!

Следующая загадка: «Бывает холодным, как у снежной королевы, бывает горячим, находится в груди (показывает)»

Что это? (сердце)

Как вы думаете, какая следующая игра? («Слушай сердце»)

**Игра «Слушай сердце»** (музыкально сопровождение «Инструментальные хиты Востока»)

Дети встают в пары, кладут друг другу руку на сердце и слушают, как оно стучит. Затем под ритмичную музыку детям предлагается пошагать на месте, попрыгать, «плыть», приседать, пошагать. После этого найти свою пару и вновь послушать сердце партнера. Что изменилось?

**Психолог:**

Молодцы!

1. *Основная часть*

**Психолог:**

Продолжаем! Представьте, что мы с вами очутились там, где холодно, где редко бывает солнце... Где это бывает? (на севере)

Наши ручки замерзли, и нам надо их отогреть…

Как вы думаете, какая будет следующая игра? («Холодные руки»)

**Игра «Холодные руки»**

Разделитесь на пары и сядьте вдвоем на один коврик. Представьте, что в каждой паре один из вас не может пошевелить руками, потому что долго играл со снегом. Я дам вам немножко волшебного крема. И теперь вам надо помассировать и потереть холодные руки и с помощью волшебного крема сделать их теплыми (1 минута). А теперь поменяйтесь… (1 минута). Как вам было в паре? Удалось ли партнеру разогреть ваши руки? Он делал это слишком сильно, или слишком слабо?

**Психолог:**

Отлично! Складываем коврики.

А отгадаете ли вы следующую игру? (психолог показывает поочередно один, три, пять пальцев одной руки) («Сколько?»)

Встаньте так, чтобы вам было удобно!

Напомните мне, пожалуйста, правила! (танцуем под музыку, когда музыка прекратится, остановитесь и посмотрите на меня. Сколько пальцев я покажу, по столько человек вы должны будете собраться в группки)

 **Игра «Сколько?»** (музыкальное сопровождение М.Минков «Где водятся волшебники»)

 **Психолог:**

А теперь новая игра!

Скажите, пожалуйста, у кого из вас в день рождения на праздничном столе бывает торт? А что бывает в торте? (свечи)

Игра называется «Праздничные свечи». Мы с вами поучимся регулировать наше дыхание.

 **Игра « Праздничные свечи»**

Поднимите один палец и представьте, что это свеча с праздничного пирога на вашем дне рождения. Очень нежно задуйте ее. Теперь поднимите два пальца и задуйте две свечи. Чтобы отметить ваш следующий день рождения, вероятно, вам потребуется вдвое больше свечей. Высоко поднимите пальцы и представьте, что это десять праздничных свечей. Задуйте их все. Дуйте очень сильно! Закройте глаза, представьте сколько хотите свечей и задуйте их. Теперь откройте глаза. Представьте легкую травинку. Возьмите ее двумя пальцами. Очень нежно дуйте, чтобы она согнулась вперед. Положите руки на колени и дайте им отдохнуть.

**Психолог:**

В какую игру мы будем играть дальше, если я возьму платок? (ответы детей)

А если мы сядем в круг? («Большой круг»)

**Игра «Большой круг»**

Дети садятся на пол в большой круг. Один начинает и подбрасывает платок из одной руки в другую, так чтобы в полете получилась дуга. Этой рукой он бросает платок дальше соседу. Так платок должен пройтись по всему кругу.

1. *Заключительная часть*

**Психолог:**

 Замечательно! Сядьте удобно на пол.

 А сейчас для вас сюрприз! Закройте глаза! (включается фильм «Бабочки»)

 Откройте глаза! Посмотрите на экран, полюбуйтесь! Как вы думаете, какое упражнение мы будем выполнять? (бабочка)

Давайте сначала представим себя бабочкой с большими и мощными крыльями…Помашем крылышками…Полетим над цветущим лугом…выберем самый красивый цветок…Сядем в самую серединку…

**Упражнение «Бабочка».**

Свести лопатки на вдохе, как будто бабочка сложила крылышки; на выдохе лопатки – развести, бабочка расправила крылышки (повторить 3 раза).

1. *Обратная связь*

 **Психолог:**

Что сегодня понравилось больше всего? Что запомнилось? Почему? (ответы детей)

Вы сегодня были молодцы! Я вами горжусь!

1. *Прощание.*

Давайте возьмемся за руки и скажем друг другу «До свидания!»