**Занятие в подготовительной к школе группе**

**на тему: «Мой внутренний мир»**

**Цель:** помочь каждому ребенку осознать свои характерные особенности, предпочтения.

**Оборудование:** белые и черные кружочки; мяч; мягкая игрушка; альбомные листы и цветные карандаши на каждого ребенка.

**Ход занятия:**

Дети стоят в кругу.

**Ритуал приветствия «Доброе утро….».** Дети передают мяч по кругу и говорят: «Доброе утро Ваня». И т.д.

**1. Упражнение «Передай по кругу».** Дети передают по кругу воображаемый предмет (горячую картошку, тяжелую сумку, маленького цыпленка, цветок, и т.д.).

Дети садятся за столы.

**2. Беседа «Достоинства и недостатки»**

Сегодня мы поговорим о ваших желаниях, переживаниях, о том хорошем и не очень, что есть в каждом из вас.

У каждого из нас есть самые разные черты характера, одни из них мы считаем достоинствами, а другие недостатками. Достоинства - такие черты, от которых и окружающим людям, и самому человеку польза, а недостатки приносят всем, да и самому человеку, только неприятности.

Посмотрите, у вас на столах лежат белые и черные кружочки. Белыми мы будем отмечать достоинства, а черными недостатки. Подумайте, доброта - достоинство или недостаток? Почему? *(Далее дети анализируют такие качества характера, как лень, неряшливость, вежливость, грубость, драчливость, правдивость, доброта, трудолюбие, аккуратность, жадность и т.д.)*. А теперь подумайте, какими достоинствами и недостатками обладаете вы и обозначьте их соответствующими кружочками. *(По окончании задания дети показывают белые и черные кружочки и объясняют, какие свои недостатки они отметили черными кружочками, а какие достоинства - белыми).*

Я желаю вам, чтобы у вас всегда было белых кружочков больше, чем черных, потому, что они приносят радость не только вам, но и окружающим людям!

Дети выходят и садятся на ковер.

**3. Игра «Разыщи радость»**

Педагог передает по кругу мягкую игрушку и просит детей назвать по очереди все вещи, события, явления, которые приносят им радость.

Дети садятся за столы.

**Зрительная гимнастика «Моргание».**

Педагог просит детей принять устойчивую позу. Быстро сжимать и разжимать веки (моргать). Упражнение выполнять от 30 до 60 сек. Затем расслабить глаза.

**4. Рисование «Я люблю больше всего…»**

Педагог читает стихотворение А. Костецкого:

Я все люблю, что есть на свете:

Цветы и липу у ворот.

Весну и лето, Новый год.

Люблю я очень маму с папой,

Люблю печенье с молоком,

Люблю здороваться за лапу

С соседским косолапым псом.

Люблю лететь на карусели

И сны смотреть, когда я сплю,

И так немножко, еле-еле,

Вот столечко себя люблю!

Педагог предлагает детям нарисовать то, что они любят больше всего.

**Пальминг.**

**5. Разминка «Солнышко».**

**6. Этюд «Солнечный зайчик». Музыкальное сопровождение.**

Дети сидят в кругу. Педагог говорит: «Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, рту, щечках, подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладьте голову, шею, руки, ноги… Он забрался на животик, погладьте его там. Солнечный зайчик любит вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним. Улыбнитесь ему». Педагог говорит с детьми об изменении их самочувствия во время прослушивания стихотворения и выполнения этюда.

**Рефлексия « Мне понравилось больше всего...»**

**Ритуал прощания «Пожелание».**

Дети сидят в кругу и, бросая друг другу мячик, говорят добрые пожелания.