МБДОУ №15 «Ракета» г.Калуги

Конспект коррекционно-развивающего занятия

Тема: «Я больше не боюсь»

Подготовила: педагог-психолог

Аверина Альбина Евгеньевна

Калуга 2023

Дидактическое обоснование

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Я больше не боюсь! |
| Цель | Снижение уровня тревожности, коррекция страхов, снятие эмоционального напряжения у детей дошкольного возраста. |
|  | 1.Способствовать снятию эмоционального напряжения.  2.Способствовать повышению значимости каждого ребенка в глазах окружающих его детей.  3.Коррекция страхов, ориентация детей на собственные возможности в преодолении страха.  4.Способствовать снижению уровня тревожности. |
| Форма организации | Подгрупповая |
| Материалы | Пузырьковая труба, сказка, бумага, карандаши, аудиозапись со спокойной музыкой |
| Возраст участников | 6-7 лет. |

Вводная часть. Организационно мотивационная.

Дети входят в кабинет и видят включенную пузырьковую трубу.

Педагог-психолог предлагает представить себя эти пузырьками и поплавать, как они.

Упражнение «Плывём по воде».

Звучит спокойная музыка. Педагог медленно произносит слова:

«Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышится легко и медленно. Вообразите, что вы находитесь на природе в прекрасном месте. Сегодня необыкновенно хороший день. Вам тепло и вы чувствуете себя хорошо. Вы абсолютно спокойны.

Дышите свободно. Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься по воде, мягко поднимаетесь вверх, навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь ещё выше на самую верхушку к облакам и мягко утопаете в воздушном облачке. Теперь вы плывёте на вершине большого пушистого облака. Ваши руки и ноги свободно раскинуты в стороны, и вы маленький пузырик плывёте на самом большом и мягком облаке из тех, что можно сейчас видеть на небе.

А, теперь нам пора спускаться обратно вниз на землю…Скажите про себя, своему облаку и оно плавно и мягко поплывёт всё ниже и ниже, пока не достигнет земли…».

Рефлексия. Что вы почувствовали, ощущая себя пузырьком?

Основная часть.

Педагог-психолог предлагает детям послушать сказку про мышонка.

Терапевтические сказки «Мышонок и темнота» (Приложение 1).

После прочтения педагог-психолог задает детям вопросы.

Чего боялся Мышонок? Тебе бывает так же страшно?

Что помогло Мышонку не бояться? Что Мышонок узнал про темноту?

Каждый из нас чего то боится, а давайте и ми с вами нарисуем свой большой страх?

«Рисуем свой страх»

( Во время работы звучит музыка, ведётся тихая беседа индивидуально с каждым ребёнком о том, что он рисует, какого цвета у него страх.)

- А теперь возьмите в руки свой страх и разорвите его на самые маленькие кусочки. (Дети разрывают рисунки приемом отщипывания)

-Соберите свой страх в ладошки и подойдите ко мне. Посмотрите на свои ладошки: видите, что осталось от вашего страха? Он сам испугался! Вашего страха больше нет

Заключительная часть.

Выбрасываем свой «страх» в мусорное ведро.

Рефлексия. Педагог-психолог задает вопрос: что вы почувствовали когда выбросили и разорвали свой страх?