

«РАЗВИВАЕМ УМЕНИЯ УПРАВЛЯТЬ СОБОЙ»

Совместное занятие педагога-психолога
Вердиевой М.Е. и руководителя по физической
культуре Виноградовой Т.Н.

Занятие проводится с детьми 5 -7 лет.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ ПРОЕКТА:

- **Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Снижение тревоги, неуверенности в себе. Развитие способности выражать эмоциональное состояние. Развитие зрительно-моторной регуляции действий, моторной координации и ловкости.**

Тактильные упражнения создают защитную, комфортную обстановку, переносят в волшебную атмосферу и имеют огромное значение для развития психики детей. Игры с бумагой стабилизируют эмоциональное состояние, развивается терпение, выносливость.

РЕЗУЛЬТАТЫ:

- ОБОГАТИТЬ СОЦИАЛЬНЫЙ ОПЫТ ДОШКОЛЬНИКОВ, РАСШИРИТЬ ИХ КРУГОЗОР;**
- СФОРМИРОВАТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СОЗДАНИИ БЛАГОПРИЯТНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА.**
- ПОВЫСИТЬ ИНТЕРЕС ДЕТЕЙ К ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ЗАНЯТИЯМ.**

Ход занятия: Приветствие

ПСИХОЛОГ:

« ДАВАЙТЕ ПОЗДОРОВАЕМСЯ ДРУГ С ДРУГОМ».

ДЕТИ ДЕЛАЮТ ПИРАМИДКУ ИЗ КУЛАЧКОВ, ВСЕ ВМЕСТЕ ПРОИЗНОСЯТ:
« ВСЕМ, ВСЕМ, ЗДРАВСТВУЙТЕ!»

ПСИХОЛОГ ВНОСИТ ФЕЮ – КУКЛУ В БЕЛОЙ ОДЕЖДЕ.(
ДЕЙСТВИЕ СОПРОВОЖДАЕТСЯ СПОКОЙНОЙ
МУЗЫКОЙ)



ДЕТЯМ РАЗДАЮТСЯ ЛИСТЫ БЕЛОЙ БУМАГИ



ПСИХОЛОГ: « ДАЛЕКО – ДАЛЕКО, А МОЖЕТ БЫТЬ, И БЛИЗКО, ЕСТЬ ВОЛШЕБНО- БЕЛАЯ , БУМАЖНАЯ СТРАНА, ГДЕ ЖИВЕТ БЕЛОСНЕЖНО- БУМАЖНАЯ ФЕЯ СО СВОИМИ ДРУЗЬЯМИ. КАЖДЫЙ ДЕНЬ, КАК ВСТАЕТ СОЛНЦЕ, ФЕЯ ПРИГЛАШАЕТ ВСЕХ ДЕТЕЙ ИГРАТЬ С НЕЙ. ХОТИТЕ ОТПРАВИТЬСЯ К НЕЙ В ГОСТИ? ТОГДА ПОСЛУШАЙТЕ, У МЕНЯ ЕСТЬ ВОЛШЕБНЫЙ БЕЛЫЙ ЛИСТОК. ЕГО МНЕ ПОДАРИЛА ОДНА ДОБРАЯ ФЕЯ.

ЛИСТОК ПОМОГАЕТ ДОБРЫМ, УМНЫМ И СМЕЛЫМ ПУТЕШЕСТВЕННИКАМ ПОПАСТЬ В ЛЮБУЮ СКАЗКУ. А НАМ ОН ПОМОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ В СКАЗОЧНОЙ БУМАЖНОЙ СТРАНЕ. КОГДА К БЕЛОМУ ЛИСТКУ БУМАГИ ПОДХОДИТ ДОБРЫЙ ЧЕЛОВЕК, ОН НАЧИНАЕТ ПЕРЕДАВАТЬ ЧАСТЬ СВОЕЙ ВОЛШЕБНОЙ СИЛЫ ТОМУ, КТО ПРОТЯНЕТ К НЕМУ РУКИ.

СЕЙЧАС МЫ МОЖЕМ ТИХОНЬКО ПОДОЙТИ ВЗЯТЬ В РУКИ БЕЛЫЙ ЛИСТ БУМАГИ, ВСТАТЬ ВОКРУГ НЕГО ТАК, ЧТОБЫ НЕ МЕШАТЬ ДРУГ ДРУГУ; ПРОТЯНУТЬ НАД НИМ РУКИ, ЗАКРЫТЬ ГЛАЗА И С ЧИСТЫМ СЕРДЦЕМ ПОПРОСИТЬ ЛИСТ ПРОПУСТИТЬ НАС В СКАЗОЧНУЮ СТРАНУ.»

ДЕТИ ЗАКРЫВАЮТ ГЛАЗА И
ПРОТЯГИВАЮТ РУКИ С ЛИСТКОМ БЕЛОЙ
БУМАГИ.

- ГЛУБОКО ВДОХНИТЕ И ПОЛНОСТЬЮ
ВЫДОХНИТЕ. ВОЛШЕБНЫЙ ЛИСТ ДАЕТ
НАМ ВОЛШЕБНУЮ СИЛУ, КОТОРОЙ МЫ
ДОЛЖНЫ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ОЧЕНЬ
ОСТОРОЖНО. ВЕДЬ ОНА НАМ МОЖЕТ
ПРИГОДИТЬСЯ ДЛЯ САМЫХ РАЗНЫХ
СКАЗОЧНЫХ ЗАДАЧ. ЕЩЕ РАЗ ГЛУБОКО
ВЗДОХНИТЕ И ВЫДОХНИТЕ. А ТЕПЕРЬ
ОТКРОЙТЕ ГЛАЗА. МЫ С ВАМИ
НАХОДИМСЯ В ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЕ.

БУМАГИ (ПРЯМОУГОЛЬНИК РУКОВОДИТЕЛЬ ПО ФИЗ. КУЛЬТУРЕ ПРОВОДИТ ЦИКЛ УПРАЖНЕНИЙ:

РАССМАТРИВАЕМ ЛИСТ БУМАГИ, ИЩЕМ СТОРОНЫ УГЛЫ. ОПРЕДЕЛЯЕМ КАКОЙ ФОРМЫ ЛИСТ).

НАХОДИМ УГЛЫ, ПОДНИМАЕМ ВВЕРХ, ОПУСКАЕМ ВНИЗ, ПОВОРАЧИВАЕМ ВПРАВО И ВЛЕВО. ЗАКРЫВАЕМ ЛИЦО ЛИСТОМ БУМАГИ И МЕНЯЕМ ЭМОЦИИ (РАДОСТЬ, ЗЛОСТЬ).



УДИВЛЕНИЕ, ГРУСТЬ



ДЕЛАЕМ СИЛЬНЫЙ ВДОХ ЧЕРЕЗ НОС, ЗАДЕРЖИВАЕМ ДЫХАНИЕ НА 5 СЕКУНД И ДЕЛАЕМ ВЫДОХ. КРУЖИМСЯ С ЛИСТОМ БУМАГИ В ОДНУ СТОРОНУ ПЯТЬ РАЗ, ЗАТЕМ В ДРУГУЮ ПЯТЬ РАЗ.



НАХОДИМ У ЛИСТА ЦЕНТР. ДЕРЖИМ НА КУЛАЧКЕ И СЧИТАЕМ ДО 10.

ДЕРЖИМ НА ГОЛОВЕ И СЧИТАЕМ ДО 10.



РУКИ ВЫТЯГИВАЕМ ВПЕРЕД И УДЕРЖИВАЕМ ЛИСТ НА
ВЫТЯНУТЫХ РУКАХ, СЧИТАЕМ ДО 10.
НАКЛОНЫ С ЛИСТОМ.



САДИМСЯ НА КОВЕР И 2-МЯ ПАЛЬЦАМИ ПРОКЛАДЫВАЕМ ДОРОЖКУ ПО КРАЮ ЛИСТА , ПОСЛЕ КАЖДОЙ ДОРОЖКИ ХЛОПКИ В ЛАДОШИ. ХЛОПКИ УВЕЛИЧИВАЮТСЯ (НАЧИНАЮТСЯ С ОДНОГО ХЛОПКА И ДОХОДЯТ ДО 10 ХЛОПКОВ И В ОБРАТНОМ ПОРЯДКЕ



САДИМСЯ НА СЕРЕДИНУ ЛИСТА, РУКИ И НОГИ ВВЕРХ, ДЕРЖИМ РАВНОВЕСИЕ.

ЛОЖИМСЯ ЖИВОТОМ НА СЕРЕДИНУ ЛИСТА, ОТРЫВАЕМ РУКИ И НОГИ ОТ ПОЛА И ДЕРЖИМ РАВНОВЕСИЕ.



ПОСЛЕ ВЫПОЛНЕННЫХ УПРАЖНЕНИЙ, ПСИХОЛОГ ПРЕДЛАГАЕТ ПОПРОЩАТЬСЯ С ВОЛШЕБНОЙ СТРАНОЙ.

ПСИХОЛОГ: « А ТЕПЕРЬ НАМ ПОРА ПРОЩАТЬСЯ С ВОЛШЕБНОЙ БУМАЖНОЙ СТРАНОЙ. СЕЙЧАС МЫ ТИХОНЬКО ЗАКРЫВАЕМ ГЛАЗА, ПРОТЯГИВАЕМ ЛИСТ БУМАГИ, ЗАКРЫВАЕМ ГЛАЗА И С ЧИСТЫМ СЕРДЦЕМ ПРОСИМ ФЕЮ БУМАЖНОЙ СТРАНЫ ВЕРНУТЬ НАС В ДЕТСКИЙ САД. ГЛУБОКО ВДОХНИТЕ И ПОЛНОСТЬЮ ВЫДОХНИТЕ. ВОЛШЕБНЫЙ ЛИСТ ДАЛ НАМ ВОЛШЕБНУЮ СИЛУ, КОТОРОЙ МЫ МОЖЕМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ДЛЯ РЕШЕНИЯ САМЫХ РАЗНЫХ ЗАДАЧ В ДЕТСКОМ САДУ И ДОМА. ЕЩЕ РАЗ ГЛУБОКО ВДОХНИТЕ. ОТКРОЙТЕ ГЛАЗКИ. МЫ ВЕРНУЛИСЬ С ВАМИ В ДЕТСКИЙ САД. У ВАС В РУКАХ ОСТАЛСЯ ЛИСТ БЕЛОЙ БУМАГИ, ОН ВАШ И ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ С НИМ ВСЕ, ЧТО ЗАХОТИТЕ. МОЖЕТЕ ИЗ НЕГО СОЗДАТЬ РАЗНЫЕ ПРЕДМЕТЫ, А МОЖЕТЕ ЕГО ПОРВАТЬ ИЛИ СМЯТЬ»

ДЕТИ ВЫПОЛНЯЮТ ЗАДАНИЕ, ЗАТЕМ ДЕМОНИСТРИРУЮТ СВОИ ТВОРЧЕСКИЕ РАБОТЫ.



TE



ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ В КРУГ, ПСИХОЛОГ РАЗДАЕТ ИМ СНОВА ЛИСТ БУМАГИ И ПРОСИТ СДЕЛАТЬ БОЛЬШОЙ ШАР ИЗ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ, ПОЛУЧЕННЫХ ОТ НЕОБЫЧНОГО ПУТЕШЕСТВИЯ. КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ПО ОЧЕРЕДИ ГОВОРИТ, ЧТО ЕМУ ПОНРАВИЛОСЬ, БЫЛО ЛИ ИНТЕРЕСНО И СКАТЫВАЕТ ИЗ БУМАГИ ШАР, ЗАВОРАЧИВАЯ ТОТ, КОТОРЫЙ ЕМУ ПЕРЕДАЛ ПРЕДЫДУЩИЙ РЕБЕНОК



В КОНЦЕ ПОЛУЧАЕТСЯ БОЛЬШОЙ БЕЛЫЙ ШАР, ДЕТИ ПЕРЕДАЮТ ШАР ПО КРУГУ И ПРОЩАЮТСЯ: «ВСЕМ, ВСЕМ, ДО СВИДАНИЯ»



The background of the slide is a deep blue color with a subtle texture that resembles water. A bright light source, likely the sun, is positioned on the left side, creating a shimmering reflection that extends horizontally across the middle of the image. The sky above the horizon is a lighter shade of blue with wispy, white clouds.

СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!