**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ЧЕРНОМОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №3»**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧЕРНОМОРСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ДОШКОЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ**

**Конспект игрового занятия**

**Форма: игровой тренинг**

**Тема: «**Профилактика тревожных состояний» **Дата проведения:** 10.02.2022 **Возрастная группа:** старшая

**Подготовила:** педагог-психолог Ануфриева К.И.

**Место проведения:** дошкольное отделениеМБОУ «Черноморская СШ №3»

Задачи:

- Создание положительного эмоционального настроя.

- Развитие коммуникативных навыков.

- Снятие телесных зажимов.

- Сближение участников группы.

- Формирование положительного отношения к сверстнику.

Оборудование: магнитофон, аудиозаписи звуков природы или спокойной приятной музыки, ватман, краски и кисточки.

**Ход занятия**

Приветствие *«Котята»*

Цель: снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, создание положительного настроя в группе.

Описание игры: Дети садятся на ковёр. Педагог предлагает всем превратиться в маленьких котят. Каждый ребёнок называет кличку котёнка и описывает, какой он. После превращения, педагог предлагает картину раннего утра, когда солнышко заглядывает в окошко и будит котят. Котята ещё спят, свернувшись клубочком. Затем котята просыпаются, тянутся, чтобы размяться после сна. Затем умываются язычком, чтобы быть чистенькими. И идут мягко, неслышно на своих лапках. Затем жалобно зовут маму, чтобы она их покормила. Пришла мама и напоила их молочком, и они довольные замурлыкали.

Игра *«Мыльный пузырь»*

Цель: развитие, чувства сплочённости, развитие внимания, эмоциональная разгрузка.

Описание игры: Дети стоят в кругу очень тесно – это *«сдутый пузырь»*. Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого выдоха делают шаг назад – *«пузырь»* увеличивается, сделав несколько выдохов, все берутся за руки и идут по кругу, приговаривая:

«Раздувайся, пузырь!

Раздувайся большой!

Оставайся такой,

Да не лопайся!»

Получается большой круг. Затем педагог говорит: *«Хлоп!»* *(или хлопает в ладоши)* – пузырь лопается, все сбегаются к центру (*«пузырь»* сдулся) или разбегаются по комнате. Последний раз дети только надувают шар, не лопая его.

Игра *«Внутри мыльного пузыря»*

Цель: снятие эмоционального напряжения и развитие воображения.

Примечание: Упражнение сопровождается приятной тихой музыкой или записью звуков природы.

Педагог-психолог:

– Вы любите путешествовать? Кто из вас уже совершал путешествие?. Сейчас вы отправитесь в удивительное путешествие.

– У нас есть большой мыльный пузырь, давайте отправимся в путешествие на нём? Аккуратно зайдём внутрь нашего пузыря и расположимся подобнее. Давайте закроем глаза. Наше путешествие начинается. Мы поднимаемся всё выше и выше над землёй. Вот мы видим, как мимо нас пролетела красивая, разноцветная волшебная птица. Если посмотрим вниз, то увидим большие поля. Люди, работающие на поле, замечают нас и машут нам руками в знак приветствия. Помашите им в ответ. Мы видим удивительные синие реки и густой лес с высокими соснами и дубами. На полянке резвятся зверушки. Какие? А вот недалеко и наш детский сад. Мыльный пузырь начинает потихоньку снижаться, и вскоре мы приземляемся. Откройте глаза и оглянитесь. Мы вновь в нашей комнате. Как вы чувствуете себя после полёта?

Рисунок *«Наше путешествие»*

Психолог, разложив на столе ватман с нарисованным пузырём, предлагает детям дорисовать то, что они заметили во время путешествия.

Дети выполняют задание.

По окончании работы участники обсуждают получившейся рисунок.

Игра *«Шарики и магнит»*

Цель: снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, расширение кругозора.

Описание игры: Дети свободно двигаются по комнате. Затем психолог говорит волшебные слова: «Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в деревянные шарики! И каждый раз, когда они сталкиваются, вы должны сказать: *«Тук!»*. Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в резиновые шарики!» Дети прыгают на носочках и, сталкиваясь, говорят: *«Пум!»*

Психолог:*«Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в железные шарики!»* – дети бегают, при столкновении говоря *«Дон!»*. Затем ведущий называет одного из детей *«магнитом»* (первый раз в качестве *«магнита»* может быть и сам психолог). Увидев *«магнит»* все *«шарики»* устремляются к нему. Магнит медленно передвигается, дети следуют за ним. Психолог говорит: *«Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в бумажные шарики!»* Дети отпускают «магнит и бегают с шипением: *«Ш-ш-ш!»*. В конце игры психолог говорит: *«Крибле, крабле, бумс! Я превращаю вас в детей!»*

Игра *«Змейка»*

Цель: развитие ловкости координации, умение действовать согласованно, снятие напряжения и создание положительного настроя в группе.

Описание игры: Выбирают водящего (первый раз, это может быть психолог, при повторном проведении игры каждый раз нужно выбирать ведущего из группы детей, он становится во главе *«змейки»*, которую образуют игроки стоящие лицом в одну сторону. Водящий идёт по причудливой траектории, делая резкие повороты и закручивая *«змейку»*, постепенно увеличивая скорость. Его цель – заставить играющих расцепить руки.

Игра *«Командир»*

Цель: развитие внимания, произвольного контроля поведения, слухового восприятия.

Описание игры: дети выстраиваются в ряд, психолог выбирает командира, который становится во главе шеренги. Затем командир начинает движение. Все маршируют следом за ним, повторяя его движения. В какой-то момент командир хлопает в ладоши, тогда идущий последним должен остановиться, а все остальные продолжают идти. Командир расставляет детей в тех местах, где считает нужным *(по кругу, периметру комнаты и т. д)*

Заключение. Прощание

Все дети встают в круг.

Психолог просит детей рассказать о своих чувствах и ощущениях.

Психолог говорит:

– На этом наше сегодняшнее занятие заканчивается. Пора прощаться. Давайте же друг другу улыбнёмся и скажем спасибо.