

Конспект совместной образовательной деятельности с дошкольниками старшей группы «Я учусь владеть собой»

Аннотация: Тема развития коммуникативной и морально-нравственной сферы дошкольников привлекает в последнее время все больше внимание педагогов. Все чаще перед поступлением в школу эмоциональная и коммуникативная сферы дошкольника развиты недостаточно. Практика показывает, что наибольшие трудности ребенок старшего дошкольного возраста испытывает именно в сфере общения и взаимодействия со сверстниками. Это проявляется в повышенной тревожности, агрессии, неумении договориться, видеть особенности сверстника, невозможности осуществлять совместную деятельность. Нарушение общения затрудняет как реализацию игровой деятельности, так и процесс социализации, что приводит к появлению нежелательных моделей поведения. Ребенок привыкает к агрессивности или замкнутости как средству адаптации в обществе. Чаще всего отношения сверстников строятся спонтанно. При этом детей редко специально обучают эффективным приемам взаимодействия. В современной педагогической практике проблема формирования коммуникативных навыков выходит на уровень актуальной, так как от ее решения во многом зависит успешность освоения детьми знаний; эффективность межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками, и в целом социальной адаптации детей.

Цель: развитие произвольной саморегуляции двигательной активности и поведения

Задачи:

- Способствовать преодолению детьми, как скованности, так и двигательной раскрепощённости;
- развивать навыки общения, дружеские отношения между детьми, поддерживать у детей интерес друг к другу;
- формировать благоприятный психологический климат группы.

Интеграция образовательных областей: «Социально – коммуникативное развитие», «Личностная сфера», «Познание», «Безопасность», «Музыка», «Физическая культура».

Материалы: маленькие бусинки, мяч, обруч

Ход: 1 часть. Ритуал приветствия:

Дети сидят на ковре по кругу. Педагог передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом ласково называет рядом сидящего по имени, смотрит в глаза и говорит: «Я хочу с тобой подружиться».

2 часть. Рабочая:

Игра «Камушек в ботинке» Игра проходит в два этапа.

Первый этап (подготовительный): «Случалось ли, что вам в ботинок попал камешек? Ведущий кладет маленькие бусинки в сандалии каждому и просит пройти. Сначала камешек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для

ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвия бритвы краями». Далее вы говорите ребёнку: «Случалось ли, что вы так и не вытряхнули камешек, а, придя домой, просто снимали ботинки?» Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но на утро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, **обида, злость** – вот такие чувства обычно испытывают дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

Второй этап: «Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы, и не малые. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно поговорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Далее вы говорите: «Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то недовольства, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете. Скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег стукнул меня». Расскажите. Что вам ещё не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке». И вы вместе оговариваете способ, как можно избавиться от «камушка». Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах.

Психогимнастика «Драка»

«Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько минут. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура. Неприятности позади! ». Как только почувствуешь, что хочется кого-то стукнуть: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека.

Этюд «Сосулька»

«Ребята, я хочу загадать вам загадку: У нас под крышей Белый гвоздь висит, Солнце взойдет, Гвоздь упадет. Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимите руки над головой, а на третью, четвертую - уроните расслабленные руки вниз.

Игра «Злые - добрые кошки»

Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Это «волшебный Круг», в котором будут совершаться «превращения». Ребенок входит внутрь обруча и по сигналу ведущего превращается в

злующую-презлующую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя. Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим: «Сильнее, сильнее, сильнее ...», — и ребенок, изображающий кошку, делает все более и более «злые» движения. По повторному сигналу ведущего «превращение» заканчивается, после чего в обруч входит другой ребенок и игра повторяется. Когда все дети побывают в «волшебном круге», обруч убирается, дети разбиваются на пары и опять превращаются в злых кошек по сигналу взрослого. (Если кому-то не хватило пары, то в игре может участвовать и сам ведущий.) *Категорическое правило:* не дотрагиваться друг до друга! Если оно нарушается, игра мгновенно останавливается, ведущий показывает пример возможных действий, после чего продолжает игру. По повторному сигналу «кошки» останавливаются и могут поменяться парами. На заключительном этапе игры ведущий предлагает «злым кошкам» стать добрыми и ласковыми. По сигналу дети превращаются в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу.

Игра «Обзывалки». Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необходимыми словами. Это могут быть названия деревьев, фруктов, грибов, рыб, цветов... Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты... ». Например: «А ты – морковка! »

3 часть. Ритуал прощания. Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает психолог: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

Список использованной и рекомендуемой литературы

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003.
2. Баженова О.В. Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников.-М.:Владос,2014.
3. Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников.-СПб.:Речь; М.: Сфера,2008.
4. Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в дошкольном возрасте. М.; Воронеж, 1998
5. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. 2-е изд.,доп. Иперераб.-СПб.: Издательство «Речь», 2002.
6. Клюева Н.В. Учим детей общению.-Ярославль: Академия развития,1997.