

## Конспект занятия педагога-психолога "Космическое путешествие"

### Цели занятия:

- развитие общей моторики тела, координации движений, кинестетической чувствительности, вестибулярного аппарата;
- развитие эмоциональной и когнитивной сфер, творческого воображения, коммуникативных навыков;
- обучение техники выразительных движений (психогимнастика);
- коррекция страха, агрессивности, тревожности.

**Материал:** Ребристый мостик, дорожка на координацию движений. Тоннель, координационный диск, веревочки-кратеры, инопланетянин из крупного конструктора, красивый цветок, вещи в дорогу (конфеты, мягкие игрушки, сок, фрукты и т.д.), панно «Звездное небо», прожекторы направленного света.

### ХОД ЗАНЯТИЯ

*Дети входят в сенсорную комнату, снимают обувь, занимаются в носочках.*

**Педагог-психолог:** Сегодня мы с вами полетим на планету. Как вы думаете, на какую? Но сначала надо пройти серьезную подготовку, чтобы быть сильным, выносливым и внимательным.

*Педагог-психолог и дети идут по «ребристой дорожке». Педагог-психолог дает четкие указания детям, помогает тем, у кого не получается:*

– Идем по ребристому мостику, держим равновесие, спинка ровная, руки в сторону, ножки скользят по мостику.

– А теперь идем по дорожке. Будьте внимательны: идем только по кружочкам, ладошки пропускаем.

*Дети друг за другом проходят по дорожке, тем самым выполняя упражнение на координацию движений.*

*Дети подходят к тоннелю и координационному диску.*

**Педагог-психолог:** А сейчас потренируемся ползать и крутиться на диске.

*Педагог-психолог делит детей на 2 группы по 2-3 человека, дает задание каждой подгруппе:*

– Первая подгруппа вам нужно быстро и тихо проползти через тоннель друг за другом несколько раз. Вторая подгруппа вам нужно каждому покрутиться на диске, сидя, помогая себе ногами. Можно пробовать в разные стороны. По моей команде подгруппы меняются местами.

*Дети выполняют задания, педагог-психолог учит раскручивать диск ногами, и контролирует детей, подбадривает того, кто боится. После выполнения задания тоннель и диск убираются.*

*Педагог-психолог предлагает детям сесть в кружок:*

– А теперь решим ребята, что мы возьмем с собой в дорогу, много брать нельзя, чтобы не было перегрузки ракеты.

*Педагог-психолог спрашивает каждого, что он возьмет с собой в дорогу из предложенных предметов, которые лежат в центре. В центре круга лежат вещи: игрушки, конфеты, фрукты, сок, вода, фотоаппарат и т. д. Дети выбирают.*

**Педагог-психолог:** Ну, а теперь пора на старт! Беремся за руки, это наша ракета, считаем: 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 0 – старт, поднимаем руки: «Ура, мы летим».

*Дети издают звук: «У-у-у» и раскачивают руками. Педагог-психолог выполняет движения вместе с детьми.*

*Выключается свет, включается легкая музыка, ночное небо, панно «Звездное небо», сеточка с лампочками.*

**Педагог-психолог:** Мы в космосе, и сейчас у нас у всех состояние невесомости. А вы знаете что это такое? Встаньте и попробуйте полетать: медленно, плавно, красиво под музыку.

*Педагог-психолог следит за выразительностью движений детей, «летает» вместе с ними.*

**Педагог-психолог:** А теперь я вам дам платочки, они нежные и легкие, подбрасывайте их и ловите всеми частями тела: плечиками, ручками, носиком, коленками, носочками.

*Педагог-психолог раздает платочки детям, все вместе выполняют упражнение.*

**Педагог-психолог:** А теперь все в круг, беремся за руки. Команде корабля приготовиться к посадке!

*Дети садятся в круг, берутся за руки, поднимают руки вверх.*

**Педагог-психолог:** Начинаем считать: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10... Посадка! Руки опускаем со звуком: «У-у-у». Прилетели, ура!

*Дети выражают эмоцию радости. Звучит музыка, можно включить свет, дети выходят из «ракеты»*

**Педагог-психолог:** Мы на планете, не спешите, вас могут подстеречь опасности. Будьте осторожны! Помогайте друг другу!

*Педагог-психолог предлагает детям пофантазировать:*

– Ребята, давайте посмотримся... Что же мы здесь видим?

*На планете они могут увидеть кратеры из веревочек, красивый цветок, инопланетянина из крупного конструктора.*

*Педагог-психолог с детьми «гуляют» по планете, подходят к воображаемым кратерам. Дети осторожно обходят кратеры, выполняя упражнение на выразительность движения. Для упражнения необходимо взять несколько веревок (8-10), сделать из них круги на полу. Роль кратеров могут выполнять и обычные круги из бумаги, обручи.*

**Педагог-психолог:** А что еще есть на этой планете?

*Дети находят красивый цветок, удивляются, любят им, нюхают его.*

**Педагог-психолог:** Он живой, ребятки, настоящий, значит планета эта живая, на ней есть жизнь.

*Путешествие по планете продолжается: на своем пути «юные космонавты» встречают инопланетянина.*

**Педагог-психолог:** Ребята, а вот инопланетянин, на кого он похож?

Вы хотите познакомиться и подружиться с ним? Но он не знает нашего языка, он нас не поймет. А попробуйте предложить ему дружбу или рассказать о своих чувствах и эмоциях не словами, а жестами: движениями и мимикой.

*Дети стараются выполнить задание, если затрудняются, то педагог-психолог помогает. Если дети не догадываются, педагог-психолог предлагает подарить что-нибудь инопланетянину, например, какую-нибудь игрушку.*

*Выключается свет, включается звездное небо, звучит музыка.*

**Педагог-психолог:** Пора возвращаться, садимся в ракету (в круг), беремся за руки, считаем: 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 0. Поднимаем руки, взлетаем, летим, держимся за руки и раскачиваемся. Делаем вдох и выдох – приземлились.

*Включается свет, выключается звездное небо и музыка.*

**Педагог-психолог:** Наше путешествие закончилось. Мы прилетели на свою планету «Земля», в свой родной садик.

#### **Анализ занятия**

**Педагог-психолог:** Занятие наше закончилось. Скажите, что вам больше всего понравилось на занятии?

#### **Итог занятия**

*Педагог-психолог хвалит всех «астронавтов», корректно дает оценку каждому из них.*