**Непосредственная образовательная деятельность по психологии для старших дошкольников**

**«Волшебное путешествие»**

**(в сенсорной комнате)**

**Цель:**  снижение уровня тревожности; развитие воображения, внимания; коррекция эмоционального состояния .

**Задачи:**

Образовательные:

- помочь детям определять и оценивать свое эмоциональное состояние, а также адекватно реагировать на эмоциональное состояние других людей;

-познакомить детей с разными способами корректировки своего состояния и

приемами саморасслабления.

Развивающие:

- развивать навыки общения и адекватной оценочной деятельности;

- развивать навыки релаксации;

- развивать межполушарное  взаимодействие, внимательность.

Воспитательные:

- повышать социальную компетентность;

- создавать положительный эмоциональный настрой;

- способствовать сплочению детского коллектива.

**Материалы и оборудование:** музыкальный центр с дисками, кресло-груша с гранулами, подушки, фломастеры, мат, мини водопад, зеркальный шар с мотором, профессиональный источник света, прозрачная колонна со световым и воздушно-пузырьковым эффектом, мягкая платформа с зеркалом, пучок фибероптических волокон, сенсорный световой стол для рисования песком, разноцветная тактильная дорожка для детей, световая доска.

**Ход непосредственной образовательной деятельности:**

**Ритуал приветствия.**

**Психолог:** *Здравствуйте, ребята!*

*Сегодня я предлагаю вам совершить космическое путешествие и побывать на разных планетах. Но в этом путешествии нас ждут интересные задания, которые не всегда будут простыми. Вы должны быть внимательными, помогать друг другу. Вы хотите полететь? Тогда к путешествию надо хорошо подготовиться. Давайте начнем! Проходите в наш космический корабль по этим «воздушным кочкам»* ( Дети проходят в сенсорную комнату по тактильной дорожке).

*Команда космонавтов очень дружная и сплоченная. Давайте и мы настроимся на путешествие.* (Начинают выполнять упражнение).

 **Упражнение «Передай по кругу»**

**Психолог:**

*Для этого давайте встанем в круг и возьмемся за руки. Я передам свое рукопожатие, ребенку стоящему справа от меня, а он передаст следующему и так по цепочке, пока рукопожатие не вернется ко мне обратно.*

**Психолог:** *Таким рукопожатием мы обозначили, что теперь – мы одна дружная команда. Теперь займите свои места, сядьте поудобнее*. (Дети садятся на ковер)

**Основная часть:**

*Ребята, а вы знаете откуда у нас эта космическая машина? Нет?*

*Послушайте, я вам расскажу* **Сказку о машине времени*.***

*В одной далекой стране у каждого жителя была своя машина времени, и ею каждый пользовался по-разному: кто-то путешествовал только в прошлое, кто-то только в будущее, а кто-то не понимал для чего нужны эти путешествия - им это было не интересно. Они не пользовались своими космическими кораблями, и их машины затянуло паутиной.*

*Жил в этой стране один  мальчик, звали его Алекс - любопытный. В его семье не путешествовали. Он с этим не мог смириться. Однажды Алекс пробрался в гараж, смазал все рычаги и отправился в будущее. Через несколько дней он вернулся и начал рассказывать, что видел и что жителям этих планет нужна помощь. В ответ все махнули рукой. Они не хотели путешествовать и запретили мальчику тоже куда –либо летать. Алекс решил, что такая машина не должна пропадать и прислал ее нам, чтобы мы увидели другие планеты и могли помочь их жителям.*

*Так летим?*

*Давайте используем волшебство. Закройте глаза. Представим, что у нас в руках маленькие звездочки. Держите в кулачке крепко и по моей команде рассыпьте их по небу. Раз, два, три.*

 (В сенсорной комнате отключается свет и включается зеркальный шар).

**Психолог**: *мы прибыли на планету Водопад!*

(Отключается шар и включается свет в комнате).

Дети подходят в зону с мини водопадом.

**Психолог**: П*осмотрите, но водопад почему-то не работает? Здесь есть какие-то письма. Давайте откроем и прочитаем. Для того, чтобы починить его- надо верно отвечать на вопросы, которые я буду вам читать.*

(Далее читают и разбирают письма).

**Письмо 1:**

«Здравствуйте, ребята! Мы ваши ровесники и ходим в подготовительную группу на нашей планете «Водопад». Мы попали в неприятную ситуацию и просим нам помочь. Однажды мы увидели в магазине красивую краску и решили, что можно ею покрасить веранду нашей группы. Заведующая нас похвалила. Она сказала: «Красьте только веранду». Мы покрасили веранду. Получилось очень красиво! Но краска ещё осталась: зелёная и красная. И мы покрасили ею гараж старого человека, думая, что помогаем ему. Но он увидел и стал нас ругать. Все были недовольны, что мы так сделали. И мы сами тоже теперь огорчены. Странно… Может, вы поняли, почему? Ответьте нам, пожалуйста!»

(Ответы детей. Обсуждение ситуации).

Решение: Нельзя было красить гараж постороннего человека , не спросив его разрешения.

**Письмо 2:**

«Здравствуйте, ровесники! Мы слышали о вас и решили обратиться за помощью. Дело в том, что мы всей группой собрались поехать отдохнуть. Договорились все встретиться на вокзале в 11часов 00 минут перед отправлением автобуса. Но двое ребят не пришли вовремя. Мы ждали их до вечера. Автобус ушёл без нас, и мы остались без отдыха. Обидно! Мы поспорили. Одни говорили, что  мы зря ждали их, надо было уезжать. Другие - что нельзя было уезжать не дождавшись – это не по- товарищески. Мы понимаем, что того, что произошло, не исправишь, но скажите, какое бы вы приняли решение?  Ждём ответа».

(Ответы детей. Обсуждение).

Решение: Решение ждать друзей было верным. Это по-товарищески.

**Психолог:** *молодцы ! вы очень хорошо отвечали! Но вы заметили, что водопад заработал? Я вижу, что вы умеете договариваться и быть хорошими товарищами. Ваши правильные ответы и внимательность починили водопад.*

*Теперь нам пора отправляться на следующую планету. Приготовьтесь, сядьте удобно и держитесь крепко, мы взлетаем!*

(Психолог отключает свет, запускает световой шар).

**Психолог:** *мы прибыли в страну «Океания». Но, похоже, тут тоже какие-то неполадки. Это водяной столб не работает, и рыбки не плавают. Посмотрите, тут тоже какое-то задание.*

**Арт-терапевтическое упражнение «Волшебный океан»**

**Содержание задания:** *вот доска, на которой нам предлагают нарисовать вместе волшебный океан! Вы должны по очереди на доске фломастерами что-то изобразить, но при этом учитывать замысел товарища, чтобы в итоге у вас получилась одна общая картина, где нарисован чудесный край*.

 **(**Совместное рисование сопровождается звуками природы).

**Психолог:** *отлично потрудились! Но тут еще есть продолжение задания. Это загадки. Отвечайте дружно!*

**Загадки про океан.**

Состоит он из морей.

Ну, давай, ответь скорей.

Это – не воды стакан,

А, огромный ...

**(Океан)**

В тихую погоду
Нет нас нигде,
Как ветер подует -
Бежим по воде.
**(Волны)**

Пронеслась о нем молва:
Восемь ног да голова.
Чтобы всем страшнее было,
Выпускает он чернила.
**(Осьминог)**

Объясняю малышу,

Чтобы не было ошибок:
Зверь я, воздухом дышу,
Но похож на крупных рыбок.
В ватерполо я ловкач
И с детьми играю в мяч.
**(Дельфин)**

**Психолог*:*** *мы верно выполнили все задания*! *Посмотрите, дети, в водной колонне зажегся свет и рыбки начали плавать.*

После правильных ответов, психолог, включает световую колонну, дети рассматривают некоторое время.

*Теперь бегом на наш корабль! Следующая страна «Пески».*

**Сказка**

**Психолог:** включает сенсорный стол с песком и предлагает детям нарисовать сказку на песке, которую он будет им читать.

**«Котенок и облако»**

*Жил был маленький котенок и он очень любил мечтать о космосе и о далеких путешествиях. Был тёплый летний вечер. Котенок лежал на траве и смотрел на проплывающие низко в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё было тихо и спокойно. Котку было тепло и уютно. Вот, к нему подлетело облачко, он на него вскарабкался и легонько цапнул лапкой. И на землю закапал легкий, теплый дождик. Котику очень нравился дождик, он нежно капал на его носик: кап-кап-кап. Дождик закончился, выглянуло солнышко, все согрелось и распустились цветы. Облачко опустило котенка на полянку…Он улыбнулся своему облачку… и пошел домой пить сладкое вкусное молочко и спать в уютной кроватке.*

**Психолог**: *вот такая картина у нас получилась! Вам понравилось рисовать на песке?*

**Ритуал прощания.**

**Психолог:** *что ж, дети, мы загулялись по другим планетам! Нам пора возвращаться в сад из нашего путешествия. Займите места на корабле, посмотрите еще раз в иллюминатор. Мы очень далеко улетели, и вы можете отдохнуть на обратном пути.*

 (Предлагает подушки детям).

Звучит релаксационная музыка.

**Психолог читает:**

**“Тишина”.**

*Тише, тише, тишина!
 Разговаривать нельзя!
 Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать,*

*И тихонько будем спать*.

(Все отдыхают 1 мин).

**Психолог:** *ребята, мы приземлились. Открываем глаза****.***

*Проходите в наш детский садик через этот портал*. (Психолог включает сенсорный дождик)

 Дети проходят через дождик, психолог предлагает с ним поиграть, поперебирать руками нити.

Психолог хвалит детей. Дети припоминают ход занятия, рассказывают об играх, в которые играли, благодарят мальчика Алекса, который послал им эту машину, прощаются с психологом. Стоя или сидя в круге, всем взяться за руки, пожать их, посмотреть по очереди на всех.

**Список используемой литературы:**

1. Савенков А, Савенкова Н. «Обучение одаренных детей в учебно-воспитательном комплексе», Москва, «Прометей» 1998.

2. Сиротюк А.Л. «Коррекция развития интеллекта дошкольников», М., «Сфера», 2003

3. Тихомирова Л.Ф. «Упражнения на каждый день: Логика для дошкольников», Ярославль, Академия развития, 2004.

4. Цукарь А. «Уроки развития воображения», Москва, «Айрис- пресс», 2000г.