**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД №2 «ЗЕРНЫШКО»**

**Коррекционно-развивающее занятие для детей старшего дошкольного возраста с элементами телесно-ориентированной терапии**

Подготовила:

Педагог-психолог Шестакова А.Д.

**Конспект коррекционно-развивающего занятия**

**Целевая аудитория:** воспитанники 6-7 лет

**Ресурсы:** коврики, клубок ниток, магнитофон, СD с записью мелодии «Добрый жук»

|  |
| --- |
| **Цель:** снижение проявлений агрессивности в поведении детей посредством упражнений телесно-ориентированной терапии, обучение воспитанников способам контроля за своим поведением и управления им с учетом моральных норм и правил, повышение работоспособности  **Задачи:**  - оптимизировать общение ребенка со сверстниками;  - выработать механизмы эмпатии, умение считаться с другими, выходить из конфликтных ситуаций;  - снять телесные зажимы, эмоциональное напряжение во взаимодействии между детьми посредством упражнений телесно-ориентированной терапии;  - обучить способам регуляции эмоциональных состояний  **Ход занятия:** |

**Ритуал приветствия**

**1.Упражнение «Имя»**

**Цель:** создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, формирование чувства близости с другими детьми.

**Ход:** дети передают по кругу клубочек, называя имена предыдущих участников и добавляют свое имя.

**Основная часть**

2.  **Биоэнергетическая гимнастика**

**Цель*:*** повышение работоспособности, избавление от стрессов, нервных срывов, усталости. Гармонизация душевного состояния, активизация творческих способностей, профилактика соматических заболеваний.

**Ход*:*** дети садятся удобно. Руки вытягивают вперёд, готовят большой и указательный пальцы. Берутся ими за кончики ушей – один сверху, другой снизу ушка. Массируют уши и приговаривают при этом: «Кошкины ушки всегда на макушке!» (10 движений в одну сторону и 10 движений в другую). Затем опускают руки, встряхивают ладошки. Приготовив указательный палец, ставят его между бровями и носом. Массируя эту точку столько же раз, приговаривают: «Кошкин глаз – мудрый глаз!» Стряхивают ладошки.   Далее собирают пальцы руки в горстку, находят ямку внизу шеи массируют её словами: «Как собачка я дышу, помогать себе спешу!» (10 раз в обе стороны).

Педагог-психолог обязательно следит за правильностью нахождения точек и силой нажима на них при массировании. Требуется предварительный показ.

**3. Упражнение «Перекрестное марширование»**

**Цель**: снятие заблокированных эмоций

**Ход**: педагог-психолог вместе с детьми произносит следующие слова:

Любим мы маршировать,

Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени, попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать, касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

**4. Упражнение «Найди себе пару»**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков, снятие напряжения.

**Ход:** под музыку «Добрый жук» дети в парах выполняют следующие движения:

1 – Хлопают в ладоши – как игра в «Ладушки»; 2 – отходят друг от друга спиной, помахивая руками (жест «До свидания»); 3 – подходят к другим парам (свободно по выбору), подзывая к себе нового партнера (жест «иди ко мне»). Выполняют те же движения, только с новыми партнерами. С окончанием музыки обнимаются.

**5.Упражнение «Дерево»**

**Цель:** снятие телесных зажимов

**Ход:** дети, сидя на корточках, прячут голову в колени, колени обхватывают руками. Это – семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимаются на ноги, затем распрямляют туловище, вытягивают руки вверх, произнося слова:

«Мы растем, растем, растем

И до неба достаем».

Подул ветер – раскачивают тело, имитируя дерево. (10 раз).

**Подведение итогов. Ритуал прощания**.

**6.Этюд «Улыбка по кругу»**

**Цель:** развитие умения дифференцировать различные эмоциональные состояния по мимическим проявлениям.

**Ход:** все берутся за руки и «передают» улыбку по кругу: каждый ребенок поворачивается к своему соседу справа или слева и, пожелав чего-нибудь хорошего и приятного, улыбается ему, тот улыбается следующему и т. д. Можно образно «взять улыбку» в соединенные ладони и бережно «передавать» ее по кругу, из рук в руки.

Педагог-психолог интересуется впечатлениями детей от занятия, благодарит за работу и приглашает на следующую встречу.