

Защита реализуемой практики

Дошкольный возраст является уникальным и решающим периодом развития ребенка, когда закладываются основы личности, вырабатывается воля, развивается эмоциональная сфера. Данный период является сензитивным для развития многих психических процессов. Эмоциональное развитие дошкольника является одним из важных условий, обеспечивающих эффективность процесса обучения, воспитания и социализации ребенка, развития его социальных, нравственных и интеллектуальных качеств. В современном обществе повысилось количество детей замкнутых, тревожных и агрессивных (чему способствует информатизация с окружающего мира); современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других людей.

Все вышеперечисленное способствует возникновению проблем в области формирования эмоционально-волевой сферы дошкольников. Дети не умеют контролировать свои аффекты, проявлять эмоциональную устойчивость, откликаться на прекрасное, проявлять чувство эмпатии.

Это говорит о том, данная работа актуальна и детям в дошкольном возрасте необходимо уделять особое внимание в формировании эмоционально-волевой сферы.

Занятие по формированию эмоционально-волевой сферы

для детей 4-5 лет: «Волшебная комната»

Цель: укрепление психологического здоровья детей посредством развития эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков.

Задачи:

- Создание условий для положительного настроения детей;
- Развитие тактильной чувствительности;
- Развитие у детей понимания своих чувств и чувств «друга», а также умения выразить их вербально;
- Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
- Развитие познавательной сферы.

Участники: дети 4-5 лет.

Количество участников: 4 человека.

Длительность занятия: 15-20 минут.

Оборудование: зеркало на подставке, дорожки здоровья разной текстуры, большая корзина, гладкие шарики (20-30 штук), шарики-ежики по количеству детей, воздушно-пузырьковая колонна, мешочек тканевый с наполнением (мяч, кубик, линейка, карандаш, игрушка и т.д), платки шифоновые 30х30 см по количеству детей, цветодинамический прожектор, флэш-карта с релаксационной музыкой.

Кириченко Кристина Николаевна, педагог-психолог МАДОУ д/с №106 города Тюмени

Ход занятия:

Дети заходят в комнату, в которой проигрывается спокойная музыка.

«Волшебное зеркало»

Цель: настрой на занятие, снятие эмоционального напряжения.

Психолог: Я предлагаю нам отправиться в путешествие по волшебной комнате.... Обратите внимание, слева от вас находится волшебное зеркало. С каким настроением в него посмотришь, такое настроение и будет у тебя на весь день. Поэтому я предлагаю остановиться возле зеркала и улыбнуться.

(дети подходят к зеркалу и улыбаются)

«Дорожки здоровья»

Цель: развитие тактильной чувствительности, развитие у детей понимания своих чувств и чувств «друга».

Психолог: А теперь вам всем нужно снять обувь и пройтись по тропинкам босиком. *(Ходьба по дорожкам здоровья)*. Идти мы будем друг за другом, чтобы не оступиться и не упасть.

-Что чувствуют ваши ножки? Нравится ли вам то, что вы чувствуете? Обернитесь на идущего за вами товарища, как вы считаете, нравится ли ему?

«Корзина с секретом»

Цель: развитие тактильной чувствительности, развитие у детей понимания своих чувств и чувств «друга».

Психолог: Ребята, посмотрите, вот мы и оказались с вами возле необычной корзины, на дне которой для вас спрятаны секретки. По очереди опускаем в него ручки и ищем по одному «ежику». *(Достают массажные мячики)*. Молодцы, присаживайтесь на кресла. Давайте посмотрим, что за секретки вы нашли?

Дети: это разноцветные мячики.

Психолог: Верно. Слегка надавливая, прокатываем их между ладошками. А теперь я предлагаю встать в тесный круг и повернуться в левую сторону. Дотроньтесь мячиком до спины того, кто стоит впереди вас. Прокатываем мяч по всей спине. Приятно делать массаж? А какие чувства вы испытываете, когда делают массаж вам? Замечательно, давайте сложим все мячики в корзину.

«Чудо-пузырьки»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения, развитие познавательной сферы.

Психолог: Ой, вы только взгляните! Перед нами происходит какое-то волшебство (колонна с пузырьками). Последите глазами, как волшебные пузырьки поднимаются снизу вверх.

Обратите внимание, как вода меняет цвет. Какие ощущения вы сейчас испытываете? Какой цвет больше приятен вашим глазкам? (*дети отвечают*)

«Мешочек с сюрпризом»

Цель: развитие тактильной чувствительности, развитие познавательной сферы.

Психолог: Дети, смотрите, здесь для нас написано письмо. Давайте прочтём. (*В письме написано, что для нас спрятан волшебный мешочек.*) Дети находят мешочек и психолог просит каждого по очереди опустить туда руку и не доставая предмет описать его, какой он на ощупь. А все постараются вместе отгадать, что это такое?

«Воздушные платочки»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Ребята, посмотрите, что такое лежит на столе? Правильно, это платочки разных цветов. Давайте каждый возьмет себе по платочку и мы устроим соревнования? Для этого мы на счет 3 будем дуть кверху на платочки и посмотрим, у кого платок улетит выше?

Какие же вы молодцы!!! Ну а теперь, устраивайтесь поудобнее на креслах и закрывайте свои глазки!

«Релаксация»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Звучит релаксационная мелодия, включается цветодинамический прожектор.

Глазки закрываются,

Отдых начинается...

Чтоб расслабиться сегодня,

Дышим мы легко, свободно.

Вдох и тихий-тихий выдох –

Мысли легкие сейчас.

Вдох и тихий-тихий выдох –

Тело словно в облаках.

Так приятно расслабляться,

Но пора всем просыпаться.

Хорошенько потянитесь!

И себе вы улыбнитесь!

Пошевелите руками, ногами, откройте глаза и медленно встаньте (*Все выполняют*).

Рефлексия.

Цель: подведение итогов.

Как вы себя чувствуете? Понравилось ли вам наше путешествие? Что понравилось больше всего? (Ответы каждого участника).

Кириченко Кристина Николаевна, педагог-психолог МАДОУ д/с №106 города Тюмени

До новых встреч, ребята! Очень рада была видеть вас!