

План - конспект коррекционно-развивающего занятия

Тема занятия: Страна чувств

Педагог - психолог
ТОЦО отделение № 2
Носов Алексей
Владимирович

Цель: повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние; гармонизация эмоционально-личностного развития воспитанников; знакомство с приемами рисования на песке.

Задачи:

- помогать воспитанникам в приобретении положительного образа общения со сверстниками;
- пробуждать познавательный интерес через обучение навыкам работы с песком;
- снимать тревожное состояние у данной группы детей.

Материалы и оборудование:

диск с музыкой для релаксации; круги из разноцветного картона; стол, для рисования песком; песок.

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте, ребята! Начнем сегодняшнее занятие с необычного приветствия. Я предлагаю сейчас каждому из вас назвать свое имя и какое-нибудь свое хорошее качество, которое начинается с первой буквы вашего имени.

Упражнение «Мое настроение»

Цель:
создание атмосферы эмпатии.

На стол кладутся круги разного цвета (желтый, синий, черный).

Психолог: Выберете цветной кружок, который соответствует вашему настроению. Желтый - хорошее настроение и вас ничего не беспокоит. Синий кружок - настроение еще не определилось. Черный - настроение грустное или печальное. Дети выбирают круги, идет обсуждение.



Психолог: Ребята, вы любите путешествовать? (Ответы детей). Тогда мы с вами сегодня отправимся в путешествие в волшебную страну. Она не обычная, а песочная. Звучит музыка.

Психолог: Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей и произнесите за мной заклинание:

Куда мы вместе попадем
Узнаем мы все скоро.
В стране далекой мы найдем
Помощников веселых.



Психолог: Мы начинаем с вами путь по волшебной Песочной стране. Здесь пока еще ничего нет, но скоро вы станете настоящими творцами и добрыми волшебниками.

Ребята, положите руки на песок, и потрогайте его! Мне приятно, а вам? Что вы чувствуете? Песок холодный или теплый? (дети рассказывают о своих ощущениях).



На ровной поверхности песка дети делают отпечатки кистей рук: внутренней, а затем внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка вдавив ее, и прислушаться к своим ощущениям.



Детям предлагается:

- «поскользнуть» ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения;



- выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро;
- «пройтись» ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы;



- создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшками кистей рук, ребрами ладоней всевозможные причудливые узоры на поверхности песка, попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (ромашка, солнце, дерево, трава и т. д.);

- «пройтись» по поверхности песка отдельно каждым пальцем поочередно правой и левой рукой, после – одновременно (сначала только указательным, потом – средним, затем – безымянным, большим, и наконец – мизинцем);



- далее, можно группировать пальцы по два, по три. Здесь уже дети могут наблюдать загадочные следы. Можно вместе пофантазировать о том, следа какого животного получились;



- «поиграть» на поверхности песка, как на клавиатуре пианино, при этом двигаются не только пальцы, но и кисти рук, совершая мягкие движения «вверх – вниз».



Психолог: А сейчас представьте, что вы – Волшебники и задумались отправиться в путь, в путешествие, для того чтобы найти страну, в которой еще никто не жил. Эта страна – пустыня. На ее месте вы хотите создать цветущую, сказочную Страну. Сейчас вы выберите себе то, что вы хотели бы нарисовать. Не забудьте про деревья, камни, цветы, дома – все, что будет вам нужно для создания сказочной страны.

Я предлагаю вам составить свою собственную песчаную картину (рисование картин под музыку).

Работа над рисунком начинается с фона. Набираем песок в кулаки и рассыпает его равномерным слоем по стеклу. Фон может быть как светлым, т.е. без песка, так и темным – когда все засыпано сыпучим материалом. Для рисования на светлом фоне наберите немного песка в руку и, выпуская его тоненькой струйкой из зажатого кулачка, изображайте границы образов. Рисунок всегда можно подкорректировать. Не нужно бояться сделать ошибку. В этом и заключается одна из прелестей рисования песком – все поправимо.

Психолог: Молодцы! У всех получились хорошие, интересные, необычные картины. Кто-то хочет рассказать о своем рисунке?

Ребята делятся впечатлениями, ощущениями от работы с необычным материалом.

Экспресс - выставка



«Облака белые, дерево, а вокруг него тропинка, речка течет, дом, церковь с крестом и кружок красивый рядом. Понравилось, да, песок такой нежный.»



«Дерево большое и маленькое, облака на небе, дом, будка для собаки и человек перед домом стоит. Нравится, хочу еще порисовать.»

Упражнение на рефлексивность «Мое настроение» (экспресс-опрос)



Участники сигнализируют о своем эмоциональном состоянии с помощью картонных кружков желтого, фиолетового и серого цвета. Каждый ребенок показывает один из кружочков, соответственно своему настроению (желтый - хорошее настроение и вас ничего не беспокоит, синий - настроение еще не определилось, черный - настроение грустное или печальное).

Психолог: Ребята, а есть среди вас такие, кто выбрал другой цвет? Как изменилось ваше настроение?



Подведение итогов

Психолог: Открою маленький секрет. Сегодня на занятии мы использовали приемы арттерапии - терапии творчеством. Арттерапия позволяет снять внутреннее напряжение, отвлечься от проблем. В предложенном задании важно было не правильно выполнить, а включить на полную мощность эмоции и чувства. Вот поэтому ваше настроение улучшилось. До новых встреч в Песочной стране!



Спасибо за внимание!

