

Психокоррекционное занятие с проблемными детьми

Тема: «Подводный мир»

Образовательная область: «Социально- коммуникативное развитие»

Цель: Создание положительного эмоционального настроения.

Задачи:

- снятие напряжения, обучение приемам расслабления, релаксации, достижения психофизического покоя;
- развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма;
- расширение поля зрения, улучшение восприятия;
- нормализация эмоционального состояния;
- развитие коммуникативных навыков и волевых качеств;
- повышение социальной адаптации ;
- достижение положительных ощущений собственной успешности и значимости.

Педагог- психолог:

- Ребята, я рада встрече с вами .

Я предлагаю вам представить, что мы оказались на дне морском. Как красиво и необычно (загадочно).

Представим, что наши ручки - это осьминожки. Разведите ручки в стороны, поприветствуем друг, друга.

А сейчас (растяжка) выполним нашими ручками плавные движения как осьминожки, а теперь замрите. (4-5 раз)



Подуем на наших осьминожек. (дыхательное упражнение).

Осьминожки начали резвиться: то вверх поднимутся, то вниз опустятся, в одну сторону, в другую. (3-4 раза)

Психолог обращаясь к детям говорит: «Если вы бы были на море, то, конечно, знаете, как приятно когда волны ласково вас касаются. Мы будем морем, волнами. Сделаем круг шире, а Саша будет плавать. «Волны» тихонько поглаживают его и приговаривают «Мы любим тебя, мы любим тебя». После игры психолог спрашивает: «Понравилось ли вам купаться в море?». «Что вы чувствовали?».

Психолог обращает внимание детей на ракушку, рассматривает ее вместе с детьми, передаем по кругу.



Дети отвечают на вопрос: «Какая ракушка?»
(шероховатая, твердая, крепкая, красивая, загадочная).

Психолог: «Ракушка нам хочет рассказать очень увлекательную историю:

Жил осьминог со своей осьминожкой,

И было у них осьминожков немножко.

Все ни были разного цвета:

Первый - зеленый, второй- фиолетовый,

Третий, как зебра, весь полосатый,

Черные оба - четвертый и пятый,

Желтый-прежелтый - седьмой осьминожек,

Восьмой - словно спелая ягода- красный...

Словом, не дети, а тубики с краской.

Была у детишек плохая черта:

Прятались от папы они иногда.

Папа не мог найти осьминожек.

Кто же найти их ему поможет?

Психолог предлагает детям помочь папе осьминогу.

Говорит: «А вот и папа осьминог, он растерян, не может найти своих детишек. Поможем осьминогу нарисуем маленьких осьминожек? А наши ладошки нам помогут»

Психолог напоминает детям, что они умеют превращать ладошки в осьминожек.

(Ватными палочками дети обводят ладошки, прорисовывают глаза, рот и другие детали).



Нарисовав, дети с психологом относят своих осьминожков «папе осьминогу». Дети располагают свои рисунки на общем изображении дна морского.



Психолог: « Ребята, отойдите подальше от моря, надвигается сильный шторм».

Я предлагаю вам побыть волнами. Когда на море шторм, волны сильные, когда штиль, море затихает. Слушайте внимательно мои команды. «Штиль», «Шторм».

Релаксация:

Психолог: « Наше море успокоилось. Я знаю, вы любите полежать на солнышке. Вокруг нашего моря замечательный пляж. Опускайтесь на коврик, ложитесь на спинку. Закройте глазки и представьте , что вы лежите не теплом песке. Ласково светит солнышко и согревает вас. Веет легкий ветерок, слышится шум прибоя, волны ласково касаются вас, вы расслаблены. А теперь потянитесь, сделайте глубокий вдох и выдох, откройте глаза, медленно сядьте и аккуратно встаньте.



Обратная связь:

- что вас порадовало на нашей встрече?;
- что вас огорчило?