

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Петрова Инна Константиновна*

педагог-психолог

МБДОУ «Д/С №40 «Радость»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

## Я ПОЗНАЮ СЕБЯ!

***Аннотация:** в данной статье представлена методическая разработка занятия по социально-эмоциональному развитию детей дошкольного возраста. Данное занятие позволит сформировать у ребенка представление о себе, расширить свои знания о своем внутреннем мире, научиться «прислушиваться» к собственным ощущениям. Главная идея: «К познанию мира – через познание себя».*

***Ключевые слова:** социально-эмоциональное развитие, положительный образ, собственное «Я».*

Цель: способствовать раскрытию внутреннего мира ребенка, осознанию характерных особенностей, предпочтений.

Программное содержание:

- учить описывать свои желания, чувства, осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
- развивать внимание детей к себе, к своим чувствам;
- воспитывать положительный образ собственного «Я»;
- развивать творческое воображение.

Ожидаемые результаты: понимание своей индивидуальности с помощью раскрытия желаний, чувств, предпочтений; воспитание положительного образа собственного «Я»; развитие творческого воображения.

## Методы и приемы:

Занятие строится в доступной и интересной для детей форме – в форме занятия – путешествия, которое включает в себя следующие методы активного обучения: моделирование заданных ситуаций, креативная визуализация, компьютерная презентация, беседа, игры и упражнения, рисование.

### *Ход занятия:*

#### *1. Упражнение – приветствие.*

– Здравствуйте, ребята! Я очень рада видеть вас сегодня (*фоном включается приятная музыка*). Давайте мы с вами поприветствуем друг друга необычным способом: возьмитесь за руки, улыбнитесь друг другу. Посмотрите на нашу комнату. Что нас окружает? (*Ответы детей.*) Это наш маленький окружающий внешний мир. А сегодня мы познакомимся с тем миром, который находится внутри каждого из нас. Как вы думаете, что же находится внутри нас? (*Ответы детей.*)

– Правильно, наши переживания, настроения, желания – это наш внутренний мир. Его нельзя увидеть глазами, но можно ощутить, почувствовать. Сегодня я предлагаю вам совершить путешествие в ваш внутренний мир, в страну своего Я и узнать его получше. Итак, в добрый путь! Приятного путешествия!

#### *2. Упражнение «Свет мой зеркальце, скажи!»*

– В нашем путешествии понадобится волшебное зеркало. Все вы знакомы с таким предметом. Сейчас передавая зеркало, вы увидите самого уникального и неповторимого человека на свете.... Какими вы себя увидели? (*Ответы детей.*)

#### *3. Упражнение «Мое отражение».*

– А как вы думаете, способно ли зеркало показывать наше настроение и наши эмоции? (*Ответы детей.*) Сейчас я предлагаю поиграть в такие зеркала, которые будут отражать того, кто в них смотрит. Упражнение выполняется парами. Один участник – герой, а второй – его отражение или зеркало. Представьте:

– С утра вы одели – белоснежные рубашечки. Но во время обеда на вас нечаянно пролили свекольник. Что вы чувствуете? Проиграйте с отражением свои ощущения.

– Вы, играя в комнате с мячом, разбили мамину любимую вазу.

– Вы стали победителем соревнования и выиграли приз. Что вы почувствовали?

– Все родные вас поздравляют с днем рождения, вы чувствуете огромную...

– Что приятнее делать? Злиться или улыбаться?.. Наше состояние зависит от того, как себя мы ведем. Обозлившись на другого человека, мы злимся на себя. Улыбаясь другому, мы улыбаемся себе.

#### 4. Игра «Ветер дует на ...».

– Вы чувствуете, кажется начинается слабый ветерок. На кого же он подует? Давайте с ним поиграем. Ветер дует на тех, кто... (*умеет веселиться; кто умеет дружить; кто любит спортивные игры; у кого сейчас хорошее настроение; кто любит животных; кто ест сладкое; кто любит слушать музыку; кто любит собирать разрезные картинки*). Дети группируются по указанным признакам.

#### 5. Упражнение «Дом моего Я».

– Я попрошу вас сесть как можно удобнее, закрыть глаза (*фоном включается тихая, спокойная музыка*). Попробуйте посмотреть на свое внутреннее «Я». Почувствуйте себя. Представьте свой внутренний мир в виде дома. Пройдитесь по своему дому. Вообразите, что в этом доме есть как открытые места, так и тайные уголки. Какой он, дом твоего внутреннего мира? Большой или маленький? Каменный или деревянный? Вокруг дома может быть лес или поле? Может быть, дом стоит на берегу моря или озера? Твой дом окружает забор или каждый может подойти к нему? А теперь попрощайтесь со своим домом и откройте глаза. Каждый из вас увидел свой дом. Сейчас вы нарисуете свой дом с помощью цветных карандашей.

– Дома такие разные и они отличаются друг от друга. Вот так и мы с вами отличаемся. Наряду с отличиями всегда можно найти сходства. Давайте посмотрим, что есть общего у всех домов. (*Ответы детей.*) Когда незнакомые люди встречаются и начинают общаться, постепенно открывают свой внутренний мир. Представьте, что ваш внутренний мир – дом с закрытой дверцей.

#### 6. Упражнение «Сложи ключ».

– Каждый из вас сложит ключ из геометрических фигур, который похож на ключ вашего дома. *Дети выкладывают ключ из разных геометрических фигур (разной формы, цвета, размера.)* А теперь каждый из вас немного приоткроет дверцу своего внутреннего мира, расскажет о том, какое у него бывает настроение, что он чувствует, о чем мечтает. Ребята, действительно, ваши дома отличаются не только по рисункам, но и вашим рассказам.

#### *7. Рефлексия «Я желаю себе».*

– Я надеюсь, что сегодня вы открыли тайну о себе. Изменилось ли ваше внутреннее состояние? Какие были трудности, а что было легко? (*Ответы детей.*) Каждый из вас сейчас проговорит пожелания... Молодцы!

#### **Список литературы**

1. Ананьева Т.В. Комплексная психологическая поддержка старшего дошкольного возраста: Конспекты занятий. – СПб.: Детство-пресс, 2014.
2. Кононенко Г. Ключи в мой внутренний дом // Школьный психолог. – 2004. – №3.
3. Можейко А.В. Развитие познавательной и эмоциональной сфер дошкольников. – М., 2009.