Белякова Ирина Васильевна

воспитатель

Чечеткина Лидия Михайловна воспитатель первой категории

Злыдарушкина Галина Викторовна

воспитатель первой категории ГБОУ СОШ СП Д/С «Петушок» п. Сургут, Самарская область

РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ СЧАСТЛИВИЮ»

Аннотация: в данной статье авторы рассматривают проблему развития у детей дошкольного возраста умения регулировать свое поведение и эмоциональное состояние. В работе представлено развивающее занятие «Путешествие в страну Счастливию» с подробным описанием программного содержания.

Ключевые слова: эмоциональное состояние, поведение, положительные эмоции, отрицательные эмоции.

Задачи:

- 1) закрепить понятие о положительных и отрицательных эмоциях, их влиянии на здоровье;
- 2) развивать умение регулировать свое поведение и эмоциональное состояние, работать в коллективе и индивидуально;
- 3) воспитывать понимание ценности здоровья, потребность быть здоровыми.

Материалы и оборудование:

- карточки разного цвета размером 15*15 см;
- датчик настроения;
- карточки с изображением различных эмоций;
- коробки для «билетов»;

- сухой мини-бассейн из пластиковых пробок;
- игрушки (добрая и сердитая кошка);
- тазики с красками разных цветов, ватман.

Ход занятия

- 1. Организационный момент.
- Доброе утро, ребята! Вы никогда не задумывались, почему именно так мы приветствуем друг друга по утрам? Очень важно, чтобы утро было именно добрым: ведь оно настраивает нас на весь день, заряжает энергией для разных дел. Что каждый из нас может сделать для того, чтобы утро стало добрым? Итак, давайте улыбнемся друг другу, скажем «Доброе утро!», зарядимся доброй энергией, потому что она нам нужна для сегодняшнего путешествия в волшебную страну Счастливию. Хотите отправиться туда?

Появляются Неболейка и Хворайка.

Неболейка. Подождите, мы тоже хотим в страну Счастливию!

Хворайка. Да ну. Какая Счастливия? Настроение плохое! Скучно, грустно, вообще из дома выходить никуда не хочется – лень мне с вами ехать.

- Ой, ребята! Посмотрите, кто к нам пришел! Это же Неболейка и Хворайка!Вы догадались, кто из них Неболейка? А кто Хворайка? Почему вы так думаете?
 - Ну что, дорогие друзья, возьмем с собой в путешествие наших друзей?
 - 2. «Победим страх!»

Хворайка. А я боюсь ехать!

Неболейка. Эх, Хворайка, ты чего-то боишься!

- Ребята, как вы думаете: страх это плохое или хорошее чувство? Почему?
 Как датчик настроения покажет страх? (Грустной рожицей.)
 - Страх вреден для здоровья или нет?
- Часто мы боимся того, что не может причинить нам никакого вреда *(темнота, тараканы, мыши)*. Многие дети боятся отвечать на занятии воспитателю. Но если стараться, быть внимательным, то это не так страшно, правда? Лучший

способ бороться со страхом – это учиться и узнавать новое. Что-то хорошо знакомое никогда не вызывает у нас никакого сильного страха, как совершенно неизвестные предметы.

 Ребята, а вы чего-нибудь боитесь? Нарисуйте то, чего вы боитесь. И наши гости нарисуют свои страхи.

Неболейка, Хворайка. Мы можем помочь ребятам победить свои страхи. Каждый из вас назовет то, чего он больше всего боится, сомнет или порвет листок, на котором нарисован страх, и выбросит его в мешок, а потом мы выбросим этот мешок, и вместе с ним уйдут наши страхи.

Хворайка. Ура!!! Мы все страхи победили! (Радостно бегает по группе, подбегает к сухому бассейну) Ух, ты! А это что такое?

- 3. «Чудо-озеро» (сухой мини-бассейн).
- Это сухое чудо-озеро! И сегодня в нем кто-то спрятался! Попробуем их найти? (Дети опускают руки с бассейн и находят там две игрушки: добрую и сердитую кошку.)
 - Кто же прятался в озере? Какое настроение у кошек? Почему?
- А я знаю, откуда пришли эти кошечки! Они же из нашей волшебной гимнастики! Давайте вспомним упражнения! Неболейка поможет мне провести гимнастику.
 - 4. Гимнастика.
- Добрая кошка. Ребенок встает на колени, руки и бедра надо поставить перпендикулярно полу и параллельно друг другу. Плавно поднять голову, максимально прогнуться в пояснице. Дыхание ровное, спокойное. Попросить ребенка подумать о чем-то добром и радостном, улыбнуться, помяукать, как добрая кошка. Взрослый в это время гладит ребенка по спине. Удерживать позу 10–15 секунд.
- Сердитая кошка. Полезно чередовать с позой доброй кошки. Исходное положение то же. Далее ребенок опускает голову, а спину плавно выгибает вверх.
 Дыхание произвольное. Ребенка просят подумать о том, что его сердит и злит.

Можно «порычать» и «поцарапать коготками пол». Удерживать позу 10–15 секунд.

5. «Билеты в страну Счастливию»

Хворайка. Да не поеду я! Говорю же настроение плохое!

- Да с такой попутчицей нас могут и не пустить в страну Счастливию.. Ведь нам нужны билеты в эту страну. А их можно получить только тем, кто знает, какие эмоции полезны, а какие вредны для собственного здоровья и здоровья окружающих. А вот и билеты! Но кто-то перепутал билеты в страну Счастливию и страну Несчастию. Попробуем разобраться в них. В Счастливии живут добрые, радостные, полезные для здоровья чувства, и билеты в эту страну таких же радостных цветов. А в Несчастии живут грустные, злые, вредные для здоровья чувства, и билеты в эту страну таких же грустных цветов. Я буду называть вам чувства, а ваша задача определить, хорошее оно или плохое, найти соответствующую картинку, поставить датчик настроения на нужную отметку и решить, какого цвета это чувство.
- Страх, гнев, доброта, злость, любовь, нежность, радость, ненависть. (Дети выбирают карточки и раскладывают их в две коробки, на которых надписи «Билеты в Счастливию» и «Билеты в Несчастию» и картинки соответствующего содержания.)
 - 6. «Веселая дорожка»
- Ребята! Теперь у нас есть билеты, датчик показывает хорошее настроение. Нужно научиться следить за таким датчиком внутри себя и стараться поддерживать его на отметке «Хорошее настроение», тогда вы будите легко справляться с трудностями и ваше здоровье не будет страдать из-за плохого настроения. Можно отправляться в Счастливию.

Хворайка. Я решила! Я тоже пойду с вами!

Неболейка. Молодец, Хворайка! Ты научилась следить за своим датчиком настроения.

– Итак, мы готовы отправиться в волшебную страну. Вы узнали много нового о чувствах и о том, как они влияют на здоровье. А вот дорога в Счастливию.

Пройтись по ней можно только веселыми ладошками окунув их в веселые краски. У нас много красок, выбирайте те, что нам нужны, и отправляемся в путь, в Счастливию, а там вас ждет сюрприз.

Фоном звучит веселая музыка.

Список литературы

- 1. Карепова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы / Т.Г. Карепова. Волгоград: Учитель, 2012.
- 2. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия в дошкольном учреждении: влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольников / А.П. Щербак. М.: Владос, 2010.