

Шуховцева Светлана Евгеньевна

Государственное казенное специальное (коррекционное)

образовательное учреждение Свердловской области для обучающихся,

воспитанников с ограниченными возможностями здоровья

«Березовская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа»

Город Березовский, Свердловская область

КОНСПЕКТ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ЗАНЯТИЯ «ПУТЕШЕСТВИЕ НА ПЛАНЕТУ ДОБРА»

Тема: «Путешествие на Планету добра».

Цель: предупреждение появления агрессивного поведения.

Задачи:

1.развить у ребенка умения снижать уровень эмоционального напряжения через физическую релаксацию.

2.обучить ребенка умению предъявлять свои чувства через их проговаривание и приглашение к сотрудничеству.

Количество человек: 6-8.

Возраст: 7-10 лет.

Оборудование: Цветные карандаши, листы бумаги, аудиозапись со спокойной музыкой, карточки с названиями эмоций: Страх, Обида, Радость, Стыд, Наслаждение, Грусть, Гнев, Скука.

1.Педагог: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас с вами необычная встреча. Сегодня мы с вами отправимся в путешествие на Планету Добра! На этой планете живут только добрые жители и называются они Добряне.

Они никогда не ссорятся и не дерутся, а говорят только добрые слова.



Вы хотите побывать на такой планете? (ответы детей)

Давайте сядем в круг, закроем глаза и как только вы услышите звоночек, откроете глаза, это значит, что мы прибыли на Планету Добра. А пока играет красивая музыка, мы представим, как мы парим в невесомости...

Упражнение: «Невесомость». (Цель: снятие мышечных зажимов) Играет спокойная музыка, глаза закрыты.

-Представьте себе, что вы в открытом космосе. Вы расслабляет руки, плечи, затем расслабляются колени... Все тело расслаблено, вы летите и не падаете... Вдруг, вы вдалеке вы видите невероятно красивую планету... Это Планета Добра...Вы улыбаетесь...(Звенит звонок, дети открывают глаза).

2. Упражнение: «Минута разговора» (свободная реализация вербальной активности, развитие саморегуляции). Вот мы с вами на планете. Сейчас я предлагаю вам поговорить, о чем хотите, но есть 2 условия: говорить можно ровно 1 минуту и можно говорить только о хорошем. (Время разговора ограничивается звонком).

3. «Страна эмоций» (дифференциация положительных и отрицательных эмоций) Каждый человек испытывает разные эмоции, как положительные, так и отрицательные. Но наши гостеприимные Добряне ничего не знают об этом. Сейчас я предлагаю каждому ребенку по очереди взять у меня карточку, на которой написана какая-либо эмоция, и попробовать ее изобразить. А остальные ребята попробуют угадать, какая эмоция была показана.

Данное упражнение выполняется с последующим обсуждением, какие эмоции хорошие, какие плохие.

4. Физминутка.

А теперь всем детям встать.

А теперь всем детям встать,

Руки медленно поднять,

Пальцы сжать, потом разжать,



Руки вниз и так стоять.
Отдохнули все немножко
И отправились в дорожку.

5. «Попросись на ночлег» (цель: развитие способности озвучивать свои чувства и потребности словами) Стало смеркаться. Очень захотелось спать. Добряне хоть народ очень добрый, но очень осторожный. Что ж выбора нет. Либо ночуешь на улице, либо просишься на ночлег.

Остальные участники представят себя жителями деревни, живущими в домах. Далее ребенок по очереди будет стучаться в дверь к каждому из них пытаться сказать что-то такое, что заставит хозяина пустить его в дом. Каждый ребенок должен любым способом попасть в дом на ночлег.

После упражнения делается вывод, какая стратегия более эффективна и почему.

6. Рефлексия. (Подведение итогов, сохранение положительного эмоционального настроения после занятия). Ну, вот настало время прощаться. И в честь гостеприимства жителей Планеты Добра, давайте им оставим подарок. Каждый из вас нарисует портрет Добрянина (жителя планеты). Подумайте, как выглядит человек, который никогда не ругается и не дерется, всем желает только добра.

Дети рисуют персонажей, затем каждый представляет свою работу.

Занятие заканчивается групповым обсуждением: « Что запомнилось больше всего?»

