Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Русь» Смоленского района Смоленской области

Занятие для дошкольников с элементами тренинга по профилактике суицидального настроения и формированию позитивного мировоззрения

«РАЗНОЦВЕТНОЕ НАСТРОЕНИЕ»

**Воспитатель:**

**М.А. Валеева**

Март 2021

**Цели и задачи**: вырабатывать навыки ответственности, организованности и самоограничения.

**Игра-приветствие.**

Дети сидят в кругу. У педагога в руках клубок ниток. Он бросает клубок любому ребенку, называя того по имени:

– Доброе утро, Саша! Мы рады тебя видеть в хорошем настроении!

Саша держит нитку, а клубок бросает дальше,называя следующего игрока:

– Привет, Сергей!

Сергей держит нитку, а клубок бросает дальше,обращаясь к игроку:

– Здравствуй, Оля!

/Когда все дети поздоровались, у них в руках получилась *«паутинка»*./

Педагог:

-Посмотрите, дети, сколько дорожек дружбы от нас протянулось друг к другу. Давайте поднимем руки вверх и посмотрим, как эти дорожки превратились в волшебную крышу. Какие фигуры вы видите в этой крыше?

/Треугольники и квадраты/.

- А теперь положите *«паутинку»* на пол. Я осторожно сверну эти маленькие дорожки в клубок, чтобы они превратились в одну дорогу, которая поведет нас вперед.

**Упражнение – разминка *«Карандаши»*.**

Описание упражнения. **Дошкольникам** раздаются карандаши *(по одному карандашу на каждого)*. Задача участников зажать и удержать карандаши между пальцами рядом стоящих партнеров по игре. Сначала упражнение выполняется в парах, которые располагаются напротив друг друга на расстоянии 40-60 см. Дети пытаются удержать карандаши подушечками указательных пальцев.

Дается инструкция совершать движение руками вверх-вниз, перед собой совершая вращение по кругу и т. д. Затем из участников всей группы формируется большой круг, карандаши аналогичным образом зажимаются между подушечками указательных пальцев. Дети должны синхронно выполнять следующие движения:

• Поднять руки вверх и опустить их.

• Совершить шаг вперед, и, например, два шага назад.

• Присесть, встать.

• Наклониться вперед, назад.

Для разнообразия и усложнения задания возможно использовать те же варианты только с закрытыми глазами, или с произнесением допустим женских или мужских имен. Если упражнение выполняется под музыку, то можно ввести дополнительное условие - совершать движения в такт музыкальному произведению.

Психологический смысл упражнения заключается в умении ребенка ориентироваться на действия рядом стоящего. Развивается способность подстраиваться под ритмизацию *(учет резкости, плавности совершаемых действий)* на основе невербального восприятия друг друга. Упражнение способствует развитию толерантности по отношению к друг другу. Как правило в группе оказывается один или два участника с недостаточной моторной координацией, у которых карандаши падают и по условиям **игры** необходимо начинать все сначала.

**Игра *«Разноцветное настроение».***

Цель: отслеживание своего эмоционального состояния, настроения.

- Раз, два, три, четыре, пять – начинаем мы играть!

Сейчас я научу вас раскрашивать свое настроение. Я открою вам такой секрет. Оказывается, каждое настроение имеет свой цвет. Посмотрите – у меня есть разноцветные карточки. Мы разложим их по кругу. Получился цветик-восьмицветик / цветок настроений/. Каждый лепесток –разное настроение:

**красный** – бодрое, активное настроение –

хочется прыгать, бегать, играть в подвижные **игры**;

**желтый** – веселое настроение –

хочется радоваться всему;

**зеленый** – общительное настроение –

хочется дружить с другими детьми, разговаривать и играть с ними;

**синий** – спокойное настроение –

хочется спокойно поиграть, послушать

интересную книгу, посмотреть в окно;

**малиновый** – мне трудно понять свое настроение, и не слишком хорошее, и не слишком плохое;

**серый** – скучное настроение –

не знаю чем заняться;

**коричневый** – сердитое настроение –

я злюсь, я обижен;

**черный** – грустное настроение –

мне грустно, я расстроен.

- Мы отправим клубочек по кругу, и каждый из вас скажет, какого цвета сейчас его настроение. Я начну, а вы продолжите.

Дети обозначают цветом свое настроение.

- Спасибо, мне очень приятно, что у многих из вас сейчас хорошее настроение. А тем ребятам, у кого оно не очень хорошее, мы сейчас поможем.

**Игра *«Радостная песенка».***

Цель: положительный настрой, развитие чувства единства

- У меня в руках клубочек. Я сейчас обмотаю нитку вокруг пальца и передам клубочек своему соседу справа Диме и спою песенку про то, как я рада его видеть – *«Я очень рада, что Дима в группе есть…»*.

Кто клубочек получает, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему, сидящему справа от него ребенку и мы вместе *(все, у кого в руках нитка)* поём ему радостную песенку. И так, пока клубочек не вернётся ко мне. Отлично!

- Клубочек ко мне вернулся, он пробежал по кругу и всех нас соединил. Наша дружба стала ещё крепче, а настроение улучшилось.

**Игра *«Мыльный пузырь»***

Цель: развитие, чувства сплочённости, развитие внимания, эмоциональная разгрузка.

Описание **игры**: Дети стоят в кругу очень тесно – это *«сдутый пузырь»*.Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого выдоха делают шаг назад – *«пузырь»* увеличивается, сделав несколько выдохов, все берутся за руки и идут по кругу,приговаривая:

«Раздувайся, пузырь!

Раздувайся большой!

Оставайся такой,

Да не лопайся!»

Получается большой круг.Затем педагог говорит: *«Хлоп!»* *(или хлопает в ладоши)* – пузырь лопается, все сбегаются к центру (*«пузырь»* сдулся) или разбегаются по комнате. Последний раз дети только надувают шар, не лопая его.

Упражнение *«Сухой душ».*

Цель: создание и сохранение позитивной установки.

Очень жаль нам расставаться,

Но пришла пора прощаться.

Чтобы нам не унывать,

Надо душ сухой принять.

Детям предлагается пройти через *«сухой душ»*.

- Почувствуйте, как разноцветные струйки касаются вашего лица и рук. Все печали, обиды, скука и грусть остаются позади. А вы заряжаетесь бодростью, активностью, радостью. Заряд хорошего настроения, приобретённый в чудесном краю, сохранится в вас надолго.

**Упражнение - завершение.**

Участникам группы предлагается сесть за общий стол, на котором приготовлены вырезанные кружки из разноцветного картона и фломастеры. Также для выполнения задания необходимы прищепки.

Детям предлагается нарисовать в каждом выбранном кружке то, что он хотел бы подарить самому лучшему другу *(улыбку, игрушку, угощение, свою дружбу – рукопожатие и т. д)*. После того, как дети подготовят свои подарки в виде кружков, ведущий предлагает взять прищепки и прикрепить ими каждый кружок друг к другу. В результате должна получиться длинная гусеница.

Обратная связь. После выполнения последнего задания, ведущий вместе с детьми обобщает полученные в ходе занятия переживания, знания. Обращает внимание **дошкольников** на желание каждого ребенка и взрослого человека иметь добрых и верных друзей.

Для того, чтобы дружба была крепкой и надежной необходимо соблюдать рад правил. **Дошкольники** вместе с педагогом формулируют эти правила:

• Будь с другом честным;

• Помогай другу в беде;

• Дал слово – держи;

• Не жадничай, всегда умей делиться;

• Умей жалеть, сочувствовать;

• Радуйся успехам друга, не завидуй.