**Открытое занятие по сказкотерапии в средней группе «Победи свой страх»**

**Задачи:**

- психопрофилактика и психокоррекция детских страхов, неуверенности в себе [методами сказкотерапии](http://psichologvsadu.ru/skazkoterapiya/zanyatiya-po-skazkoterapii), психогимнастики.

- формирование у детей умений и навыков практического владения выразительными движениями: мимикой, жестами, пантомимикой.

- развитие активного внимания, связной речи дошкольников через умение выразить свое мнение, умение выслушать содержание сказки.

- способствовать развитию эмпатии, навыков общения в коллективе сверстников.

- воспитывать доброжелательность, уверенность в себе.

**Ход   занятия:**

**1.**– Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас гости. Давайте поздороваемся!

**2.     Приветствие**

- Тише, детки, не шумите,

Нашу сказку не спугните.

У нас будут чудеса…

А сказка спряталась пока!

**3.     Вхождение в сказку**

- Ребята, садитесь удобнее. А теперь положите ручку на грудь, закройте глазки и тихонько послушайте, как бьется ваше сердце. Сердце человека обладает невероятной силой, если оно доброе, любящее и открытое. Я думаю, что у каждого из вас такое сердечко. А теперь я произнесу волшебные слова, и мы окажемся в лесу. Раз, два, три, в волшебный лес попади!..

- Прислушайтесь, кажется, кто-то шуршит под елочкой (Прислушиваются все: пантомимика)

- Дети, да это маленький зайчик!

(Воспитатель достает мягкую игрушку зайчика из-за искусственного леса).

- Давайте познакомимся с ним! (Дети по очереди гладят руками зайчика, Зайчик поет песенку).

- Наш зайчик хочет рассказать нам, какая история случилась с ним в лесу ...

**4. Рассказывание сказки «Зайчик-победитель».**

Утром Зайчик вышел на прогулку и первым, кого он увидел, была Белочка. Звери с Белочкой дружили. И Зайчик тоже.

Но сегодня ... Он посмотрел на Белочку - и его сердце забилось, хвостик задрожал от страха. У Белочки в лапках был красный чемоданчик с красным крестом, в котором были лекарства. Это означало, что сегодня всем зверям она  будет делать прививки.

Белочка была врачом. Она могла очень быстро добраться до любого зверя, даже когда зимой были большие сугробы и трудно было передвигаться по лесу, Белочка ловко прыгала с ветки на ветку, с дерева на дерево. Поэтому она своевременно могла помочь больному или сделать прививку здоровому зверьку.

Зайчик понимал, что прививки делать надо, чтобы потом не заболеть. Но он все равно боялся.

«Хорошо ежику, - думал он, - он смелый и всегда идет первым на прививку. Приговаривает: «Я не боюсь уколов»

Зайчику очень хотелось быть таким, как Ежик. Но как?!

От страха он решил спрятаться от Белочки; прыгнул под елку и она накрыла его своими большими лапами-ветками. Сидит Зайчик тихо. Вдруг он услышал шорох, и у елки остановился Ежик. Он начал как-то странно себя вести: ежик то сильно напрягал, сжимал лапки, закрывал глаза, как будто поднимал что-то очень тяжелое. И говорил: «Это я так очень боюсь!» А потом внезапно разжал лапки и начинал медленно дышать и говорить:

- Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

Зайчик от удивления аж начал громко икать:

 - Я и не знал, что ты, Ежик, тоже боишься. Все считают тебя смелым.

 - А я и есть смелый. Потому что смелый не тот, кто не боится, - отвечает ежик, -  а тот, кто может победить свой страх.

 - Зачем ты напрягал лапки и все тело?

 - Потому что страх живет только в напряженном теле, а если расслабиться, то страх быстро покидает тебя, потому что ему больше негде жить. А еще страх очень боится смелых слов. Поэтому я и говорил: «Я ничего не боюсь!»

- Я тоже так хочу!-с завистью прошептал Зайчик.

- Ну, беги быстро, ищи Белочку и попробуй сделать, как я, - посоветовал Ежик.

Зайчик напряг лапки, сильно закрыл глаза, потом снял с себя напряжение, расслабился.

- Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

И побежал искать Белочку, чтобы первым сделать прививку.

Не тот смелый, кто не боится, а тот, кто преодолевает свой страх.

**5. Обсуждение с детьми содержания сказки.**

- О ком эта сказка?

- С кем дружил Зайчик?

- Кем работала Белочка? Что она делала в лесу?

- Что вызвало страх у Зайки?

- Как Зайчик решил избежать прививки?

- Правильно ли он сделал (поступил)?

- Кого увидел Зайчик под елкой?

- Что говорил Ежик? Что Ежик посоветовал сделать Зайчику?

- Кто тебе больше всего понравился в сказке?

- Хотели бы вы быть похожими на наших героев? Почему?

- Случалось ли вам чего-то или кого-то бояться? Как вы себя вели? Кто помог вам преодолевать страх? Что вы чувствовали потом, когда все прошло? Расскажите, как радовалось ваше тело?

- Итак, дети, каждый из нас хоть иногда испытывает страх и это вполне естественно ... Но надо учиться побеждать, преодолевать свой страх, как его победил наш Зайчик в сказке.

- Дети, а кого в сказке можно назвать смелым?

- Да, и Ежика, и Зайку, потому что они победили свой страх. Потому что смелые не те, кто боится, а те, кто преодолевают свой страх.

**6. Упражнение «Я не боюсь»**

- Дети, страх живет только в напряженном теле, а если расслабиться, то страх быстро покидает нас, потому что ему больше негде жить. А еще страх боится смелых слов: «Я ничего не боюсь!»

Дети с воспитателем выполняют:

Напряглись, ладони сжали в кулаки, затаили дыхание, а теперь расслабили все тело, руки, ноги и сказали поочередно: «Беги от меня страх, я ничего не боюсь!»

**7. Упражнение «Выдуваем «боюсики»**

- Молодцы, ребята! Но чтобы окончательно победить свой страх, мы выполним еще одно упражнение. Будем надувать «боюсики» - это воздушные шарики, куда мы будем вдувать свой страх, а потом мы эти «боюсики» лопнем, и лопнет страх! (Выполняем упражнение)

- Ребята, а когда страх уходит, что вы чувствуете? (Легкость, радость)

- А как вы думаете, на что похожа радость? (Ответы детей)

**8. Физминутка.**

- Ребята, посмотрите, на одной из елочек сидят птички. А как вы думаете, птичкам не страшно летать? А давайте сделаем физминутку про птичек!

Птички в гнездышках сидят               (присели)

И на улицу глядят                                ( повороты головы налево – направо)

Полететь они хотят                              (тянемся вверх)

И тихонечко летят                               ( машем руками, как крыльями)

**9. Рисуем радость.**

- А давайте попробуем ее нарисовать, а когда рисунок высохнет, вы сможете его забрать домой и поделиться радостью с родителями. (Дети рисуют). Но, прежде чем приступить, мы разомнем пальчики:

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,                  (дети катают Су- Джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь,                      (Су-Джок между большим пальцем и                                  остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на Су-Джок, перекладывая из руки в руку) .

Никого я не боюсь.                       (дети катают Су Джок между ладоней) .

А теперь приступим к рисованию. У кого-то радость похожа на солнышко, у кого-то на маму, но у каждого она своя, и одинаковых изображений радости у разных людей не бывает.

(Рисуем радость. Детям дается выбор: краски или карандаши)

После окончания рисования – коллективный просмотр рисунков.

**10. Прощание в кругу.**

- Иногда радости бывает так много, что она не умещается в одном рисунке. У вас так? Давайте поделимся радостью друг с другом (делимся радостью в кругу). Скажем всем: «До свидания!», а зайчик, белочка и ежик теперь останутся жить в нашей группе.