

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

д/с общеразвивающего вида № 20 «Золотой ключик»

г. Новоалтайска.

"Очищение души".

**Конспект занятия по валеологии
составленный по технике сказкатерапии
в средней группе.**

Составила:

Упорова. М.В.

Цель: формирование у детей сознательного стремления быть здоровыми, обучение приемлемым способам выражения снятия негативных чувств и эмоций. Снятие негативных настроений, восстановление сил, развитие умения сотрудничать, понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Оборудование: клубок ниток, волшебная палочка, картинка с изображением злого Карабаса-Барабаса, картинки по количеству детей с изображением Карабаса-Барабаса без лица, воздушные шары, цветные карандаши, мыльные пузыри.

Ход занятия

Педагог. Здравствуйте, дети, Вы все такие разные: ваши волосы, глаза, одежда. Все это можно увидеть. Однако в каждом из нас есть то, что увидеть невозможно. Это ваш внутренний мир: ваши желания, настроения, любовь к кому-то и чему-то. Этот мир находится внутри вас, около вашего сердца. Если в этом мире живет радость, счастье, любовь - человек здоров и полон энергии. А если в этот мир закралась злость, обида, зависть - человек становится слабым и начинает болеть.

Игра "Клубочек". Сейчас мы познакомимся с внутренним миром каждого из вас. Садитесь в круг. Я держу в руках клубочек. Я обмотаю кончик нитки вокруг пальца и задам вопрос кому-то из вас, бросив ему клубочек. Этот ребенок должен поймать клубок, обмотать вокруг пальца, ответить на мой вопрос, а затем задать свой вопрос другому. (Задаются вопросы, выясняющие, что любит ребенок, какие сказки, мультфильмы нравятся ему больше всего, кого он любит и др.)

Педагог. Посмотрите, какая причудливая паутинка у нас получилась, сплетение наших чувств и любви. Опустите ее вниз, снимите нитку с пальца.

Педагог. Послушайте сейчас сказку. Однажды давным-давно в чудесной стране "Здоровье" жила-была волшебница, фея, и была у нее, как полагается, волшебная палочка, которой она рисовала круги на земле и на полу. И в этих кругах происходили чудеса. Закройте глаз, сделайте три глубоких вдоха и выдоха. И мы перенесемся с вами в эту удивительную сказочную страну. И послушаем одну из ее историй. Открывайте глаза. Жил в это стране злой Карабас-Барабас. И пришел он к волшебнице за помощью: "У меня болит голова, живот, сердце. Я лечился пиявками, но к сожалению, они не помогли. Может быть это от голода - у меня совсем нет аппетита. Помогите мне!"

Педагог. Ребята давайте покажем, какой Карабас-Барабас: брови нахмурены, плечи опущены, тяжелый, суровый шаг.

Педагог. Мы должны ему помочь. И болеет он не оттого, что голоден, а от злости, зависти и гордыни. Ему следует освободить душу от нечистых мыслей, но этому его надо научить. Чтобы не болеть, человек должен любить людей и душа его должна быть доброй.

Педагог. Я проведу волшебный круг палочкой. Становитесь сюда. Здесь мы научим Карабаса - Барабаса избавляться от злости. И сделаем это при помощи игры.

Игра "Дровосек". Станьте в круг. Поднимите руки вверх и сомкните в замок - это топор. А теперь с силой и звуком "Ух" резко наклонимся вниз. Повторим несколько раз.

Педагог. А сейчас я волшебной палочкой нарисую другой круг. Становитесь в круг. В этом волшебном кругу мы научим Карабаса-Барабаса избавляться от обид.

Игра "Шарики". Педагог предлагает детям воздушные шары, и предупреждает, что это специальные шары для тех, кто хочет выпустить из себя свои обиды. Каждый ребенок называет свои обиды, затем надувает шарик, представляя, что выдувает в него свои обиды.

Педагог. Ваши обиды пропадут, когда шарик сдуется и выпустит воздух.

Педагог. Вот волшебная палочка рисует еще один круг.

Игра "Массаж чувствами". Дети садятся "цепочкой" (в затылок друг другу), подушечками пальцев рук упираются в спину впереди сидящего ребенка. По сигналу ведущего дети изображают подушечками пальцев различные чувства: радость, злость, страх, любовь и т.п.

Педагог. Вот еще один волшебный круг. Давайте станем вокруг близко друг к другу.

Игра "Волшебное животное". Дети становятся в тесный круг. "Возьмитесь за руки. Мы одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох - делаем два шага вперед, на выдох - два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук - шаг вперед, стук - шаг назад и т.д. Мы все берем Дыхание и стук сердца этого животного себе".

Педагог. Давайте на минуту замрем и прислушаемся. Слышите, как все вокруг нас живет в своем ритме. И все жители этой волшебной страны и даже Карабас-Барабас услышали, как ровно и спокойно стучат их сердца, свободное дыхание. И Карабаса-Барабаса охватило чувство, что с ним происходит что-то новое и необыкновенное. Он изменился.

Педагог. Давайте нарисуем, какие изменения произошли у него. (Педагог раздает листы бумаги и карандаши.) На лице появилась ясная улыбка, брови поднялись, открылись глаза.

Педагог. Вот такие чудеса оздоровления происходят в этой удивительной стране. Что же помогло выздороветь Карабасу-Барабасу?

Педагог. Похоже, мы открыли главный секрет волшебства. Ведь волшебство - это умение любить и дарить любовь, совершая удивительные преобразования.

Игра "Мыльные пузыри". Для игры детям раздаются баночки с мыльными пузырями.

Педагог. Представьте, что вы мягко дышите и вдыхаете свою любовь в каждый пузырь. Это любовь к цветам, животным, людям, ко всему миру. Пузыри разлетаются в разные стороны, разнося с собой вашу любовь и, одаривая ею всех вокруг.