|  |  |
| --- | --- |
| Возрастная группа | Разновозрастная группа компенсирующей направленности для детей дошкольного возраста с умственной отсталостью №2 |
| Автор занятия*(ФИО, должность)* | Крумина Дарья Владимировна, учитель-дефектолог  |
| Тема занятия | Психогимнастика «КОТЯТА ОТПРАВЛЯЮТСЯ В ПУТЕШЕСТВИЕ» |
| Цель занятия | Снятия психоэмоционального напряжения, тревожности и снижения агрессивности у детей дошкольного возраста с умственной отсталостью |
| Задачи | * привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию
* регулировка поведения в коллективе  и  умение владеть собой в различных ситуациях;
* преодоление двигательного автоматизма у детей;
* снятие психического напряжения.
 |
| Оборудование | Игрушка кошка, колонка (звук.сопровождение), игровой туннель, изготовленные напольные препятствия на клейкой основе |

|  |
| --- |
| **Ход занятия** |
| **Этапы зантятия / время** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей** |
| ***1. Разминка******(5 мин)*** | Дети, вы любите котят? Покажите как. А какие они ласковые, покажите.А хотите сами превратиться в них превратиться? Я ведь волшебница и могу это сделать. Сейчас я дотронусь до каждого, и скажу волшебные слова, и вы превратитесь в маленьких котят *(дотрагивается рукой и произносит: «Мяу- мяукас, превращайтесь дети в котят!»).* Ах, какие милые котята у меня в гостях! **Котята** крепко спят со своей мамой- кошкой с корзине. Настало утро, солнышко своими лучиками стало будить **котят**. Они проснулись, потянулись,умылись лапкой и стали мяукать.Наверно, они захотели кушать? Тогда мама кошка накормила их молоком и **котята** довольные замурлыкали. Мама кошка ушла ловить мышей своим **котятам на обед**, а **котята** остались нежиться в корзине. | Дети обнимают себя Гладят себя рукойПоказывают, как спятДети открывают глаза, поднимают руки вверх и тянутсяДети мяукают, мурлыкают с довольными лицами |
| ***2.Гимнастика******(10 мин)*** | Им вскоре это надоело и они решили отправиться в **путешествие.** Они тихо вылезли из корзины и неслышно, мягко на своих лапках пошли. | Дети идут на носочках. |
| *Напряжение (1 минута)* | Впереди увидели забор и им надо через него перепрыгнуть. Только осторожно | Дети согнув ноги в коленях, перепрыгивают забор, на носочках. |
| *Расслабление (30 секунд)* | Обрадовались **котята,** что смогли перепрыгнуть и пошли дальше **путешествовать.**  | Расслабление ввиде потрясывания рук и ног в отдельности. |
| *Напряжение (1 минута)* | А за забором ручей. Котята не любят воды. Давайте перейдем его по камешкам. Следите внимательно. Наступайте только на камешки. Лапки напрягите, спинку держите прямо, все тело напряжено. Можно в воду свалиться и намокнуть. | Дети перешагивают ручей, наступая на камешки |
| *Расслабление (30 секунд)* | Обрадовались котята, что перебрались через ручеек. Расслабили усталые лапки, спинку. Как ниточки висят лапки, спинка расслаблена, плечи опущены.  | Повторяют за педагогом |
| *Напряжение (1 минута)* | Отдохнули? И снова в путь. А на пути большая гора! Как же нам пройти? Я вижу узкий проход. Втяните животики и боком протискивайтесь в него. Я пойду первая, а вы за мной. Вытягивайтесь в струну, проход узкий!Проходим быстро и осторожно, а то можно застрять, и мы вас не вытащим. | Дети, втянув животики, проходят между наклеенными полосами |
| *Расслабление (1 минута)* | Какие вы все молодцы, котята, все перешли на другую сторону горы! Путешествие продолжается.Давайте встанем на задние лапки и подкрадемся. Наступайте на лапки осторожно. Лапки мягкие, спинки прогнулись. Смотрите по сторонам, что же там такое?  | Дети идут на носочках и смотрят по сторонам |
| *Замирание**(3 раза)* | Что-то зашуршало. Кто же там в кустах? Вытянули шеи, навострили ушки и слушают…Кто там шуршит?  Вроде никого. Давайте еще раз послушаем. | Дети замерли, вытянув шею. Прислушиваются |
| *Напряжение (3 раза)* | Раздалось резкое «Ква-ква-ква!» Да это же страшная, большая жаба! Испугались котята, спрятались под куст. Свернулись клубочком, нос в лапки спрятали, почти не дышат. | Присели на корточки, ладошками закрыли носик |
| *Расслабление*  | Давайте расслабимся, посмотрим, ускакала жаба или нет?  Уф, наконец-то она ускакала и можно спокойно осмотреться. | Встают на ножки, оглядываются*(Повторяется напряжение-расслабление.)* |
| ***3. Общение******(5 мин)****Эмоции горя и печали* | **Котята путешествуют**, а дома их ждет мама- кошка. Вы ее не предупредили, ушли без спроса. Теперь она переживает за вас, зовет. Как она зовет?  | Дети жалобно мяукают в разные стороны с печалью на лице |
| *Эмоции счастья, радости* | Давайте скорее возвращаться к маме-кошке.Котята тихо на своих мягких лапках перепрыгнули через забор. А тут их встретила мама-кошка, которая очень обрадовалась **котятам.** Как обрадовалась? Она стала их обнимать и гладить лапкой. Потом кошка накормила **котят**и позвала их обратно в корзину. **Котята** довольные улеглись вокруг мамы. Мама –кошка стала им напевать колыбельную песню (звучит запись песни *«Серенькая кошечка»)* | Дети на носочках перепрыгивают заборДетки, улыбаются, радуютсяОбнимают и гладят кошечкуСадяться на стульчикиПоказ действий по тексту песни |
| *4. Завершение* | **Котята**! Пора возвращаться в **детский** сад. Я сейчас дотронусь до каждого рукой и начну превращение. (воспитатель касается каждого ребенка и говорит слова *«Мяу- мяускас, превращаю****котят в ребят****!»*)Понравилось вам **путешествие**? В следующий раз вас ждут другие интересные встречи и истории. | Отвечают на вопросы, прощаются |