

**Конспект занятия в подготовительной группе
«Учись владеть собой. Оскорбление и доброта»**

Задача: закрепить приобретенный опыт общения и конструктивных форм поведения и эмоционального реагирования на конфликтную ситуацию.

Материал: сердечки-жетоны с именами детей, «Мешочек добрых дел», талисман Гномик, воздушный шарик, «Шкатулка обид», панно «Радуга».

Ход занятия психолога

1. Упражнение «Мое настроение сегодня»

В начале занятия детям раздаются жетоны - сердечки. Психолог предлагает детям подумать и прикрепить свой жетон на полоску радуги того цвета, который соответствует его настроению сегодня.

Психолог: Я вижу по этой радуге, что у вас сегодня веселое жизнерадостное настроение, но так бывает не всегда. Иногда возникают ситуации, когда нам становится грустно и больно, обидно и одиноко. Да, действительно, дети, вы, вероятно, заметили, что в жизни часто рядом встречаются добро и зло, счастье и слезы, радость и печаль (показываем на изображение солнышка и плачущее облако).

- Дети, сегодня я принесла «Ящик обиды». В нем находятся картинки, на которых изображены различные неприятные и оскорбительные ситуации, которые часто случаются, пожалуй, и с вами. Если вы найдете правильное решение этих ситуаций, то все обиды исчезнут навсегда. А все добрые дела, которые вы предложите, я буду собирать в эту волшебную «Мешочек добрых дел».

2. Дидактическая игра «Как поступить?»

Демонстрируются карточки с изображением проблемных ситуаций. Дети самостоятельно подбирают маленькие карточки с вариантом ответов, как бы они поступили в данной ситуации и раскладывают их в соответствии с выбором в «Мешочек добрых дел» или в «Ящик обид».

- Дети, вы помогли нам найти выход из этих ситуаций. А теперь расскажите, когда вам бывает неприятно, когда вы обижаетесь? А помогать вам будет маленький талисман, веселый гном. Говорить будет тот, у кого в руках этот волшебный талисман.

3. Психотехника «Я обижаюсь, когда ...»

- А теперь попробуйте представить свою обиду (визуализация обиды).

- Какой она величины?

- Какого цвета?

- Какой она формы?

- На что похожа?

А теперь давайте сконструируем ее из бумаги (детям розданы листы тонкой бумаги, который разрешается рвать, мять, свертывать, скручивать). Давайте сложим все свои обиды в сумку и ... что нам делать с нашими обидами? (Предложения детей)

- Дети, у меня тоже есть обида, вот она (надуть воздушный шарик). Я тоже хочу, чтобы она исчезла. Вот так я ее уничтожу (придавить, чтобы лопнул).

- Желаю вам, чтобы все обиды на земле исчезли навсегда. А сейчас закройте глаза, расслабьтесь, отдохните и послушайте музыку.

Звучит легкая музыка, психолог читает текст.

- Дети, обиду нельзя увидеть, понюхать, прикоснуться к ней. Но от обид все вокруг кажется нам печальным, невеселым, темным, холодным и нам становится больно и

одинок, как будто нас никто не любит. Но это не так. Ведь можно очень долго обижаться друг на друга.

Можно сразу об оскорблении забыть,

Можно просто улыбнуться,

Можно даже отвернуться,

Можно и пошутить,

Посидеть, поговорить,

И обиды все простить!

Надо дружбой дорожить -

А обиды отпустить!

А теперь открывайте глаза и покажите, как вы умеете прощать друг друга. Надо посмотреть другу в глаза, улыбнуться и обнять его. Можно сказать, такие слова: «Мирись, мирись и больше не дерись!»- и простить друг друга.

4. Психологический этюд «Поссорились - помирились»

- Дети, действительно, обиды надо уметь прощать и лучше дружить со всеми, и дарить друг другу только свою доброту.

- А вы знаете, что такое доброта?

- Можно ли ее увидеть?

- Представьте себе, какая она?

- Да, дети, доброту, как и обиду, нельзя увидеть, потрогать, но от нее нам становится тепло, приятно и радостно на сердце. Нам хорошо, когда рядом с нами добрая, ласковая мама, добрые, хорошие люди и искренние друзья.

доброта -

- это просто приятное, хорошо, вежливое слово;

- это ваша искренняя помощь или совет тому, кто в ней нуждается;

- это просто ваша улыбка, как теплое солнышко, которое согреет в лютый мороз того, кому тяжело и грустно.

Давайте подарим всем свою доброту, ведь это нам ничего не будет стоить, а всем будет приятно ее получить. А знаете, как это сделать? Нет? Очень просто! Сейчас я вас научу. Станьте в круг. Давайте согреем свои руки теплым дыханием, как будто вкладываем в них свою добрую душу. Представьте себе, что от вашего теплого дыхания в ваших ладонках загорелась маленькая искорка, как будто солнечная капля - теплая и мягкая.

А теперь протяните свои руки ко всем, улыбнитесь и подарите им свою доброту. Вот так! (Дети сдувают кажущуюся искорку со своих ладоней)

Теперь вы знаете, как дарить людям доброту.

Дорогие дети! Желаю, чтобы доброта, которую подарили вы друг другу, было так много, чтобы хватило на всю жизнь, чтобы вы дарили ее всем, и чтобы она у вас никогда не кончалась!

Педагог-психолог: Коробенкова О.В.