

Муниципальное козенное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад Солнышко» с.Каякент Каякентского района

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующая МКДОУ  
«Детский сад Солнышко» с.Каякент  
 / Мусаева Б.Э.  
от «10» ноября 2021 г



## Сценарий занятия

«Опять о страхах или что делать?»

Провела: педагог-психолог МКДОУ «Детский сад  
Солнышко» с.Каякент  
Гаджимурадова А.М.



Цель: диагностика страхов, стимулирования аффективной сферы ребенка, повышение психического тонуса ребенка.

Ход занятия психолога в детском саду

Ритуал приветствия.

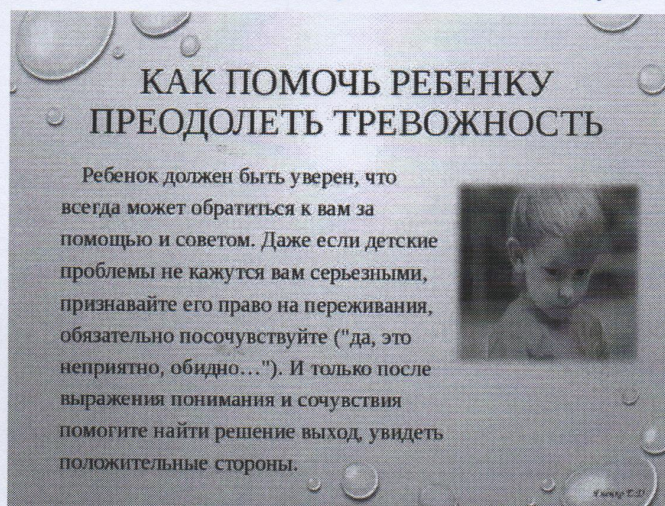
Упражнение «Ласковые котята»

Дети, давайте поздороваемся не как люди, а как ласковые и милые котята. Вы знаете, как они здороваются? Они трутся ушками, лапками, спинками, бочками, хвостиками.

Разминка «Меняются те, кто ...»

Цель: Снятие напряжения, поддержание благоприятного внутреннего группового климата.

Участники группы сидят на стульях в кругу. Психолог стоит в центре круга, так как для него нет свободного стула. Он - ведущий. Ведущий должен объявить, кто будет меняться местами. Например, он говорит: «Меняются те, кто в черных ботинках». Все участники группы, обладающие указанным свойством, должны встать со своего места и поменяться местами с кем-нибудь. Ведущий должен при обмене местами успеть занять чье-то временно освободившееся место. Тот, кто остался без стула становится ведущим.



Основная часть занятия

Диагностика детей.

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.).

Методика «Незаконченные предложения» (Приложение внизу статьи)

Цель: получение дополнительных сведений о причинах страхов, беспокойствах ребенка

Упражнение «Расскажи о своих страхах»

Цель. Выявление реальных страхов детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

Начинает рассказывать о своих страхах взрослый: «Когда я был таким маленьким, как вы, то ...». Затем задает вопрос: «А у вас такое бывало?», «А кто еще боится чего-то, расскажите!»

Дети по желанию рассказывают о ситуации, когда им было страшно. Ведущий каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее. (Ведущий должен следить, чтобы сюжеты рассказов не повторялись, обсудите все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.).

Релаксация «Волшебный лес»



Упражнение ведет детей в лес, где они смогут успокоиться и почувствовать себя далекими от повседневных забот, дети расслабляются и представляют добрых духов, готовых помочь им в их проблемах и ответить на важные вопросы.

Инструкция: дети удобно устраиваются на своих местах, закрывают глаза и делают три глубоких вдоха. С каждым вдохом они все больше расслабляются восстанавливая внутреннее равновесие.

Ведущий обращается к детям как к одному ребенку: «Представь, что ты идешь по лесу, где растут прекрасные деревья и кусты. Лес полон самых разных цветов ... На опушке ты видишь маленькую поляну, на которой стоит лавка из белого камня. Ты можешь посидеть на ней.

Звуки ты слышишь? Какие запахи чувствуешь? Какой здесь воздух? Возможно, оно прохладное и пахнет мхом и влажной лесной почвой? Возможно, ветер доносит аромат хвойных деревьев? Ты слышишь, как поют птицы, сидящие на ветвях или пролетают над тобой в небе? ..

Представь, что в этом волшебном лесу живут маленькие существа: карлики, феи или эльфы. Они готовы тебе помочь. Ты можешь вызвать их. Возможно, они откроют тебе тайну, помогут решить загадку или просто развеселят тебя. Подружись с этими духами леса ... »(2-3 минуты.)

«Как ты себя теперь чувствуешь? Удивили ли тебя лесные духи? Скажи им: «До свидания!», Ведь тебе придется еще возвращаться через волшебный лес. По дороге внимательно смотри вокруг и наслаждайся покоем леса. Если духи дали тебе какой-то совет, возьми его с собой, чтобы позже подумать над ним ... » (1 минута.)

«Ты вернулся на свое место. Потянись и сделай три глубоких вдоха. Открой глаза и почувствуй себя свежим и обновленным».

Обсуждение:

Понравилось ли это «путешествие»?

Какие лесные духи мне встретились?

Что они мне сказали?

### Рефлексия

Психолог:

- Что вам понравилось?

- Что было полезным?

- Что показалось особенно трудным?

### Ритуал прощания «Солнечные лучики»

Дети становятся в круг и вытягивают руки вперед, образуя солнечные лучики. Затем они подходят ближе и касаются руками друг друга. Так они стоят несколько секунд, чувствуя тепло каждого лучика

### Приложение

#### Методика: «Незаконченные предложения»

Это очень распространенная методика поможет получить дополнительные сведения о причинах страхов, беспокойства ребенка. Ребенку предлагается послушать предложение и сразу, не задумываясь, продолжить его первой, которая пришла в голову, мыслью. Делать это нужно быстро.



Инструкция для ребенка: «Мы сейчас с тобой поиграем. Я тебе буду говорить предложения, а ты как можно быстрее закончи их. Говори первое, что придет в голову». Эксперимент идет в быстром темпе.

Мой друг ...

Если меня наказывают, то ...

Я играю чаще всего ...

Мои сны ...

Боюсь ...

Моя мечта ...

Моя мама и я ...

Не люблю, когда меня ...

Плачу, когда ...

Сделать бы все, чтобы забыть ...

Когда меня спрашивают ...

Мой папа и я ...

Когда я один дома ...

Когда меня мама ругает ...

Больше всего люблю ...

Когда бывает темно ...

Когда моя мама ...

Когда все ругаются ...

Когда я выхожу играть во двор ...

Я всегда хотел ...

Меня беспокоит ...

Скрываю ...

Старшие ...

Эта методика проста по содержанию, но хорошо выявляет скрытые переживания ребенка, которые порой не удастся обнаружить в свободной беседе. Ответы на вопросы могут выражать положительное, отрицательное или безразличное отношение ребенка. Методика помогает разобраться в разной системе отношений ребенка и найти путь реальной психологической помощи ему.