

Конспект комплекса психогимнастики «В кукольном театре» с детьми в старшей группе

Основные этапы:

I. Мимические и пантомимические этюды

II. Этюды и игры на выражение отдельных качеств характера и эмоций

III. Этюды и игры, имеющие психотерапевтическую направленность на определенного ребенка или группу в целом

IV. Психомышечная тренировка

Задачи:

1. Побуждать детей к выразительному изображению отдельных эмоциональных состояний (гнев и т.д.); черт, порождаемых социальной средой (упрямство, доброта и т.д.)
2. Учить саморегуляции своего настроения и отдельных черт характера с помощью тренинга моделирования стандартных ситуаций
3. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения, внушение адекватного ситуации поведения, настроения

Цели:

- Привлечь внимание и интерес к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом
- Дать возможность испытать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений
- Развивать у детей способность понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выразить
- Тренировать общие способности несловесного воздействия детей друг на друга, умения регулировать свои поведенческие реакции
- Закреплять положительный эффект путем приведения в равновесие их эмоционального состояния

Ход

Ребята, вы были когда-нибудь в кукольном театре? За кулисы, за занавес, за который уходят артисты, вы попадали? Хотите туда отправиться? Тогда возьмитесь за руки, и я поведу вас в сказочный мир кукольного театра.

(Ходьба змейкой по всему залу под песню «Маленькая страна»)

Наконец-то мы пришли. Помните, чем открывал потайную дверь Буратино?

У меня тоже есть золотой ключик. Вот он, какой красивый, весь сверкает *(показ воображаемого ключа)*. Вставляю ключ в замочную скважину, и дверь открыта *(имитирует, сопровождая звуковым сигналом)*

Ребята, дверь мы открыли, а за ней темно-темно, ничего не видно. Я дам каждому из вас по свече. Держите крепко *(прикасается к ладоням каждого ребенка)*. А теперь ее надо зажечь, а вы прикройте ладонью от ветра, чтобы не затухла *(имитирует зажигание)* Посмотрите вокруг. Стало светло?

Впереди лестница, она спускается вниз. Ну, что, пойдём по ней? Тогда будем спускаться. Только свечи несите осторожно, медленно, чтобы не упасть и никого не столкнуть (*имитация движения вниз – ходьба с постепенным приседанием до корточек*).

А теперь лестница поднимается вверх (ходьба с приседанием до полного роста). Все выше и выше.

Гимнастика

Бом-бом-бом! Это волшебные часы. Когда они пробьют 12, все куклы оживут. Здесь совсем светло. Задуйте свои свечи и поставьте на стол, возьмем их на обратном пути. Встаньте в круг так, чтобы видеть друг друга. Покажите, как двигаются стрелки на волшебных часах. Согните руки в локтях перед собой. Руки – стрелки движутся то в одну сторону, то в другую. Тик-так, тик-так. Руки напряжены, стрелки сделаны из металла. «Бом-бом»-забили часы.

Первыми ожили куклы бибабо, которых надевают на руку. Давайте я каждому надену на руку веселого Петрушку (воображаемого). Поиграйте пальчиками, чтобы задвигались руки и голова у Петрушки. Какой веселый Петрушка. А теперь вы сами стали куклами бибабо. Наклоните голову, поздоровайтесь, как это делает Петрушка. Представьте, как сгибается и разгибается ваш палец, когда на него надета голова куклы. Разведите руки в стороны. Руки прямые, напряженные. Хлопните в ладоши. Петрушка танцует.

Поклонитесь зрителям. Петрушка кланяется низко. Тело как из тряпочки. Наклонитесь, руки и голова повисли, расслабились.

А еще в кукольном театре есть куклы-марионетки. У них все части туловища привязаны к веревочкам, а веревочки закреплены на палочках. За веревочки дергают, и кукла оживает. Мы с вами превратились в кукол-марионеток. Пока веревочки ослаблены, и все наше тело расслаблено. Ноги согнуты в коленях, все тело обмякло, а голова повисла, руки как ниточки болтаются.

Но вот дернули за одну веревочку, и поднялась голова, затем одна рука, другая, распрямилась спина, одна нога, другая. Стали дергать за все веревочки, сразу и у нас все задвигалось. Все напряжено: шея, руки, ноги, туловище. Представьте, как дергают за веревочки, которые привязаны к вашим рукам, ногам, голове.

То мы как балерина, то мы как Пьеро. А теперь играем на скрипочке.

Кукольный театр не может обойтись без Буратино. Давайте покажем этого маленького шалунишку. Он весь из дерева, твердый. Папа Карло его только что сделал. Он стоит, расставив ноги, твердые как дерево, и руки такие же твердые. Спина и шея деревянные. А на лице веселая улыбка.

Буратино потянулся,
Раз нагнулся, два нагнулся.
Руки в стороны развел –
Ключик, видно, не нашел.

А теперь мы тряпичные куклы Пьеро. Буратино веселый, а Пьеро грустный. Тряпичная кукла вся мягкая. Пьеро лежит на травке около дома Мальвины и мечтает о ней. Все тело у него расслаблено. Поднимает руку, а она у него падает. Он же сделан из мягкой ткани.

Но что это за веселая музыка? (*песня из к/ф «Буратино»*) Скорее вставайте, давайте потанцуем, кто как хочет. Можете танцевать как нежная Мальвина, или как медлительный Пьеро, или как резвый Артемон.

Общение

Садитесь. Давайте отдохнем и немного поговорим. В сказке «Буратино» есть еще и лиса Алиса. Какая она по характеру? (хитрая, коварная, обманщица) Покажите, хитрую лису. Глазки прищурила, губы сжала, лапки перед собой сложила. Как она говорит: «Какое небо голубое»

А теперь давайте изобразим злого, беспощадного Карабаса Барабаса. Брови нахмурены, губы сжаты, зубами от злости щелкает, кулаки сжаты, ногами топает, хлыстом размахивает, бородой трясет.

"Тух-тиби-дух"

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

"Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: "Тух-тиби-дух". Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово.

Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

Ребята, чья это песенка? (*песня черепахи*). Да, конечно, это песенка черепахи Тротилы. Какая черепаха? (Старая, мудрая, добрая). Как Буратино разговаривал с мудрой черепахой? (Дерзко, неуважительно). Поблагодарил он ее за золотой ключик? Как нужно обращаться к старшим?

Завершение

Пора возвращаться в Д/С. (ходьба по лестнице со свечой)