

1 младшая группа

Цель игры. Развивать волевое внимание.

Играющие идут по кругу, держась за руки, по сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Не выполнивший правильно задание выходит из игры. До свидания, ребята. До новой встречи.

2 младшая группа

Игра: «Запомни свое место»

Цель игры. Развивать моторно-слуховую память.

Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

Средняя группа

Релаксация «Волшебный сон».

Дети садятся на стулья в «позу покоя»: (ноги слегка разведены, руки свободно лежат на коленях, спина не напряжена, глаза закрыты). Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит:

«Маленькие пингвины очень устали, набегались, наигрались, теперь отдыхают. Им снятся волшебные сны. Снится голубое небо, яркое солнце, прозрачная вода, золотые и серебристые рыбки, друзья, знакомые животные, мама и т. д.

Здесь дышится легко, ровно, ровно, глубоко.

Вот и лёгкий ветерок мордочек касается,

Солнышко лучистое пингвинам улыбается.

Чудесный сон, но пора просыпаться. Пингвины открывают глаза, потягиваются, встают».

Психолог: «А теперь давайте хором скажем всем «Спасибо! »»».

Старшая группа

Игра «Волшебный цветок»

Психолог. А сегодня утром я шла по улице и увидела Девочку (показываю фотографию девочки с эмоцией злости). Она шла по улице совсем одинокая. Какое у нее настроение? (ответы детей)

Психолог. Как бы вы поступили на моем месте?

Дети предлагают варианты помощи сердитой девочке.

В центр кладется фотография девочки с эмоцией злости. Дети по очереди выбирают лепестки, на которых фотографии с вариантами помощи сердитой девочке. Когда составлен волшебный цветок, психолог предлагает детям закрыть глаза, и меняет центральную фотографию сердитой девочки на веселую.

Психолог. Как вы думаете, почему случилось чудо?

(Ответы детей)

Подготовительная группа

Релаксация «Поза покоя»

Необходимо усадить детей по кругу удобно, руки на коленях.

Психолог формулу покоя произносит медленно, тихим голосом, с длинными паузами.

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,

Но пока не все умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая- очень легкая, простая,

Замедляется движение, исчезает напряжение...

И становится понятно – расслабление приятно!

Психолог. Наша встреча подходит к концу. Расскажите, какие эмоции вы испытывали на протяжении нашей встречи.

Возьмитесь за руки. Посмотрите друг на друга и подарите друг другу самую добрую улыбку.

До встречи!