|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **День** | **Содержание** | **Субъекты** |
| Понедельник «День Настроения» | Тренинг «Моё настроение» | Воспитанники всех групп |
| Акция «Радуга настроения» | Воспитанники средних, старших и подготовительных групп |
| Стенд «Устами младенца» | Родители |
| Диагностика эмоционального выгорания | Педагоги |
| Вторник «День Дружбы» | Тренинг «Надо дружно жить» | Воспитанники всех групп |
| Групповая консультация с психологом «Роль общения в жизни ребенка» | Родители |
| Акция «Корзинка пожеланий» | Педагоги |
| Среда «День Семьи» | Тренинг «Я и моя семья» | Воспитанники всех групп |
| «Моя семья и ее традиции» | Родители |
| Тренинг на эмоциональную разгрузку от усталости и напряжения | Педагоги |
| Четверг «День психологического здоровья» | Лабиринт детской души – терапевтическая сказка. | Воспитанники старших групп |
| Акция «Что такое счастье?» | Родители |
| Акция «Аптека для души» | Педагоги |
| Пальчиковые игры и этюды | Воспитанники яслей, 2-ой младшей, средние группы. |
| Пятница «День Детского сада» | Викторина «Мой детский сад» | Воспитанники подготовительных, старших групп |
| Выставка рисунков «Мой любимый детский садик!» | Воспитанники средних, старших и подготовительных групп |
| Анкета «Получаете ли вы психолого-педагогическую поддержку от детского сада?» | Родители |
| Тренинг на эмоциональное выгорание | Педагоги |
| Почта мнений, отзывов и предложений о неделе психологии. | Все |

План работы «Неделя психологии - 2023»

*Понедельник «День настроения»*

***Цель:*** Усвоить понятие «настроение», осознать воздействие окружающей среды на настроение и способы его регуляции.

**Участники:** Воспитанники средних, старших и подготовительных групп.

**Ход занятия:**

**Педагог:** Здравствуйте ребята! Я рада вас приветствовать, вы сегодня такие нарядные, красивые. Давайте поприветствуем друг друга.

**Педагог:**Вот мы с вами поздоровались,

**Педагог:** Ребята, когда вы шли в детский сад, вы заметили, какое сегодня утро? Воздух прозрачный, свежий, чистый. Солнце яркое и лучистое. Небо высокое или лазурное, какое **настроение** у вас в это чудесное утро? *(ответы детей)*. Ребята, а вы вообще знаете что такое настроение?

- **Настроение – это то**, на какое эмоциональное состояние вы **настроены**. Оно может быть радостное, солнечное, когда хочется смеяться, улыбаться всем вокруг.

**Педагог:** Вот теперь я вижу, что у вас всех отличное настроение, но к сожалению, оно не всегда бывают хорошим.

**Игра «Покажи настроение»**

- В зависимости от ситуации, наше настроение может меняться.

(воспитатель читает ситуацию, дети показывают **настроение мимикой и жестами**)

С каким **настроением ты…**

- встречаешь маму;

- упал в лужу;

- танцуешь на празднике;

- мажешь зеленкой разбитую ногу;

- покупаешь мороженное?

**Педагог:** Мы показали сейчас разные настроения. Но **настроение** постоянно меняется в зависимости от радостных или грустных событий. Давайте посмотрим, как менялось **настроение у героев сказок**. Я буду читать вам отрывок, если вам покажется он грустным- потопаете ногами, а если будет радостный – похлопайте руками.

Литературные загадки:

Туча по небе идет, бочка по морю плывет.

Словно горькая вдовица, плачет, бьется в ней царица.

(А. С. Пушкин «Сказка о царе Салтане)

Свадьбу тотчас учинил

И с невестою своей

Обвенчался Елисей

(А. С. Пушкин *«Сказка о мертвой царевне»*)

«Приехала Василиса Премудрая домой, хватилась, нет лягушечьей кожи! Бросилась она её искать. Искала, искала и не нашла. Говорит она Ивану – царевичу: *«Ах Иван – царевич, что же ты наделал»*

(сказка *«Царевна Лягушка»*)

«Не послушался Иванушка. Напился из козьего копытца, и стал козленочком».

(сказка *«Сестрица Аленушка и Братец Иванушка»*)

«Собрали народ, пошли на речку, закинули шелковы сети и вытащили Аленушку на берег. Аленушка ожила и стала ещё красивее. А козленочек от радости три раза перевернулся через голову и обернулся Иванушкой»

(сказка *«Сестрица Аленушка и Братец Иванушка»*)

**Педагог:**А сейчас давайте поиграем в игру:

**«Выполни задание»**

Постойте на правой ноге все, у кого сегодня хорошее настроение.

Похлопайте в ладоши все, у кого карие глаза.

Коснитесь кончика носа все, у кого есть что-то розовое в одежде.

Погладьте себя по голове все, кто никогда не обижает других.

Улыбнитесь все, кто умеет помогать детям и взрослым.

Хлопните в ладоши те, кто не обзывает других.

**Участники:** Воспитанники младших и ясельных групп.

**Румяные щечки**

Цель: помочь ребенку адаптироваться к условиям детского сада, установить с ним контакт.

Ход игры: игра проводится индивидуально. Взрослый просит ребенка показать различные части тела или лица.

*- Покажи, где у Маши щечки? Покажи, где у Маши  носик?...*

Далее можно усложнить задание, предлагая ребенку уже не названия, а назначение части лица и тела.

*- Покажи, чем Маша кушает? Чем Маша ходит? Чем Маша смотрит? Чем Маша слушает?*

**Игра "Маленькие ладушки"**

*Цель*: учить детей действовать со сверстниками, развивать чувство музыкального ритма.

*Ход игры:*дети свободно располагаются на полу. Взрослый поет песню, хлопая в ладоши:

Ладушки, ладушки,

Маленькие ладушки,

Рученьки-крошки

Хлопают в ладошки.

*(Музыка 3. Левиной, слова Т. Мираджи)*

Протягивает руки к малышам ладонями вверх:

Вот они ручки!

Обращаясь к детям, взрослый спрашивает: "А где ручки у Саши (Маши)? Саша, покажи ручки! Где ручки? Вот они!"

Взрослый поет песню под музыкальное сопровождение, а малыши выполняют движения по показу или совместно с взрослым. Далее дети хлопают в ладоши, повернувшись друг к другу. На последнюю фразу протягивают ручки к сверстнику, касаясь его пальчиков своими. Взрослый хвалит малышей, предлагает заглянуть в глазки партнера.

**Игра "Догони зайку"**

*Цель*: учить детей играть вместе со сверстниками, догонять зайку, не толкаясь, и только, когда закончится песенка, ждать своей очереди.

*Оборудование*: плюшевый зайка на резинке.

*Ход* *игры*: малыши свободно располагаются на полу. Взрослый держит на резинке плюшевого зайчика и, показывая детям, как он умеет ловко прыгать, поет песню:

Зайка к деткам подбежал,

Возле деток прыгать стал:

Прыг - скок, прыг - скок -

Догони меня, дружок!

(Музыка Е.Тиличеевой, слова Ю.Островского)

Зайчик скачет перед детьми. С окончанием песни взрослый отбрасывает зайку в сторону и восклицает: "Аи, убежал зайка!". Малыши бегут за зайчиком. Взрослый дает детям возможность погладить зайку, подержать его, затем прячет за спину и предлагает детям позвать его. Малыши повторяют за взрослыми: "Зая, зая, зая!" Зайка появляется и снова скачет. Игра повторяется столько раз, сколько у детей сохраняется интерес к ней.

*Вторник «День дружбы»*

**Игра «Психологический кросс»**

**Цель:** способствовать развитию навыков межличностного взаимодействия, умения работать в команде, развитию познавательных процессов воспитанников.

**Участники:** Воспитанники старших и подготовительных групп.

Для проведения игры детям необходимо разделиться на команды. Это можно сделать различными способами, но желательно, чтобы получились команды разновозрастные и приблизительно равные по возможностям. Каждой команде выдается маршрутный лист. Ребята должны передвигаться между станциями держась за руки. Для выполнения заданий на каждой станции отводится определенное количество времени. Ведущие оценивают правильность выполненных заданий и проставляют оценки в маршрутном листе. Побеждает команда, которая справилась со всеми заданиями и получила самое большое количество баллов. Игра проходит весело и динамично.

**1.Станцuя «Старт»** каждой команде из 5 человек дается Маршрут кросса и стартовые жетоны. Задача каждой команды набрать как можно больше жетонов. На каждой станции при входе команда выполняет физическое задание «Психологический настрой»

**2**. **Станция «Диагностика мышления»** (за правильный ответ - 1 жетон)

- «Настрой» пройти как по болоту, как по гвоздям, через крапиву.

- Основная часть:

**1**. Слово БЫСТРЫЙ является противоположным по смыслу: 1 – тяжелый, 2 – упругий, 3 – скорый, 4 – легкий, 5 – медленный.

**2**. МИНЕР и МИНОР. Эти два слова являются: 1 – сходными, 2 – противоположными, 3 – ни сходными, ни противоположными.

**3**. Слово СУРОВЫЙ является противоположным по значению слову: 1 – резкий, 2 – строгий, 3 – мягкий, 4 – жесткий, 5 – неподатливый.

**4**. Какое из слов отлично от других?

1 – петь, 2 – звонить, 3 – болтать, 4 – слушать, 5 – говорить.

**5**. Слово БЕЗУКОРИЗНЕННЫЙ является противоположным по своему значению слову:

1 – незапятнанный, 2 – непристойный, 3 – неподкупный, 4 – невинный, 5 – классический.

**6**. Какое из приведенных ниже слов относится к слову ЖЕВАТЬ, как ОБОНЯНИЕ к слову НОС:

1 – сладкий, 2 – язык, 3 – запах, 4 – зубы, 5 – чистый.

**7**. Сколько пар чисел из этих шести являются полностью одинаковыми?

5296 5296

66986 69688

834426 834426

7354256 7354256

61197172 61197172

83238324 83238234

**8.**Слово Близкий является противоположным слову: 1 – дружеский, 2 – приятельский, 3 – родной, 4 – иной.

**3**. **Станция «Зарядка ума»**

- Настрой – показать, как ходит курица, пингвины, индюк.

- Основная часть (выполнить задание «ква»)

Ранним утром на опушке громко квакают лягушки

Много слов и все слова всегда в себе содержат КВА

В средине и в начале, в разбивку и подряд!...

Все слова не раз встречали, пусть они заговорят.

1. Этот «ква» научит читать (Букварь)

2. Этот – стремительно атаковать (кавалерия)

3. Этот – жажду в жару утоляет. (Квас)

4. Этот в пустыне степенно шагает (Караван)

5. Без этого конь лихой спотыкается (Подкова)

6. Плавает в этом рыбка-красавица (аквариум)

7. Этот фигура в умной игре (королева)

8. На этом Колумб отплыл на заре (Каравелла)

9. Этот дает молоко и мычит (корова)

10. Этот звук означая, молчит (буква)

11. Этот не раз вы чертили в тетрадке (Квадрат)

12. Эти растут в огороде на грядке (Брюква, Тыква)

13. Трудится тот, кто ее получает (квалификация)

14. Этот орехи впрок запасает (кедровка)

**4**. **Станция «Психологическая разгрузка».**

Настрой – показать пантомиму – «не имей 100 рублей, а имей 100 друзей», «ученье свет - а не ученье тьма».

Основная часть: упражнение «отгадай эмоцию»

**5**. **Станция «Воображение»**- вся команда должна не обсуждая тему нарисовать одну картину.

**6**. **Станция «Память»** Упражнение – «Оценка слуховой памяти» и «Оценка зрительной памяти».

**7.** **Станция «Финиш»** - Подведение итогов

*Среда «День семьи»*

**Цель:** Становление основ уважительного, заботливого, внимательного отношения к членам своей семьи.

**Участники:** Воспитанники подготовительных, старших, средних групп.

Вводная беседа «Знаете ли вы что такое семья? Для чего она нужна ребенку»»

А знаете ли вы, кем члены семьи приходятся друг другу? Давайте проверим.  
Мальчик для папы и мамы кто?  
Мальчик для дедушки и бабушки?  
Девочка для папы и мамы?  
Девочка для дедушки и бабушки?  
Папа для дедушки и бабушки?  
Мама для дедушки и бабушки?  
Мальчик для девочки в семье кто?  
Девочка для мальчика в семье кто?

**Ход занятия:**

1. Организационный момент.

Воспитатель: -  Здравствуйте, ребята! Какое у вас сегодня настроение? С каким настроением вы проснулись? Какие ласковые, добрые слова вы услышали утром от мамы, папы? А какие слова вы сказали в ответ?

2. Основная часть

**Педагог:** Сегодня мыс вами поговорим о самом главном, что есть на

земле - о семье. Что такое семья и зачем человеку нужна семья. Но сначала я предлагаю вам подумать и ответить на вопрос: «Что есть у всех людей, но у каждого человека своё?»

**Дети**: Имя.

**Педагог**: Чем отличаются люди из разных семей?

**Дети:** Фамилией.

**Воспитатель**: Ребята, кто сможет представиться? (Ответы 2-3 детей.)

**Дети:** Меня зовут..., моя фамилия...,

**Педагога:** Благодарю вас.

**Педагог:** Ребята, а вы знаете, как называют людей, живущих в одном

доме, квартире?

**Дети:** семья.

**Педагог:** Ребята, каких родственников объединяет семья? С кем вы живете? (Ответы детей.)

**Педагог:** Все ли семьи одинаковые или разные?

Правильно, все семьи разные: есть семьи большие, есть маленькие. И не важно, какая семья - большая или маленькая - главное, чтобы в семье были всегда мир, уважение.

**Педагог:** Ребята, родители заботятся о вас? Как проявляется их забота, что они делают? (Ответы детей.)

**Педагог:** а сейчас, ребята, внимательно послушайте стихотворение и отгадайте, о ком говорится в нем....

1. "Сыро, хмуро за окном, дождик моросит.

 Низко небо серое над крышами висит.

 А в доме чистота, уют.

У нас своя погода тут,

Улыбнётся ... ясно и тепло,

Вот уже и солнышко в комнате взошло."

- Про кого это, вы, конечно же, догадались, это - мама.

- Скажите самые хорошие слова про маму, какая она? (Заботливая, трудолюбивая, нежная, ласковая, внимательная...)

2. Кто не в шутку, а всерьёз

Нас забить научит гвоздь?

Кто научит смелым быть?

Воспитатель: Правильно, папа.

Кем вы приходитесь папе?

Дети: Сыном, дочкой.

Скажите самые хорошие слова о папе. Какой у вас папа? (Мужественный, отзывчивый, добрый, сильный, смелый, трудолюбивый...)

3. Ароматное варенье,

Пироги на угощенье,

 Вкусные оладушки, у любимой...

Правильно: бабушки.

 А какими ласковыми словами вас называет бабушка?

4. Он трудился не от скуки,

У него в мозолях руки,

А теперь он стар и сед,

Мой родной, любимый „. (дед)

А кем вы приходитесь своему дедушке?

Дети: Внуком, внучкой.

5. Кто любит и меня и братца,

Но больше любит наряжаться?

Очень модная девчонка

Моя младшая... (сестрёнка)

Кем вы приходитесь сестре?

**Педагог:** Какие вы молодцы, ребята, вы меня радуете своими знаниями.

**Педагог:** - Ребята, а как мы выражаем любовь своим близким?

(Ответы детей).

- Верно! А ещё мы совершаем хорошие поступки и никогда не делаем плохих, чтобы не огорчать наших родителей. Как вы думаете, на что похожа радость (печаль) - на солнышко или на тучку? (Солнышко и тучка у каждого ребёнка).

**Педагог**: Я буду называть поступки. Если вы считаете, что этот поступок огорчит маму, кладите руки на колени, если порадует – поднимайте вверх.

- Нарисовали красивую картину;

- Подрались с другом;

- Съели манную кашу;

- Убрали игрушки на место;

- Порвали книгу;

- На прогулке замарали куртку;

- Разбили чашку;

- Уступили место в автобусе бабушке;

- Помогли маме с уборкой;

- Отыскали потерянные бабушкой очки;

- Разбили чашку;

- Помогли маме с уборкой...

**3. Итог занятия**

**Педагог:** Как хорошо, ребята, что у вас всех есть семьи! Вы - самые

счастливые дети на свете, потому, что в ваших семьях любят друг друга,

дружно живут вместе.

Спасибо вам, что сегодня так много нового рассказали о своих семьях,

интересного, нужного.

*Четверг «День психологического здоровья»*

**Цель:** Обучение навыкам расслабления и психомышечной тренировке.

**Участники:** Воспитанники средних, младших и ясельных групп.

Давайте научимся помогать маме! (собирают разбросанные игрушки в ящик)

**Пальчиковая гимнастика «Кто приехал?»**

/пальцы обеих рук складываются кончиками вместе/

Кто приехал? /большими пальцами/

Мы, мы, мы /4-мя пальцами, кроме больших/

Мама, мама, это ты? /большими пальцами/

Да, да, да /указательными пальцами/

Папа, папа, это ты? /большими пальцами/

Да, да, да /средними пальцами/

Братец, братец, это ты? /большими пальцами/

Да, да, да /безымянными пальцами/

Ах, сестричка, это ты? /большими пальцами/

Да, да, да /мизинцами

Вместе мы одна большая, дружная семья/ большими пальцами/

Да, да, да. /всеми пальцами/

**Этюд «Вкусные конфеты»**

Цель: Передавать внутреннее состояние через мимику (удовольствие, радость).

Ход: У девочки в руках воображаемая коробка с конфетами. Она протягивает её по

очереди детям. Они берут конфету, благодарят, разворачивают бумажку и угощаются.

По лицам видно, что угощение вкусное.

Проводится подвижная игра « Маленькие и большие ножки».

Маленькие ножки шли по дорожке, ( *Ходьба мелким шагом* *за*

Топ – топ – топ, шли по дорожке. *воспитателем*.)

Большие ноги шли по дороге, (*Ходьба широким шагом за*

Топ – топ – топ, шли по дороге. *воспитателем.)*

Маленькие ножки скакали по дорожке, ( *Прыжки на двух ногах с*

Скок – скок – скок – скакали по дорожке *продвижением вперёд)*

А потом всё шире, шире, ( *Ходьба широким* *приставным шагом)*

Шли ноги большие.

Маленькие ножки бежали по дорожке, *(Семенящий бег)*

Топ – топ – топ, бежали по дорожке.

Большие ноги знают толк,

Бегают как серый волк. (*Бег широким шагом.)*

Топ – топ – топ, бегают, как серый волк.

Снова зашагали ножки, топ- топ – топ.

Шли, шли, шли, на поляну мы пришли.

**Этюд «Медвежата»**

Медвежата лежат в берлоге. Подул сильный ветер, пробрался в берлогу. Медвежата

замерзли. Они сжались в клубочки – греются. Стало жарко, медвежата развернулись и зарычали.

*Старшие.*

Терапевтическая сказка.

*Пятница «День детского сада»*

**Тренинг для педагогов по профилактике эмоционального выгорания**

**Цель:** профилактика синдрома эмоционального выгорания через сплочение педагогического коллектива ДОУ и снятие психоэмоционального напряжения.

**Задачи:**

-продолжать знакомить с понятием эмоционального выгорания

-продолжать обучать педагогов способам регуляции психоэмоционального состояния;

-снижать уровня эмоционального выгорания учителей.

-повышать уровень сплоченности педагогического коллектива.

**Оборудование:**  цветные карандаши, краски гуашь, шаблон ствола дерева листы бумаги.

**Упражнение «Высокопарных слов не будем опасаться»**

**Цель: сплоченность группы и психологический настрой.**В начале тренинговой работы некоторая напряженность и закрытость участников - обычное явление. Если это упражнение проводить в полушуточной форме, то оно помогает участникам почувствовать себя более свободно и раскрепощенно. Важно и то, что в итоге все получают обратную связь, информацию о том, какое первое впечатление они производят на окружающих. Для выполнения упражнения каждому участнику прикрепляется на спину лист бумаги, на котором другие участники будут делать разные надписи. По команде ведущего все должны начать свободно ходить по комнате и внимательно смотреть на своих коллег, как только у кого-то появляется фраза, ассоциирующаяся с одним из участников, он подходит к нему и записывает фразу на его листе бумаги, Фразы могут быть высокопарными, но ни в коем случае не должны быть обидными или двусмысленными. На выполнение упражнения участникам дается 10-15 минут. За одну минуту до его завершения тренер просит участников поторопиться и написать фразы тем, кому они хотели это сделать, но не успели. Затем все снимают свои листочки знакомятся с написанным. Обязательно нужно провести обсуждение: кто узнал себя в этих фразах, кому они кажутся совсем неподходящими, легко ли было придумывать ассоциации и т. Д

**Упражнение «Солнечное настроение»**

Цель: проанализировать и определить сильные стороны своей личности, свои позитивные качества, повысить самооценку и уверенность в себе.

Материалы: солнце, лучики, магнит,

Педагоги получают бумажные лучики, на которых должны написать свои самые главные позитивные качества (не менее 3) как профессионала и просто человека. После этого каждый зачитывает свои качества и цепляет лепесток на «лужайку». Все остальные могут дополнить от себя позитивные качества педагога, которые заметили, работая с ним в одном коллективе (психолог, в случае необходимости, может помогать). Все педагоги клеят свои лучики к солнцу.

**Упражнение «Дерево минусов и плюсов»**

**Цель**: вербализация позитивных и негативных моментов своей профессиональной деятельности.

Предоставляется плакат с нарисованным деревом, на котором участники должны написать плюсы и минусы своей работы, потом все зачитывается и обсуждается «Что общего?» «Считает ли кто то, названный минус для себя плюсом?» и т.д.

**Упражнение «Модель значимости»**

Цель: донести до участников тренинга важность умения переключения социальных ролей для сохранения психического здоровья и творческой активности; осознание своего «Я».

Материалы: листы бумаги, ручки.

Педагогам предлагается распределить по порядку (по степени значимости, на их взгляд) следующий перечень:

• дети • работа • муж  • Я • друзья, родственники

Через некоторое время предложить вариант оптимального распределения перечня:

1. Я 2. Муж (жена) 3. Дети 4. Работа 5. Друзья, родственники

Затем участникам предлагается поразмыслить над полученными результатами.

**Игра «ПСИХИАТР»**

**Цель**: Сброс эмоционального напряжения, развитие навыков импровизации, поднятие тонуса.   
Это игра, в которой все, кроме одного игрока, выполняют роль пациентов с одинаковым диагнозом, а оставшийся игрок — «психиатр» — должен определить, в чем их общая проблема. Чем безбашеннее фантазия команды, тем интереснее будет игра.  
Как играть:  
Игроки разбирают роли: нужно выбрать одного «психиатра», остальные будут «пациентами». «Психиатр» выходит из комнаты, «пациенты» договариваются об общем диагнозе. Чем интереснее диагноз, тем веселее и дольше будет идти игра.  
Примеры:  
—Все думают, что они персонажи романа «Унесенные ветром».  
—Каждый игрок думает, что он сам психолог.  
—Каждый полагает, что он является человеком справа от себя.  
—Каждый человек является одним из 7 смертных грехов.  
—Все думают, что они курицы с отрубленными головами.  
Как видите, никаких правил и ограничений нет.  
  
«Психиатр» возвращается в «палату» и пытается диагностировать коллективное заболевание, задавая каждому «пациентам» любые вопросы. «Пациенты» не только отвечают, но и могут демонстрировать недуг в своем поведении.  
Если какой-либо участник заметил, что один из их товарищей ошибся или соврал во время ответа, он должен выкрикнуть «Психиатр!». И все рандомным образом меняются местами, что сильнее путает «психиатра». Особенно если диагноз привязан к порядку первоначальной рассадки (например, каждый игрок притворялся человеком справа от себя).  
Игра продолжается до тех пор, пока «психиатр» правильно не определит болезнь «пациентов».  
Кто последний говорил с «психиатром», тот и водит в следующем коне.

**Медитация «Ресурсное место»**

**Цель:** развитие осознанности и присутствие в текущем моменте без мыслей о неопределенности будущего или упущениях прошлого, которые и вызывают тревогу.

«Закройте глаза, сконцентрируйтесь на дыхании (это помогает нам быть в здесь и сейчас, возвращает нас в наше тело) и представьте себе место, где вам было хорошо, спокойно, безопасно, безмятежно, где вы чувствовали себя умиротворенным и наполненным. Это место может быть сейчас в вашей жизни или это место из прошлого, может даже из вашего детства. Это может быть абсолютно любое место – лес, луг, речка, дом, укромный уголок в доме, лежанка на печи зимой у бабашки и др. Если вам кажется, что такого места нет в вашей жизни, представьте себе такое состояние умиротворения и безмятежности и ваше бессознательное откроет вам образ такого места. Это и будет ваше ресурсное место.

Представьте, что вы реально находитесь там. Осмотритесь вокруг. Попробуйте очень подробно описать все, что вы видите. Это могут быть не только предметы, но и звуки, запахи, ощущения. Не торопитесь, побудьте здесь, насладитесь всем, что вы видите и чувствуете, наполняйтесь этим. Впитывайте в себя, что есть в этом месте ресурсного для вас - что дает вам сил, энергию, веру, приятные воспоминания и ощущения.

Побудьте в своем ресурсном месте столько, сколько вам нужно, пока не почувствуете, что напитались. Запомните это состояние. И, когда почувствуете, что достаточно, сделайте глубокий вдох и выдох, откройте глаза».

Рефлексия:

1. А теперь перенесите образ из вашей головы на лист бумаги
2. Как изменилось ваше состояние после практики.

Послесловие: «Заберите свое ресурсное место с собой, теперь, когда вам это потребуется, вы сможете, глядя на рисунок, возвращаться в то состояние спокойствия и умиротворения которое испытали сейчас».

**Викторина для старших дошкольников «Детский сад всегда мне рад — я люблю свой детский сад!»**

**Цель:** Развить у детей познавательный интерес к детскому саду, расширить представление детей о труде сотрудников детского сада.

**Участники:** Воспитанники подготовительных, старших и средних групп.

Ход викторины:

В группу приходят Фея Дружбы и Фея Заботы. Разговаривают друг с другом:

- Как здесь хорошо: светло, тепло и я чувствую хорошее настроение и радость…

- Может быть, мы сможем здесь отдохнуть и увидеть дружных детей и заботливых взрослых!

- Ой, посмотри, как здесь много ребят! Давай быстрее с ними поздороваемся:

Здравствуйте, мои друзья

Встрече с вами рада я!

Я – Фея Заботы

А я – Фея Дружбы.

И сейчас, ребята дружно

Познакомиться нам нужно.

Вы ребята, не стесняйтесь

И давайте представляйтесь!

*(дети хором называют свои имена)*

- Ну, вот и познакомились, но вас так много, а мы хотели бы узнать вас получше. Давайте поиграем в игру *«Потопаем – похлопаем»*. Согласны?

Ну, тогда, слушайте, не зевайте

На вопросы отвечайте:

- Все мальчики: потопайте ногами

- Все девочки: похлопайте в ладоши.

- Все, кто любит конфеты? поднимите руки вверх

- Все кто любит котлеты? положите руки на колени

- Кто любит гулять? Пожмите руку соседу

- Кто любит маме помогать? Встаньте рядом со стульчиком.

- Кто любит баловаться и шалить? Скажите у –у – у – у

- Кто любит в **детский сад ходить**? Хлопните 3 раза над головой.

- Кто любит смеяться и шутить? Улыбнитесь соседям.

Здорово! Но мы видим, что здесь много ребят.

Фея Дружбы:

- Ребята, наверняка вы много знаете о своем **детском** саде… Мы тоже хотим узнать, как вы здесь проводите время. Давайте проведем [**викторину и узнаем**](https://www.maam.ru/obrazovanie/zanyatiya-viktoriny), какой у вас **детский сад**! Хорошо ли вам здесь живется и есть у вас друзья в **детском саду**!

- Конкурс – **викторина***«Мой****детский сад****»*. Дети выстраиваются в ряд. За каждый правильный ответ делают шаг вперед. Побеждает тот, кто продвинется дальше всех.

Вопросы:

Как называется **детский сад**, в который вы ходите?

Какого цвета стены в вашей группе?

Как зовут ваших воспитателей?

Как зовут вашу няню?

Сколько в вашей группе мальчиков?

Сколько в вашей группе девочек?

У тебя есть друзья в **детском саду**?

Кто твой лучший друг?

Чем ты занимаешься в **детском саду**?

Какие твои любимые увлечения в **детском саду**?

Какие твои любимые игры в **детском саду**?

Где находится музыкальный зал?

Где находится медкабинет?

Фея Дружбы: Сейчас все дружно отвечаем и вперед скорей шагаем.

**Детский сад всегда вам рад**?

Вы любите **свой детский сад**?

- Ой, как мне понравилось с вами играть!

Вы дужные ребята!

Ребята – **дошколята**!

- И в этом конкурсе победила ДРУЖБА!

Вы все стоите на одной линии!

Фея Заботы: Да, живется вам здесь интересно и хорошо! Ребята, что здесь делают эти взрослые люди в **детском саду**? *(Дети рассказывают о сотрудниках****детского сада****)* Ребята, значит все сотрудники вашего **детского** сада – мои лучшие друзья! Все они заботятся о вас! Я предлагаю провести конкурс и узнать кто заботится о детях в **детском саду**? В этом конкурсе всем нужно-

Отвечать **всегда всем дружно**!

Конкурс *«Кто заботится о детях в****детском саду****?»*

-Угадайте, про кого эти строчки?

Кто все сказки, и загадки,

И стихи на память знает?

В куклы, мячики, лошадки

Кто до **старости играет**?

Кто на ёлке новогодней

Ребятишек забавляет,

И кого только угодно

Из себя изображает?

А чтоб время понапрасну

Мы, друзья, не тратили,

Вы нам дружно подскажите:

Это…

Кто заботливей мамаши

Наших деток бережет?

Им кладёт в тарелки каши,

В чашки сладкий льёт компот?

Кто, спины не разгибая,

Моет пол и пыль гоняет?

Если в группу вы зайдёте,

На вопрос ответ найдёте:

Всю заботу и вниманье

Дарят детям наши.

Кто умеет приготовить

Десять блюд из макарон?

Кто в приготовленье пищи

Ежедневно погружен?

Без кого не может точно

**Детский сад и дня прожить**

Вам отгадывать пора.

Это - наши.

Мы совсем не без причины

Очень любим витамины.

Пить коктейль пора, ура!

Вызывает …

Для здоровья и фигуры,

И для силы ног и рук

Все занятия физкультурой

Проведёт с детьми…

"Фа" от "соль" не отличаем,

Дан не каждому талант,

Но нас это не смущает,

В садике есть

**Детский сад весёлый**, славный!

Ну, а кто здесь самый главный?

В кабинете кто сидит?

Всеми кто руководит?

С мамами беседующая

Добрая.

Фея Заботы:

Молодцы, ребята! Вы все хорошо знаете кто о вас заботится в **детском саду**! Все ваши сотрудники **детского** сада заслуживают уважения за их заботу о вас!

Мы Феи увидели и почувствовали, что все дети в этом **детском** саду находятся в атмосфере любви, заботы, сотрудничества!

Фея Дружбы:

Мы очень рады за вас! А нам пора отправиться в путешествие в другой **детский сад…**.

Феи прощаются и уходят.

5296 5296

66986 69688

834426 834426

7354256 7354256

61197172 61197172

83238324 83238234