**Психологический квест**

**"Эмоции"**

**Цель:** развивать умения детей произвольно регулировать свое поведение и эмоциональное состояние

**Задачи:**

1. Развитие интереса к совместной деятельности
2. Приобретение практического опыта в преодолении негативных эмоций в поведении (страх, обида, недисциплинированность)
3. Сформировать умение соотносить цель и результат

Участники: дети с ОВЗ (старшая группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР)

**Форма проведения:** психологический квест

Длительность – 25 минут, количество участников - не ограничено

**План занятия:**

1 этап: организационно-мотивационный

**Цель:** сформировать интерес и мотивацию детей на предстоящую деятельность

           (включение детей в учебную деятельность на личностно значимом уровне)

* Приветствие (ритуал) «Здравствуй друг»: снятие речевых и мышечных зажимов
* «Утренний круг мудрых»: организация внимания детей и создание ситуаций успешности, актуализация прошлого опыта
* Беседа, «Письмо Джека Воробья», «Пиратские загадки», «Путешествие на корабле»: побуждение интереса к теме занятия, постановка игровой учебной проблемы; построение выхода из проблемы, уточнение построенного проекта выхода из проблемы с проговариванием во внешнем плане

**2 этап: основной**

**Цель:** усвоить новый способ действия или знаний

* «Поиски клада»: самостоятельная работа в парах

**3 этап: рефлексивный**

Цель: анализ детьми собственной и коллективной деятельности на занятии (что узнал, чему научился) на эмоциональном и смысловом уровне

* Соотнесение цели с результатами работы
* Создание положительной установки на дальнейшее обучение

**Ход занятия:**

* Ритуал приветствия «Здравствуй друг!»
* Беседа и актуализация темы «Чувства»

- Кто сегодня что заметил по дороге в детский сад?

- Кто уже готов/хочет, очень хочет ответить?

- Я тоже сегодня, по дороге в детский сад, заметила: дети и взрослые шли в разном настроении!

- А каждый из вас в каком настроении пришел сегодня в детский сад?

- А давайте вспомним какие еще бывают чувства, настроения? (включается

    электронная доска с картой Страны чувств).

- Обсуждаем почему/когда люди   бывают в разном настроении

- Как вы думаете, бывает так, что человек – один, а настроения / чувства – разные

- Я тоже думаю, что в каждом человеке, и взрослом, и ребенке, живут разные чувства.

Когда чувства тихо сидят каждый в своем домике – человек спокоен. А вот когда разные чувства выбираются из своих домов – может начаться буря и даже ураган, которые вредит человеку.

* Упражнение «Классификация чувств»

У вас на столах лежат карточки с изображением чувств. Ваша задача – распределить их на вредные и полезные. Полезные положите на белый лист, а вредные – на черный.

- Какие самые непослушные чувства вы положили на черный лист? Почему?

**Вывод:** Да, радость, интерес нам помогают, а вот упрямки, капризульки, печальки, брыкалки и толкалки - мешают. Поэтому нам надо учиться ими управлять, иначе они вырвутся и принесут Хозяину одни неприятности

- Ребята, а вы хотите быть Хозяином или слугой для своих чувств?

Тогда предлагаю прям сейчас отправиться в необычное путешествие, где нам предстоит встретиться с разными чувствами: и полезными и вредными.  И надо постараться при встрече с ними остаться для них Хозяином.

- Хотите посмотреть, как это получится ли это у каждого из нас?

- Готовы к проверке?

Стук в дверь (пришел почтальон)

* «Письмо Джека Воробья»

Ребята, почтальон принес письмо.

- Как же нам узнать что в нем написано? (принимаем варианты решения проблемы, выбираем оптимальное решение)

 Если есть читающий ребенок – то письмо зачитывает он, если нет, то сообщаю «Я уже ходила в школу и научилась там читать, - разрешите это письмо прочитаю вам я.?! А когда вы научитесь читать то сможете делать это сами!

      «Йо-хо-хо! Я известный пират Джек Воробей, гроза морей и океанов, приветствую Вас! Я долго ходил по морям и и океанам, и сойдя на сушу, забыл в вашем д\саду сундук с сокровищами. Тот, кто пройдет все испытания, не бросит друга в беде тот обязательно найдет мои сокровища!»

- Ребята, хотите найти сокровища пирата Джека Воробья?

Тогда наша задача - пользуясь подсказками пройти все испытания и найти клад.

- Ну что, вперед, - приключения начинаются!

\*    «Пиратские загадки»

  Йо-хо-хо! Пиратом невозможно стать – им надо родиться! Сейчас посмотрим, течет ли в  вас кровь настоящих морских пиратов!.

Попробуйте отгадать пиратские загадки и мы получим пиратскую одежду.

- Рыбаки все твердят: «На острове запрятан….»(клад)

- Вместе мы отыщем клад, тот, что закопал… (пират)

- Лежит наш клад на дне морском, засыпан золотым …. (песком)

Молодцы! Были внимательными и сообразительными – это помогла справиться с 1-ым заданием. Получите пиратскую одежду. И прежде чем отправиться в путь – необходимо переодеться в пиратское обмундирование.

* «Посвящение в пираты»

А сейчас вы принесете присягу(клятву) на верность..

И поклянетесь, что будете беспрекословно служить и подчиняться мне – Бесстрашной Мэри!

Станем в круг… присядем на одно колено… положим руки на плечо соседа

- Клянусь быть настоящим пиратом!

- клянусь!

- Клянусь подчиняться командам Бесстрашной Мэри!

-клянусь

- Клянусь быть всегда рядом с командой!

- клянусь!

- Клянусь приходить на помощь товарищу!

-клянусь!

\* «В путь!»

Карамба! Наш корабль к отплытию готов!

А теперь пираты, слушай мою команду:

- Все за мною по трапу на корабль! Отправляемся на поиски клада Д.В. …

- Пираты, слышите, - надвигается буря!…

- Чувствуете, как волны качают наш корабль? …

Ваша задача – удержаться на палубе. Слушайте внимательно команды и повторяйте за мной

- «Лево руля!»

-«Право руля»

- «Поднять паруса!»

- Стоп машина!»

Вот и берег! Никого волной не смыло? Все на месте?

* «Пещеры страхов»

Пираты! Все постройтесь по парам. Наше направление - берег.  Слушай мою команду:

- 3 великанских шага вперед

- 5 лилипутских назад

- 2 прыжка вверх

- присели. Затаились! Перед важным испытанием всегда нужно остановиться, осмотреться и подумать.

- Поздравляю, мы справились и с этим заданием – сошли на берег и никого по пути не потеряли.

Вы видите, перед нами пещеры. Это пещеры, в которых живет тетенька Темнота и ее друзья Страхи.

Ваша задача – каждая пара должна выбрать свою пещеру (стена выбора),  забраться в пещеру и в полной темноте найти на ощупь часть пиратского флага – затем на поляне у пещеры мы его сложим целым

- Кто смелый? Кто готов добыть пиратский флаг?

Йо-хо-хо! Вперед, смелые матросы!

- Кто добыл свою часть флага – садитесь на поляне: дождитесь друзей и соберите пиратский флаг целым.

- Молодцы пираты! Справились и с этим страшным заданием

\* «Вражеский флот»

Пираты! Вижу вражеский флот …

Ваша задача –

•         пройти по мосту над пропастью, не упав и не задев другого

•        и добыть себе оружие.

•        затем по моей команде потопить вражеский флот (заходить за опасную границу запрещено)

Йо-хо-хо! Вражеский флот потоплен. Сражение окончено. Все живы? Никого не ранило?

Пираты, сдай оружие!... Продолжаем путь. Идите след в след.

* «Поиски клада»

Присядем, осмотримся

Пираты, слушай мою команду – кто найдет клад – обязан принести и сдать его на хранение вашему капитану – Бесстрашной Мэри.,  кто ослушается – получит черную метку и останется на острове

- Карамба, все на поиски сундука Д.В. – он где-то на этой поляне. Копайте глубоко!

- Матрос…, до возращения домой сдать клад на хранение капитану!

- Йо-хо-хо! Клад найден! Возвращаемся за мною на корабль.

\* «Возвращение пиратов»

Свистать всех на корабль! Пираты, шторм приближается.

- «Лево руля!»

-«Право руля»

- «Поднять паруса!»

- Стоп машина!»

Вот и берег! Никого волной не смыло? Все на месте?

- Все за стол переговоров. Будем делить добычу.

\* «Делим клад»

Наша добыча сегодня – клад Джека Воробья

Как будем делить клад, ваши предложения? Принимаем версии

- Делить будем по справедливости.

- Даша, удалось ли тебе сегодня быть Хозяином своих чувств?

Как тебе удалось? Были ли у тебя помощники?

- А тебе, Федор?  Почему?

- Давид, какое испытание было самым трудным или страшным?

- Артем, что ты хотел бы еще раз пережить и почувствовать?

- А тебе, Дима хотелось бы еще раз отправиться на поиски приключений?

Рефлексия:

- Ребята, чего сегодня мы хотели и куда для чего путешествовали?

- Каков был бы результат нашего путешествия, если бы вредные чувства стали бы Хозяевами каждого?

- Что могло с нами произойти/случится?

-  Как думаете, что нам помогло?

Смогли мы найти клад, благодаря тому что каждому из нас удалось быть Хозяином своих чувств, помогать друг другу в пути! Сегодня все были настоящими Хозяевами своих чувств и справились со всеми своими эмоциями, даже вредными. … ( имена)  были смелыми, решительными, исполнительными. Благодаря тому что каждому удалось быть Хозяином своих чувств – мы смогла отыскать клад Джека Воробья. И каждый из вас заслужил свою часть клада Джека Воробья

Возвращение в ДОУ

- Ну что, пираты, приключения закончились, сдай обмундирование

- Вокруг себя покружусь и в себя превращусь! ….

- Ну, вот мы снова с вами в д\с. Здесь и сейчас.

Чтобы отблагодарить Джека Воробья за чудесное приключение – в группе\дома нарисуйте то, что вам понравилось в нашем путешествии. Принесите рисунок на нашу следующую встречу. Мы их соберем вместе, запечатаем конверт и отошлем Джеку Воробью.  Ему будет приятно получить ваше письмо.

* Ритуал прощания «ВСЕ»