



# ІГРАШКА-ПОДРУЖКА

Заняття для дітей старшої групи

**Наталія ВОРОБЕЙ,**

практична психологиня,  
ЗДО № 7 "Волиняночка", м. Володимир, Волинська обл.



Допомагати дітям долати тривогу, стрес, у якому вони через війну перебувають майже постійно, дуже важливо. Та ще важливіше — навчити їх давати собі раду з негативними емоціями. До вашої уваги заняття, яке не тільки подарує вашим вихованцям можливість створити щось корисне і приємне власноруч, а й допоможе їм заспокоїтись. Адже виготовлення антистрес-іграшки — теж своєрідний процес-антистрес!

**Мета.** Створювати умови для підтримання психічного здоров'я вихованців, зокрема дітей з ООП. Формувати навички саморегуляції. Продовжувати вчити скеровувати свою активність та завдяки цьому виводити себе зі стану тривожності, напруженості. Розвивати увагу, зосередженість, загальну та дрібну моторику, емоційну сферу (уміння розпізнавати емоції, власні та інших людей, і конструктивно на них реагувати). Виховувати наполегливість, відповідальне ставлення до роботи з емоціями.

**Матеріал:** повітряна кулька, зрізаний верх від пластикової пляшки ("лійка"), крохмаль, пластикова ложка, олівець, "чубчик" із ниток, маркер, вологі серветки — за кількістю дітей; великі фітболи у вигляді іграшки-антистресу.



Наших емоцій обличчя  
Різні і... симпатичні!

(Це та наступні фото надані авторкою)

**Попередня робота.** Колективне розмальовування фітболів, повітряних кульок зображеннями різних емоцій. Виготовлення із різнобарвних ниток "чубчиків" — більших для повітряних кульок та маленьких для антистрес-іграшок.

**Хід заняття**

## Привітання в колі

### Психологиня

Вас запрошую, малята,  
На захоплене заняття.  
Нашоросте вушка,  
Щоби добре чути,  
Підготуйте очка,  
Пильними щоб бути.  
За ручки візьміться,  
Друзям усміхніться.  
А тепер зручненько  
На килимі вмостіться.

## Вправа "Що я зараз відчуваю?"

**Психологиня.** Посидьте хвилинку із заплющеними очима. Що ви зараз відчуваєте? Який у вас настрій? (Усі ненадовго завмирають із заплющеними очима.) Відчули? Тепер спробуйте назвати свою емоцію або показати її — виразом обличчя чи рухами тіла. Ось я, наприклад, відчуваю радість від зустрічі з вами, тож мені хочеться стрибати. (Виражає радість мімікою і легко підстрибує на місці.) А ти, Оленко (Миколко, Галинко...) що відчуваєш? Покажи свою емоцію.



# Журнал “ДОШКІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ”

місце сили  
українського дошкілля

тут завжди:



необхідна  
інформація

зв'язок  
із колегами



психологічна  
підтримка



натхнення  
для творчості



інструменти  
для роботи



енергія  
для боротьби



Оформіть  
**ВИГІДНУ ПЕРЕДПЛАТУ**  
на сайті  
[dv.in.ua/peredplata](https://dv.in.ua/peredplata)

