**ГОБУ МО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**

**Психологическая игра для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации**

**«День психологического здоровья»**

Тимофеева Е.М., педагог-психолог

Цель – пропаганда здорового образа жизни, профилактика стресса, развитие когнитивной сферы дошкольника.

**Структура мероприятия**

**Приветствие.**

**Знакомство с гостем - Синьором Апельсином.**

**Динамическая игра «Вырастим апельсин»**

**Дидактическая игра «Что вы видите?»**

**Беседа** «О пользе витаминов, и для чего они нужны человеку?»

**Динамическая пауза «Апельсин, лимонад»**

**Сказка про умный апельсин.**

**Обсуждение.**

**Динамическая пауза «Снежный ком»**

**Творческая деятельность «** Мой друг-синьор Апельсин»

**Рефлексия.**

**Ход игры**

**Приветствие.**

Все мы дружные ребята,

Мы ребята – дошколята.

Никого в беде не бросим,

Не отнимем, а попросим.

Никого не обижаем.

Как заботиться – мы знаем.

Пусть всем будет хорошо

Будет радостно, светло!

Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо постоять, пытаясь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком.

**Знакомство с гостем – «Синьором Апельсином».**

Апельсин — круглый бок,

Он похож на колобок.

Он румяный, сочный, сладкий,

И растет он не на грядке.

Педагог спрашивает у детей:

— Где растет апельсин? (на дереве)

Правильно, значит, как можно сказать: апельсин фрукт или овощ?

Ответы детей.

— Ребята, вы знаете, как называется это растение? (апельсиновое дерево) Дерево вырастает из семечки апельсина.

Апельсиновое дерево— это высокие вечнозеленые деревья с блестящими листьями.

Они имеют шаровидную крону, цветут белыми душистыми цветами, из которых образуются плоды, которые вы все любите.

На планете Земля апельсины растут очень давно, более 4 тысяч лет.

Родина апельсинов — Китай. Поэтом их так и называют: апельсин — китайское яблоко. В нашей стране апельсины появились 200 лет назад.

**Динамическая игра «Вырастим апельсины»**

Задача участников, быстро, преодолев препятствие, насадить как можно больше апельсин на апельсиновое дерево.

**Дидактическая игра «Что вы видите»**

На листках бумаги зашифрованы различные фрукты, ребята должны их отгадать и раскрасить соответствующим карандашом.

**Беседа «О пользе витаминов, и для чего они нужны человеку?»**

Почему так полезны фрукты? (в них много витаминов) Правильно! А как вы думаете, в какое время года мы больше всего получаем витаминов? (Летом, осенью) А почему человек зимой часто болеет? (ответы детей) Совершенно верно, зимой организм человека ослаблен, нас одолевают микробы и бактерии, мы начинаем болеть: у нас плохой аппетит, нарушен сон, играть и веселиться нет желания и настроение грустное, плохое. Что может помочь человеку преодолеть болезнь? (Витамины, спорт, хорошее настроение)

**Динамическая пауза «Апельсин, лимонад»**

**Сказка «Про умный Апельсин»**  (Автор сказки: Ирис Ревю)

Однажды Апельсин увидел за окном странную картину. Вместо привычных его взору сказочных пальм — деревья без зелёных нарядов; вместо шелковистых трав — ковёр из белого снега.

— Странно. В моём родном крае такого не бывает. Там

всегда тепло, и деревья стоят одетыми, — думал Апельсин.

Вскоре Апельсин попался на глаза новой хозяйке.

— Какой полезный и вкусный фрукт, — обрадовалась она.

Из мякоти апельсина хозяйка сделала сок. Остатки апельсина измельчила, и добавила в торт. А из апельсиновых корок сделала вкусные цукаты.

Апельсин был очень горд тем, что сгодился для многих вкусностей. Для него было очень важно ощущать свою нужность.

— Я здесь тоже востребован, как в моём родном крае. И не беда, что за окном – зима. Какая хорошая страна, какие хорошие люди!

**Вопросы к сказке «Про умный Апельсин»**

Какую картину за окном привык наблюдать Апельсин?

Из какой страны Апельсин родом?

Что хозяйка приготовила из Апельсина?

За что ты любишь апельсины?

**Динамическая пауза *«*Снежный ком»**

**Ведущий:**

Покатился снежный ком,                  *вращают кулачками перед грудью,*

и бегут за ним бегом.                              *бегут по залу врассыпную;*

Не догнать его никак!

Поскользнулся. Бах!                       *быстро приседают.*

**Творческая деятельность « Мой друг-синьор Апельсин»**

Ребята рисуют «синьора Апельсина»

**Рефлексия.**

Что было интересно?

Что «я» сегодня понял?