

## Из опыта работы педагога-психолога ГБОУ Школа № 1568 Цветковой Татьяны Константиновны

### Занятия для воспитанников старшего дошкольного возраста на тему: **«Сильный человек – это человек с сильной волей»**

#### Занятие № 1. Сила человека – это сила его воли

«Мысленная картинка» на тему «Сильный человек». Ребёнок мысленно рисует картинку и рассказывает, что у него получилось. После обсуждения картинки подводятся итоги: в ней присутствовал физически сильный герой. Ставится вопрос: может быть иногда сильнее совсем другая сила?

Работа со сказкой. (Сказку читает взрослый) «Сказка о двух братьях и сильной воле» (О. Хухлаева)

Давным-давно в одной далекой стране жили-были два брата. Они жили очень дружно и все делали вместе. Оба брата хотели стать героями. Один брат сказал: «Герой должен быть сильным и смелым!» И он стал тренировать силу и ловкость. Он поднимал тяжелые камни, лазал по горам, плавал в бурной реке. А другой брат считал, что должен быть упорным и настойчивым, и он стал тренировать силу воли. Если ему хотелось бросить работу, он упорно доводил ее до конца, если хотелось съесть на завтрак пирожок — он оставлял его на ужин. Он научился говорить «нет» своим желаниям.

Шло время, братья выросли. Один из них стал самым сильным человеком в стране, а другой — самым настойчивым и упорным, стал человеком с сильной волей.

Однажды случилась беда: на страну напал страшный Черный Дракон. Он уносил скот, жег дома, похищал людей.

Братья решили спасти свой народ. «Я пойду и убью дракона», — сказал первый брат. «Сначала нужно узнать, в чем его слабость», — сказал другой брат. «Мне не нужно знать, в чем его слабость, — сказал силач, — главное, что я — сильный». И он отправился к высокой горе, на которой стоял Замок Черного Дракона. «Эй, дракон! Я пришел победить тебя! Выходи на бой!» — закричал силач. Ворота замка распахнулись, и навстречу ему вышел страшный Черный Дракон. Его черные крылья заслоняли небо, его глаза горели как факелы, а из пасти вырывался огонь. Увидев это чудовище, силач почувствовал, как страх входит в его сердце, он начал медленно отступать от дракона. А Дракон стал расти, расти, вдруг он щелкнул хвостом, и сильный брат превратился в камень.

Узнав о том, что случилось, брат силача решил, что пришел его черед сразиться с Драконом. Но как его победить? И он решил спросить совета у мудрой Черепахи, которая жила на другом конце земли.

Путь к этой черепахе лежал через три очень опасных королевства. Первым было королевство «хочукалок». У человека, попавшего в это королевство, сразу появлялось множество желаний: ему хотелось получить

красивую одежду, дорогие украшения, игрушки и лакомства, но стоило ему сказать «хочу», как он тут же превращался в «хочукалку» и навсегда оставался в этом королевстве. У нашего героя тоже появилось множество желаний, но он собрал всю свою силу воли, сказал им «нет» и миновал первое опасное королевство.

Далее попал брат в королевство «тыкалок». Его жители все время друг друга дергали и отвлекали от дел, поэтому там никто не мог ничего делать: ни работать, ни учиться, ни отдыхать. Нашему герою тоже захотелось подергать других за руки, поприставать к прохожим, но он снова использовал свою силу воли, в «тыкалку» не превратился и пошел дальше — в самое опасное третье королевство.

Называлось оно королевство «якалок». В нем жили люди, которые постоянно выкрикивали: «Я! Я! Вызовите меня! Спросите меня!», и никого не хотели слушать эти люди, кроме самих себя. Трудно пришлось нашему герою в этом королевстве. Понадобилась ему вся сила его воли, которую он тренировал много лет. Да и то приходилось ему свой рот рукой закрывать, чтобы эти «Я! Я! Я!» из него не выскочили. Он сумел все-таки благополучно миновать и это королевство и добраться до мудрой Черепахи.

«Здравствуй, Черепаха, — сказал он, — Научи меня, как победить Черного Дракона».

«Победить Дракона может только человек с очень сильной волей. Но ты прошел три опасных королевства, значит, воля твоя очень сильна. А чем сильнее воля человека, тем слабее страшный дракон. Иди, ты победишь». И Черепаха закрыла глаза, а наш герой поклонился ей и отправился обратно в свою страну.

Он подошел к воротам замка, где жил Черный Дракон, и вызвал его на бой. Дракон вышел из замка, расправил черные крылья и пошел навстречу смельчаку. Герою стало страшно при виде чудовища. Но он собрал всю свою силу воли и поборол страх. Он стоял на месте и не отступал ни на шаг. И вдруг... страшный Дракон начал уменьшаться, он становился все меньше и меньше, пока совсем не исчез. Черепаха сказала правду: чем сильнее воля человека, тем слабее дракон.

Как только дракон исчез, рассыпался и его черный замок, а навстречу герою выбежали живые и невредимые жители страны, и среди них был его брат. С тех пор они жили счастливо. Так сильная воля помогла герою победить зло.

«Щекоталки». Ребёнок садится на стул, ставит ступни ног на пол и замирает. Взрослый медленно считает до пяти и легонько щекочет. Ребёнку необходимо сохранить неподвижность и не рассмеяться.

«Хочукалки». Взрослый кончиком карандаша медленно рисует в воздухе какую-либо известную ребёнку букву. Предлагает угадать букву, но не кричать тут же правильный ответ, а, преодолев свое «хочу выкрикнуть», дожидаться команды (Раз, два, три – говори!) ведущего и ответ прошептать.

«Человек с сильной волей». Ребёнок рисует человека с сильной волей.

## **Занятие № 2. Сила воли – умение терпеть.**

«Мысленная картинка» на тему «Человек сильной воли».

«Якалки». Взрослый предлагает ребёнку отгадать несколько простых загадок. После каждой загадки он спрашивает: «Догадался?» Ребёнку необходимо не выкрикнуть ответ с места, а немного потерпеть и по сигналу взрослого прошептать его.

«Смехунчик». Взрослый просит ребёнка представить, что он, очень серьёзный, сидит на каком-нибудь занятии, а в комнату прибежал Смехунчик и пытается его рассмешить, занятию помешать (задача ребёнка не засмеяться). Выбирается водящий — Смехунчик, который пытается различными способами рассмешить (смехунчиком может быть взрослый, а затем может быть ребёнок). Если ребенок рассмеется, значит, победил Смехунчик, а рассмеявшийся ребенок теперь играет его роль.

«Раз, два, три, фигура чувства замри». Ребёнок свободно ходит по комнате, взрослый «заказывает» чувство «Раз, два, три – *радость*, замри!» (*радость, грусть, обида, страх, злость, удивление, радость*) ребёнок замирает, изображая его. Когда взрослый подходит к ребенку, они обмениваются репликами, обыгрывая ситуацию (На кого ты обижен? Чему ты радуешься?...).

«Когда мне удалось быть сильным». Ребёнок вспоминает случаи, когда ему удалось проявить силу воли, рассказывает, а затем рисует.

### **Используемая литература:**

Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004. —175 с.