**Конспект психогимнастики «Котятки»**

Воспитатель Великанова С.В.

Цель:обучение детей здоровому образу жизни

Задача: учить детей передавать в позах и мимике характерные эмоции и состояние: стыд и вина, страх и холод; чувство радости.

Вид психогимнастики: комбинированная.

Выразительные движения: стыд и вина – глаза прикрыты, уголки рта к низу, брови сведены на переносице, голова опущена, спина согнута, плечи опущены к низу. Страх и холод – глаза широко раскрыты, рот приоткрыт, ручки прижаты к телу, голова наклонена в низ, всё тело дрожит. Сладкий сон -  глаза прикрыты, уголки рта слегка приподняты к верху, голова наклонена в сторону, ладошки сложены под ушком. Радость – спина прямая, глаза раскрыты, руки подняты вверх и широко расставлены, уголки рта приподняты вверх, могут виднеться зубки.

Ход работы:

Ребята, давным – давно, когда я была маленькая, мне нравилось слушать истории про котят. И вот однажды зимним вечером мне рассказали историю, как:

*Два маленьких котёнка поссорились в углу,*

*Сердитая хозяйка взяла свою метлу,*

*И вымела их кухни дерущихся котят,*

*Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.*

Представляете, как котятам стало стыдно за своё поведение. Покажите провинившихся котят. Глаза прикрыты, уголки рта книзу, брови сведены на переносице, голова опущена, спина согнута, плечи опущены книзу. Ой, сколько провинившихся тут у нас котят. И  Саше, Маше, Пете, Кате удалось показать провинившихся котят.

*А дело было ночью, зимою в январе,*

*Два маленьких котёнка озябли во дворе.*

*Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,*

*Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.*

Как же было страшно и холодно котятам. Ребята, покажите, как котята испугались и замёрзли. Глаза широко раскрыты, рот приоткрыт, ручки прижаты к телу, голова наклонена вниз, всё тело дрожит. И Саша, Вика, Андрей показывают замёрзших котят.

Вот какие бедненькие котятки. Всем удалось показать испугавшихся и замёрзших котят.

*Но сжалилась хозяйка и отворила дверь*

*« Ну что – она спросила, - не ссоритесь теперь?»*

*Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,*

*Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,*

*И  оба перед печкой заснули сладким сном,*

*А вьюга до рассвета шумела за окном.*

Покажите сладкий сон котят. Глаза прикрыты, уголки рта слегка приподняты к верху, голова наклонена в сторону, ладошки сложены под ушком.

Вам удалось показать сладкий  сон котят. И у Арины, Лёши, Марины хорошо получилось.

Когда наступило утро, хозяйка сидела рядом и гладила котят по спинкам. Открыв глазки, они увидели свою любимую хозяйку, потянули лапки вверх и на их мордочках появилась широкая улыбка. Покажите котят, которые рады видеть свою хозяйку.  Спина прямая, глаза раскрыты, руки подняты вверх и широко расставлены, уголки рта приподняты вверх, могут виднеться зубки.

Как много радостных котят. Всем удалось передать радость. Ребята, посмотрите, от ваших улыбок в нашей комнате стало намного светлее и теплее.

Ребята, такую же историю вы можете рассказать и показать дома своим родителям.