

**Конспект для воспитанников
с ограниченными возможностями здоровья
на тему: «День Победы»**

Учитель-дефектолог:
Воронова Татьяна Евгеньевна

Сегодня мы вспоминаем великий подвиг нашего народа. Майский день, когда закончилась страшная война, когда солдаты, пережившие ад, смогли вернуться домой. К сожалению, не все дождались этого момента. Четыре долгих года боли, потерь и героизма навсегда останутся в нашей памяти.

Чтобы будущие поколения не забывали о цене мира, во многих городах горит Вечный огонь, как символ памяти о павших героях.

В каждой семье есть своя история, связанная с войной. Наши бабушки и дедушки, прабабушки и прадедушки сражались на фронте, ковали победу в тылу, работая не покладая рук на заводах, фабриках и в колхозах. С каждым годом их становится все меньше, поэтому так важно окружить их заботой, вниманием и уважением.

Наверняка вы слышали рассказы о войне?

(Пауза для ответов детей)

Именно поэтому каждый год мы видим праздничный салют в День Победы.

Война – это страшное время, полное взрывов, стрельбы, постоянного риска и смерти.

Но даже в минуты затишья, когда солдаты могли немного отдохнуть, они находили время для песен, танцев, писали письма домой, ходили в кино и театр. В те тяжелые времена, как никогда, важно было поддерживать боевой дух.

И в наше мирное время нам тоже необходим боевой дух и позитивный настрой!

Как вы думаете, зачем?

(Пауза для ответов детей)

Правильно, для достижения любых целей! И сейчас мы с вами укрепим свой дух и наполнимся положительной энергией с помощью...

(Переход к медитации и дыхательным упражнениям)

Метод «Равновесия»

помогает выстроить глубокую связь между телом и умом, способствуя улучшению регуляции психоэмоционального состояния.

Вдохните, медленно выдохните, затем медленно сделайте глубокий вдох.

- Задержите дыхание на четыре секунды.
- Вновь медленно выдохните и медленно сделайте глубокий вдох.
- Задержите дыхание на четыре секунды и выдохните.
- Повторите это 6 раз, и вы убедитесь, что стали спокойнее и невозмутимые.

Упражнение «Задууй свечу»

- Сделайте глубокий вдох, набирая в легкие как можно больше воздуха.
- Вытянув губы трубочкой, медленно выдохните, как бы дуя на свечу, при этом длительно произносите звук «у-у-у». Повторите упражнение 5-6 раз.

Медитация

А теперь мы с вами отправимся далеко-далеко, отдохнуть и забыть про неприятности? Я предлагаю вам отправиться на необычную прогулку, в страну душевного здоровья, где вы сможете отдохнуть и расслабиться. Закройте глаза и слушайте внимательно (*включается музыка «Шум моря и пение птиц»*).

В страну душевного здоровья отправимся сейчас,
Где радоваться, отдыхать, и удивляться будем каждый раз.
Давайте пройдемся по тропе здоровья через радужный лес и поднимем себе настроение. Идите медленно, чтобы почувствовать под ногами еловые иголки, мелкие и колкие камешки, гладкие камни, песок, веточки, мягкую травку. *(Выключить музыкальное сопровождение)*.

Вот мы с вами пришли к аквариуму *(включается музыка К. Сен-Санс «Аквариум»)*. Он необычный, а волшебный, как все и предметы в нашем путешествии, он меняет цвета. Приложите ваши ладошки к стеклу? Обратите внимание на медленно поднимающиеся пузырьки, на меняющиеся цвета воды, на плавное движение рыбок.

Аквариум чистый сверкает стеклом

И рыбы нарядные плавают в нем.

Наше путешествие продолжается. Посмотрите, оказались мы с вами на цветочной поляне. Здесь солнечно, тепло, радостно и спокойно. Здесь много красивых разноцветных бабочек. Они легкие, воздушные. Движения мягкие, спокойные, плавные.

Долгое и интересное наше путешествие по стране душевного здоровья.

Включается панно «Звездное небо». Гаснет свет. Включается музыка К.Дебюсси «Лунный свет»

На темном небе зажигаются яркие звездочки. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Вокруг все тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Приятное ощущение тепла и спокойствие охватывает все ваше тело, лоб, шею, спину, руки, ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным.

Реснички опускаются

Глазки закрываются

Мы спокойно отдыхаем

Сном волшебным засыпаем

Дышится легко, ровно, глубоко

Наши ручки отдыхают
Ножки тоже отдыхают,
Глазки тоже отдыхают, засыпают
Шея не напряжена и расслаблена.
Дышится легко... ровно... глубоко...
Мы спокойно отдыхаем
Сном волшебным засыпаем.

Ваши ручки легкие-легкие. Ваше тело тоже легкое- легкое. Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Гаснут звезды, наступает утро. Открываем глаза. Настроение становится бодрым и веселым. Вы полны сил и энергии.

Потянуться! Улыбнуться!

(включается освещение)

И завершим мы нашу встречу разучиванием стихотворения к этой знаменательной дате, чтобы поделиться им с окружающими.

