

## Конспект занятия в старшей группе "От улыбки станет всем светлей"

Эмоции – особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результат его практической деятельности.

Данный материал будет полезен воспитателям, педагогам-психологам детских дошкольных учреждений.

**Джамалутдинова Б.О.**

### **Цель:**

- Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста, снятие психоэмоционального напряжения.

### **Задачи:**

- Закрепить умение узнавать, показывать эмоции, словесно обозначать и адекватно реагировать на них.

- Воспитывать у детей дошкольного возраста доброжелательность, сочувствие, сострадание.

### **Материал:**

- магнитофон с записью разной по настроению музыки.

- волшебная палочка

### **Ход занятия:**

Дети входят в группу под музыку В.Шаинского «Улыбка».

#### **1.Ритуал приветствия.**

##### **Психолог:**

- Здравствуйте дети!

- Я очень рада встрече с вами и я вижу, что вы пришли с хорошим настроением.

До начала занятия проводится точечный массаж биологически активных точек по системе А. А. Уманской «Солнышко».

Солнце утром рано встало,

Всех ребяток приласкало:

гладит грудку,

гладит шейку,

гладит носик,

гладит лоб,

гладит ушки,

гладит ручки,

загорают дети. Вот!

#### **Упражнение «Давайте поздороваемся с Другом».**

##### **Психолог:**

- А здороваться мы будем необычно, различными частями тела: ладошками, локтями, коленками, спинками.

- А вы любите путешествовать?

Дети:

- Да.

#### **2. Постановка темы и цели занятия.**

##### **Психолог:**

-Тогда я хочу вам предложить совершить путешествие в необычную страну - в страну

Друзьям дарить улыбку нужно – будем жить тогда мы дружно! (улыбнуться друг другу и обняться).

Педагог-психолог:

- Ребята, отгадайте – ка загадку.

Её трясёт, глаза горят.

Сама пряма, как гвоздь!

Кидается на всех подряд.

Кто это? Это ..... (злость)

Педагог-психолог:

- Верно.

Педагог-психолог:

- Если кто-то злиться, сердится, капризничает, у него настроение, какое?

Дети:

- Плохое, ужасное.

Педагог-психолог:

- А лицо меняется у человека?

Дети:

- Да. У него лицо становится похоже на тучу.

Педагог-психолог:

- А вы были в такой ситуации?

Дети:

- Да.

Педагог-психолог:

- В каких ситуациях?

- Давайте попробуем показать, как мы злимся.

(мимикой, жестами, движениями)

- И я предлагаю вам поиграть в игру:

**«Сердитый котенок».**

Дети распределяются на пары. Один играющий – котенок, другой – хозяин. Котенок должен показать своему хозяину, как сердится котёнок (шипит, выпускает когти, царапается, рычит). Хозяину необходимо успокоить его, приласкать, погладить. Когда котенок успокаивается, начинает мурлыкать, и участники меняются местами.

Психолог:

- Да ребята, злость плохое чувство.

- А что нужно и можно сделать, чтобы не злиться?

(можно потанцевать, попрыгать, побегать вокруг дома, постучать кулаком по столу, покидать мячик)

**4. Релаксация «Волшебный сон».**

Дети садятся на стулья в «позу покоя»: (ноги слегка разведены, руки свободно лежат на коленях, спина не напряжена, глаза закрыты). Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит:

«Маленькие пингвины очень устали, набегались, наигрались, теперь отдыхают. Им снятся волшебные сны. Снится голубое небо, яркое солнце, прозрачная и теплая вода, золотые и серебристые рыбки, плавающие в водичке, мама и т. д.

**Игра – упражнение «Попрощаемся по-разному.»**

Психолог:

Вот и подошло к концу наше занятие, и я предлагаю вам попрощаться по-разному.

Дети встают парами.

Эмоций.

- Жители этой волшебной страны, страны Эмоций, обращаясь, друг к другу, произносят свое имя ласково.

- А вы не хотите попробовать, произнести как жители этой страны, свои имена ласково?

Дети:

- Да хотим.

Психолог:

- Давайте попробуем.

### **3. Основная часть.**

Игра-упражнение «Ласковое имя»

Педагог – психолог:

- Я спрашиваю ребенка, как его имя, а вы, все остальные дети называйте хором его имя ласково.

(Если у детей в процессе игры возникают трудности педагог помогает.)

Психолог:

- Ребята, я тоже пришла к вам с хорошим и веселым настроением.

-И свое веселое и радостное настроение я хочу подарить вам.

(Педагог улыбается ребенку, который стоит рядом, а уже этот ребенок передает улыбку следующему и так до конца.)

Педагог – психолог:

- А сейчас ребята, я предлагаю вам поиграть со мной в игру.

#### **Игра «Паутинка»**

- Представьте, что вы стали волшебниками, добрыми волшебниками, и у вас появилась возможность помочь людям стать счастливыми и радостными, а сделать вы это сможете, с помощью волшебных пожеланий

Педагог-психолог:

- Как вы думаете, у вас получится это сделать?

Дети:

-Да.

Педагог-психолог:

- Что же можно пожелать людям, которые живут на нашей Земле...

Дети:

- пусть люди никогда не болеют;
- пусть люди долго и счастливо живут;
- пусть у всех будут дети;
- пусть люди никогда не сорятся;
- пусть в мире не будет войны.

Педагог-психолог:

- Молодцы ребята! Сколько добрых пожеланий вы сказали жителям планеты Земля.

- Всем спасибо!

#### **Упражнение «Будем дружно улыбаться» (динамическая пауза).**

Педагог – психолог:

- Ребята, я буду читать стихотворение, а вы повторяйте за мной все движения».

Детки, дружно поднимитесь (встать со стульчиков)

Потянитесь, повернитесь (потянуться и повернуться вокруг себя).

Если будем улыбаться — не будем злиться и ругаться,

(показать улыбку, затем злость и потопать ногами)

Психолог:

- Попрощаемся ладонями (локтями, коленками, спинами, лбами и т.д.)

Дети выбирают из пиктограмм свое настроение.

Рисование пиктограмм:

**«Какое у меня сейчас настроение».**

- А сейчас ребята, возьмите карандаш, и нарисуйте, свое настроение.

Дети выбирают одну из предложенных пиктограмм – ту, которая соответствует их эмоциональному состоянию в данный момент, называют свое эмоциональное состояние и рисуют его на предложенном шаблоне.

(После психолог размещает детские рисунки с настроением на стенде.)

Психолог:

- А наше путешествие по волшебной стране подошло к концу.

Нам пора возвращаться в сад.

### **5. Рефлексия:**

Педагог-психолог:

- Ребята, в какую страну мы сегодня путешествовали?

- Что больше всего вам понравилось в этом путешествии?

- Какие эмоции вы испытали во время путешествия?

(Ответы детей).