

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №52
Г.СТАВРОПОЛЯ

**Конспект организованной образовательной
деятельности педагога-психолога в
старшей группе
«Путешествие в страну эмоций».**



Подготовил педагог - психолог: Киримова Н.И.

г.Ставрополь, 2021 г.

В последние годы в системе дошкольного воспитания стала прослеживаться тенденция к интеллектуальному развитию ребенка. При этом развитию эмоциональной сферы часто уделяется недостаточное внимание. При всей кажущейся простоте распознавание и передача эмоций — это достаточно сложный процесс, требующий от ребенка определенных знаний, определенного уровня развития. Практика показывает, что дети не всегда обращают внимание на выражение лица, не придают значения пантомимике (позе, жестам), даже старшие дошкольники имеют недостаточные представления об эмоциональных состояниях человека и их проявлениях.

Цель: развитие эмоциональной сферы старших дошкольников.

Задание:

- закрепить умение узнавать и выражать эмоции (радости, печали, злости, страха), эмоциональные состояния в мимике;
- развивать саморегуляцию воспитанников (саморегуляция - сознательное управление своими переживаниями, и их изменением)
- создать комфортный психологический климат в группе, бодрый и радостный настрой;

Состав группы:

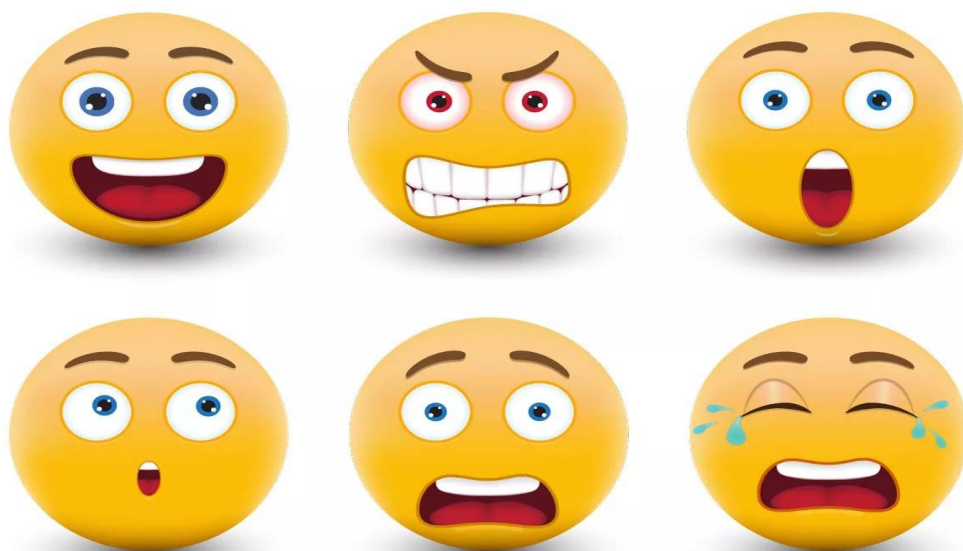
Возраст участников: 5-6 лет;

Количество детей: 10-14 человек;

Продолжительность занятия: 30 мин.

Материалы:

- «Смайлики» эмоций (радость, грусть, страх,...) ;



- Домики настроения (радость, грусть, страх, удивление) ;



- Записи музыки для каждой эмоции ;

- Воздушные шарик (по количеству детей) ;

- «Дорога из ромашек» (для путешествия к домику радости) ;



- «Пещера страха» (столы, накрытые тёмной тканью и украшенные «страшилками»);

- «Грустная тучка с капельками»;



- «Вулкан» ;



- « Волшебные ингредиенты» во флаконах (1- кофе; 2- апельсин; 3- чеснок; 4- мыло жидкое);

ХОД ЗАНЯТИЯ.

Психолог: Здравствуйте, ребята! Сегодня в этот солнечный, погожий день необходимо что –нибудь пожелать друг другу. Надо посмотреть в глаза друга и сказать ему добрые, ласковые слова.

ПРОВОДИТСЯ ИГРА «ЛАСКОВОЕ ИМЯ – ДОБРЫЕ СЛОВА»

Психолог: Ребята! А вы хотели бы попутешествовать? Я вас приглашаю в далёкую страну, где живут необыкновенные люди и звери. На пути нашего следования могут возникнуть различные препятствия или проблемы, которые необходимо совместно решить. Только наша совместная работа поможет нам всё решить.

ПРОВОДИТСЯ УПРАЖНЕНИЕ «ПОМЕНЯЙСЯ МЕСТАМИ»

Дети стоят полукругом друг к другу. Педагог-психолог бросает детям 2 мягкие игрушки, у кого они оказались –меняются местами. Затем игрушки возвращаются опять психологу, и опять бросаются детям и т.д.

Поезд останавливается возле 1-го сказочного домика «**ГНЕВ**»

Звучит музыка Прокофьева «Петя и волк» (дедушка)

Возле дома лежит колючий коврик. Дети проходят по нему и рассказывают об ощущениях и эмоциональном состоянии, которое вызывает эта ходьба.

Психолог: Кто в этом доме живёт? Как можно узнать его настроение? (с помощью пиктограммы или мимики, телодвижения) Здесь живёт злой, разгневанный человек (дети называют эмоцию) А как вы узнали, что это злой и разгневанный человек?

Дети отвечают характерные особенности эмоционального состояния – злость (мимика и пантомимика).

Брови у злого человека опущены и сведены вместе, глаза раскрыты, губы сжаты и стиснуты зубы. Кисти рук сжаты в кулаки. Он может сильно размахивать руками или топтать ногами, громко кричать.

Психолог: Что может сделать разгневанный человек? Что вас может разозлить? Почему вы злитесь? Назовите злых героев сказок (Карабас - Барабас, Снежная Королева, Дуремар, Мачеха и т.д.)

Психолог предлагает детям показать свой гнев с помощью мимики и пантомимики. Дети изображают свой гнев.

Психолог: А ведь гневом или злостью можно управлять. Можно научиться сердиться, никого при этом не обижать.

ПРОВОДИТСЯ УПРАЖНЕНИЕ «ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»

Психолог: Надуйте воздушный шарик и держите его так, чтобы он не сдувался, а был полным (дети выполняют задание)

Представьте себе, что шарик – это ваше тело, а воздух внутри шарика – это ваш гнев или злость. Как вы думаете, что случится с шариком, если его сейчас выпустить из рук? (Он улетит).

Отпустите шарик и проследите за ним (Дети отпускают шарики, они быстро перемещаются из стороны в сторону) Заметили, что шарик был совершенно неуправляемым? Так бывает и со злым человеком.

Он может совершать поступки, не контролируя их, может обидеть или даже ударить кого –нибудь.

1 - Теперь надуйте другой шарик и попробуйте выпустить из него воздух маленькими порциями (дети выполняют задание)

Что теперь происходит с шариком? (он сдувается)

А что происходит с гневом внутри шарика?

Можно ли им управлять?

2 – Гнев можно пропустить через стопы наших ног. Давайте встанем и сильно-сильно потопаем. Наши стопы сначала станут тёплыми, потом горячими, потому что через них выходит гнев (дети выполняют задание);

3 – Можно представить, что мы собрали остатки нашего гнева в мешочек. Давайте подержим мешочек на ладони. Чувствуете, какой тяжёлый гнев? Сожмите его со всей силы, киньте в мишень (дети выполняют задание);

4 – А сердитые слова можно произнести в трубу. Попробуйте это сделать. Вы почувствовали, как легко и весело, мы с вами сердились, но никакого вреда никому не причинили. Улыбнитесь друг другу. Продолжим наше путешествие.

Звучит музыка Эдварда Грига «В пещере горного короля»

Останавливаются возле 2-го домика «СТРАХ»

Психолог: Кто в этом доме живёт? (дети называют заданную эмоцию). Как можно узнать, что человек напуган? (с помощью пиктограммы или мимики, телодвижения)

А как вы узнали, что это испуганный человек?

Дети отвечают характерные особенности эмоционального состояния – страх, испуг (мимика и пантомимика) Голова испуганного человека втянута в плечи и откинута назад. Глаза широко раскрыты, брови приподняты, рот приоткрыт. Руки прижаты к груди или закрывают лицо. Колени согнуты. Ходит он очень осторожно или вообще стоит на месте. От страха человек может очень тихо говорить, дрожать, плакать. Ему даже кажется, что он становится меньше ростом.

Покажите друг другу, как вы выглядите, когда боитесь, (дети выполняют задание) Какие сказочные герои были испуганны и что их напугало? А что вас может испугать? (дети перечисляют – шум, резкие звуки, непонятные, размытые силуэты, большие размеры, устрашающий вид, оружие, возможность нам навредить и причинить боль или увечье, мало информации об объекте и т.д)

А как мы можем преодолеть наш страх? Внимательно рассмотреть и увидеть детали. Привыкнуть к своему страху и успокоиться, глубоко дышать (вдох и полный выдох, необходимо чтобы кто-нибудь приласкал или обнял)

А теперь послушаем историю, которая называется «ВАЗА», и инсценируем ее.

«Девочка Маша стояла у раскрытого окна и смотрела, что происходит на улице. На столе рядом с окном стояла ваза. Вдруг подул сильный ветер. Окно захлопнулось, и ваза упала. Девочка очень испугалась. Тут в комнату вошла мама.

Психолог: Что она сделала, и что сказала своей дочери? Мама накажет ребёнка, поставит в угол, накричит. Что бы она могла сделать ещё? Мама сначала могла успокоить дочку. Сказать, что ничего страшного не произошло, а потом уже дать ей возможность объяснить, что случилось на самом деле. Сейчас кто-нибудь из вас изобразит ребёнка, который сильно испугался и мы все вместе пожалеем, утешим его. Только делать это надо без слов, с помощью прикосновений.

А ещё можно нарисовать свой страх, Страшилку и перевоспитать её, для этого нужно сделать его добрым:

- 1 – пририсовать воздушный шарик, конфеты в руках страшилки.
- 2 – исправить злое, выражение лица на доброе, улыбочное.
- 3 – переодеть страшилку в нарядный, весёлый и яркий костюм.

ПРОВОДИТСЯ УПРАЖНЕНИЕ «РАССМЕШИ СТРАШИЛКУ»

Дети на силуэтах(заранее подготовленных) дорисовывают детали не характерные для «страшилки», применяют яркие, светлые цвета при раскрашивании или помещают его в смешную обстановку. Продолжим наше путешествие.

Подходят к домику **«УДИВЛЕНИЕ».**

Звучит музыка Д. ХРИСТОВА «Золотые капельки»

УПРАЖНЕНИЕ «УДИВЛЕНИЕ»

Скажите удивлённо фразу: «Сегодня идёт дождь»

Психолог: Кто в этом доме живёт? Как можно узнать его настроение? (с помощью пиктограммы или мимики, телодвижения)

А как вы узнали, что здесь живёт удивлённый человек?

Дети отвечают характерные особенности эмоционального состояния – удивление (мимика и пантомимика).

У удивлённого человека приоткрыт рот, брови и верхние веки приподняты. Обе руки могут быть опущены или одна рука может придерживать щеку или прикрывать рот, как будто хочет сдержать восклицание. Ноги могут быть согнуты в коленях. От удивления человек может просто замереть и вскрикнуть. Переживание удивления обычно бывает коротким и приятным.

Психолог: Расскажите, чему вы можете удивиться? Дети перечисляют. А нас может удивить запах? ДА.

ПРОВОДИТСЯ УПРАЖНЕНИЕ «АРОМАТЫ В ШКАТУЛКЕ»

Закройте глаза. Я буду каждому из вас давать понюхать баночку с удивительным запахом. А вы постарайтесь угадать, что это за запах, а затем расскажите, что вы вспомнили, вдыхая аромат.

Удивитесь ему (дети выполняют задание).

А бывают ли неприятные запахи и могут ли они нас удивить? Что нужно сделать, чтобы изменить запах? (понюхать что-нибудь приятное, подухариться или просто проветрить)

Психолог: Путешествие продолжается, и мы идем по цветочной тропинке, а она такая мягкая и вызывает у нас приятные, радостные ощущения. Нам так и хочется снова и снова идти по ней.

Подходят к 4-му домику «РАДОСТЬ»

Психолог: Мы подошли к домику, как вы думаете, кто здесь живёт? Да, здесь проживает весёлый, радостный человек. Как можно узнать его настроение? (с помощью пиктограммы или мимики, телодвижения)

По лицу совсем нетрудно узнать радостного человека: он улыбается или смеётся, уголки губ приподняты вверх и глаза слегка прищурены.

Как можно узнать, что чувствует радостный человек?

У радостного человека появляется уверенность в собственных силах. Он ощущает необыкновенную лёгкость, ему хочется летать, плясать, прыгать, кричать, чтобы выплеснуть переполняющую его радость.

Изобразите, как вы радуетесь (дети выполняют) Назовите сказочных героев и когда они испытывали большую радость? Дети перечисляют.

УПРАЖНЕНИЕ «Я РАДУЮСЬ, КОГДА....»

«Что такое радость?» Дети перечисляют радостные моменты в их жизни и чтобы они хотели бы получить.

РЕЛАКСАЦИОННОЕ УПРАЖНЕНИЕ «СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК» (на ковре)

Звучит легкая фоновая музыка

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке. Поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, полюби его и подружись с ним. Отлично! Мы подружились с солнечным зайчиком, глубоко вздохнём и улыбнёмся друг другу»

Какое настроение вызвал у вас этот «солнечный зайчик»? Понравился ли он вам? Детирассказывают об своих ощущениях и настроении.

Психолог:Мы с вами путешествовали в страну эмоций : СТРАХА, ЗЛОСТИ, УДИВЛЕНИЯ, РАДОСТИ и узнали много нового об их эмоциональных особенностях (как они выражаются в мимике и пантомимике, телодвижениях и позах), что чувствует человек в том или ином эмоциональном состоянии. Как можно исправить плохое настроение, не принося вреда окружающим людям.

РЕФЛЕКСИЯ:А что хорошего вам запомнилось в нашем путешествии, что вам понравилось? Каждый из вас хочет быть в каком-то настроении, или какое настроение возникло после нашего путешествия?

Давайте с вами это настроение, эмоцию изобразим с помощью схем-пиктограмм на этих ярких кругах, которые покажут ваше настроение. И наклеим их в окна этих ярких, радостных вагонов нашего весёлого паровозика. Дети выполняют данное задание.

УПРАЖНЕНИЕ «НАШ ВЕСЁЛЫЙ ПАРОВОЗ»

Звучит песня «Мы едем, едем в далёкие края...» Психолог: Вот и закончилось наше путешествие и нам пора возвращаться в детский сад. А на память об этом хотелось бы подарить каждому из вас «подснежники» (конфета на палочке) с весёлыми мордашками на них.