**КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО ЗАНЯТИЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ «УДИВИТЕЛЬНЫЙ МИР ЭМОЦИЙ»**

**Педагог-психолог: Степанова Ольга Николаевна**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы детей, развитие способности осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей.

**Задачи:** 1) развитие умения различать эмоции по их проявлениям,

2) развитие выразительной мимики,

3) проигрывание различных эмоциональных состояний,

4) обучение детей способам регуляции своих эмоций (снятие психоэмоционального напряжения, умение изменить свое настроение).

**Методические приемы:**

1) обсуждение, показ

2) психогимнастика

3) мимические и пантомимические приемы

4) психомышечная тренировка

5) элементы психодиагностики

**Ход занятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Этапы* | **Ход занятия** | *Средства* |
| *Приветствие* | Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас с вами необычное занятие. Сотрудники детского сада пришли сегодня к нам. Давайте улыбкой поприветствуем наших гостей. Ребята, я знаю, что вы учитесь угадывать настроение! А можете ли вы угадать, какое настроение сегодня у наших гостей? Как вы догадались? |  |
|  | А вы умеете сравнивать настроение с солнышком, пасмурной или дождливой погодой? Давайте попробуем! Подберите подходящее выражение лица.(радость, спокойствие, грусть)Было ли у вас настроение, похожее на дождливую тучку?Что ты при этом чувствовал? А на пасмурную погоду? « | *Наглядный материал* |
| *Психогимнастика* | А сейчас, я предлагаю вам превратиться в облака, и под строки стихотворения изобразить настроение:  По небу плыли облака,  А я на них смотрел.  И два похожих облачка  Найти я захотел.  Я долго всматривался ввысь  И даже щурил глаз,  А что увидел я, то вам  Все расскажу сейчас.  Вот облачко веселое  Смеется надо мной:  — Зачем ты щуришь глазки так? Какой же ты смешной!  Я тоже посмеялся с ним:  — Мне весело с тобой! И долго-долго облачку Махал я вслед рукой.  А вот другое облачко  Расстроилось всерьез:  Его от мамы ветерок  Вдруг далеко унес.  И каплями-дождинками  Расплакалось оно...  И стало грустно-грустно так,  А вовсе не смешно.  И вдруг по небу грозное  Страшилище летит  И кулаком громадным  Сердито мне грозит.  Ох, испугался я, друзья,  Но ветер мне помог:  Так дунул, что страшилище  Пустилось наутек.  А маленькое облачко  Над озером плывет,  И удивленно облачко  Приоткрывает рот:  — Ой, кто там в глади озера  Пушистенький такой,  Такой мохнатый, мягенький?  Летим, летим со мной!  Так очень долго я играл  И вам хочу сказать,  Что два похожих облачка  Не смог я отыскать.  *НА. Екимова.* | *Наглядный материал*  *Пиктограммы -облака* |
| *Знакомство с эмоцией «радость»* | Молодцы! Какое же настроение было у наших облаков? Радость, грусть, злость, удивление. Попробуем сами изобразить эти эмоции. А поможет нам зеркало.  Изобразим радость. Потрогайте лицо руками. Где чувствуется напряжение?  Уголки губ поднимаются вверх. Лицо словно расцветает улыбкой. Около глаз собираются морщинки. Глаза чуть прищурены. | *Зеркало* |
|  | А когда вам бывает радостно?  Я знаю удивительную песенку, которая поднимает настроение. – «Дождик идет…» Давайте ее споем.  Дождик идет,  Дождик идет.  Песню поет,  Песню поет.  Этот мотив,  Этот мотив  Ты подхвати,  Ты подхвати.  *Припев*  Кап,кап,кап  Кап,кап,кап  Кап,кап,кап-  Правильно пой!  Тук,тук,тук,  Тук,тук,тук,  Тук,тук,тук –  Пойдем гулять со мной.  Ребята, вам приятно, когда у вас хорошее настроение? А когда у ваших друзей хорошее настроение, вам за них радостно? Старайтесь делиться своим радостным настроением , с окружающими вас людьми. | *Движения под песню «Дождик идет….»* |
| *Знакомство с эмоцией «Грусть»*  *Интерпретативный тест «Грустная мама»*  *Техника «Клубок»* | А теперь давайте погрустим… (прослушивание отрывка композиции Чайковского И.П. «Болезнь куклы» .  Посмотрите на рисунок. Инструкция: «Художник нарисовал маму и папу в комнате. Папа смотрит в окно, а мама очень грустная и чем-то расстроена. Как ты думаешь, почему у нее плохое настроение?»  Цель: выявление степени сосредоточенности переживаний ребенка на родительских взаимоотношениях в семье.  Обработка и анализ данных:  1. Эмоциональная дистанция между родителями объясняется «плохостью» самого ребенка: «Из-за ребенка поссорились», «Их сын убежал, и не приходит», «Ребенок их не слушается», «Настроение испортил ребенок»…  2. Эмоциональная дистанция объясняется ссорой между родителями: «Поругались друг с другом», «Поссорились». Ребенок может конкретизировать причину ссоры: «Он не помогает ей», «Он ее разлюбил»...  3. Эмоциональная дистанция между родителями объясняется причинами, не связанными с межличностными отношениями: «Лампочка перегорела», «Молоко убежало», «На улице плохая погода»…  Изобразим грусть. Потрогайте лицо руками. Где чувствуется напряжение?  Уголки губ опущены вниз.  Садитесь в круг…Сейчас мы все вместе составим с помощью клубочка одну большую паутину, связывающую нас между собой. Начну я: «Мне грустно, когда у меня что-то не получается…»(передаю клубок по кругу)  А теперь, замотаем нашу грусть в клубочек и она исчезнет.  А как вы думаете, как избавиться от грусти?  1. постараться улыбнуться.  2. вспомни о самом приятном на свете, например о сладкой конфете.  3. поиграй с друзьями.  4. возьми свою любимую игрушку, прижми к себе, поиграй с ней. | *Стимульный материал к методике* |
| *Гимнастика для лица* | Давайте выполним следующие движения:  Поднимите брови вверх, сдвиньте их к переносице, крепко зажмурьте глаза, а теперь широко откройте их. Надуйте щеки, а теперь, что есть сил втяни их. Сложи губы трубочкой , вытяни их вперед, а теперь УЛЫБНИСЬ! |  |
| *Знакомство с эмоцией «Злость»*  *Техника освобождение от гнева* | Изобразим злость. А поможет нам стихотворение:  Шел король Боровик  Через лес напрямик.  Он грозил кулаком  И стучал каблуком.  Был король Боровик не в духе:  Короля покусали мухи.  (В.Приходько)  Бывает такое, что вы злитесь?  Что ты делаешь, когда злишься?(ругаюсь, дерусь,кричу….)  А теперь, превратимся в злых мальчиков и девочек…  Брови сильно сдвинуты к переносице. Между бровями образуются складки. Рот сжат, немного кривится.  Я хочу вас научить, как правильно бороться со злостью.  Я хочу вам предложить поругаться, но не плохими словами, а …овощами: « Ты-огурец», «А ты-редиска», «Ты-морковка», «А ты-тыква»…  А еще…можно использовать наш «стаканчик для криков». И оставить там всю свою злость…  Также можно использовать «коврик злости».  Здесь, оказывается тоже можно оставлять свою злость…Предлагаю зайти на коврик (одному ребенку) и вытирать ноги до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться. | *Стакан для криков*  *Коврик злости* |
| *Знакомство с эмоцией «Удивление»* | У нас осталась последняя пиктограмма. Какая эта эмоция? Правильно – удивление!  Изобразим удивление. Потрогайте лицо руками. Где чувствуется напряжение?  Брови поднимаются вверх. Часто говорят «От удивления брови на лоб полезли.»  А сейчас я тоже всех вас хочу удивить!  (дети подходят к коробке,где спрятаны воздушные шары) Откроем эту коробку! Это воздушные шары!  Предлагаю, с помощью фломастера изобразить на шариках свое настроение и подарить шарики нашим гостям. |  |
| *Заключительная часть*  *Фопель «Любознательность»* | Молодцы! Мы с вами познакомились с основными эмоциями. Радостью, злостью, грустью и удивлением.  Научились бороться со злостью, и грустью.  Перед тем как закончить наше занятие, я хочу каждому из вас подарить по букве. Я выберу букву из вашего имени и нарисую ее у вас на ладошке. Вы должны будете мне сказать, какую букву невидимо я вам нарисовала. Каждый из вас по очереди должен подойти ко мне, чтобы я могла таким образом со всеми попрощаться. |  |