**Конспект развивающего занятия в подготовительной к школе группе**

**«Разные эмоции».**

**Цель**: формировать у детей умение анализировать свои и чужие эмоции, причины их возникновения, развивать эмоциональный интеллект, навыки самоконтроля, способствовать снятию эмоционального напряжения.

**Оборудование**: музыкальный центр, кукла Буратино, вырезанные из картона изображения ладони красного, синего, жёлтого цвета, диски с записями: звуки природы «Лес», музыка Карела Свободы из кинофильма «Три орешки для золушки», весёлая музыка.

**Ход занятия:**

**Педагог - психолог**: сегодня, ребята, мы с вами отправимся в удивительную, волшебную страну эмоций. Но прежде чем отправиться в путешествие, давайте поприветствуем друг друга.

***Ритуал приветствия «Скажи другому комплимент!»***

Сидя в кругу, дети берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему добрые слова, за что-то похвалить. Начинать нужно словами: «Здравствуй,.. (называет имя), мне нравиться, что у тебя…..!».

**Педагог - психолог**: молодцы ребята!

Чтобы попасть в сказочную страну мы должны выполнить ритуал входа: закрыть глаза, три раза повернуться вокруг себя, три раза хлопнуть, один раз топнуть.

*(дети закрывают глаза и выполняют ритуал входа «Страну эмоций»).*

*Дети открывают глаза звучит музыка Карела Свободы из кинофильма «Три орешки для золушки». У психолога в руках кукла Буратино.*

**Педагог - психолог**: сопровождать нас в волшебной стране будет Буратино.

-Ребята, Буратино просит вас перечислить основные эмоции. Какие эмоции вы знаете? (*Дети перечисляют эмоции).*

-Давайте поиграем в игру ***«Угадай эмоцию»***. Каждый из вас по очереди будет изображать эмоцию, а остальные должны угадать какую эмоцию вы изобразили.

Педагог-психолог: Буратино очень понравилось, как вы изображали и отгадывали эмоции. А сейчас я хочу прочитать вам рассказ «Хозяин своих эмоций»

***Хозяин своих эмоций.***

У каждого дома есть свой хозяин или хозяйка. Если хозяин хороший. То в нём прибрано, вещи разложены по места. Дом хорошо служит своему хозяину. Если в доме плохой хозяин, то в доме беспорядок, вещи разбросаны, где попало. Хозяин то и дело ищет какую-то вещь и не может найти, а ненужные вещи, наоборот, лезут в руки. Такой дом не может служить своему хозяину. Также и с чувствами. Один человек может быть хозяином своих чувств, управлять ими распоряжаться ими. Другой человек не может быть хозяином своих чувств. Тогда, наоборот, чувства будут управлять, распоряжаться этим человеком и доставлять ему много хлопот.

-Давайте обсудим несколько ситуаций, где человеком управляют его эмоции.

●Жил был мальчик Толя. Он был умный и сообразительный. Как-то на занятии он вдруг вспомнил, что утром он упал, потому что Вовка ему подножку подставил. Повернулся Толик назад и ударил Вовку книгой по голове. Воспитатель застыдила его. «Но почему? – удивился Толик. – Я ведь его справедливо ударил».

*Обсуждение с детьми ситуации*.

●А как-то во время завтрака такие вкусные оладьи были, что Толику стало радостно, что он стал хохотать во весь голос, де ещё соседку Аню щекотать, чтобы одному не скучно было смеяться. А воспитатель застыдила его. Но почему?

*Обсуждение с детьми ситуации*.

●А как-то Толик радостный прибежал домой и закричал: «Ура, мама, меня сегодня похвалила воспитатель за хорошую работу!» Младшая сестрёнка – она была ещё грудная – проснулась и заплакала. А мама застыдила его. «Но почему? – грустно подумал Толик. – Я ничего не понимаю».

*Обсуждение с детьми ситуации*.

**Педагог-психолог**: расскажите ситуации из вашей жизни, когда вы не смогли сдержать свои эмоции, и это привело к конфликтам (*рассказы детей*).

**Педагог - психолог**: я надеюсь, что в следующий раз, вы вспомните мой рассказ и будете хозяинами своих чувств.

-Давайте поиграем в игру «Шепталки, молчалки, кричалки».

***Игра «Шепталки, молчалки, кричалки».***

Изображение ладоней – это сигналы, которым должны подчиниться дети: красная ладонь – «кричалка», она означает, что можно кричать и бегать; жёлтая ладонь – «шепталка», она разрешает тихо разговаривать и ходить; синяя – «мочалка», сигнализирует о том, что нужно замереть на месте или лечь и замолчать. Сигналы подаются без системы, но заканчивать игру необходимо синей ладонью.

**Педагог - психолог**: в «Стране эмоций» живёт гномик Ах. Когда гном радуется, он говорит так… (*дети по очереди произносят слово «ах» с интонацией радости*). Когда гном грустит, он говорит…(«*ах» с интонацией грусти)*. Когда удивляется, он говорит…(«*ах» с интонацией удивления*). Когда гном боится, он говорит…(«*ах» с интонацией страха*). Когда злится, он говорит…(«ах» *с интонацией гнева*).

**Педагог-психолог**: Буратино просит вас вспомнить сказки и героев сказок - весёлых, грустных, трусливых, сердитых, любопытных, злых (*дети перечисляют сказки и героев с разными эмоциональными состояниями*).

**Педагог - психолог**: ребята, давайте немножко отдохнем. Ложитесь на ковёр, закрывайте глазки и слушайте внимательно.

*Звучат звуки природы .*

***Релаксация «Чудесный сон»***

**Педагог-психолог**: Закройте глаза и представьте себе, что мы лежим на лугу и смотрим в небо. Светит солнышко. Трава зелёная, мягкая, приятная. Вокруг летают бабочки. Кругом цветы. Тёплый лёгкий ветерок ласково гладит лицо. Тепло, приятно, сладко пахнут травы и цветы. Над нами медленно плывут облака. Поют птицы. Хорошо и спокойно.

*После того, как звуки природы смолкли, дети открывают глаза и поднимаются.*

**Педагог - психолог**: вот подошло к концу наше путешествие по «Стране эмоций». Давайте попрощаемся с Буратино.

*(Дети по очереди прощаются с Буратино).*

**Педагог - психолог**: для того, чтобы нам вернуться обратно в детский сад, нам нужно выполнить ритуал выхода из волшебной страны, нужно повернуться вокруг себя, три раза топнуть и один раз хлопнуть и . (*Дети выполняют ритуал выхода из «Страны эмоций»)*

**Педагог - психолог**: дети вам понравилось наше путешествие? Что понравилось больше всего? Что нового и интересного вы сегодня узнали? *(ответы детей).*

В конце нашей встречи предлагаю взяться за руки, осторожно пожать их и передать тепло своих ладоней друг другу.

*Дети выполняют ритуал прощания «Тепло ладоней».*