МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №10» г. ОРЛА

**Конспект занятия по развитию эмоциональной сферы старших дошкольников посредством игровой деятельности**

**Тема: «**Путешествие в город Эмоций»

**Подготовила:**

**педагог – психолог:**

**Вакулко Т.В.**

Орёл,2024 г.

**Цель:** развитие эмоциональной сферы дошкольников, формирование доброжелательных, дружеских взаимоотношений среди сверстников.

**Задачи:**

*образовательные:* закрепить умение узнавать и выражать эмоции (радости, печали, злости, страха), эмоциональные состояния в мимике;

*развивающие:* развивать саморегуляцию воспитанников *(саморегуляция - сознательное управление своими переживаниями, и их изменением);*

*воспитательные:* создать комфортный психологический климат в группе, бодрый и радостный настрой.

**Ожидаемые результаты:**

- понимают свои эмоции и эмоции других людей;

 - способны сдерживать себя и выражают свои эмоции в социально приемлемой форме;

- выражают доброжелательность в общении с детьми и с взрослыми.

**Предварительная работа:**рассматривание сюжетных картин с различными эмоциональными состояниями, чтение (сочинение) сказочного эпизода по заданной картине, проигрывание этюдов на выражение различных эмоций с помощью мимики, жестов, взглядов, улыбок, поз, интонаций голоса, рисование различных эмоций, проигрывание придуманных или знакомых сказок («Волк и семеро козлят», «Репка», «Курочка Ряба» и т.д.), знакомство с куклами – гномиками изображающими разные эмоциональные состояния: гномик Радость, Злость, Страх и т.д.; дидактические игры «Эмоции», «Театр настроений».

**Методы :** наглядный, наглядно – практический, словесный.

**Технологии:**моделирование *(работа с картой)*, социально – психологического благополучия ребёнка *(психологический этюд «Кто как радуется», упражнения на снятие эмоционального напряжения, сплочение детского коллектива)*

**Материалы и оборудование:** ноутбук, аудиозаписи и колонка (муз. Э. Грига «В пещере горного короля»; весёлая музыка, песня «Паровоз Букашка»), иллюстрации с изображением полянки с яркими цветами *(или на паласе небольшой участок с плоскостными цветами)*, пещеры, горы *(или небольшие настольные макеты)*, Пьеро *(или иллюстрации гномик радостный, грустный Пьеро, грустные клоуны, испуганный гномик, злой гномик)*, ромашки на каждого ребёнка по 5 штук, цветные карандаши или фломастеры, сундучок с сюрпризом для детей *(воздушные шарики или конфеты)*, карта страны Эмоций, листы А4 с изображением грустных клоунов *(по одному на каждого ребёнка)*, улыбки для клоунов, клей – карандаш *(на каждого ребёнка).*

**Используемая литература:**

1. Л. А. Никифорова «Вкус и запах радости».
2. О.В.Хухлаева, О.Е.Хухлаев, И.М.Первушина «Тропинка к своему Я».
3. М. И. Чистякова «Психогимнастика».
4. Г.Г.Колос «28 занятий для преодоления неуверенности и тревожности у детей 5 – 7 лет».
5. Ю.Е.Веприцкая «Развитие внимания и эмоционально – волевой сферы детей 4 – 6 лет».
6. Т.В.Ананьева «Комплексная психологическая поддержка детей старшего дошкольного возраста. Конспекты занятий».
7. Интернет – ресурсы.

**Ход занятия**

**Организационный этап**

**Педагог – психолог:** Здравствуйте, дети. Сегодня я предлагаю вам поприветствовать друг друга необычным способом. А каким вы сейчас придумаете сами. Как вы обычно здороваетесь друг с другом?

**Дети:** Говорим привет и т.д.

**Педагог – психолог:** А как ещё можно поздороваться?

**Дети:** Пожать руку и т.д.

**Упражнение «Необычное приветствие»**

***Цель:*** снять напряжение, создать эмоциональный комфорт.

Дети здороваются необычным способом: различными частями тела (ладошками, локтями, коленками, спинками) и выполняют приветствие.

**Педагог - психолог:** письмо с сигналом

«Дорогие друзья. Я знаю, что вы на ваших занятиях учитесь узнавать и передавать различные эмоции, настроения. Также я знаю и вижу, что это у вас очень хорошо получается! Для меня это так приятно! Потому что это самое необходимое знание в нашем городе эмоций! Я хочу пригласить вас в это увлекательное путешествие. Я подготовила для вас некоторые задания, если вам удастся справиться с ними, в конце путешествия вас ждет приятный сюрприз. Если вы согласны, то, желаю вам прекрасного путешествия!  А чтобы вы не заблудились, дарю вам карту города Эмоций».

*Подпись: Волшебница Эмоций.*

**Педагог – психолог**: Хотите отправиться в путешествие?

**Дети:** Да, конечно.

А на чем вы обычно путешествуете?

Я предлагаю отправиться в путешествие на волшебном поезде.В станьте пожалуйста друг за другом.

Ну, что же пора отправляться в путешествие.

Тогда внимательно смотрим на карту. Кружочком отмечено место, где мы сейчас находимся, а крестиком – места, которые нам нужно посетить. Рассмотрите карту и скажите, куда нам сначала нужно пойти?

**Дети:** К домику весёлого гнома.

*Двигаются под детскую песню «Паровоз-Букашка»*

**Основной этап**

*Педагог - психолог разворачивает карту (лист формата А4), на которой изображена дорога, идущая по стране Эмоций. По ходу дороги есть пункты с остановками. Дорога отмечена пунктиром и стрелочками – указателями.  На этих остановках детям необходимо выполнить задание от одного из жителей страны. За каждое правильно выполненное задание, дети получают цветок. Групповое помещение (или музыкальный зал) разделено на несколько секторов. На каждом из секторов есть условный знак (табличка с изображением одного из жителей или небольшой настольный макет). Рядом с табличкой лежат листы формата А5 с изображением ромашки, который дети смогут забрать лишь в том случае, если выполнят задание.*

**Остановка «Поляна Радости»**

*Звучит веселая музыка.*

**Педагог – психолог:** Кого вы видите на этой поляне?

**Дети:** Гномик радости

**Педагог – психолог:** А что такое радость?

**Ответы детей:** Радость - это когда всем весело, все радуются. Радость - это когда у всех праздник. Радость - это когда никто не плачет. Радость - это когда все здоровы.

**Педагог – психолог:**Что вы делаете, когда вы испытываете чувство радости?

**Дети:** поём, танцуем, улыбаемся…

**Педагог – психолог:** Гномик-радость приготовил для нас небольшие задания. Он просит вас показать, как вы умеете радоваться.

**Задание от гномика: психологический этюд «Кто как радуется»**

Дети становятся в круг. Психолог предлагает им изобразить, показать без слов, как они радуются: при встрече с мамой; когда встречают гостей в свой день рождения; когда прогуливаются в парке с родителями; когда идут в цирк; когда получают подарок; когда вас кто-то насмешит; когда играют в веселую игру. (*Выразительные движения: объятия, улыбка, смех, радостные возгласы)*

***Задание «Угадай эмоцию»***

**Педагог – психолог:** Гномик дарит вам ромашки. Они нам пригодятся. Берегите их.

**Остановка  «Остров грусти»**

**Педагог – психолог:** Ребята. Посмотрите, кто это нас встречает?

**Дети:** Это Пьеро и его друзья

**Педагог – психолог:** как вы думаете, откуда здесь такое большое озеро?

**Дети:** Наверное, это Пьеро плакал, и оно появилось.

**Педагог – психолог:** Ребята, а у вас бывает грустное настроение?

**Дети:** Да, иногда

**Педагог – психолог:** А  как можно поднять настроение?

**Дети:** Рассказать смешную историю, подарить подарок, улыбнуться и обнять друга.

**Педагог – психолог:**Давайте поможем Пьеро и его друзьям превратить печальное лицо в веселое?

**Задание от Пьеро «Грустный - весёлый»**

*На столе разложены листы А4 с грустными клоунами, отдельно лежат улыбки, клей – карандаш. Дети наклеивают улыбки на лица грустных клоунов.*

**Игра «Хоровод»**

По моей команде (звон колокольчика.), двигаясь, вы должны будете показать

\* печального зайчика

\* удивленную кошку

\* задумчивую сову

\* радостную ласточку,

\* испуганную мышку;

-злого волка

**Педагог – психолог:** Молодцы! Мы справились со всеми заданиями Теперь клоуны знают, как поднять себе настроение. И за это они тоже дарят вам ромашки. А нам пора ехать дальше ...

**Остановка  «Пещера страха»**

*звучит муз. Э. Грига «В пещере горного короля»*

**Педагог – психолог:** Отгадайте, какие звуки мы слышим?

**Дети:** Грустные, страшные, громкие, пугающие …

**Педагог – психолог:** Наверное, здесь кто – то живет, давайте посмотрим?

**Дети:** Там живёт Страх.

**Педагог – психолог:** Как вы догадались?

**Дети:** По его мимике, у него испуганное лицо …

**Педагог – психолог** (читает записку гномика): Научите меня преодолевать страх!

**Задание от гномика «Я страшилок не боюсь»**

*Дети идут по кругу, держась за руки, и повторяют все вместе эти слова. Когда ведущий называет какого-либо страшного персонажа: кощея, льва, волка, детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Ведущий выбирает самого страшного и тот становится ведущим и продолжает игру.*

**Упражнение «У страха глаза велики»**

**Педагог – психолог:** Теперь, давайте поиграем со страхом.

|  |  |
| --- | --- |
| Представьте, что у вас большой, большой страх | *Дети широко разводят руки в стороны* |
| У всех, кто боится, от страха глаза велики | *Показывают большие круглые глаза с помощью рук* |
| А теперь страх уменьшается | *Дети сдвигают руки* |
| А теперь совсем исчезает | *Пожимают плечами и в недоумении разводят руками* |

**Педагог – психолог:** Посмотрите друг на друга и убедитесь, что уже ни у кого нет больших глаз, так что никто из вас ничего не боится, так как страх исчез. Улыбнитесь друг другу. Как вы думаете, гномик научился преодолевать свой страх?

**Дети:** Да.

**Педагог – психолог:** Гномик дарит вам ещё одну ромашку. Ну что же, теперь мы можем ехать дальше.

**Остановка «Гора Злости»**

**Педагог – психолог:** Давайте посмотрим, кто живет на этой горе?

**Дети:** Гномик Злость

**Педагог – психолог:** Как вы догадались?

**Дети:** Рот открыт, видны зубы. У злого человека рот может быть перекошенным.

**Задание «Зеркало»**

Детям предлагается изобразить перед зеркалом злость.

**Игра «Тух-тиби-дух»**

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Ход игры: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Все ходят по комнате, как только я скажу: «Раз, два, три, стоп!» — все останавливаются. Останавливаются напротив одного из участников и сердито-пресердито произносит волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем ведущий меняется местами с тем, напротив кого он остановился, и играпродолжается. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

В этой игре заложен комичный парадокс: Хотя игроки должны произносить слово«тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

**Задание от гномика «Мамы злятся, когда ...»**

*Психолог задает вопрос, на который дети должны топать, если хотят ответить «да». Если «нет», ноги стоят вместе.*

**Педагог – психолог:** Я расскажу, когда мамы злятся, а вы отгадаете, правильно ли я говорю. Если вы согласны, то топаете ногами, если не согласны – ножки стоят вместе.

*- Мамы злятся, когда опаздывают на работу.*

*- Мамы злятся, когда едят мороженое.*

*- Мамы злятся, когда на них кричат.*

*- Мамы злятся, когда им дарят подарки.*

*- Мамы злятся когда, опаздывают с ребенком в детский сад.*

*- Мамы злятся, когда о маме говорят «плохая».*

*- Мамы злятся, когда берут их вещи без разрешения.*

*- Мамы злятся, когда их любят.*

**Педагог – психолог:** Да, любовь и доброе отношение может растопить любую злость! За то, что вы справились со всеми заданиями и не испугались трудностей, гномик дарит вам ромашки.

**Итог занятия.**

**Упражнение «Ромашка настроения»**

**Цель:** развивать умение выражать свои чувства.

**Педагог – психолог:** Каждое настроение имеет свой цвет, например, радость - это желтый, оранжевый, красный цвета, покой - это зеленый, печаль - коричневый, черный, темно-синий. Предлагаю вам выбрать тот цвет, который соответствует вашему настроению и раскрасить ромашки. Из этих ромашек мы соберём букет и подарим фее станы эмоций за увлекательное путешествие.

*Затем каждому ребенку предлагается выбрать тот цвет, который соответствует его настроению. После этого дети разрисовывают каждый свой лепесток. Обращается внимание на «лепестки», имеющие темный цвет, спросить у детей, почему у них такое настроение.*

**Рефлексия**

**Педагог – психолог:** Где мы сегодня побывали? Какие (чьи) задания вам показались сложными? А какие простыми? Мне тоже было с вами интересно путешествовать. Вы были сегодня такие внимательные, сообразительные, умные, смелые. Фея страны Эмоций, как и обещала, дарит вам подарки. Ну а нам пора возвращаться в детский сад.

**Ритуал прощания.**

*Дети образуют столбик из своих кулачков (по одному кулачку) и с улыбкой говорят: «Всем, всем, до свидания!»*