**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида села Пушанина Белинского
района Пензенской области**

**Занятие по развитию
эмоциональной сферы
для детей старшего дошкольного
возраста «Цветное настроение»**

Педагог-психолог: Горшенина Е.С.

Занятие по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста «Цветное настроение»

Цель: Развитие эмоциональной сферы и коммуникативных навыков

Задачи:

Способствовать:

- развитию способности понимать свое эмоциональное состояние и умению его выразить;
- снятию психоэмоционального напряжения;
- развитию коммуникативных навыков;
- уменьшению тревожности; развитию уверенности в себе.

Оборудование: 3 стакана с водой, блестки, кусочек глины или черная краска, ванночки с акварелью или гуашью нескольких цветов, листочки для каждого с надписью «мое настроение», конверт с письмом

Ход занятия

Приветствие.

Встанем мы в кружочек дружно,

Поздороваться нам нужно.

Здравствуй друг, здравствуй друг,

Здравствуй весь наш дружный круг!

Игра «Поздороваться коленками, локтями, спинами»

Игра «Покружитесь те, кто.»

Ведущий. Покружитесь все, кто:

- Кто любит бегать,
- Кто радуется хорошей погоде,
- Кто имеет сестру,
- Кто любит свою маму,
- У кого темные волосы,
- Кто любит дарить цветы,
- У кого есть собака и т. д.

Упражнение «3 стакана»

Я приготовила три стакана с волшебной водой. Что же в этих стаканах?

Когда человек чувствует себя хорошо, когда все у него получается, он всем доволен, а в это время его настроение похоже на чистую воду, а мысли у него ясные, лучистые, «чистые» - показ стакана с чистой водой.

Когда в голову человека приходят идеи, словно озарение, то настроение у него бывает радостным, прекрасным, и мысли становятся похожими на салют. Они блестят и переливаются - радость: во второй стакан с чистой водой бросаются блески и размешиваются). С вами так происходило?

Но бывает и по-другому - мысли у человека становятся грустными и, порой, не очень хорошими. Особенно так бывает, если кто-то сделал что-то плохое человеку. Бывают грустные мысли и тогда, когда у человека что-то не получается и все валится из рук. Тогда мысли становятся туманными, похожими на темную мутную воду. Психолог бросает кусочек глины в третий стакан и размешивает (показ стакана с мутной водой). А что вы делали, чтобы справиться с грустными мыслями? Дети отвечают.

А вот и секрет Феи Волшебной страны: наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение, думай о хорошем. Если твои плохие мысли приносят тебе неприятности, то твои хорошие мысли всегда помогут тебе, они самые верные твои помощники. Хорошие мысли никогда не покидают тебя. Возможно, тебе иногда кажется, что их нет, но на самом деле они всегда с тобой, ты просто забыл про них.

Упражнение "Письмо"

Ведущий. Сегодня утром волшебница Фея передала для вас письмо (приложение № 2). Давайте его прочитаем.

«Привет, ребята! Я услышала про ваши занятия, и мне очень захотелось поиграть вместе с вами. Вы согласны? Я знаю, что вы учитесь угадывать настроение свое, своих друзей, взрослых. А можете ли вы угадать, какое настроение пришла сегодня подарить вам я? Давайте попробуем! Я прислала вам свою фотографию, на которой изображено мое настроение. Но фотография разрезана. Для того чтобы узнать, какое настроение я хочу подарить вам, соберите ее». (Дети собирают разрезанную картинку и получают изображение лица с радостным и веселым выражением.)

Молодцы. А сейчас каждый из вас изобразит такую эмоцию на своем лице.

- Что вы чувствуете, когда вам весело и радостно?

- На что похоже ваше настроение?

Давайте пошлем Фее отпечаток своего настроения. Как это сделать?

Упражнение «Цветное настроение» (отпечатки)

Детям нужно прижать свою ладонь к краске любого цвета, который выражает их сегодняшнее настроение. Попросите детей сделать отпечаток ладони на листе бумаги. Рядом напишите его имя. Рассмотреть получившиеся отпечатки. Отметить, что все они разных цветов, таким и бывает наше настроение – разным! Обсудить, может ли выбранный для отпечатков цвет краски говорить нам о настроении? какие цвета говорят о хорошем настроении, а какие о плохом?

Упражнение «Слушай меня, делай как я»

3 раза хлопаем,

4 раза топаем,

5 раз прыгаем,

3 раза руки вверх поднимаем,

7 раз приседаем,

4 раза глазами моргаем,

2 раза рот открываем,

Один раз улыбку друг другу дарим!

Релаксационные настрой «Волшебный сон»

Я знаю, что вы немного устали. Я предлагаю вам немного отдохнуть. Вы лежите на мягком, красивом волшебном ковре. Вокруг все тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Волшебный ковер дает ощущение приятного покоя и отдыха. Вы погружаетесь в волшебный сон.

Реснички опускаются,

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши ручки отдыхают.

Ножки тоже отдыхают,
Отдыхают, засыпают
Дышится легко. ровно. глубоко.
Мы спокойно отдыхаем,
Сном волшебным засыпаем.
Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем
И повыше поднимаем.
Потянуться!
Улыбнуться!
Всем открыть глаза и встать!

Рефлексия занятия.

Понравилось ли вам занятие, что запомнилось, какое у вас сейчас настроение?

Ритуал прощания.