

**Конспект развивающего занятия  
на тему  
"Такие разные эмоции"**

**Подготовила и провела:  
педагог-психолог Лужная К.И.**

**пгт. Октябрьское, 2019 г.**

## **Цели занятия:**

- Сформировать понятие об эмоциях радости и злости, показать их схематическое изображение.
- Актуализировать опыт и знания из области эмоциональной сферы, способствовать осмыслению своих состояний и пониманию того, что негативные эмоции отнимают здоровье, а позитивные способствуют его сохранению.
- Обучать способам выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме.
- Развивать умение владеть различными мышцами (лица, рук, ног), развивать волевую регуляцию поведения.
- Развивать кинестетические ощущения, восприятие формы предметов.
- Развивать пространственную ориентацию, внимание и мышление.
- Способствовать сплочению детского коллектива и установлению положительного эмоционального настроения в группе.

## **Словарь терминов**

*Эмоция* – это наши настроения и переживания, которые сопровождают события нашей жизни.

*Радость* – это когда нам хорошо от чего-то сделанного, от общения с мамой, другом, от того, что нам дарят подарки, нам весело. Легкие морщины у глаз, глаза слегка сощурены, верхняя губа чуть приподнята, уголки губ приподняты и обычно отведены назад, нижняя челюсть расслаблена, рот может быть приоткрыт.

*Злость* – когда мы на кого-то злимся, например, на того, кто нас незаслуженно обидел, кто нас побил, обозвал... Тесно сжатые брови, горизонтальные складки на переносице, нос раздут, зубы стиснуты, шея судорожно стянута, при этом руки могут быть сжаты в кулаки.

**Оборудование:** конверт с письмом; волшебный мешочек с различными предметами; шкатулка с медальками для каждого ребенка; 3 ладошки из цветного картона; игрушка ежик, который смеется; презентация.

## **Ход занятия**

– Здравствуйте, ребята! Я очень рада видеть вас! Сегодня у нас необычное занятие. Посмотрите, к нам пришли гости сегодня. Давайте все возьмемся за руки, подарим друг другу и нашим гостям самую нежную и теплую улыбку!

## **Игра-приветствие «Волшебный Ёжик»**

Педагог-психолог передаёт по кругу ёжика ребёнку, тот при этом говорит ласковое слово, доброе пожелание или ласково называет рядом стоящего ребёнка по имени или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п. Затем передаёт клубок следующему ребёнку, пока не дойдёт очередь до взрослого.

**Я шла** к вам на занятие и встретила по дороге почтальона. Он передал мне необычное письмо. Детям старшей группы «Солнышко» - это письмо вам. Давайте посмотрим, что за письмо? От кого оно? От смешарика Ежика. Знаете такого? Прочтем письмо? Слушайте внимательно.

## **Письмо**

Здравствуйте ребята! Пишет Вам Ежик из страны Смешариков. Если кто меня не знает высылаю свою фотографию (2 слайд). Любимое мое занятие – составление разных коллекций: фантиков, грибов, кактусов. Предметы для своих коллекций я ищу везде: в горах, море, даже в темном лесу. Совсем недавно я забрел в один из таких лесов в поисках чего-то нового для своей коллекции.

И вдруг я вышел на поляну, на которой стоял красивый дворец (3 слайд). Мне стало интересно, и я зашел в этот дворец. Там жили разные эмоции: радость, злость, испуг, удивление и другие (4 слайд).

Оказалось, что в этот день в их царство пробрался злой волшебник Грустиплач (5 слайд). Он перессорил все эмоции между собой, а я очень люблю всех мирить, даже тех, кто не хочет мириться ни в какую. И мне это удалось. Злой волшебник рассердился на меня и запер в темнице. А еще он отобрал у меня мой смех, а я так люблю смеяться. Помогите мне вернуть мой смех и выбраться из темницы его дворца, а для этого выполните задания злого волшебника Грустиплача.

Спасибо Вам ребята, я верю в то, что вы легко справитесь со всеми его заданиями.

–Ну, что ребята, мы сможем помочь Ежику? (ответы детей: да).

– При каждом правильно выполненном задании мы будем ближе подходить к замку злого волшебника Грустиплача, чем ближе будем подходить, тем лучше нам он будет виден, а пока мы его не видим.

– Приступим к первому заданию.

### ***Упражнение «Изобрази эмоцию»***

Грустиплач дает такое задание: изобразить двух жителей дворца эмоций.

#### ***1 пиктограмма – радость*** (6 слайд).

– А как выглядит человек, когда он радуется? (*Глаза блестят, на губах улыбка*).

– Посмотрите какие красивые лица у тех, кто радуется (7 слайд).

– Ребята, а когда вам бывает радостно? (*Когда приходит мама, читают книги, покупают игрушку, сладости...*)

– Видите, как много у нас поводов для радости (8 слайд).

– Вспомните, что-нибудь радостное и когда я досчитаю до 3 все вместе изобразим радость. Хорошо.

Вот и уже немного стал виден дворец злого колдуна Грустиплача (9 слайд).

#### ***2 пиктограмма – злость.***

– Как выглядит человек, когда злится? (*Лицо сердитое, губы сжаты, брови нахмурены, глаза злые*) – 10 слайд.

– Какие мы некрасивые, когда злимся (11 слайд). А когда вы злитесь? (*Когда обижают, что-то не получается*) – 12 слайд.

– Давайте попробуем на счет 3 показать, как мы злимся. (Еще один кусочек дворца – 13 слайд).

### ***Упражнение «Способы овладения негативным эмоциональным состоянием»***

– Грустиплач считает, что если человек злится, то это может продолжаться очень долго. Как вы считаете, что можно сделать, чтобы злость быстро ушла от вас? (*Развеселить себя, нарисовать что-нибудь красивое, побить подушку, порвать бумагу, поиграть в веселую игру, посмотреть интересный мультик, почитать веселую книгу, съесть конфетку, полетить из пластилина, побегать на улице, попускать мыльные пузыри*) – 14 слайд.

– Злиться вредно для здоровья. С какими людьми приятнее общаться: с добрыми или злыми?

### **Упражнение «Волшебные стаканчики»**

Я предлагаю избавиться от негативных эмоций с помощью волшебных стаканчиков. Сядьте за столик, подвиньте стаканчики и изо всех сил подуйте в трубочку. Отправьте через трубочку все свои обиды и подавленное настроение.

Итак, все свои негативные эмоции и подавленное настроение мы оставили в прошлом.

– Молодцы, он не знал, что вы сможете найти ответ на этот вопрос. (15 слайд).

### **Игра «Кричалки-хлопалки-молчалки»**

– Ой, тут какие-то ладошки. Так, что же это за задание? Грустиплач не верит, что мы сможем выполнить это задание, потому что здесь нужно быть очень внимательными и запомнить порядок выполнения действий (16 слайд). А порядок такой: Если я покажу синюю ладошку, то нужно всем вместе громко кричать звук «А», если зеленую, то нужно всем вместе громко хлопать, если красную, то нужно сидеть тихо-тихо. Давайте вспомним и потренируемся. Ну, а теперь очень внимательно выполняем это задание злого волшебника (17 слайд).

### **Физкультминутка «Ёжик»**

Жил в лесу колючий ежик,

Был клубочком и без ножек,

Не умел он хлопать — Хлоп-хлоп-хлоп,

Не умел он топтать — Топ-топ-топ.

Не умел он прыгать — Прыг-прыг-прыг

Только носом двигать — Шмыг-шмыг-шмыг

А ребятки в лес пришли,

Ежика в лесу нашли,

Научили хлопать — Хлоп-хлоп-хлоп,

Научили топтать — Топ-топ-топ.

Научили прыгать — Прыг-прыг-прыг,

Научили бегать...

(Обнимают себя за плечи.)

(Хлопают в ладоши.)

(Выполняют "топотушки".)

(Прыгают на двух ногах.)

(Ходьба на месте.)

(Хлопают в ладоши.)

(Выполняют "топотушки".)

(Прыгают на двух ногах.)

(Бегают на месте.)

### ***Игра «Волшебный мешочек»***

– Грустиплач сложил в этот мешочек разные небольшие предметы и заколдовал мешочек так, чтобы вы с закрытыми глазами на ощупь не смогли угадать, что там находится. Кто первый рискнет справиться с этим заданием?  
– Молодцы! Еще одна часть замка появилась (18 слайд).

### ***Упражнение «Найди отличия»***

– Перед нами следующее задание (19 слайд). Грустиплач как мог, нарисовал двух жителей дворца эмоций. Какие это эмоции? Они вроде бы немного похожи, но на самом деле у них есть 5 отличий. Нужно найти все отличия.  
– Молодцы, вот и последняя часть замка появилась (20 слайд).

### ***Упражнение «Башня радости»***

– А вот и Ежик, но к нему еще не вернулся смех (21 слайд). Грустиплач всегда грустный, злой и очень часто плачет, чтобы действие его волшебства закончилось и к Ежику вернулся смех, нужно построить башню радости. Для этого каждому по очереди нужно рассказать, что ему нравится или что его радует. Я назову, что мне нравится и протяну руку ладонью вверх, а вы по очереди будете подходить, называть, что вам нравится или что вас радует и класть свою руку на мою ладонь. Какая хорошая башня радости у нас получилась, а Ежик снова смеется. Тихонько садитесь на места, а Ежик в знак благодарности и на память о нашем сказочном занятии дарит вам волшебные медальки со своей фотографией. Пусть когда вам грустно или вы злитесь, то эта медалька вам поможет стать веселее и добрее.

- Наше сказочное занятие подошло к концу.
- Что вам запомнилось и понравилось?
- Какая эмоция вам больше всего понравилась?

Спасибо большое Вам ребята. До новых встреч!

## Список литературы:

1. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ [Текст]/ Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. – М.: Айрис-пресс, 2007.– 160 с.
2. Лютова, Е.К, Моница, Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми [Текст]/ Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. – СПб.: ООО Издательство «Речь», 2001. – 190 с.
3. Семенака С.И. Социально-психологическая адаптация ребенка в обществе. Коррекционно-развивающие занятия [Текст]/ С.И. Семенака. – М.: АРКТИ, 2006. – 72
4. Тарасова, Т.А., Власова, Л. В. Я и моё здоровье: Практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет. Программа занятий, упражнения и дидактические игры [Текст]/ Т.А. Тарасова, Л. В. Власова. – М.: Школьная Пресса, 2008. – 80 с.
5. Хухлаева, О.В., Хухлаева, О.Е., Первушина, И.М. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольника [Текст]/ О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаева, И.М. Первушина. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 224с.
6. Жигалова, Н.Ю., Куликова, И.Н. Валеологические развлечения и игры в детском саду [Текст]/ Н. Ю. Жигалова, И. Н. Куликова.// Дошкольная педагогика. – 2007. – № 5.– С. 16-18.
7. Зедгенидзе, В.Я., Ерошкина, Н.Г. Коррекция нарушений эмоционально-личностного развития дошкольников в условиях ДОУ [Текст]/ В.Я. Зедгенидзе, Н.Г. Ерошкина. // Справочник старшего воспитателя. – 2009. – № 1. – С. 35-37.
8. Бикташева, Н.П. Страна разноцветных эмоций [Текст]/ Н.П. Бикташева. // Воспитатель ДОУ. – 2011.– № 1. – С. 51-52.





## **Письмо**

Здравствуйте ребята! Пишет Вам Ежик из страны Смешариков. Если кто меня не знает высылаю свою фотографию (2 слайд). Любимое мое занятие – составление разных коллекций: фантиков, грибов, кактусов. Предметы для своих коллекций я ищу везде: в горах, море, даже в темном лесу. Совсем недавно я забрел в один из таких лесов в поисках чего-то нового для своей коллекции.

И вдруг я вышел на поляну, на которой стоял красивый дворец (3 слайд). Мне стало интересно, и я зашел в этот дворец. Там жили разные эмоции: радость, злость, испуг, удивление и другие (4 слайд).

Оказалось, что в этот день в их царство пробрался злой волшебник Грустиплач (5 слайд). Он перессорил все эмоции между собой, а я очень люблю всех мирить, даже тех, кто не хочет мириться ни в какую. И мне это удалось. Злой волшебник рассердился на меня и запер в темнице. А еще он отобрал у меня мой смех, а я так люблю смеяться. Помогите мне вернуть мой смех и выбраться из темницы его дворца, а для этого выполните задания злого волшебника Грустиплача.

Спасибо Вам ребята, я верю в то, что вы легко справитесь со всеми его заданиями.

–Ну, что ребята, мы сможем помочь Ежику? (ответы детей: да).