

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15**

**Конспект занятия педагога-психолога
с детьми старшего дошкольного возраста по коррекции нарушений в
эмоционально-волевой сфере
«Наше настроение».**



Подготовила педагог-психолог – ЛЯШКО ТАТЬЯНА НИ КОЛАЕВНА

г.Кропоткин, 2022 г.

Цель:

Диагностирование особенностей эмоционального состояния детей.

Учить понимать и чувствовать свой внутренний мир, свое отношение к себе и окружающему.

Формирование способности определить эмоциональное состояние человека.

Способствование сплочению детского коллектива.

Развитие творческие способности, образное мышление.

Оборудование: изображение Чебурашки, цветные кружочки (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, фиолетовый, черный, белый), сердечки, кармашки для кружочков, круги на каждого ребенка, пластилин, пиктограммы настроения, песок, одноразовые тарелки, музыкальное сопровождение, газеты, корзина или коробок, изображение луж.

Ход коррекционно-развивающего занятия психолога с элементами арт-терапии:

1. Игра приветствия «Найди друга».

Дети передают сердце пожеланию любому из детей, называя имя ребенка со словами: «Становись Сережа в круг, я твой друг и ты мой друг» и передают сердце следующему ребенку, таким образом, образуя круг друзей. После возвращения сердечка к ведущему хором говорят слова приветствия.

2. Этюд «Скажи хорошее о друге».

По желанию выбирается ребенок, его сажают в круг, и каждый говорит о том, что ему нравится в этом ребенке. Воспитатель обращает внимание детей на то, чтобы они не повторялись, дает образец. В своих высказываниях дети отмечают внешние и внутренние достоинства ребенка, приводят примеры любых жизненных ситуаций.

На одном занятии выбирать более двух детей. Периодически возвращайтесь к этому этюду на других занятиях.

3. Упражнение «Цветные билетки».

Психолог: Мы сегодня с вами отправимся в далекое путешествие, но для этого нам нужны билетки. Достаньте кружочек любого цвета, который вам понравился - это и будет ваш билет. Вставьте их в карманчики.

4. Упражнение «Дракончик»

Игроки становятся в шеренгу, держась за плечи. Первый участник - «голова», последний - «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и прикоснуться к нему. «Тело» дракона» сплошное. Только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается, пока каждый участник не побывает в обеих ролях.

4. Упражнение «Паровозик».

Психолог: - Давайте сделаем паровоз и отправимся вместе в волшебную страну **Настроения**. В этой волшебной стране Настроения живут мультяшные и сказочные герои. Есть в этой стране, королева Настроения, которая спрятала доброе настроение от своих подданных, теперь жители этой страны ходят злые и несчастные. Ребята, давай-те поможем жителям этой страны?

Психолог: - Ребята, посмотрите, кто пришел к нам в гости? (педагог показывает игрушку Чебурашки)

Дети: Чебурашка!

Психолог: - Ребята, а что это с ним? Он топает ногами, дерется, кусается, громко кричит, злится. У Чебурашки испортилось настроение, давай-те поможем ему вернуть веселое настроение, возьмем его в свое путешествие, вместе с ним поиграем в нескучные игры!

Для начала мы встанем в круг, возьмемся за руки и расскажем друг другу и Чебурашке, на что похоже наше настроение.

Психолог: - Ребята, когда Чебурашка злится, ему хочется кричать и ругаться. Так он обижает своих близких и друзей. Давайте научим его, как можно ругаться не обидными словами.

5. Упражнение «Ругаемся овощами».

Цель: работа с вербальной агрессией.

Детям предлагается поругаться не плохими словами, а ...овощами!

Например: «Ты – огурец!», «А ты – морковка!»

6. Упражнение «Мое настроение».

Цель: определить с помощью ассоциаций состояние настроения участников группы.

Ход: по кругу ребята продолжают фразу: «Мое настроение похоже на..., а твое?»

Психолог: - Например, мое настроение похоже на пушистое белое облачко в спокойном синем небе, а твое?

Ответы детей.

Психолог: Я предлагаю каждому из вас показать свое настроение, а я его нарисую. (прозрачный мольберт)

Психолог: - А теперь скажите, какое время года у нас сейчас? Правильно, зима! А какие признаки зимы вы знаете? А что происходит со снегом, который лежит на крышах домов, после того как на небе появляется солнышко?

Дети: Он тает, превращаясь в сосульки!

Психолог: - А кто хочет поиграть в игру под названием «Сосулька».

7. Игра-этюда «Сосулька».

Цель: психомышечная тренировка, развитие мышления, творческой фантазии, воображения.

Ход: ставится небольшой стул, ребенок садится на него так, чтобы мог тихонечко сползать. Педагог объясняет ребенку, что он снег на крыше, и так как началась весна, на него светит солнце и он тает (ребенок медленно сползает). Капает, капает сосулька и превращается в лужу. Ребенок должен изобразить «лужу».

Психолог: - Солнышко растопило сосульки, они превратились в лужи, чтобы не намочить ножки надо перепрыгнуть лужи.

8. Зимушка-зима

Здравствуй Зимушка-зима! (кланяемся)

Что в подарок принесла? (разводим руки в стороны)

Белый снег пушистый, (приседаем, проводим руками по воображаемому снегу)

Иней серебристый (встаём, поднимаем руки вверх)

Лыжи, санки и коньки, (имитируем движения лыжников и конькобежцев)

И на ёлке огоньки! (поднимаем руки вверх, крутим «фонарики»)

Вот студеною зимой (Дети машут руками.)

Ветер дует ледяной

И вздымает снега тучу. (Дети выполняют круговые движения руками)

Он суровый и могучий.

Зайцы прячутся в кустах. (Дети садятся в глубокий присед на

Даже хитрая лиса несколько секунд, потом встают)

Притаилась и сидит,

Ну а снег летит, летит. (Дети машут руками)

Но утихла злая вьюга,

Солнце светит в небесах. (Потягивания — руки в стороны)

Скачет по полю лиса. (Прыжки)

Ну а мы чуть-чуть пройдемся (Ходьба)

И домой к себе вернемся. (Дети садятся за столы)

Психолог: - Шли ребята по дороге,

Промочили в свои ноги.

Раз, два, три, четыре, пять,

Стали ноги вытирать,

Кто платочком, кто тряпицей,

Кто дырявой рукавицей.

Ребята, а я предлагаю высушить ножки на волшебной дорожке. Посмотрите, какой у нас замечательный коврик и он совсем необычный. Как вы думаете, из чего сделан наш коврик?

Ответы детей.

Психолог: - Правильно из бумаги, наш коврик сделан из газет, значит он какой?

Ответы детей.

9. Упражнение «Коврик настроения и эмоций».

Цель: преодоление эмоционального неблагополучия детей дошкольного возраста.

На коврике можно протопать негативные эмоции, можно попрыгать. А так же расслабиться, помечтать о чем-то приятном, почувствовать спокойствие и эмоциональное равновесие.

Коврик злости — вот потеха!

Ну а если не до смеха?

Топну ножкой: раз-два-три...

Улетела злость-смотри!!!

Коврик радости, привет!

Даришь ты сердечку свет.

На тебе могу лежать,

На тебе могу мечтать,

Отдыхать, летать, кружить.

Я хочу с тобой дружить!

(Используется газета склеенная между собой).

А теперь детки ставим ножки волшебную дорожку, а с дорожки на коврик наступаем, ножки вытираем. Когда ножки высохнут, коврик даст вам знать, он начнет голос подавать. (звучит смех)

10. Упражнение «Мусорное ведро».

Цель: избавление от отрицательных эмоций.

Психолог: Я принесла вам бумагу разных цветов. Выберите себе любой цвет. Держа в руках лист бумаги, закройте на минуту глаза и представьте, что это ваши старые обиды, злость, печаль, страх... Можете смять их в комки или порвать на маленькие кусочки. Теперь выбросите в ведро все эти неприятные чувства, которые в вас накопились, и вы хотели бы от них освободиться. Например, я выбрасываю свои обиды и злость, и мне становится легче. А что выбросите вы? Что вы чувствовали, когда выбрасывали ваши обиды, грусть, гнев? Что вы чувствуете сейчас?

Психолог: - От вашего хорошего настроения даже солнышко улыбается. Посмотрите, кто это заглядывает к нам в окно? Ответы детей. Скажите мне дети, а может ли улучшится настроение от солнечных лучей? А когда солнышко заглядывает в дом, как называется след от солнечного лучика.

Ответы детей. Я предлагаю сейчас вам поиграть с солнечным зайчиком.

11. Упражнение на релаксацию «Солнечный зайчик».

Цель: Снятие напряжения мышц лица.

Психолог: - Хотите поиграть с "Солнечным зайчиком"? (Звучит музыка) Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним. Отлично! Мы подружились с "Солнечным зайчиком", глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!

12. Упражнение «Солнечное настроение».

Психолог: - Каждый из нас - это солнышко, от которого отходят лучи. Ваша задача нарисовать на песке солнце и отразить на нем свое настроение.

13. Упражнение «Смайлик настроения».

Психолог: - Ребята, а теперь мы с вами сделаем смайлик веселого настроения, которые Чебурашка подарит жителям страны Настроения и изменит их эмоции, чтобы они стали счастливыми. Для этого нам понадобятся круги, клей, глазки, носик, губки. (Под звуки расслабляющей музыки дети делают аппликацию).

Психолог: - Ребята, вот мы и помогли Чебурашке, посмотрите, он снова улыбается! Теперь ему пора отправляться домой. Давайте помашем ему на прощание! Счастливого пути!

14. Упражнение «Доброе животное»

Психолог: - Ребята, у нас получилась веселая и дружная команда, но для того чтобы почувствовать себя одним целым, я предлагаю выполнить упражнение «Доброе животное». Встаньте в круг плечом к плечу и возьмите друг друга за руки. Вы — одно большое доброе животное. Животное дышит. Шаг назад – вдох. Шаг вперед — выдох. У животного бьется сердце. Два шага назад — притопывая, два шага вперед.

Психолог: - Спасибо ребята, вы очень хорошо справились и с этим заданием, вы большие умнички и я желаю вам, чтобы ваше хорошее настроение сохранилось на весь день.