МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «АЛЕНЬКИЙ ЦВЕТОЧЕК»

муниципального образования город Ноябрьск



*Конспект занятия*

*для детей старшего дошкольного возраста*

*с задержкой психического развития*

*«Как подружиться с эмоциями!»*

Подготовила: педагог – психолог

Никифоренко Елена Геннадьевна

*«Как подружиться с эмоциями!»*

**Цель:** развитие эмоциональной сферы детей среднего дошкольного возраста.

**Оборудование:** изображение гномиков, изображающих основные эмоции (радость, печаль, злость, страх, удивление); карточки с названиями эмоций, соответствующего цвета; сказочные герои (по два на каждую эмоцию); маски-эмоции «Разрезные картинки» (соответствующего с названиями эмоций цвета); релаксация «Радуга», музыкальный файл с расслабляющей музыкой, ноутбук.

**Приветствие**

Здравствуйте, ребята!

**Упражнение «Давайте поздороваемся с другом»**

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

Приветствие необычное. Давайте поздороваемся различными частями тела: ладошками, локтями, коленками, спинками.

**2. Постановка темы и цели занятия.**

Ребята! Сегодня к нам на занятие пришли гости – наши гномики (изображения гномиков на доске).

**3. Основная часть.**

Я буду читать стихотворение, а вам нужно угадать как зовут гнома и прикрепить рядом с ним карточку с его именем (название эмоций).

Имена гномикам будем прикреплять по очереди.

Итак, слушайте.

Психолог стихотворения читает с выражением и соответствующей эмоцией и мимикой.

**Радость**

У него сегодня день рождения,

И подарков от друзей не счесть.

Книжки, сладости, игрушки,

Даже шар воздушный есть.

Дети по очереди прикрепляют карточки с соответствующей эмоцией рядом с гномиком. Если возникают затруднения, обсуждаем совместно со всей группой.

**Удивление**

Гном зимой поймал снежинку,

Подобрал на горке льдинку.

Прибежал домой и.… Ах!!! Лишь вода была в руках.

**Грусть**

Все ребята во дворе

Весело играют.

Только гном болеет дома,

Он с утра скучает.

**Страх**

Ночь пришла и в темноте

Тени движутся везде.

Гном забрался под кровать,

Спрятался и стал дрожать.

**Злость**

Целый день он хмурит брови

И грозит всем кулаком.

Да сегодня гном не в духе,

Мы придем к нему потом.

Молодцы, ребята. Вы отлично справились с этим заданием. А сейчас давайте вместе скажем, какие гномики к нам пришли.

**Упражнение «Маски»**

**Цель:** развитие целостного восприятия, умения распознавать эмоции, сотрудничать в паре.

Сейчас каждый возьмет конверт с разрезными картинками, соберет свою маску и назовет какая эмоция, объяснит почему. То, есть обратить внимание на выражение глаз, бровей и рта. Во время выполнения задания педагог-психолог проходит мимо каждого ребенка, уточняет, какую эмоцию тот собирает, если возникают затруднения можно указать на цвет маски и соответствующий цвет карточки с названием эмоции, прикрепленной к доске. Если затруднения возникают и в этом случае, после окончания задания совместное обсуждение. Если ребенок не может собрать паззл, то ему в помощь определяется ребенок, который уже выполнил свое задание.

**Подведение итогов**

Молодцы, ребята. Вы отлично справились с сегодняшними заданиями, гномики и я очень довольны вами. Скажите, пожалуйста, что мы сегодня делали? Кто приходил к нам в гости? Какие эмоции мы сегодня повторяли? А какие эмоции, кроме изученных, вы еще знаете?

Выслушиваются ответы детей, при необходимости корректируются.

**4. Релаксация «Радуга»**

А теперь мы с вами отдохнем. Садитесь на пуфики как вам удобно, закрывайте глазки и слушайте мой голос. Педагог-психолог читает текст под легкую расслабляющую музыку.

Представь себе, что ты лежишь под чистым, синим небом, тебе спокойно и тепло. Ты смотришь в небо, и видишь большую радугу. Она переливается яркими цветами: красным, оранжевым, желтым, зеленым, голубым, синим, фиолетовым. Это не простая радуга. Это твоя особенная радуга, она опускается на землю рядом с тобой. Радуга светиться теплым, чудесным светом, он наполняет тебя энергией. Почувствуй, как этот свет согревает тебя теплом. С этим светом ты чувствуешь себя сильным, счастливым, самым лучшим.

У каждого своя особенная радуга. Может твоя радуга пахнет цветами, а может карамелью... Познакомься с ней, улыбнись ей. Если хочешь, можешь забраться на радугу. Радуга сама поможет тебе подняться на нее. А здесь можно улечься и сесть, свесив ноги, и оглядеть мир вокруг себя. Когда захочешь, спускайся с радуги и возвращайся сюда. Но запомни, что теперь у тебя есть волшебная радуга, наполненная чудесным светом. Ты можешь вернуться к ней, когда захочешь, когда тебе понадобиться ее энергия и свет. А сейчас потянись, открой глаза и улыбнись себе и радуге внутри себя.

**5. Рефлексия.**

Сейчас я прошу вас выбрать того гномика, которому соответствует ваше сегодняшнее настроение. Педагог-психолог раздает конверты с маленькими фигурками гномиков. Дети выбирают, по очереди рассказывают о своих эмоциях.

**6. Ритуал прощания.**

**Упражнение «Давайте попрощаемся»**

Попрощаемся сегодня также, как и на прошлом занятии. Улыбнемся друг другу.

Всем спасибо. До следующего занятия.