Конспект занятии с детьми старшей группы

«Наши эмоции и чувства».

Цель:

-повышения настроя, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние;

-гармонизация эмоционально-личностного развития воспитанников;

-формировать осознание важности умения понимать эмоции и чувства людей в различных ситуациях.

Задачи:

-создать положительный эмоциональный климат в группе;

-развивать умение определять и выражать своё эмоциональное состояние;

-способствовать самовыражению ребёнка.

Материалы и оборудование:

-диск с музыкой для релаксации;

-карточки с изображением эмоциональных состояний;

-макет дерева;

-ленточки;

-обручи;

Образовательная деятельность.

Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем говорить о своих чувствах и эмоциях. Эмоции показывают какое у нас расположение к человеку и событию. Чувство – это результат переживаний. Чувств и эмоций очень много. Но мы сегодня поговорим об основных, и научимся бороться со злостью и гневом. Давайте начнем с приветствия.

1. Игра «Доброе утро».

Дети стоят в кругу, им предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть:

-Доброе утро, Алина! (Улыбнуться и кивнуть головой.)

-Доброе утро, Камила! (Называются имена, идет по кругу.)

-Доброе утро, Русалина Руслановна!

-Доброе утро, солнце! (Все поднимают руки, опускают.)

-Доброе утро, небо! (Аналогичные движения.)

-Доброе утро всем нам! (Все разводят руки в стороны, затем опускают.)

Очень хорошо, мы все поздоровались, а теперь я прочитаю стихотворение, а мы потом разберём его.

1. Стихотворение.

Психолог: Часто наши чувства нам не предсказать:

То хочется смеяться

Или весь мир обнять…

То вдруг возьмёт кручина –

Всё это не без повода,

На то ведь есть причина.

Психолог: Ребята, когда нам хочется смеяться и весь мир обнять? Дети: Когда нам хорошо, когда нам радостно, когда нам купили конфеты, когда у нас хорошее настроение.

Психолог: А когда нас берёт кручина, грусть?

Дети: Когда нам плохо, когда нас обидели, когда у нас плохое настроение, когда снами не играют.

Какие вы все умные и хорошие, ответили на все мои вопросы.

1. Упражнение «Покажи настроение».

Следующее упражнение «Покажи настроение». Сейчас выйдет Камила, я ей покажу картинку со смайликом, чтобы вы не видели, она изобразит её, и вы угадайте, какой это смайлик.

Молодцы ребята, вы угадали все смайлики.

Детям предлагаются карточки с различными эмоциональными состояниями, повернутые картинкой вниз.

Психолог: Выберете любую карточку и не показывайте её другим ребятам. Каждый из вас покажет настроение, не говоря не слова. Остальные должны отгадать.

В поле дерево стоит.

(Поднимают руки над головой)

Ветер ветви шевелит.

(Покачивают руками)

Весной набухнут почки

(Сжимают пальцы в кулаки)

Раскроются листочки

(Разжимают кулачки, шевелят пальцами)

Чтоб деревья подрастали,

Чтоб они не засыхали,

Корни дереву нужны

(Отпускают руки, разводят пальцы в стороны)

Корни дереву важны

(Поднимаются, распрямляются).

Молодцы ребята, мы с вами очень хорошо поиграли. Давайте начнём следующее упражнение.

4.Упражнение «Угадай эмоцию».

Дети, сейчас я буду вам показывать картинки, а вы будете рассказывать мне, что на них изображено, и какие эмоции у персонажей.

Определи эмоцию героя на картинке. (Шесть ситуативных картинок с эмоциями).

Что нарисовано на этой картинке.

1.

2.

3…

1. Игра «Злюка».

По кругу раскладываются обручи, на один меньше участников группы.

Психолог: Сейчас один из вас будет злюкой, которую все боятся. Займите обручи – домики. Злюка стоит посередине без обруча. Пока звучит музыка все гуляют вокруг. Светит солнце, злюка спит. Как только музыка перестанет играть, настанет ночь, нужно бежать в домики и злюка старается занять чей – то домик. Кто остался без домика, становиться злюкой.

Дети, а давайте поможем злюке справляться со злостью!

Если очень рассердился,

На кого – то разозлился,

Ручки сжать, глаза закрыть,

И тихонько говорить:

«Я спокоен, не кричу,

И ногами не стучу.

И не буду я сердиться –

Злость совсем не пригодится!

(Разжать кулаки, дунуть.)

Дружно до пяти считаем,

И спокойно отдыхаем:

1,2,3,4,5,

Нужно тихо постоять.

Дети под релаксационную музыку спокойно стоят.

А может ли чувство гнева, злости быть полезным?

Дети делают злого человека весёлым.

1. Окончание занятия:

Что вам больше всего понравилось? Что вам больше всего запомнилось?

Возьмите, пожалуйста, ленточку любого цвета, подойдите к нашему дереву и подарите ей свои впечатления, прикрепляя свою ленточку. Какое дерево у нас получилось дети, светлое, весёлое, радостное. Дети, мне очень понравилось с вами играть. Вы настоящие друзья.

Игра «Прощание».

Участники встают в круг и кладут на плечи друг к другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят:

«Спасибо. До свидания!»