**Занятие педагога-психолога в подготовительной группе**

**«Наше настроение».**

**Цель:**Психокоррекция отклонений в поведении детей через развитие этических личностных качеств и эмоционально-волевых проявлений.

**Задачи:**Обучать понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать своё настроение в соответствии с нравственными нормами.  
Обучать приёмам саморегуляции поведения и настроения.  
Обучать приёмам саморасслабления, снятия психомышечного напряжения.

**Структура занятия:**Вводная часть (приветствие).  
Основная часть (игры, упражнения, этюды, беседы).  
Заключительная часть (релаксация, рефлексия, ритуал прощания).

**Категория детей** – дети подготовительной группы (6-7 лет).

**Форма работы** – подгрупповая  
**Количество детей –**6 – 8 человек. **Продолжительность занятия** – 30 минут.

**Методы и приёмы, используемые в работе:**Беседы, направленные на развитие самосознания детей;  
Групповое обсуждения эмоций и чувств;  
Моделирование и анализ ситуаций;  
Методы психомышечной релаксации с использованием дыхательной техники;  
Психогимнастика;  
Коммуникативные игры;  
Тематическое рисование

**Материал для занятия:**Кубик эмоций.  
Мимические карточки – пиктограммы.  
Мультимедийное представление ситуаций общения.  
Карандаши.  
Бумага.  
Мусорное ведро.  
Мыльные пузыри.

**Ход занятия:  
Вводная часть  
Ритуал начала занятия. Приветствие «Комплименты»**Инструкция. Стоя в кругу, дети берутся за руки. Каждый из них должен, глядя в глаза соседу справа, сказать ему несколько добрых слов, похвалить за что-нибудь. Ребёнок, принимающий комплимент, кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!»  
**«Доброе животное» Сплочение группы.**Инструкция. Возьмёмся за руки и представим, что все мы одно большое доброе животное. Мы будем прислушиваться к его дыханию. Вдох все дети идут в круг, выдох все дети идут из круга и так 3 раза.  
 **Основная часть  
Беседа: Настроение, его проявления**Инструкция. Ребята, а кто из вас знает, что такое настроение?  
Кидая кубик эмоций, каждый по порядку изображает настроение, а все остальные угадывают его.  
Какое бывает настроение, изображаем мимикой разные эмоции (ответы детей с демонстрацией мимических карточек).  
Когда у вас хорошее настроение, когда мы испытываем чувства радости, в каких случаях? Ответы детей.  
Как можно поделиться своей радостью с другими?  
А когда мы злимся, в каких ситуациях испытываем гнев? Чем может закончиться наше плохое настроение? Презентация с обсуждением ситуаций, показанных в презентации.  
Как избавиться от чувства злости? Ответы детей. Обобщение ответов детей.  
**Рисование плохого настроения.**Инструкция. Ребята, а ещё можно избавиться от плохого настроения нарисовав его. Предлагаю сесть за стол и нарисовать своё плохое настроение. После рисования – скомкать или порвать рисунок и выкинуть его в мусорное ведро.  
**Пальчиковая гимнастика**Инструкция. Раз, два, три, четыре, пять – вышли пальчики гулять, раз, два, три, четыре, пять – в домик спрятались опять.  
**«Солнышко»**Инструкция. Если вы заметите, что кому то из ваших друзей станет грустно, можно поиграть с ним в следующую игру. Тот, кто грустит, встаёт в круг, а остальные ребятки берут карандаши и дарят грустящему с добрыми словами о нём. Кто хочет встать в круг? (Индивидуальная работа по коррекции самооценки неуверенных и тревожных детей).  
**«Пирамида любви»**Инструкция. Каждый из нас что- то или кого-то любит. Я люблю свою семью, своего сыновей, своих родителей. А сейчас предлагаю вам построить «Пирамиду любви» из наших рук и поделиться своею любовью со всеми вокруг. Я назову что-то любимое и положу руку, затем каждый из вас будет называть своё любимое и класть руку поверх моей по очереди. Психолог вытягивает руку и говорит: “Я люблю всех ребят в этой комнате”. Дети, по очереди, кладут свою ладошку на ладонь психолога, объясняя, что они любят. Затем все вместе резко кидают руки вверх, расцепляя и отдавая свою любовь окружающим.

**Заключительная часть**

**Релаксация «Воздушный шарик».**Снятие напряжения, успокоение.Инструкция. Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щёки, медленно через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится всё больше и больше, как увеличиваются на нём узоры. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу.

Ребята, наше занятие подошло к концу. Понравилось ли вам занятие? А чему мы с вами учились на этом занятии?  
**Ритуал прощания** **«Мыльные пузыри»**Инструкция. У меня есть волшебные мыльные пузыри, которые заряжают всех на кого попадают добром, любовью и хорошим настроением на весь день. Подходите ближе, я буду выдувать пузыри, а вы дотрагивайтесь до них, чтоб они лопнули у вас в руках. А теперь возьмёмся за руки, закроем глаза, я буду посылать искорку добра в виде рукопожатия. Я посылаю искорку Захару, а он передаёт ее своему соседу и она должна ко мне вернуться. До свидания ребята, до новых встреч.