

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Золушка» г. Волгодонска**

**План-конспект открытого занятия педагога-психолога с  
детьми старшего дошкольного возраста по развитию  
эмоциональной сферы «Наше настроение»**

**Подготовил  
педагог-психолог  
Кириченко Наталья Сергеевна**

**Волгодонск, 2018 г**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы и создание положительного эмоционального настроения

**Задачи:**

- учить детей определять и оценивать свое эмоциональное состояние
- знакомить детей с разными способами корректировки своего состояния
- стабилизировать психоэмоциональное состояние
- формировать умения различать, осознавать, выражать различные эмоции.

**Возрастная группа:** дети подготовительной группы

**Оборудование:**

- кубик эмоций;
- чистые альбомные листы;
- краски, кисточки, непроливайка, салфетки;
- мыльные пузыри для педагога-психолога.

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

**Ритуал приветствия.**

**Цель:** создание мотивации, настрой на совместную деятельность.

**Педагог-психолог:** - Здравствуйте, ребята! Я рада видеть вас всех!

Каждый знает без сомнения,  
Что такое настроение.  
Иногда мы веселимся,  
Иногда скучаем мы,  
Часто хочется взбодриться,  
Но бываем и грустны.

Очень странное явление –  
Перемена настроения.  
Всем ребятам важно знать,  
Что не стоит унывать.  
Поскорее собираемся –  
В край чудесный отправляемся!  
- Сегодня мы побываем в краю хорошего настроения

**Основная часть.**

**«Кубик настроения»**

*(Дети стоят в кругу)*

**Цель:** определение детьми своего эмоционального состояния

**Педагог-психолог:** Ребята, вам интересно узнать у кого какое настроение? *(Ответы детей)*. Сейчас мы отправим кубик настроения по кругу, и каждый из вас нам покажет и скажет какое у него настроение. Согласны. *(Ответы детей)* Психолог начинает с себя, показывает детям радостную сторону

кубика и говорит о своем настроении. Передает кубик другому ребенку. Кубик возвращается к психологу. Отлично справились с заданием, молодцы. Так какое настроение у нас у всех? *(Ответы детей)* Мне очень приятно, что у вас у всех хорошее настроение.

**Педагог-психолог:** а сейчас я предлагаю ребятам присесть на стулья, чтобы продолжить наше путешествие.

### **«Чувства героев сказок»**

**Цель:** формировать умения различать и выражать различные эмоции

Педагог-психолог: - Ребята предлагаю вам вспомнить ваши любимые сказки, и угадать название сказки и какие чувства и настроение испытывают герои этих сказок?

*1. Рады зайчики и белочки,*

*Рады мальчики и девочки.*

*Обнимают и целуют косолапого:*

*«Ну, спасибо тебе, дедушка, за солнышко!»*

*(Ответы детей (радость) (Сказка «Краденое солнце»)*

*2. Плачет серый воробей:*

*- Выйди, солнышко, скорей!*

*Нам без солнышка обидно,*

*В поле зернышка не видно! (грусть)*

*(Ответы детей (грусть) (Сказка «Краденое солнце»)*

*3. Прибежала зайчиха*

*И закричала: «Ай-ай!»*

*Мой зайчик попал под трамвай*

*И теперь он больной и хромой*

*Маленький заинька мой!»*

*(Ответы детей (страх) (Сказка «Айболит»)*

*4. И доктор пришел ему ножки*

*И заинька прыгает снова.*

*А с ним и зайчиха мать*

*Тоже пошла танцевать*

*(Ответы детей (радость) (Сказка «Айболит»)*

**Педагог-психолог:** Молодцы ребята, правильно отгадали названия сказок, чувства и настроение героев сказок. Видите, ребята настроение бывает не только радостное, но и грустное, иногда мы испытываем чувство страха. И настроение, и чувства зависят от ситуаций, в которых мы оказываемся.

- Как еще, каким способом можно выразить, изобразить чувства, эмоции, настроение? Если возникнет затруднения, нам на помощь придет наш кубик с изображением эмоций. *(ответы детей)*. Правильно ребята выражать свои чувства и эмоции, проявлять своё настроение можно с помощью мимики, жестов, поз.

- А когда мы злимся, в каких ситуациях испытываем гнев? *(Ответы детей)*  
Как вы думаете ка, каким образом можно избавиться от чувства злости? *(Ответы детей)* Правильно, верно. Молодцы дети. От чувства злости можно справиться если развеселиться, пошутить, сделать доброе дело.

**Педагог-психолог:** - Ребята, сейчас я вам расскажу, как можно избавиться от чувства злости и от плохого настроения.

### **«Рисование плохого настроения»**

**Цель:** знакомство детей со способами управления и регуляции настроения

**Педагог-психолог:**

- Предлагаю вам сесть за столы, перед вами лежат чистые листы бумаги, краски. У всех у нас случается, что нам бывает иногда очень грустно, мы злимся и от этого у нас настроение плохое. Предлагаю нарисовать своё плохое настроение. *(Дети рисуют)*

- Молодцы справились с заданием. А теперь я вам предлагаю превратить ваше плохое настроение в радостное, веселое. Для этого вам необходимо дорисовать ваш рисунок, или исправить, чтобы на вашем рисунке получилось хорошее настроение. *(Дети рисуют)* *(Если у кого-то из детей не получается на рисунке превратить настроение, то предлагается плохое настроение порвать и выбросить в мусорное ведро)*

- Отлично дети. Посмотрите, что получилось, как вы здорово превратили плохое настроение в хорошее. Сейчас мы соберём ваши рисунки и они будут дарить нам радость.

**Педагог-психолог:** - Когда у вас хорошее настроение, когда мы испытываем чувство радости, в каких случаях? *(Ответы детей.)* Как можно поделиться своей радостью с другими? *(Ответы детей)*. Отлично. Замечательно вы знаете как своей радостью поделиться с другими.

**Педагог-психолог:**

- Ребята я предлагаю вам поделиться своей радостью с нашими гостями, это упражнение, которое поднимает настроение не только вам, но и всем окружающим.

### **«Пирамида радости»**

**Цель:** стабилизация психоэмоционального состояния

**Педагог-психолог:** А сейчас предлагаю вам построить «Пирамиду радости» из наших рук и поделиться своей радостью со всеми вокруг. Вы согласны. (Ответы детей). Я назову что-то радостное или радостное событие и положу руку, затем каждый из вас будет называть своё любимое, или радостное событие и класть руку поверх моей по очереди. Психолог вытягивает руку и говорит: «Я рада видеть всех ребят в этой комнате». Дети, по очереди, кладут свою ладошку на ладонь психолога, объясняя, от чего они испытывают чувство радости. Затем все вместе резко кидают руки вверх, расцепляя и отдавая свою радость окружающим.

**Педагог-психолог:** - Замечательно ребята, мы поделились своей радостью со всеми окружающими и подарили им хорошее настроение.

### **Заключительная часть.**

**Педагог-психолог:**

- Ребята, наше занятие подошло к концу.

- Понравилось ли вам занятие?

- А что понравилось вам больше всего?

А какое у вас сейчас настроение?

**Ритуал прощания «Мыльные пузыри»**

**Цель:** создание положительного эмоционального настроения

У меня есть волшебные мыльные пузыри, которые заряжают всех, на кого попадают добром, любовью, радостью и хорошим настроением на весь день. Подходите ближе, я буду выдувать пузыри, а вы дотрагивайтесь до них, чтоб они лопнули у вас в руках и подымали вам настроение. Ну все ребята, пришла пора прощаться.

До свидания ребята. Хорошего вам настроения.