

Развивающее занятие психолога (эмоциональное развитие) для детей старшего дошкольного возраста: «Путешествие в Страну Настроения»

Цель занятия:

- закрепить знания детей об эмоциях (радость, печаль, гнев, страх, удивление) научить детей различать эмоции по схематичными изображениями;
- научить понимать свои чувства и чувства других людей;
- упражнять детей в умении передавать эмоциональное состояние используя мимику и жесты, а также развивать способности чувствовать настроение в музыке;
- развивать эмпатию и воображение, дружелюбие и коллективизм.

Материал: пиктограммы эмоциональных состояний, письмо из «Страны Настроения», музыкальные отрывки из мультфильмов, картинки с изображением сказочных героев, «кубик настроения», музыкальные ноты со схематическим изображением различных эмоций.

Ход занятия психолога со старшими дошкольниками:

1. Упражнение-приветствие «Я люблю»

Цель: снятие эмоционального напряжения, образование положительного состояния
Дети под спокойную музыку заходят в зал. Зал оформлен в виде лесной поляны.

Психолог: Дети, посмотрите, какая замечательная лесная полянка. Как хорошо и уютно на ней.

А давайте возьмемся за руки и поздороваемся друг с другом волшебными словами. Чтобы не только на полянке, но и у каждого из нас на душе стало тепло-тепло и уютно. (Дети говорят слова, движениями рук, показывая на того, к кому обращаются).

Я люблю - себя,

Я люблю тебя,

Я люблю - всех,

В этом мой успех.

Психолог: Какие красивые слова. Давайте скажем их еще раз ласково и нежно, чтобы мы все почувствовали эту любовь (дети эмоционально повторяют слова дважды). От ваших волшебных слов стало ясно и уютно не только на этой полянке, но и у каждого на сердце.

Психолог: Дети, у меня для вас есть сюрприз. Вот посмотрите, что в моих руках? Да, это письмо, но письмо необычное, это письмо из «Страны Настроения». Вы слышали о такой Стране? Давайте прочитаем его.

«Дорогие дети! Если вы любите все интересное, сказочное, и умеете удивляться, вас приглашает в гости «Страна настроения!»»

Ну что, детки, отправимся в путешествие? Так как нас ждет дальняя дорога, путешествовать мы будем на волшебном поезде. Скажите, а что нам нужно для того, чтобы сесть в поезд? Верно, нам нужны билеты. А купить мы их можем вот в этой билетной кассе.

2. Упражнение «Определи свое настроение»

Цель: научить детей определять свое эмоциональное состояние

Психолог: Так как путешествие наше необычное, то и кассиры у нас также необычные. Посмотрите, это колобочки и каждый из них показывает нам разное настроение. Как мы можем определить настроение у каждого кассира? У людей также бывает разное настроение, какое именно? Дети, становитесь в очередь и покупайте себе билет у кассира, изображающего такое же настроение, как у вас в настоящее время (дети становятся в очередь и берут у кассиров-колобков пиктограмму со схематическим изображением своего настроения). Все билеты получили? Я буду в этом путешествии

вашим проводником. Сдайте все билеты мне и отправляемся. (Дети строят поезд и под музыку начинают двигаться по залу).

Первая наша остановка станция «Сказочная».

Психолог: Скажите мне, вы любите сказки? А много сказочных героев вы знаете? Сейчас мы с вами поиграем в игру.

3. Упражнение «Найдите сказочного героя»

Цель: развитие умения распознавать эмоциональные состояния персонажей и соотносить их с графическими изображениями.

Психолог: У меня есть картинки с героями сказок и мультфильмов. А еще волшебный «кубик настроения». Посмотрите, у всех героев одинаковое настроение? Да, разное. Попробуем рассмотреть и изобразить различные настроения наших героев.

Каждый ребенок по очереди бросает кубик, называет эмоцию, которая выпала на кубике и находит картинку сказочного героя, изображающего такое же эмоциональное состояние. Правильно выбранную картинку ребенок оставляет у себя, а неправильную кладет обратно.

Поехали дальше путешествовать по «Стране Настроения».

Наше путешествие еще не закончилось, на очереди новая станция «Цветная»

5. Упражнение «Украсть озеро»

Цель: научить детей передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства.

(Вспомнить какими цветами мы изображаем радость, а какими грусть)

Психолог: Дети, вот посмотрите на это лесное озеро, оно кажется вам печальным. Давайте украсим его, каждый возьмите по одному цветочку такого цвета, который изображает ваше настроение сейчас.

Психолог: Мы сегодня были активными, пришло время нам немного отдохнуть.

6. Упражнение-релаксация

Цель: психоэмоциональная разгрузка

Веки хотят спать,

Закрываются глаза.

Мы тихо засыпаем,

Мы погружаемся в сон.

И руки сонные стали,

И ноги задремали,

И мы в эту минуту

Легкие как пушинка.

Итог занятия.

Психолог: Пока мы отдыхали, наше путешествие постепенно подошло к концу. Пора возвращаться в группу. А чтобы вернуться в группу нам нужно кое-что вспомнить.

Беседа психолога с детьми:

Какую страну мы сегодня посетили?

Какая игра была интересная?

Что наиболее запомнилось во время путешествия?

7. Упражнение «Определи свое настроение»

Цель: закрепить умение детей определять свое эмоциональное состояние

Психолог: Ну что, детки, соскучились по группе. Пора нам возвращаться назад. Подойдите к кассирам-колобкам, и получите билетки обратно в группу (дети подходят к кассирам и берут билетки с изображением своего настроения).

Психолог: Я желаю вам, детки, чтобы у вас всегда было хорошее настроение, и вы чаще улыбались, так же, как и сегодня во время нашего путешествия.