**Конспект занятия в старшей группе**

**"От улыбки станет всем светлей"**  
**Цель:**  
- Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста, снятие психоэмоционального напряжения.  
**Задачи:**  
- Закрепить умение узнавать, показывать эмоции, словесно обозначать и адекватно реагировать на них.  
- Воспитывать у детей дошкольного возраста доброжелательность, сочувствие, сострадание.  
**Материал:**  
- магнитофон с записью разной по настроению музыки.  
- волшебная палочка

**Ход занятия:**

Дети входят в группу под музыку В.Шаинского «Улыбка».  
**1.Ритуал приветствия.**  
**Психолог:**  
- Здравствуйте дети!  
- Я очень рада встрече с вами и я вижу, что вы пришли с хорошим настроением.  
До начала занятия проводится точечный массаж биологически активных точек по системе А. А. Уманской «Солнышко».  
Солнце утром рано встало,  
Всех ребяток приласкало:  
гладит грудку,  
гладит шейку,  
гладит носик,  
гладит лоб,  
гладит ушки,  
гладит ручки,  
загорают дети. Вот!  
**Упражнение «Давайте поздороваемся с Другом».**  
Психолог:  
- А здороваться мы будем необычно, различными частями тела: ладошками, локтями, коленками, спинками.  
- А вы любите путешествовать?  
Дети:  
- Да.  
**2. Постановка темы и цели занятия.**  
Психолог:  
-Тогда я хочу вам предложить совершить путешествие в необычную страну - в страну Эмоций.  
- Жители этой волшебной страны, страны Эмоций, обращаясь, друг к другу, произносят свое имя ласково.  
- А вы не хотите попробовать, произнести как жители этой страны, свои имена ласково?  
Дети:  
- Да хотим.  
Психолог:  
- Давайте попробуем.  
**3. Основная часть.**  
Игра-упражнение « Ласковое имя»

Педагог – психолог:  
- Я спрашиваю ребенка, как его имя, а вы, все остальные дети называйте хором его имя ласково.  
(Если у детей в процессе игры возникают трудности педагог помогает.)  
Психолог:  
- Ребята, я тоже пришла к вам с хорошим и веселым настроением.  
-И свое веселое и радостное настроение я хочу подарить вам.  
(Педагог улыбается ребенку, который стоит рядом, а уже этот ребенок передает улыбку следующему и так до конца.)  
Педагог – психолог:  
- А сейчас ребята, я предлагаю вам поиграть со мной в игру.  
**Игра «Паутинка»**  
- Представьте, что вы стали волшебниками, добрыми волшебниками, и у вас появилась возможность помочь людям стать счастливыми и радостными, а сделать вы это сможете, с помощью волшебных пожеланий  
Педагог-психолог:  
- Как вы думаете, у вас получится это сделать?  
Дети:  
-Да.  
Педагог-психолог:  
- Что же можно пожелать людям, которые живут на нашей Земле...  
Дети:  
- пусть люди никогда не болеют;  
- пусть люди долго и счастливо живут;  
- пусть у всех будут дети;  
- пусть люди никогда не сорятся;  
- пусть в мире не будет войны.  
Педагог-психолог:  
- Молодцы ребята! Сколько добрых пожеланий вы сказали жителям планеты Земля.  
- Всем спасибо!  
**Упражнение «Будем дружно улыбаться» (динамическая пауза).**  
Педагог – психолог:  
- Ребята, я буду читать стихотворение, а вы повторяйте за мной все движения».  
Детки, дружно поднимитесь (встать со стульчиков)  
Потянитесь, повернитесь (потянуться и повернуться вокруг себя).  
Если будем улыбаться — не будем злиться и ругаться,  
(показать улыбку, затем злость и потопать ногами)  
Друзьям дарить улыбку нужно – будем жить тогда мы дружно! (улыбнуться друг другу и обняться).  
Педагог-психолог:  
-Ребята, отгадайте – ка загадку.  
Её трясёт, глаза горят.  
Сама пряма, как гвоздь!  
Кидается на всех подряд.  
Кто это? Это …… (злость)  
Педагог-психолог:  
- Верно.  
Педагог-психолог:  
- Если кто-то злиться, сердится, капризничает, у него настроение, какое?  
Дети:  
- Плохое, ужасное.  
Педагог-психолог:  
- А лицо меняется у человека?  
Дети:  
- Да. У него лицо становится похоже на тучу.  
Педагог-психолог:  
- А вы были в такой ситуации?  
Дети:  
- Да.  
Педагог-психолог:  
- В каких ситуациях?  
- Давайте попробуем показать, как мы злимся.  
(мимикой, жестами, движениями)  
- И я предлагаю вам поиграть в игру:  
**«Сердитый котенок».**  
Дети распределяются на пары. Один играющий – котенок, другой – хозяин. Котенок должен показать своему хозяину, как сердится котёнок (шипит, выпускает когти, царапается, рычит). Хозяину необходимо успокоить его, приласкать, погладить. Когда котенок успокаивается, начинает мурлыкать, и участники меняются местами.  
Психолог:  
- Да ребята, злость плохое чувство.  
- А что нужно и можно сделать, чтобы не злиться?  
(можно потанцевать, попрыгать, побегать вокруг дома, постучать кулаком по столу, покидать мячик)  
**4. Релаксация «Волшебный сон»**.  
Дети садятся на стулья в «позу покоя»: (ноги слегка разведены, руки свободно лежат на коленях, спина не напряжена, глаза закрыты). Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит:  
«Маленькие пингвины очень устали, набегались, наигрались, теперь отдыхают. Им снятся волшебные сны. Снится голубое небо, яркое солнце, прозрачная и теплая вода, золотые и серебристые рыбки, плавающие в водичке, мама и т. д.  
**Игра – упражнение “Попрощаемся по- разному.”**  
Психолог:  
Вот и подошло к концу наше занятие, и я предлагаю вам попрощаться по- разному.  
Дети встают парами.  
Психолог:  
- Попрощаемся ладонями (локтями, коленками, спинами, лбами и т.д.)  
Дети выбирают из пиктограмм свое настроение.  
Рисование пиктограмм:  
**«Какое у меня сейчас настроение».**  
- А сейчас ребята, возьмите карандаш, и нарисуйте, свое настроение.  
Дети выбирают одну из предложенных пиктограмм – ту, которая соответствует их эмоциональному состоянию в данный момент, называют свое эмоциональное состояние и рисуют его на предложенном шаблоне.  
(После психолог размещает детские рисунки с настроением на стенде.)  
Психолог:  
- А наше путешествие по волшебной стране подошло к концу.  
Нам пора возвращаться в сад.  
**5. Рефлексия:**  
Педагог-психолог:  
- Ребята, в какую страну мы сегодня путешествовали?  
- Что больше всего вам понравилось в этом путешествии?  
- Какие эмоции вы испытали во время путешествия?  
(Ответы детей).