**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).