

Автор: Мосягина Виктория Николаевна, педагог-психолог ГБДОУ д/с №64 Выборгского района Санкт-Петербурга.

Конспект подгруппового занятия педагога - психолога с детьми старшего дошкольного возраста «В поисках пропавшего настроения»

Цель:

Научиться понимать свое эмоциональное состояние и состояние других людей;

способствовать самовыражению детей.

Познакомить детей с разнообразием способов улучшения эмоционального состояния

Группа: 6 человек, иначе – разбиваем на подгруппы.

Возраст: контингент детей, начиная со средней группы, но самый оптимальный вариант – старшая и подготовительная к школе группа.

Ход занятия:

Этап занятия	Содержание и деятельность педагога-психолога. Вариант 1(на улице)	Содержание и деятельность педагога-психолога. Вариант 2(в кабинете)
I Вводная часть Ритуал приветствия.	Педагог – психолог здоровается с ребятами. Организует детей на прогулке. - Добрый день, ребята, как дела, Как настроение?..... Что – то как – то настроение у меня с утра не очень. И не сладкое варенье и сандалик мой промочен. Как – то мне сегодня скучно, и не прыгает скакалка, и на небе как то тучно, и саму себя мне жалко. Мне не хочется печенья, что же вдруг со мною случилось? Видно просто настроение вдруг куда – то потерялось! - Почему, куда же вдруг пропало настроение? Жить без настроения нам никак нельзя! Я предлагаю вам отправиться его искать!	Педагог – психолог здоровается с ребятами. - Добрый день, ребята, как дела, Как настроение?..... Что – то как – то настроение у меня с утра не очень. И не сладкое варенье и сандалик мой промочен. Как – то мне сегодня скучно, и не прыгает скакалка, и на небе как то тучно, и саму себя мне жалко. Мне не хочется печенья, что же вдруг со мною случилось? Видно просто настроение вдруг куда – то потерялось! -Почему, куда же вдруг пропало настроение? Жить без настроения нам никак нельзя! Я предлагаю вам отправиться его искать! Приводит детей к кабинету психолога. Приглашает детей на ковер, на котором разложены разноцветные облака (каждому – облако на выбор). - Ребята, наше настроение где – то здесь, мы сейчас будем его искать, я подскажу, где оно может быть, но помните, как

		только зазвонит колокольчик, вы сразу бегите на свое облачко, хорошо?
II Разминка.	<p>-Ребята, может вы сегодня забыли с кем – то поздороваться? Когда мы здороваемся, мы желаем другому не только здоровья, но и хорошего настроения? Речедвигательные упражнения (сначала воспроизведение взрослого с показом движений, затем совместное воспроизведение с детьми) «Здравствуй» (по стихотворению Т.Сикачёвой) - Я здороваюсь везде - дома и на улице, Даже «Здравствуй» говорю я соседской ... (курице). (дети показывают «крылышки».) Здравствуй, солнце золотое! (показывают солнце.) Здравствуй, небо голубое! (показывают небо.) Здравствуй, вольный ветерок! (показывают «ветерок».) Здравствуй, маленький дубок! (показывают «дубок».) Здравствуй, Утро! (жест вправо.) Здравствуй, День! (жест влево.) Нам здороваться не лень! (разводят обе руки в стороны.)</p>	<p>-Ребята, может вы сегодня забыли с кем – то поздороваться? Когда мы здороваемся, мы желаем другому не только здоровья, но и хорошего настроения? Речедвигательные упражнения (сначала воспроизведение взрослого с показом движений, затем совместное воспроизведение с детьми) «Здравствуй» (по стихотворению Т.Сикачёвой) - Я здороваюсь везде - дома и на улице, Даже «Здравствуй» говорю я соседской ... (курице). (дети показывают «крылышки».) Здравствуй, солнце золотое! (показывают солнце.) Здравствуй, небо голубое! (показывают небо.) Здравствуй, вольный ветерок! (показывают «ветерок».) Здравствуй, маленький дубок! (показывают «дубок».) Здравствуй, Утро! (жест вправо.) Здравствуй, День! (жест влево.) Нам здороваться не лень! (разводят обе руки в стороны.)</p>
III Основная часть		
Упражнение 1	Игры с песком (лепим настроение), зимой – снегом, любая игра на ваше усмотрение.	Игры с пластилином, свободная беседа о цвете, запахах, предпочитаемых ребятами, творчество на тему « мое самое – самое настроение» или работа с карандашами, красками (звучит песенка про художников из мультфильма « Маша и медведь»)
Упражнение 2	<p>Упражнение с мыльными пузырями -Я знаю, знаю, ребята, где может прятаться наше настроение – в мыльных пузырях. Осторожно пузыри... Ой, какие! Ой, смотри! Раздуваются! Блестят! Отрываются! Летят! -Посмотрите, в каждом пузыре живет маленькая радуга настроений!</p>	<p>Вариант I Игры в бассейне - А я знаю, где еще можно найти настроение – в бассейне с шариками! - Кто закончил первый – ныряет туда! А остальные ко мне! Потом меняемся! - Предлагаю поймать рыбку удачи, мы загадаем ей, чтобы наше настроение вернулось! Вариант 2 Упражнение с малыми разноцветными перышками.</p>

	<p>Ловите, ловите, ребята, свое настроение!</p>	<p>-Ребята, посмотрите, какие у меня есть волшебные разноцветные перышки.</p> <p>-Пусть наше настроение будет таким же красочным и легким, как эти перышки, давайте проверим, у кого самое легкое настроение (психолог раздает перышки, следуя предпочтения детей, показывает, как надо сдувать с ладошки, поддувая его вверх), хвалит каждого.</p>
<p>Физминутка музыкальная</p>	<p>Танцевальная мелодия, свободная импровизация (песня «Хорошее настроение» в исп. группы «Волшебники двора») Текст песни</p> <p>Мы что-то потеряли И долго его искали И небо было хмурым И дождик моросил Под лепестком ромашки У месяца в кармашке Нигде пропажи нашей Никто не находил</p> <p>Припев: Хорошее настроение Сплошное невезение Когда однажды утром Его ты не найдешь Хорошее настроение Немножко вдохновения И ты уже с друзьями Танцуешь и поешь! ***</p> <p>Откуда оно берется Где прячется и смеется И в солнечные сети Ты зря его ловил Известно всем на свете Оно в твоей конфете Которую ты с другом Сегодня разделил!</p>	<p>Танцевальная мелодия, свободная импровизация (песня «Хорошее настроение» в исп. группы «Волшебники двора») Текст песни</p> <p>Мы что-то потеряли И долго его искали И небо было хмурым И дождик моросил Под лепестком ромашки У месяца в кармашке Нигде пропажи нашей Никто не находил</p> <p>Припев: Хорошее настроение Сплошное невезение Когда однажды утром Его ты не найдешь Хорошее настроение Немножко вдохновения И ты уже с друзьями Танцуешь и поешь! ***</p> <p>Откуда оно берется Где прячется и смеется И в солнечные сети Ты зря его ловил Известно всем на свете Оно в твоей конфете Которую ты с другом Сегодня разделил!</p>
<p>IV. Релаксация Упражнение «Улыбка».</p>	<p>Психолог подзывает детей, предлагает взяться за руки, закрыть глаза поднять лицо к солнышку и улыбаться в ответ солнышку: -Почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться еще шире. Дышите и улыбайтесь..., ваши руки и ладошки наполняются улыбкой солнышка.</p>	<p>Психолог звонит колокольчик, дети занимают место у своих облачков. -Ложитесь поудобней на ковер» (дети ложатся на ковёр, устраиваются поудобнее. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые, не скрещенные. Играет тихая спокойная музыка) - Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их.</p>

	<p>А теперь откроем глаза и посмотрим друг на друга. Какие добрые, улыбающиеся у вас всех лица.</p>	<p>Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза). Дыхание ровное и спокойное. Представьте себе, что вы видите красивое солнышко, оно широко широко улыбается вам. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться еще шире Дышите и улыбайтесь..., ваши руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2-3 раза). А теперь откроем глаза и посмотрим друг на друга. Какие добрые, улыбающиеся лица».</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>Ребята, я вижу, что вы все улыбаетесь, и у вас хорошее...настроение! Мы с вами искали его и в...(перечисляем, пусть каждый ответит, где он нашел свое настроение). Стихотворение Лики Разумовой «Секрет хорошего настроения»: Если вы скучаете. Если вы зеваете. Или плакать хочется. Или носик морщится, Значит надо...значит надо... Надо весело скучать! Так давайте...так давайте... Улыбаться и визжать!</p> <p>Можно рядышком присесть, Поболтать и песню спеть. Глазками подмигивать, Приседать, подпрыгивать. И конечно...и конечно... Веселиться и мечтать! (здесь сокращено в необходимом контексте)</p> <p>Настроение увидит, Как вам весело живётся. Пожалеет, что сбежало И опять домой вернётся. Засияют ваши глазки, И запляшет язычок. Вот такой секретик счастья. Не забудь его, дружок!</p>	<p>Ребята, я вижу, что вы все улыбаетесь, и у вас хорошее...(после паузы ребята сами заканчивают фразу) настроение! Мы с вами искали его и в ... (перечисляем, пусть каждый ответит, где он нашел свое настроение). Стихотворение Лики Разумовой «Секрет хорошего настроения»: Если вы скучаете. Если вы зеваете. Или плакать хочется. Или носик морщится, Значит надо...значит надо... Надо весело скучать! Так давайте...так давайте... Улыбаться и визжать!</p> <p>Можно рядышком присесть, Поболтать и песню спеть. Глазками подмигивать, Приседать, подпрыгивать. И конечно...и конечно... Веселиться и мечтать!</p> <p>И конечно...и конечно... Карандашики достать, Белый листик, кисти, краски... Фантазируйте и красьте!</p> <p>Настроение увидит, Как вам весело живётся. Пожалеет, что сбежало И опять домой вернётся.</p> <p>Засияют ваши глазки, И запляшет язычок.</p>

	<p>- А как вы думаете, где же все-таки живет хорошее настроение? Помогаем ребятам найти ответ. - Ну, конечно, в нас самих!</p>	<p>Вот такой секретик счастья. Не забудь его, дружок! - А как вы думаете, где же все-таки живет хорошее настроение? Помогаем ребятам найти ответ. - Ну, конечно, в нас самих!</p>
<p>Инвентарь для занятий</p>	<p>Мыльные пузыри, переносная мини колонка с USB для воспроизведения музыки Колокольчик Флешка с записью для музыкального сопровождения: (песня «Хорошее настроение» в исп. группы» Волшебники двора»)</p>	<p>Ароматизированный пластилин инструменты для рисования (краски, кисти, карандаши, альбомные листы., малые разноцветные перышки. Сухой бассейн с шариками Широкий таз, рыбки с магнитами и 2-3 пары удочек. Переносная мини - колонка с USB для воспроизведения музыки (песня «Хорошее настроение» в исп. группы» Волшебники двора», песенка про художников из мультфильма « Маша и медведь», музыка для релаксации на выбор) колокольчик.</p>