Занятие педагога-психолога в подготовительной группе.

Совместная деятельность с детьми «Наше настроение».

Цель: Психокоррекция отклонений в поведении детей через развитие этических личностных качеств и эмоционально-волевых проявлений.

Задачи:

Обучать понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать своё настроение в соответствии с нравственными нормами.

Обучать приёмам саморегуляции поведения и настроения.

Обучать приёмам саморасслабления, снятия психомышечного напряжения.

Структура занятия:

Вводная часть (приветствие).

Основная часть (игры, упражнения, этюды, беседы).

Заключительная часть (релаксация, рефлексия, ритуал прощания).

Категория детей – дети подготовительной группы (6-7 лет).

Форма работы — подгрупповая

Количество детей – 6 – 8 человек.

Продолжительность занятия – 30 минут.

Методы и приёмы, используемые в работе:

Беседы, направленные на развитие самосознания детей;

Групповое обсуждения эмоций и чувств;

Моделирование и анализ ситуаций;

Методы психомышечной релаксации с использованием дыхательной техники;

Психогимнастика;

Коммуникативные игры;

Тематическое рисование

Ожидаемые результаты:

Сформированность умения различать, осознавать, выражать различные эмоции и понимать их проявление у других людей;

Сформированность адекватной поведенческой реакции в различных ситуациях общения;

Стабилизация психоэмоционального состояния.

Материал для занятия:

Кубик эмоций.

Мимические карточки – пиктограммы.

Мультимедийное представление ситуаций общения.

Карандаши.

Бумага.

Мусорное ведро.

Мыльные пузыри.

**Ход занятия:**

Вводная часть

Ритуал начала занятия. Приветствие «Комплименты»

Инструкция: Стоя в кругу, дети берутся за руки. Каждый из них должен, глядя в глаза соседу справа, сказать ему несколько добрых слов, похвалить за что-нибудь. Ребёнок, принимающий комплимент, кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!»

«Доброе животное» Сплочение группы.

Инструкция: Возьмёмся за руки и представим, что все мы одно большое доброе животное. Мы будем прислушиваться к его дыханию. Вдох все дети идут в круг, выдох все дети идут из круга и так 3 раза.

Основная часть

Беседа: Настроение, его проявления

Инструкция: Ребята, а кто из вас знает, что такое настроение?

Кидая кубик эмоций, каждый по порядку изображает настроение, а все остальные угадывают его.

- Какое бывает настроение, изображаем мимикой разные эмоции (ответы детей с демонстрацией мимических карточек).

- Когда у вас хорошее настроение, когда мы испытываем чувства радости, в каких случаях? (ответы детей)

- Как можно поделиться своей радостью с другими?

- А когда мы злимся, в каких ситуациях испытываем гнев? Чем может закончиться наше плохое настроение? (Презентация с обсуждением ситуаций, показанных в презентации)

- Как избавиться от чувства злости? Ответы детей. Обобщение ответов детей.

Упражнение «Рисование плохого настроения»

Инструкция: Ребята, а ещё можно избавиться от плохого настроения нарисовав его. Предлагаю сесть за стол и нарисовать своё плохое настроение. После рисования – скомкать или порвать рисунок и выкинуть его в мусорное ведро.

Пальчиковая гимнастика

Инструкция. Раз, два, три, четыре, пять — вышли пальчики гулять, раз, два, три, четыре, пять — в домик спрятались опять.

«Солнышко»

Инструкция. Если вы заметите, что кому то из ваших друзей станет грустно, можно поиграть с ним в следующую игру. Тот, кто грустит, встаёт в круг, а остальные ребятки берут карандаши и дарят грустящему с добрыми словами о нём. Кто хочет встать в круг? (Индивидуальная работа по коррекции самооценки неуверенных и тревожных детей).

«Пирамида любви»

Инструкция. Каждый из нас что- то или кого-то любит. Я люблю свою семью, своего сыновей, своих родителей. А сейчас предлагаю вам построить «Пирамиду любви» из наших рук и поделиться своею любовью со всеми вокруг. Я назову что-то любимое и положу руку, затем каждый из вас будет называть своё любимое и класть руку поверх моей по очереди. Психолог вытягивает руку и говорит: “Я люблю всех ребят в этой комнате”. Дети, по очереди, кладут свою ладошку на ладонь психолога, объясняя, что они любят. Затем все вместе резко кидают руки вверх, расцепляя и отдавая свою любовь окружающим.

Заключительная часть

Релаксация «Воздушный шарик». Снятие напряжения, успокоение.

Инструкция. Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щёки, медленно через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится всё больше и больше, как увеличиваются на нём узоры. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу. (можно повторить 3 раза).

Рефлексия. Ребята, наше занятие подошло к концу. Понравилось ли вам занятие? А чему мы с вами учились на этом занятии?

Ритуал прощания «Мыльные пузыри» Инструкция. У меня есть волшебные мыльные пузыри, которые заряжают всех на кого попадают добром, любовью и хорошим настроением на весь день. Подходите ближе, я буду выдувать пузыри, а вы дотрагивайтесь до них, чтоб они лопнули у вас в руках. А теперь возьмёмся за руки, закроем глаза, я буду посылать искорку добра в виде рукопожатия. Я посылаю искорку Захару, а он передаёт ее своему соседу и она должна ко мне вернуться. До свидания ребята, до новых встреч.