МКДОУ «ДС№60»

Утверждаю

Заведующая МКДОУ ДС № 60

г.о. Нальчик

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Кашежева О.А./

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г.

**«Шаг за шагом»**

***(развитие эмоциональной сферы)***

***Дата проведения 30.10.2018***

***Старший воспитатель:***

***Науржанова М.Х***

***Педагог-психолог:***

***Поситнева С. В.***

***г. Нальчик***

***2018г.***

*Цель:* развивать эмоциональную сферу детей, умение понимать настроение людей.

Задачи:

*Познавательные:*

Учить различать эмоциональное состояние, проговаривать свое ощущение, свои чувства, развивать мимические мышцы лица.

*Коррекционно-развивающие:*

расширять и активизировать словарный запас детей,

развивать общую и мелкую моторику;

развитие личностных особенностей;

развивать умение выражать эмоции (страх, грусть, радость);

учить создавать из элементов целостную композицию;

научить детей снимать напряжение

*Воспитательные:*

Учить слышать друг друга, формирование позитивного отношения ко взрослым и сверстникам*.*

продолжать учить выполнять правила игры;

формировать умения решать проблемные ситуации, работать и играть в коллективе.

*Оборудование:* мультимедийное оборудование, дары Фрёбеля, тактильные ячейки, карточки с эмоциями, фибриотический душ «Солнышко».

Дети на машинах подъезжают к кабинету «Психологической разгрузки».

**Психолог:** Здравствуйте ребята. Рада вас видеть. Какие вы веселые, счастливые. Какое у вас сейчас настроение?

**Дети**. Отличное, хорошее.

**Психолог:** Ребята, у каждого из нас и у детей, и у взрослых бывает разное настроение: веселое, грустное, радостное. Разные настроения могут, как помогать, так и вредить человеку. А у вас, когда ни- будь было плохое настроение? Когда? (дети перечисляют такие настроения). Когда их становится слишком много, что произойдет? Хотите узнать. А вот сейчас мы проведем такой опыт: представьте, что этот шарик надувается ненужными, плохими настроениями. Вы будете перечислять плохие настроения, а я буду надувать шарик (педагог надувает шарик). Что может случиться, если шарик сильно надуть?

**Дети:** Шарик лопнет.

**Психолог:** Конечно, шарик лопнет, а человек может заболеть или плохо себя чувствовать.

Когда у человека плохое настроение, он напряжен. Поэтому не надо накапливать плохие эмоции, а уметь с ними справляться (начинает понемногу спускать шарик). И сегодня я научу вас расслабляться. (Играет спокойная музыка).

Представьте, как мы злимся: сильно сожмите кулачки, затем, резко расслабьте их.

Давайте немного отдохнем! Ложитесь на коврик и слушайте мой голос: (виртуальная реальность)

Есть у нас игра такая-очень легкая, простая:

Замедляется движенье, исчезает напряженье…

И становится понятно: расслабление приятно.

Нас ласкает теплый, нежный ветерок…

Солнышко нам ласково улыбается…

Мы улыбаемся солнышку…

Нам так приятно! Нам так хорошо вместе!

**Активизация (**выход из расслабления):

Но вот прохладный ветер пробежал по телу.

Взбодрил нас. И мы потянулись, улыбнулись.

Сели .

**Психолог:** Вы сегодня так много путешествовали! А какое настроение у вас было во время путешествия?

А сейчас мы поиграем.

Мы представим себе, что мы актеры. И нас задание: изобразить различные настроения. Я произношу начало фразы, а вы с помощью мимики показываете настроение:

*Когда мне весело, я такой…*

*Если меня обидели, я такой…*

*Если мне стало грустно, я такой…*

*Если моему другу нужна помощь, я такой…*

*Если я с друзьями, я такой…*

*Если у меня болит зуб, я такой…(дети выполняют задание).*

Молодцы, хорошо, у вас получается. Но у меня для вас есть еще одна игра.

По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать от 1 до 5, а вы в это время будете изображать персонажей на картинках.

На счет «5» все заканчивают выполнение задания и меняются карточками или подходят к столу за новыми заданиями.

*Звучит песня «Игра» из мультфильма «Пластилиновая ворона».*

**Психолог:** Вы - настоящие артисты!

Ребята, а на каком транспорте сегодня вы путешествовали? А что можно осенью увидеть из окна автобуса или поезда? (ответы детей). А, посмотрите, на столах лежат рамки. В этих рамках сделайте то, что вы могли бы увидеть во время путешествия. Деревья, цветы, людей, солнышко, дождик.

(Дети собирают композицию).

**Психолог:** Адам, расскажи, что ты сделал? А ты, Ваня? (дети рассказывают о своих работах)

**Психолог:** Как хорошо вы потрудились! Посмотрите, как улыбается вам солнышко. Как протягивает к вам, свои лучики. Протяните свои ручки на встречу солнцу (трогают солнышко)

**Психолог:** А сейчас, у меня для вас сюрприз. У меня есть волшебные мешочки. А в этих мешочках спрятаны различные игрушки. Сможете ли вы, с закрытыми глазками, определить на ощупь, что это за предмет. (Дети выполняют задание).

**Психолог:** Что понравилось вам сегодня? Какое у вас сейчас настроение? Я предлагаю вам выбрать своё настроение. Ну, тогда, со своими веселыми смайликами занимаем свои места в транспорте. И со своим другом – Светофором отправляйтесь в любимую группу.

До встречи, ребята!