***Конспект занятия***

***педагога-психолога Клевцовой Ю.П.***

***с детьми старшего дошкольного возраста***

**«Путешествие в мир эмоций».**

**Цели**: формирование адекватных эмоциональных состояний и проявлений в контактах с окружающим миром.

**Задачи**:

1. Обучать детей анализу своего внутреннего состояния и состояния других людей.

2. Развивать эмпатию, желание и готовность помогать другим людям.

3. Воспитывать у детей навыки сотрудничества и культурного общения.

4. Формировать умения и навыки произвольных движений посредством психогимнастики.

Предварительная работа:

- занятия по ознакомлению с различными чувствами и их значение в жизни каждого человека;

- рассматривание ситуаций, связанных с выражением различных чувств;

- игры и упражнения на эмоционально-личностное развитие;

- ознакомление со способами, с помощью которых можно выражать эмоции (мимика, пантомимика, под музыку, с помощью цвета).

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

1. **Приветствие: «Здравствуй, друг!»**

Дети стоят в кругу, педагог-психолог достает «волшебную коробочку» и просит детей достать по одной карточке. У каждого ребенка в руках оказывается карточка с изображением половины предметной картинки. Задача детей найти вторую половинку и с тем, у кого она находится образовать пару. Когда пары сформированы, дети приступают к приветствию:

***Здравствуй, друг! (здороваются за руку)***

***Как ты тут? (похлопывают друг друга по плечу)***

***Где ты был? (теребят друг друга за ушко)***

***Я скучал! (складывают руки на груди в области сердца)***

***Ты пришел! (протягивают друг другу руки)***

***Хорошо! (обнимаются)***

**Психолог:** «Ой, это же письмо от короля Страны Чувств! Помните, мы с вами уже были в этой стране? Вспомните, пожалуйста, какие чувства там живут?»

**Дети**: «Радость, Страх, Грусть, Удивление, Злость, спокойствие»

Психолог: «Молодцы, всех вспомнили. А вот что пишет нам король».

(Психолог с ребятами читает письмо):

*«Здравствуйте, ребята!*

*Пишет вам король Страны Чувств. Правил я страной уже много лет и помогали мне верные слуги: Радость, Удовольствие, Удивление, а также Обида, Злость и Страх.*

*И вот однажды Обида, Злость и Страх захватили власть в моей стране. Меня бросили в темницу, а слуг: Радость, Удовольствие, Удивление выгнали из государства. Ребята, помочь мне можете только вы. Ведь вы так много знаете о чувствах! Если вы покажите свои знания о разных чувствах, живущих в моей стране, то сможете найти три ключа от замка и вызволить меня из темницы. К письму я прилагаю карту, которая укажет вам путь к моему замку.*

*С надеждой.*

*Король Страны Чувств.»*

**Психолог**: «Ребята, что же мы будем делать? Как нам поступить в этой ситуации?»

**Дети**: «Мы должны выручить короля из темницы, надо ему помочь!»

**Психолог**: «А что нам надо найти, чтобы вызволить короля из темницы?»

**Дети:** «Нам надо найти 3 ключа».

**Психолог**: «А как мы узнаем куда идти?»

**Дети**: «Нам поможет карта»

**Психолог:** «Хорошо. Вы такие отзывчивые! С помощью карты и выполняя различные задания на знания чувств, мы сможем добыть ключи. Вы готовы? Тогда нам надо торопиться на помощь королю. А чтобы попасть в волшебную страну мы накинем с вами волшебные плащи и оденем башмачки. (Психолог с детьми имитируют движениями, что накидывают плащи, одевают башмачки)

**Психолог:** «Повторяем за мной: «Повернись, повернись и на месте покружись» (Дети повторяют за психологом слова)

**СЛАЙД: СТРАНА ЧУВСТВ**

**Психолог**: «Вот мы и в Стране Чувств. Что нам поможет найти путь?»

**Дети:** «У нас есть карта»

**Психолог**: «Посмотрим, где мы сейчас находимся и найдем это место на карте». (Психолог и дети смотрят в карту и движутся по дороге).

**Психолог**: «А это кто?»

**1 слайд: стражник**

**Дети:** «Это стражник»

**Психолог:** «Да, это стражник. Он охраняет ворота. Ребята, а пройти через ворота мы сможем, выполнив первое задание. Садитесь за столы. Вам предстоит нарисовать с помощью зубной пасты маски чувств. Выбирайте тарелочку любого цвета и подумайте, кто какое чувство нарисует, чтобы у всех они были разные. Я вам выдавлю зубную пасту, и вы приступайте к работе».

Цель: развитие творческого воображения, тактильных ощущений, умения дифференцировать выражения лиц у окружающих.

**Психолог**: «Вам понравилось как получилось? Молодцы! Изобразите то чувство, что вы нарисовали». (Дети мимикой показывают разные эмоции. Цель упражнения: самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения чувств.)

**Психолог**: «отлично! Теперь возьмите влажные салфетки из шкатулки, чтобы вытереть руки».

**Дети**: «Ой, смотрите, в шкатулке ключ!»

**2 слайд: лесная тропинка**

**Психолог**: «Да, мы нашли первый ключ! Теперь мы можем идти дальше! Но нас ждет неизведанное. Я думаю, что наши храбрые мальчики пройдут первыми, а девочки потом. Согласны?»

**3 слайд: туман**

**Психолог**: «Это туман! Он состоит из капелек. И я предлагаю вам на время превратиться в капельки этого тумана. Поиграем в игру «Капельки». Чем быстрее мы соединим капельки между собой, тем быстрее туман исчезнет! Помните правила? (Психолог напоминает правила игры)

(*Дети играют в игру «Капельки». Цель: тренировка внимания, контроль двигательной активности. Дети под музыку хаотично двигаются между собой. Когда музыка затихает, они слушают и считают количество хлопков психолога. Если психолог хлопнет 1 раз, то дети замирают на месте, если 2 раза, то дети объединяются в пары, если много хлопков – обнимаются все вместе.)*

**4 слайд: солнышко**

**Психолог**: «Молодцы! Развеяли туман! Куда нам теперь идти? (Психолог и дети сверяются по карте.)

**5 слайд: стена с портретами**

**Психолог**: «Смотрите, впереди стоит стена».

(Дети и психолог идут в заданном направлении и сталкиваются со стеной, где висят портреты детей с определенным выражением лица.)

**Психолог**: «Да, стена эта необычная. Лица этих детей заколдованы. А расколдовать их, вернуть спокойное выражение лица и найти второй ключ мы сможем, только угадав, какие чувства они испытывают».

(Дети угадывают по выражению лица, что испытывают дети и придумывают в какой ситуации это происходит. Цель упражнения: развитие понимания мимических выражений, адекватного реагирования на определенные жизненные ситуации)

**6 слайд: роща**

**Психолог**: « Мы их расколдовали! Молодцы! Смотрите, а вот и второй ключ найден, но нам еще нужен третий. Значит, двигаемся дальше. Посмотрим на карте, где это мы очутились? В роще. Давайте тоже на время превратимся в деревца и сделаем гимнастику.

 *В поле дерево стоит.*

***(Поднимают руки над головой)***

 *Ветер ветви шевелит.*

 *(****Покачивают руками)***

 *Весной набухнут почки*

***(Сжимают пальцы в кулаки****)*

 *Раскроются листочки*

 *(****Разжимают кулачки, шевелят пальцами)***

 *Чтоб деревья подрастали,*

 *Чтоб они не засыхали,*

 *Корни дереву нужны*

 *(****Опускают руки, разводят пальцы в стороны****)*

 *Корни дереву важны*

***(Поднимаются, распрямляются).***

**Психолог**: «Молодцы! Вновь продолжаем искать. Сколько ключей мы нашли? Правильно, два ключа. Нам нужен третий. Посмотрим куда нам дальше?»

**7 слайд: облака**

**Психолог**: Ребята, посмотрите, сколько облаков, из-за них нам ничего не видно. Давай те поможем каждому облачку найти свой домик. Игра «Найди домик для облачка» (Цель: узнавание и соотнесение эмоций).

**Психоло**г: Молодцы, вы справились с заданием.

**8 Слайд: солнечная поляна**

 Посмотрите, да это же чей-то портрет разорван. Давайте попробуем его собрать.

(Дети собирают портрет грустного короля)

**Психолог**: «Что же у вас получилось?»

**Дети:** «Это портрет короля Страны Чувств»

**Психолог**: «Да, правда, ребята, посмотрите на выражение его лица, какое оно?»

**Дети**: «Грустное, печальное»

**Психолог**: «Да, король сидит в темнице и грустит, ждет, когда же мы ему поможем. Ой, посмотрите, что это?»

**Дети**: «Это же третий ключ!»

**Психолог**: « Ну что, мои хорошие, все три ключа у нас в сборе. Смотрите, что это перед нами?»

**9 слайд: двери замка**

**Психолог**: «Эти двери не простые, а с тремя замками. Давайте решим, какой ключ, к какому замку подходит. Только будьте аккуратны, вежливы друг с другом».

**10 слайд: весёлый король**

**Психолог:** «А вот и король! Посмотрите, рад он нас видеть или нет?»

**Дети:** «Рад, потому что он улыбается»

**Психолог**: «Мне тоже кажется, что король очень доволен! А вы знаете мы можем подарить в его страну новое чувство – Любовь. К кому мы испытываем любовь? Кого мы любим?

**Дети**: «Родителей, дедушку, бабушку, близких, друзей…»

**Психолог**: «А где живет Любовь? Как вы думаете?»

**Дети:** «Любовь живет у нас в сердцах!»

**Психолог:** «Да, верно! Она позволяет заботиться о себе и близких людях, помогает создавать хорошее настроение, дает силы на свершение добрых дел, учит прощать тех, кто нас обидел. Чувствуете тепло ваших сердец? Так поделитесь частью своего тепла, подарите любовь королю»

(Дети жестами показывают, как они отдают любовь из сердца королю. Цель: развитие эмпатии.)

**Психолог**: «Спасибо! Смотрите, король стал еще веселее! Вы рады за него?»

**Дети**: «Да, очень рады»

**Психолог:** «Тогда устроим салют в честь нашей победы и в честь короля!»

**Дети:** «Хорошо! (Дети быстро рвут листочки цветной бумаги на мелкие кусочки и подбрасывают в воздух на счет три. Цель: развитие быстроты реакции и формирование здорового эмоционального подъема).

**Психолог**: «Итак, король освобожден. Как теперь он поступит с Обидой, Злостью, Страхом? Их надо выгнать или они нам нужны?»

**Дети**: «Конечно, их надо простить, все чувства нужны и важны для людей».

**Психолог**: «Я рада, что наши мнения совпадают. Давайте подумаем, а зачем нам Страх, Злость?»

**Дети:** «Страх – самый чуткий, осторожный, он далеко чувствует опасность и сможет вовремя предупредить об опасности. Злость – придает силы для борьбы с врагом, помогает справляться с препятствиями.

**Психолог**: «Правильно. Свою задачу мы выполнили, короля освободили, пора возвращаться из Страны Чувств. Давайте скажем наши волшебные слова: «Повернись, повернись и на месте покружись» (Дети повторяют за психологом слова.)

**Психолог**: «Вот мы и дома. Снимаем плащи и башмачки» (Дети жестами показывают, что снимают башмачки и плащи)

Психолог рассаживает детей в круг на ковер и предлагает сказать, понравилось ли детям путешествие? О каких чувствах мы сегодня говорили? Про какое новое чувство мы узнали?

Стук в дверь. Входит король, благодарит детей за помощь и дарит им подарки.

**Психолог**: «А теперь давайте попрощаемся. Давайте возьмёмся за руки, улыбнёмся и подарим наше хорошее настроение гостям. До свидания!