**Конспект организованной учебной деятельности № 3**

**Предшкольная группа**

**Дата:** 19.10.20

**Педагог-психолог:** Штро Н.С.

**Тема: Страна настроения**

**Цель:**

Формирование эмоциональной сферы ребенка.

Развитие способности самопознания, гармонизация эмоционального состояния, активизация позитивных ресурсов, развитие умения работать в группе.

**Задачи:**

1.Закрепить у детей знания об основных эмоциях; радость, удивление, злость, грусть.

2.Формировать умение подбирать цвет для выражения своего настроения.

3.Установить положительный эмоциональный настрой.

**Полингвальный компонент:** радость – куаныш – happi.

**Методы и приёмы, используемые в работе:**

Беседы, направленные на развитие самосознания детей;

Групповое обсуждения эмоций и чувств;

Психогимнастика, физ. минутка.

Арт-терапия рисование эмоций.

Релаксация

**Структура занятия:**

Мотивационная часть *(приветствие)*.

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

Заключительная часть *(психогимнастика, релаксация)*.

Поощрение.

Категория детей – дети предшкольной группы.

Количество детей – 7 человек.

**Используемое оборудование:**

1. ноутбук

2. Картинки солнце и тучка, карандаши.

3. Картинки с эмоциями

4. карточки с красным, зелёным, черным, и белым цветом.

**Продолжительность занятия – 25- 30 минут**

**Ход занятия:**

**1. Мотивационно-побудительный этап**

**Приветствие**

Психолог: Дети, сегодня мы с Вами поговорим о настроении. Ребята, Я очень рада вас видеть!

-Дружат все на белом свете,

Дружат взрослые и дети,

Дружат птицы меж собой,

Дружат змейки под горой.

Дружат зайки на лужайке,

Мишки, волки дружат в стайке.

Дружат рыбы под водой.

Ты со мной, а я с тобой.

**2. Организационно-побудительный этап**

**Беседа:** Настроение, его сравнение.

- Ребята скажите, пожалуйста, какая бывает погода? *(ответы детей)*

- Ребята расскажите, какое у вас сейчас **настроение**? *(ответы детей)*

- Как вы думаете, можно ли сравнить ваше **настроение с погодой**? *(ответы детей)*

- Говорят что, погода внутри вас – это и есть ваше **настроение**.

*(Педагог-психолог показывает - Солнце)*

Ребята, посмотрите на картинку, какая здесь погода? *(ответы детей)*

С каким **настроением** можно сравнить солнечную погоду? *(ответы детей)*

*(Педагог-психолог показывает - Дождь)*

А здесь ребята посмотрите, какая погода? *(ответы детей)*

С каким **настроением** можно сравнить пасмурную погоду? *(ответы детей)*

Да, действительно наше **настроение** может иногда зависеть от погоды.

А еще наше **настроение** можно сравнить с цветом. Сейчас я вам буду показывать цвета, а вы мне постараетесь ответить, какое настроение у вас вызывает этот цвет.

- Ребята, каким цветом можно выразить радостное **настроение**, грустное **настроение***(ответы детей)*

**Игра: угадай настроение:**

Сейчас я вам раздам эмоции, которые вы должны будите показать, а остальные ребята должны будут угадать.

(6-10 мин)

**Физ. минутка (дети повторяют движения под музыку).**

Смотрите в небе самолет,
А в самолете том пилот
Штурвалом ловко управляет
И между облаков летает

Под самолетом то гора,
То лес дремучий, то нора,
То в небо дивится народ,
То зайцы водят хоровод

**Дыхательная гимнастика «Самолет»**

-Самолет отправляется в полет, носиком воздух набираем, выдыхем через рот звук

 -Уууууу-

**Упражнение *«Удивительная картина» рисование эмоций.***

Ребята, посмотрите, какие у меня есть картинки? Кого вы здесь видите? *(ответы детей)* Картине чего - то не хватает, как вы думаете чего? *(ответы детей)*

Я предлагаю вам дополним эти картинки эмоциями.

Но прежде мы начнем рисовать разомнём наши пальчики

**Пальчиковая гимнастика**

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики. *(руки соединяются в "замок")*

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики. *(хлопки в ладоши)*

Раз, два, три, четыре, пять

Начинаем мы считать. *(пальцы с мизинчика поочередно соединяют друг с другом)*

Раз, два, три, четыре, пять

Мы закончили считать *(Руки вниз, встряхивают кистями)*

**Упражнение «Тренируем эмоции»**

Молодцы ребята! Давайте вспомним про что мы с вами сегодня говорили.

Какие бывают эмоции. Покажите нам их. Слушайте внимательно:

**Нахмуриться как:**

- осенняя туча,

- рассерженный великан.

**Позлиться как:**

- злая волшебница,

- голодный волк.

**Испугаться как:**

- заяц, увидевший волка,

- котенок, на которого лает злая собака.

**Улыбнуться как:**

- кот на солнышке,

- буд-то ты увидел чудо.

**3. Рефлексивно-побудительный этап.**

Наше путешествие по стране настроения подошло к концу.

И я надеюсь, что у вас всегда будет хорошее, веселое настроение**.**

 **Упражнение на релаксацию солнышко.**

Солнце с неба посылает лучик, лучик, лучик.

*(движение пальцами пол лбу от середины к вискам )*

И им смело разгоняет тучи, тучи, тучи.

*(плавные движения по лбу)*

Лучик нежно согревает щечки, щечки, щечки.

(Потирать щёчки)

Солнышко на носик ставит точки, точки, точки.

(Постукивать по носу и щёчкам)

Золотят веснушки деток.

Очень нравится им это!

**Поощрение: детям в конце занятия дарят по смайлику.**