

VI Областной конкурс методических разработок среди молодых педагогов
«Педагогическая симфония»

Номинация: «Занятие для воспитанников ДОУ»
Тема: «Наши эмоции»
Возраст: старшая группа (5-6 лет)

ФИО: Киженцева Мария Матвеевна,
Должность: Педагог-психолог
наименование ОО: МКДОУ детский сад
общеразвивающего вида «Умка»,
квалификационная категория: -

Тема: «Наши эмоции»

Возраст: старшая группа (5-6 лет)

Цель: Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников с использованием практической деятельности в коммуникативном развитии детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Закреплять знания детей об эмоциях;
2. Формировать положительное отношение к окружающим;
3. Учить способам саморегуляции эмоционального состояния;
4. Развитие коммуникативных качеств;
5. Тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике, жестам, поведению;
6. Развивать эмоциональную, когнитивную сферу;
7. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.
8. Упражнять в умении поддерживать беседу, участвовать в коллективном разговоре.
9. Профилактика агрессивного поведения.

Материалы и оборудование: «Пиктограмма с эмоциями – злость, радость, удивление, страх», рисунки с эмоциями животных и шаблоны для рисования, «Кубик эмоций», цветные карандаши; запись на флеш-накопителе со спокойной и расслабляющей музыкой.

Методические приемы: беседа, групповое обсуждение различных чувств и эмоций; вопросы детям; пиктограммы эмоциональных состояний; рассматривание; объяснение; практическая деятельность детей.

Предварительная работа:

- знакомство с основными эмоциями: страх, радость, злость, грусть;
- чтение сказок о добре и зле;
- проведение психологических игр и упражнений.

Ход занятия

Приветствие: Здравствуйте, ребята! Скажите, пожалуйста, какой сегодня день? Холодный, морозный, хмурый или солнечный? Какое настроение вызывает у вас такая погода? А знаете, что нужно сделать, чтобы улучшилось настроение, чтобы на душе было тепло и спокойно? Надо улыбнуться, как в песне. (Вспоминаем с детьми песню «От улыбки»). Я хочу с вами поделиться улыбкой. Я дарю вам свою улыбку. У вас такие солнечные, теплые улыбки, что, глядя на них, ярче становится день, а на душе теплеет. Порадуйте своей улыбкой тех, кто с вами рядом. Улыбнитесь друг другу.

Упражнение «Найди эмоцию». Знакомство с пиктограммой эмоций. (Приложение 1)

Сегодня мы с вами продолжаем знакомиться с эмоциями. Посмотрите на картинку и скажите, какая эмоция у человека? (Злость, радость, удивление, страх). Как вы узнали? (Мимикой, жестами).

Беседа о злости.

- Когда люди сердятся?
- На что похожа злость?
- Как вы думаете, какая злость на вкус?
- Вспомните злых сказочных героев.

Беседа «Учимся справляться с негативными эмоциями».

Знакомство детей со способами саморегуляции эмоционального состояния, адекватного выражения гнева, злости:

- правильное выражение гнева (не причинять вред окружающим – не драться, не толкаться, не кричать);
- сделать несколько глубоких вдохов;
- посчитать от 1 до 10;
- порвать газету, помять пластилин или «слайм»;
- побить по подушке;
- потопать ногами;
- выполнить несколько спортивных упражнений (прыжки на месте, приседания, бег на месте);
- обхватить ладонями локти и сильно прижать их к груди, «взять себя в руки»;
- принять позу «стойкого оловянного солдатика»: встать на одну ногу, другую согнуть в колене, руки опустить и постоять так в течение нескольких секунд, а затем повторить упражнение на второй ноге.

Упражнение «Найди животное» (Приложение 2). Детям предлагается найти злое животное и обвести его карандашом. Далее, на шаблоне нужно нарисовать мимику доброго животного. «Сделаем вместе этих героев

добрыми. Представьте себя художниками и дорисуйте героям «добрые» детали: это может быть и пушистый хвост, милая шляпка, красивые игрушки, яркая одежда. Затем раскрасьте свои рисунки». (Приложение 3).

Упражнение «Угадай эмоцию». Дети поочередно бросают «Кубик эмоций» за спинами друг друга. Далее, каждый показывает эмоцию, которая ему выпала, с помощью мимики и жестов, остальные дети угадывают эмоцию. Психолог поощряет и хвалит детей.

Релаксация. Обучение приемам саморасслабления.

(Дети ложатся на коврик и подушки, закрывают глаза и отдыхают 3 минуты, слушая спокойную музыку).

«Ну что, ребята, отдохнули? Вот и подошло к окончанию наше занятие. А теперь вместе вспомним:

Рефлексия.

- Что вам больше всего понравилось на сегодняшнем занятии?
- Что нового вы для себя узнали?
- Какое упражнение вам больше всего запомнилось?
- Какие эмоции вы испытываете сейчас?

Игра-прощание «Эстафета добра». Детям предлагается взяться за руки и передавать, как эстафету, добро – в виде поглаживания по спинке друг друга. Начинает психолог: «Я передам вам своё добро, и оно идёт от меня к Соне, от Сони к Егору и т.д, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что добра стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своего добра. Пусть оно вас не покидает и греет. До свидания!»

Приложение 1. Пиктограммы эмоций



Грустный



Удивленный



Задумчивый



Сердитый, злой



Добрый, спокойный



Веселый, радостный



Удивление



Грусть



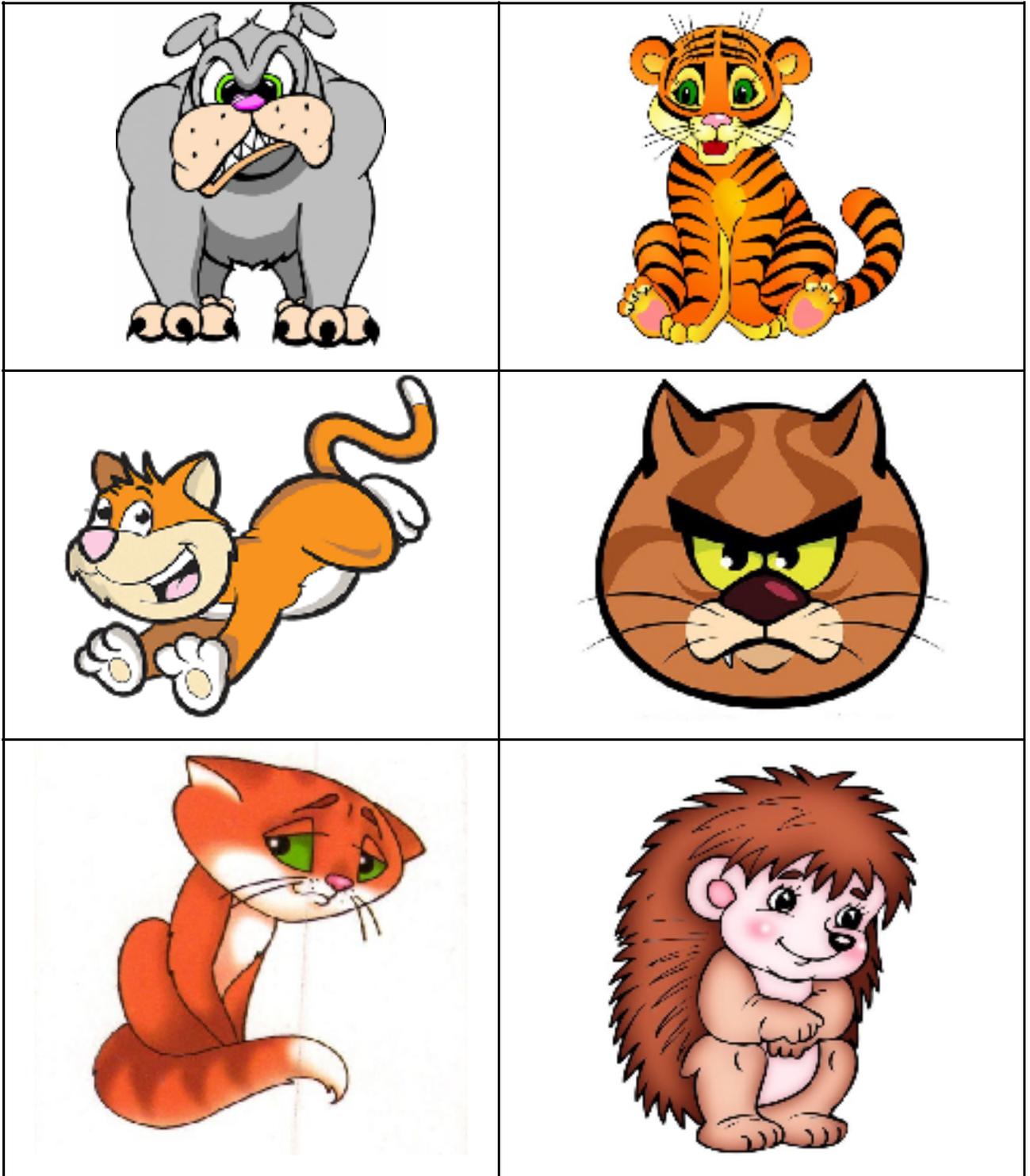
Лосьть



Радость



Приложение 2. «Найди злое животное».



Приложение 3. «Нарисуй доброе животное».

