

Психолого-педагогическое занятие с элементами сказкотерапии «Настроение моего дня»

(старшая группа)

Цель:

- создание положительного психологического климата среди дошкольников;
- обучение пониманию собственного настроения;
- развитие чувства коллективизма.
- устанавливать дружеские доверительные эмоциональные контакты между взрослыми и детьми.
- формировать умение свободно выражать свои мысли, развивать чувство собственного достоинства, самоуважения, принятия себя и осознания своего «Я».

Ход занятия

Приветствие

- Значит, у вас у всех хорошее настроение, вы хорошие, вы умные, вы красивые, вы смелые, и у нас на занятии будет все хорошо

Упражнение: «Давайте поздороваемся друг с другом»

Приветствие необычное, если поздороваться с друзьями нужно ласково и весело, давайте попробуем вот так.

В круг все вместе становитесь
И улыбкой поделитесь.
На соседа посмотрите
И ему вы улыбнитесь.
Второму имя назовите,
Руку дружбы протяните.

Упражнение - мимическая гимнастика: «Покажи настроение»

- Дети, как вы думаете, какое сегодня настроение? Да, оно замечательное.
- А какое еще бывает настроение? (веселое, радостное, грустное, злое)
- Как вы можете узнать, дети, какое настроение у людей, окружающих вас?
(По выражению лица)
- Не понимаю, как глядя на лицо можно сказать о настроении?

Сейчас вы можете показать, как меняется выражение лица, покажем:

Когда нам грустно - мы делаем так.
Когда мы удивлены - делаем вот так.
Когда мы напуганы - мы вот такие.
Когда мы злимся - мы уже другие.
А когда мы радуемся - то вот такие.

Спасибо, что показали и рассказали мне о настроении.

Приятно вам, когда вам улыбаются? Как вы считаете, с каким ребенком лучше дружить - с веселым, приветливым, или с сердитым и печальным?

Я вам открою один секрет: наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение, думай о хорошем!

Я вижу, что у всех радостное замечательное, веселое, настроение и хочу пригласить вас в далекое путешествие на север.

Сказкотерапия: «Сказка про Умку»

Послушайте историю, которая произошла с мишкой Умкой.

На далеком севере, среди крупных снегов находится ледяная пещера. В ней живет маленький медвежонок Умка.

Это особый медвежонок - он умеет думать. Умка очень любит учиться! Но самое интересное - это его мысли, которые бывают разными. Иногда они похожи на праздничный фейерверк - яркие, быстрые, сверкают, играют, летают. Для Умки мир вокруг кажется таким разноцветным! В его голове появляются прекрасные идеи - тогда у него и настроение отличное. Медвежонок мечтает, чтобы эти минуты никогда не заканчивались.

Но не всегда мысли похожи на фейерверк. Иногда они, как океан, спокойные и тихие, светлые, как отражение в чистой и прозрачной воде. Когда мысли такие, он чувствует себя уверенно и хорошо. Медведь мечтает, чтобы так было всегда, чтобы душевное спокойствие никогда его не покидало.

Но, иногда, Умка чувствует себя очень плохо, даже безобразно. То, что происходит с ним, напоминает что-то неприятное и унылое. Тогда его мысли похожи на мутную воду в непогоду. Умка называет их противными. В такие минуты медвежонок хочет как можно скорее избавиться от неприятного состояния. Ему хочется поскорее почувствовать себя снова счастливым. Но что для этого делать, он не знает. Поэтому сидит и ждет, ждет, ждет.

Сюрпризный момент (три стакана с водой)

- Когда Умке хорошо, ему все удается, он всем доволен и всех любит. В это время его настроение похоже на чистую воду, и мысли у него ясные и чистые (показываю стакан с чистой водой).

- Когда ему в голову приходят отличные идеи, настроение бывает прекрасным, радостным, мысли становятся похожими на салют: они блестят, переливаются, как вода в этом стакане (бросаю во второй стакан блестки и размешиваю их палочкой).

Но бывает, что ему плохо, мысли печальные и неприятные. Тогда они похожи на темную, мутную воду (бросаю кусочек глины в третий стакан).

Игра: «Веселый колобок»

Давайте сделаем Умке подарок и подарим ему улыбку (дети дарят свою улыбку Умке.). Чтобы поднять его настроение, потому что сейчас он очень грустный.

- Что-то не очень развеселился Умкой, давайте расскажем ему, что можно делать, когда тебе весело. Что нужно делать, чтобы улучшить настроение?

Дети по кругу, каждый проговаривают, что можно делать, когда ему весело (можно делать добрые дела, дарить подарки, поиграть с котиком, посмотреть по телевизору веселый мультик, поиграть в любимую игру, спеть веселую песенку, послушать приятную музыку.)

Упражнение: «Подарок для Умки».

А чтобы лучше выполнить задание, сначала разомнем наши пальчики.

Пальчиковая гимнастика.

«Цветы»

Наши алые цветки

Распускают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Головой качают,

Тихо засыпают

(Медленно разгибать пальцы из кулаков.)

(Покачивать кистями рук вправо-влево, медленно сжимать пальцы в кулаки.)

(Покачивать кулаки вперед-назад.)

Рисунок «Цветок настроения»

Цель: развивать умение выражать свои чувства.

Каждое настроение имеет свой цвет, например, радость - это желтый, оранжевый, красный цвета, спокойствие - это зеленый, печаль - коричневый, черный, темно-синий. Затем каждому ребенку предлагается выбрать тот цвет, который соответствует его настроению. После этого дети фломастером дорисовывают лепестки цветка и образуется «цветок настроения» детей.

Обращается внимание на «лепестки», имеющие темные цвета, спросить у детей, почему у них такое настроение.

Анализ выполненных работ.

Детки, предлагаю, все ваши рисуночки собрать и подарить сегодняшнему гостю Умке. Я думаю, когда он увидит ваши рисунки, очень обрадуется. Вы согласны?

_ Уважаемый Умка, мы тебя развеселили, дети у нас веселые, радостные, много умеют делать приятного и никогда не унывают, даже когда их обижают.

Ведь когда у человека хорошее настроение он легко сможет преодолевать любые - препятствия. Будьте всегда радостными и добрыми и свое добро дарите своим родным и друзьям. Ведь улыбка творит чудеса. Если ты будешь приветливым, улыбчивым, тогда у тебя будет много друзей и знакомых, у которых имеется желание с тобой разговаривать, играть.

Ритуал прощания:

Упражнение «Всем, всем, до свиданья».

Дети образуют столбик из своих кулачков (по одному кулачку) и с улыбкой говорят: «Всем, всем, до свидания!»