

## **Конспект занятия «В гостях у Смайлика» (возраст детей 5 лет)**

### **Цель:**

- Способствовать снижению агрессивности, тревожности, страха, развития коммуникативных качеств детей;
- Стимулировать умение детей распознавать настроение других;
- Развивать эмоциональную, когнитивную сферу дошкольников и мелкую моторику рук с помощью упражнений с элементами арт-терапии и пластикографии.

Ход занятия психолога с дошкольниками в детском саду

### **1. Приветствие**

«В круг все вместе становитесь

И друг другу улыбнитесь.

На соседа посмотрите

И ему вы улыбнитесь

И мне «Привет» скажите,

Руку дружбы протяните.

Психолог:

От ваших хороших улыбок мне стало очень тепло. А теперь подарите свои улыбки и частичку тепла своего сердца нашим гостям.

(Дети обе ладони прикладывают к сердцу и посылают воздушный поцелуй)

### **2. Беседа психолога с детьми «Хорошее настроение, подавленное настроение»**

Психолог:

Сегодня мы с вами попали в гости к необычному существу, его называют «Смайлик» и все, кто попадает к нему в гости, получают хорошее настроение.

- Дети, а кто мне скажет, что такое «хорошее настроение»?

Варианты ответов детей:

- Когда мне весело
- Когда я с папой и мамой
- Когда я получаю подарки
- Когда со мной мои друзья

Психолог:

- Наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хотите, чтобы у вас было хорошее настроение, старайтесь думать только о хорошем.

- Дети, а у вас бывает подавленное настроение? Когда так происходит?

Варианты ответов:

- Когда у меня кто-то забирает игрушку
- Когда я болею
- Когда меня мама забирает поздно из детского сада
- Когда мне мама не купила то, что я просил (а)

### **Упражнение «Волшебные стаканчики»**

Психолог:

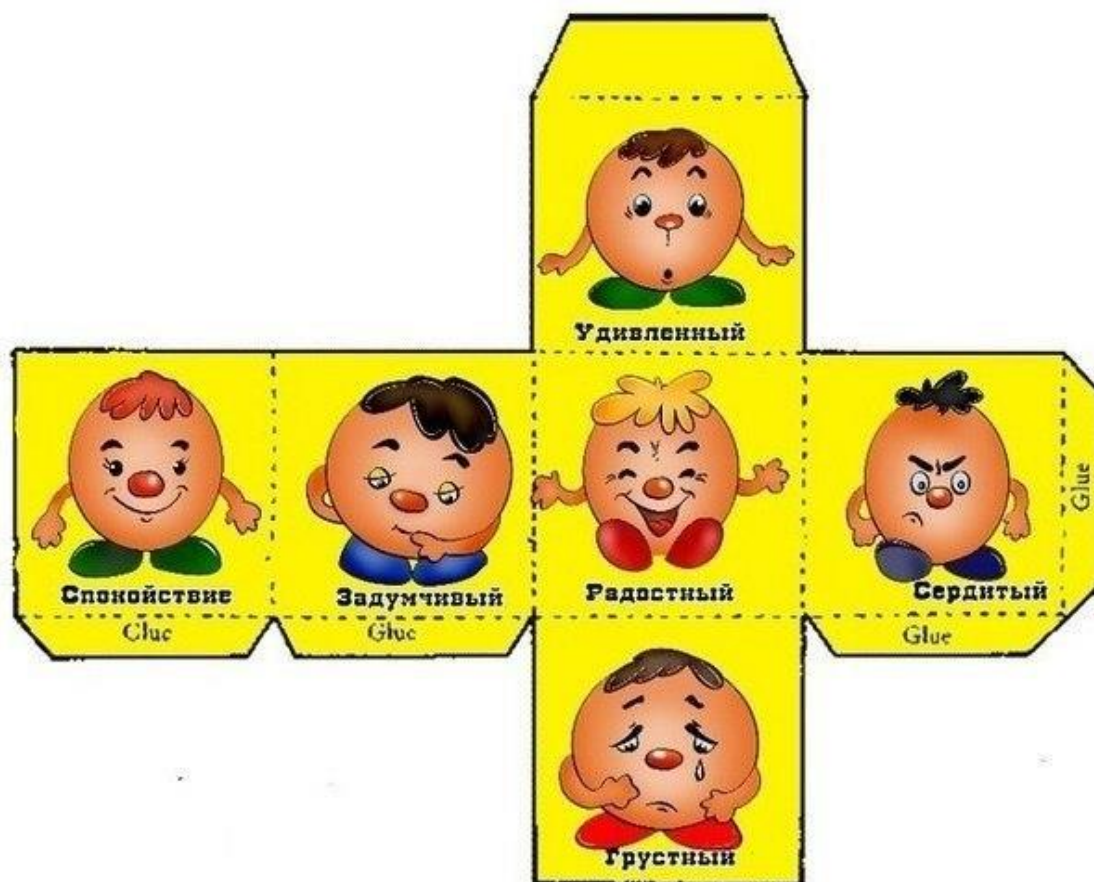
Я предлагаю избавиться от негативных эмоций с помощью волшебных стаканчиков. Сядьте за столик, подвиньте стаканчики и изо всех сил подуйте в трубочку. Отправьте через трубочку все свои обиды и подавленное настроение.

Итак, все свои негативные эмоции и подавленное настроение мы оставили в прошлом и теперь у нас есть возможность рассмотреть комнату Смайлика.

### **3. Дидактическая игра «Кубик настроения»**

Психолог:

- Посмотрите, дети, какой интересный кубик. На нем изображены лица с разными настроениями. Вы по очереди будете бросать кубик, а ту картинку, которая выпадет, вы рассмотрите и охарактеризуете настроение, которое изображено на картинке.



(Дети выполняют задания)

#### 4. Рисование на стекле (арт-терапия)

Психолог:

- Мы можем улучшить настроение, когда делаем что-то интересное, например, рисуем. Поэтому предлагаю вам порисовать.

(На стеклянном мольберте над цветками нужно дорисовать радугу)

#### 5. Дидактическая игра «Кафетерий настроения»

Психолог:

- Ох, какой стол ждет нас. Я предлагаю вам сесть за столик, закрыть глаза и представить, что вы попали в детское кафе. Здесь мы сможем с вами насладиться сочными яблоками, вкусным виноградом, душистыми мандаринами и другими замечательными фруктами. Каждое настроение имеет свой вкус и запах. Расскажите, о каком настроении вам напоминает каждый фрукт. Итак, приятного аппетита! (Поставить на стол фруктовое ассорти)

(Дети кушают фрукты и ассоциируют их вкус с эмоциями)

#### 6. Релаксационное упражнение «Ковер-самолет»

- «Мы садимся на волшебный ковер-самолет. Ковер плавно и медленно поднимается, несет нас к небесам, тихонечко покачивает, укачивает; ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают ... Далеко внизу проплывают дома, леса реки, озера ... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей комнате (пауза) ...

Ласковое солнышко:

- Коснулось глаз (откройте глаза)

- Коснулось лица (пошевелите бровями)

- Коснулось носа (пошевелите носом)
- Коснулось губ (пошевелите губами)
- Коснулось подбородка (пошевелите челюстью)
- Коснулось плеч (поднимите и опустите плечи)
- Коснулось рук (встряхните руками)

Солнечные лучи поигрались с вами и пошли дальше. Потянитесь, сделайте глубокий вдох и выдох.

## **7. Изготовление медальонов с пластика**

### **Психолог:**

Вы знаете, дети, Смайлик любит дарить подарки. Поэтому каждый раз он делает интересные подарки. Вот и на этот раз Смайлик хотел подарить волшебные медальоны, но спешил и не успел их доработать. Давайте поможем Смайлику их доделать.

(Дети изготавливают медальоны из пластика, ставят свои работы в игрушечную духовку)

## **8. Дарение подарков гостям**

### **Психолог:**

- Я, надеюсь, что из нашего путешествия вы принесли с собой огонек хорошего настроения. Передайте эти замечательные эмоции нашим гостям, подарите им медальоны, которые мы сделали.

## **9. Прощание**

### **Психолог:**

Дети, а теперь станем в круг, возьмемся за руки и поделимся своими впечатлениями от сегодняшней поездки.

Варианты ответов детей:

- Понравилось прогонять свою злость в стаканчики;
- Мне понравилось, когда я пробовал фрукты, будто в настоящем кафе;
- А мне понравилось, когда я изготавливала украшения;
- А мне понравилось рисовать на стекле и т.п.