

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

Конспект занятия с детьми старшей группы

«Страна волшебных гномов»

Подготовила:

педагог – психолог

Дубинко И.А.

Тюмень, 2023

**Тема: «Страна волшебных гномов»**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы детей.

**Задачи:**

- осознавать и контролировать свои переживания, понимать **эмоциональное** состояние других;

- снять мышечное и эмоциональное напряжение;

- сформировать чувство принадлежности к группе, способствовать сплочению детского коллектива.

**Материалы:**

Клубок ниток, дидактические карточки «Эмоции»: карточки с изображением гномиков в разных эмоциональных состояниях.

**Ход занятия**

Психолог: Ребята, мы сегодня отправимся в сказочную **страну**, где живут **гномы**!

Представьте, что у вас в руках шарик, покажите, как вы его надуваете большим, поднимите над головой, и мы полетим!

Вот мы и в сказочной **стране**!

Посмотрите, ребята, что нам передали **гномы**: это корзинка с **волшебным клубочком**. Сейчас я буду передавать **волшебный клубок по кругу**, повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Кто клубочек получает, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему со словами: «Я рад тебя видеть». Дети передают клубочек.

Психолог: Клубочек ко мне вернулся, и у нас получился круг! А сейчас давайте все вместе поднимем руки вверх, отпустим их вниз, положим на колени. Старайтесь все делать одновременно, ведь если кто-то замешкается, наш круг разрушится. А теперь аккуратно положим ниточку, которая нас соединяет, на пол. Молодцы!

Психолог: Ребята, поднимите глазки, над нами появилась тучка и пошел снег, посмотрите, как сверкают снежинки. Подставьте свое лицо, почувствуйте, как снежинки падают вам на щечки и носик. А вот и солнышко появилось, и лучик хочет с нами поиграть.

*Игра «Солнечный зайчик»* *(цель — снятие* ***эмоционального напряжения****.)*

Психолог: Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживайте его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладьте голову, шею, руки, ноги. Он забрался на животик, погладьте его там. Солнечный зайчик любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

Наша следующая игра называется *«Спаси птенца»* *(цель — ознакомить* ***детей*** *с методами саморегуляции.)*

Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями верх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам.

Ребята, а сейчас давайте рассмотрим наших **гномиков**. Я вам раздам карточки, на них гномики, у которых разное настроение. Вам нужно изобразить, какое настроение у вашего гномика, а остальные ребята угадают.

*Дети изображают эмоции: злость, грусть, радость, удивление, испуг, усталость, скука.*

Психолог: Молодцы, ребята, вы хорошо изображали эмоции, и получилось все угадать.

Еще наши **гномы** знают пальчиковую гимнастику. Давайте поиграем.

*Пальчиковая гимнастика* *«****Гномики****»*

Жили-были **гномики** *(Указательным и большим пальцем показываем размер)*

В расчудесном домике. *(Ладони сложены в виде крыши)*

**Папа-гном дрова рубил,** *(Ребром кисти ударяем о ладонь)*

**Гном-сынок их в дом носил,** *(Хватательные движения руками)*

**Мама-гномик суп варила,** *(Кисти округлены, шарообразные движения)*

**Дочка-гном его солила,** (Пальцы сложены в *«щепотку»*)

**Гномик-бабушка вязала,** *(Имитируем вязание на спицах)*

**Гномик-тетушка стирала,** *(Потираем ладошки друг о друга)*

Дед – окошко **открывал,**

Всех знакомых в гости звал! *(Обоими кистями рук делаем приглашающий жест к себе)*

Ребята, **нам пора возвращаться в группу. Вам понравилось в гостях у гномиков?**  Что больше всего вам понравилось? *(Ответы детей: играть с клубочком)*. Давайте пожелаем что-нибудь нашим **гномам**, что вы бы хотели им пожелать? *(Ответы детей: радости, счастья, здоровья, удачи).*

На этом наше **занятие заканчивается**. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами играть. До свидания!