**Конспект практического занятия:**

**Тема : "В мире положительных эмоций"**

**Планируемые результаты:**Формирование обстановки доверия и эмоционального комфорта воспитанников группы

Умение различать эмоциональные состояния, развивать коммуникативные навыки детей.

**Задачи:**  
- закреплять знания детей об эмоциях человека и важности их в жизни;  
- развивать коммуникативные навыки детей, руководствуясь принципами доверия, поддержки, творчества и успеха;  
- развивать речь детей и обогащать словарный запас.  
- создание положительного эмоционального настроя.

**Структура занятия:**  
1. Организационный момент  
• психологический настрой «Давайте поздороваемся»;

- проверка настроения « Цветок радости»  
• сообщение темы занятия, цели

.- Установление правил работы в группе

2. Основная часть занятия  
• Интеллектуальная разминка Игра «Наоборот»;  
• Игровое упражнение «Назови эмоцию»;  
• Положительные и отрицательные эмоции ( разделить по группам)  
• Физкультминутка

- Упражнение « Угадай эмоции»

- Задания по группам : «собери эмоции», «изобрази и угадай эмоции», « произнеси слова , фразы с разной интонацией»

- Составление памятки « Секреты хорошего настроения»

3. Заключительный этап  
• Игра «Закончи предложение»

- « Пирог положительных эмоций»

Рефлексия

**План занятия**  
*1 этап Организационный момент*  
• «Давайте поздороваемся»  
Цель: Создание эмоционального настроя, развитие групповой сплоченности детей.  
Действия детей и воспитателя: Здравствуйте, ребята! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки, улыбнёмся друг другу. На слог **здравст**- хлопнуть в ладоши над головой, на слог **вуй**- хлопнуть по ладошкам соседей справа и слева, на слог **те**- хлопнуть себя по коленкам.  
Скажите ребята, всем было приятно здороваться? Какие эмоции вы испытывали, приветствуя друг друга? (Дети рассказывают, какие они испытали эмоции).

• Наше занятие называется «В Мире эмоций». Сегодня мы продолжим разговор об эмоциях, которые испытывает человек. Будем учиться узнавать эмоции и выражать их с помощью мимики, жестов и слов, а также внимательно слушать и правильно выполнять различные задания, быть дружными, понимать друг друга.

**Установление правил работы в группе**

Быть активным

Говорить по одному

Отвечать при поднятой руке

Не перебивать

Не дразнить

Не обижать друг друга

*2 этап Основная часть занятия*  
• Интеллектуальная разминка   
Цель: Развитие мыслительных операций, умения быстро отвечать на поставленный вопрос, понимать инструкции ведущего с первого раза.  
Пособия и материалы: мяч.  
Действия детей и воспитателя: А чтобы проверить, какие вы внимательные, мы с вами проведём разминку. Пришёл, ребята, нам черёд сыграть в игру «Наоборот». Я буду называть вам разные слова, при этом бросать мяч кому-нибудь из вас, тот, кто поймает мяч, будет говорить их противоположные значения. Давайте потренируемся: скажу я слово высокий, вы скажете мне: низкий.

Поняли задание? (Психолог кидает ребёнку мяч и называет слово, ребёнок говорит слово наоборот)  
  
весёлый — грустный  
бодрый — усталый   
довольный — сердитый   
спокойный — взволнованный   
смелый — трусливый   
медленный — быстрый  
злой — добрый  
радостный — печальный

Ребята, скажите, вам трудно было подбирать противоположные слова? Скажите мне, а что обозначают слова **радость, злость, грусть**? Правильно, это эмоции.

Что же такое эмоции?

- Это душевное волнение. Это яркие и бурные переживания.

- Человек не может оставаться равнодушным в окружающем мире, человек в своей жизни плачет и смеётся, радуется и злится, охвачен гневом или восторгом, страхом и яростью.

Эмоции – это то, что мы с вами переживаем и чувствуем!

Какие бывают эмоции ?

- положительные и отрицательные. Они помогают человеку регулировать своё поведение.

- Где выражаются эмоции ? ( на лице)

- При помощи чего выражаются эмоции? ( бровей, глаз, рта)

- Верно, т.е. при помощи мимики лица.

- А ещё при помощи чего? ( при помощи жестов, интонации человека и различных выразительных движений)  
  
• «Назови эмоцию»

Цель: Закрепление понятий, обозначающих различные эмоциональные состояния (радость, злость, грусть, страх).

Гномики нам помогут выразить эмоции.( слайды) Учащиеся смотрят на экран и называют эмоции.  
Вспомните , и назовите, пожалуйста, эмоции, которые вы уже знаете !

(радость, страх, злость, грусть, удивление, любопытство, печаль, стыд, гнев, восхищение).

- Итак, при хорошем настроении человек испытывает положительные эмоции, а при плохом – отрицательные !

Я предлагаю вам самостоятельно, по группам, посовещавшись , разделить положит. эмоции от отрицательные. В конверт с солнышком вложите только положит. эмоции, в конверт с тучкой – отрицательные эмоции.

( Работа в группах)

Если человек будет испытывать , проявлять только отрицательные эмоции, он может заболеть или испортить настроение другим людям. Они навредят его здоровью.

Давайте, спрячем их в мешок ( подальше).

А положительные эмоции полезны для здоровья человека, они наши друзья. Они продлевают жизнь, поднимают нам настроение.

- А теперь, идёмте в круг ( хором)

*Физкультминутка.*

Мы здоровыми растём,  
Вместе с солнышком встаём!  
Для здоровья, настроенья  
Выполняем упражненья:  
Руки вверх, на пояс, вниз.  
Потянись!  
Улыбнись!  
То присели, то нагнулись,  
И опять же улыбнулись!

- А теперь, давайте поиграем в игру “Угадай эмоции”.

Я буду произносить фразу, а вы – отгадывать какой эмоции она может принадлежать.

Ты не любишь мороженое? (Удивление).

Я злой и страшный серый волк! (Злость).

Зачем ты меня толкнул? (Обида).

Как темно в лесу! (Страх).

Какое тёплое море! (Радость).

Никто со мной не играет ( обида, грусть)

Давайте продолжим играть!

Каждой группе необходимо будет выполнить определённое задание,

вытянуть по жребию 1 конверт из трёх.

1 группа - « Собери эмоцию» радость, грусть, удивление.

**Цель:** Развитие навыков межличностного общения, умения определять эмоциональное состояние.

**Пособия и материалы:** Карточки с изображением эмоций.

 Ребята, сейчас я каждому из вас раздам половинки карточек с изображениями различных эмоций. Вы под музыку будете свободно передвигаться по ковру, держа каждый свою половинку. Как только музыка останавливается, вы должны найти себе среди ребят пару так, чтобы ваши половинки образовали целую картинку.

Молодцы, давайте назовём, какие эмоции у вас нарисованы. Кто всех быстрее нашёл свою пару? Кто ошибся? Кому было трудно выполнить задание?

2 группа – « изобрази эмоцию»

Каждый из группы достаёт из конверта эмоцию и изображает невербально ( позой, мимикой, жестами) наиболее точно и правильно. А остальные должны угадать.

3 группа – « Произнести слова ( фразы) с разной интонацией:

Попробовать произнести слова «Да» с удивлением, с радостью, с обидой, злостью.

Слова « здорово», « Ничего себе», « Ерунда»

***Обсуждение в группах. Составление памятки "Секреты хорошего настроения".***

- Существуют секреты хорошего настроения. Составим их, продолжив работу в группах.

Каждой группе я выдаю по несколько отдельных слов. Составьте из них предложение- секрет хорошего настроения.

(Дети читают полученные составленные предложения)

**Упражнение « Закончи предложение»**

Продолжить фразу : « ***Я радуюсь, когда***…… ( наклеить солнышко на лист ватмана)

« ***Мне грустно, когда***….. ( наклеить тучку) рядом

**-** А теперь, я предлагаю вам испечь пирог только с хорошими эмоциями и угостить всех собравшихся в группе. Повторяйте за мной. ( встать в круг)

**Цели:** Снятие эмоционального напряжения, преодоление барьеров невербального общения, развитие групповой сплоченности.

Взяли мы немножко смеха,   
И немножечко успеха,  
Удивления на ложке,  
Любопытства поварешку,  
Много радости налили,  
Тесто быстро замесили.  
Испекли пирог мы в печке,  
Остудили на крылечке.  
А потом пирог делили  
И гостей всех угостили.  
Все ладошки подставляйте,  
Угощенье получайте!

(Дети делятся воображаемыми кусочками пирога друг с другом).

3 этап

**Рефлексия**

(Подводится итог.)

- Что больше всего понравилось вам сегодня, было интересно? ( жёлтый мячик по кругу)

- Что было сложно, не понравилось? ( синий мячик по кругу)

**Цель:** Развитие умения определять своё эмоциональное состояние.

**Пособия и материалы:** разноцветные бумажные цветы.

**Действия детей и воспитателя:** Ребята, наше занятие подошло к концу. И чтобы подвести его итог, я предлагаю вам выбрать для себя цветок. Кому сейчас радостно, пусть выберет красный цветок, грустно – фиолетовый цветок, кто испытывает спокойствие – выбирает жёлтый цветок.

(Подводится итог.)

**Прощание**

**Цель:** Создание положительного эмоционального настроя, развитие групповой сплоченности детей.

**Пособия и материалы:** Фонограмма «Улыбка».

**Действия детей и воспитателя:** Ребята, а сейчас встаньте, пожалуйста, в кружок. Я желаю, вам хорошего настроения и положительных эмоций. Каждому из вас я дарю медаль с изображением радостного человечка. А сейчас, давайте возьмёмся за руки, улыбнёмся друг другу, и скажем: «До свидания!».