

Открытое занятие психолога в средней группе «Настроение моего дня»

Задачи:

- создать положительный психологический климат среди дошкольников;
- научить пониманию собственного настроения;
- развивать 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 психолога в детском саду

1. Ритуал приветствия.

Сегодня к нам пришло очень много гостей давайте с ними поздороваемся стихом:

*Зазеленеет даже пень
Услышав от деток - Добрый день!*

2. Упражнение «Приветствие»

Приветствие необычное, 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 подмигните.
Второму имя назовите,
Руку дружбы протяните.*

Психолог. От ласковых имен стало тепло и приятно. Давайте мы все попробуем превратиться в солнышко и согреть друг друга взглядом, лучиками, улыбкой.

3. Мимическая гимнастика «Покажи настроение»

- Дети, как вы думаете, какое сегодня настроение? *Дети показывают жестами.*
- 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.*

4. А давайте сейчас попробуем угадать какое настроение у Буратино?

(показ карточек)



Психолог. Спасибо, что показали и рассказали мне о настроении.

Приятно, 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.

5. Сказкотерапия «Сказка про Буратино»

Послушайте историю, которая произошла с нашим любимым героем Буратино. В далекой стране, на берегу Средиземного моря в старой каморке Папы Карло живет деревянный человечек. А зовут его Буратино.

Это особый мальчик - он смелый, отважный и он умеет думать. После известных нам приключений с золотым ключиком Буратино теперь очень любит учиться! Но самое интересное - это его мысли, которые бывают разными. Иногда они похожи на праздничный фейерверк - яркие, быстрые, сверкают, играют, летают. Для Буратино мир вокруг кажется таким разноцветным! В его голове появляются прекрасные идеи - тогда у него и настроение отличное. Буратино 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. Буратино мечтает, чтобы так было всегда, чтобы душевное спокойствие никогда его не покидало.

Но, иногда, Буратино 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. Буратино называет их противными. В такие минуты он хочет как можно скорее избавиться от неприятного состояния. Ему хочется поскорее почувствовать себя снова счастливым. Но что для этого делать, он не знает.

Сюрпризный момент (три стакана с водой)

- Когда Буратино 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).

6. Игра «Веселый мяч»

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

– Давайте расскажем ему, что можно делать, когда тебе весело. Что нужно делать, чтобы улучшить настроение?

Мяч передается по кругу, каждый проговаривает, 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.)

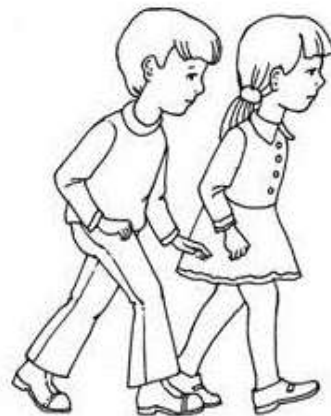
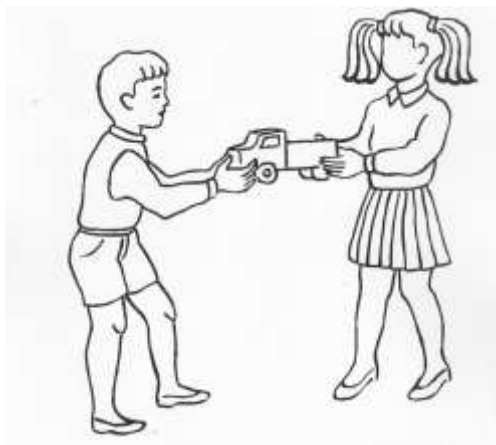
7. Упражнение «Подарок Тюбика».

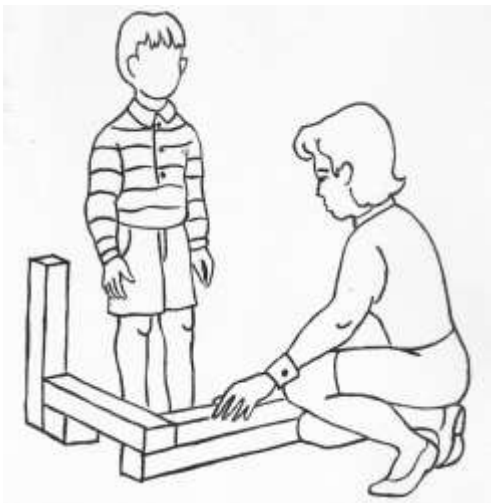
Психолог.

Детки, сегодня к нам в детский сад приходил почтальон и принес нам посылку. Сейчас мы с вами прочитаем, от кого же нам пришла посылка. А это от коротышки Тюбика из Цветочного города для средней группы.

Ну что, хотите посмотреть подарок от Тюбика? Это же картинки. Только я ничего не могу понять. А вы? Мне кажется, Тюбик немного не дорисовал.

Дети, может вы поймете, что здесь нарисовано? Как вы думаете что это?
(Дети рассматривают картину и находят неточности)





ДАВАЙТЕ МЫ С ВАМИ НАРИСУЕМ СВОЕ НАСТРОЕНИЕ!
(Детям раздаются рисунки лица без эмоций)

8. Анализ выполненных работ.

Детки, предлагаю, свои рисунки подарить сегодняшнему гостю Буратино. Я думаю, когда он увидит, очень обрадуется. Вы согласны?

- *Уважаемый Буратино, мы тебя развеселили, дети у нас веселые, радостные, много умеют делать приятного и никогда не унывают, даже когда их обижают. Хочешь и тебя научим. Для этого у нас есть волшебное упражнение «Выдержанный человек». Нужно очень крепко обхватить руками свои локти и крепко зажать. Вот так и успокоиться.*

10. Сюрпризный момент.

Детвора, вы были сегодня такие внимательные, сообразительные, умные. Я хочу тоже подарить вам вот такие «улыбающиеся смайлики». Они будут всегда дарить вам хорошее настроение и уверенность. 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.

11. Ритуал прощания.

Упражнение «Салют».

Дети образуют столбик из своих ладошек и с улыбкой говорят:
«Раз, два, три, четыре, пять, шесть, семь. Мы желаем счастья Всем»
и руки поднимают в верх.

Конспект НОД подготовлен с использованием интернет ресурса:

<https://psychologvsadu.ru/skazkoterapiya/zanyatiya-po-skazkoterapii/152-otkrytoe-zanyatie-psikhologa-v-srednej-gruppe-s-elementami-skazkoterapii-nastroenie-moego-dnya>