

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5 «Цветик – семицветик»  
города Новочебоксарска Чувашской Республики

Конспект образовательной деятельности  
в подготовительной к школе группе  
Тема: «Хорошее настроение»

Подготовила  
Педагог – психолог  
Степанова Дарья Дмитриевна  
Дата проведения: 12 апреля 2022 г.

г. Новочебоксарск – 2022 г.

**Фамилия, имя, отчество автора:** Степанова Дарья Дмитриевна.

**Занимаемая должность:** педагог – психолог.

**Наименование ДОУ:** МБДОУ «Детский сад № 5 «Цветик – семицветик».

**Предмет:** психолого – педагогическое сопровождение.

**Тема:** «Хорошее настроение».

**Продолжительность:** 1 занятие: 25 – 30 минут.

**Группа:** подготовительная группа, 6 – 7 лет.

**Технологии:** средства ИКТ: ноутбук, мультимедийный проектор.

**Аннотация:** конспект образовательной деятельности предназначен для проведения в подготовительной к школе группе (дети от 6 до 7 лет) дошкольного учреждения. Содержание направлено на развитие воображение, повышение уровня интеллекта и самостоятельной творческой деятельности, снижение уровня тревожности. Форма проведения - групповая.

**Цель:** развитие эмоционально-волевой сферы воспитанников старшего дошкольного возраста через использование технологии арттерапии.

**Задачи:**

- создать максимально спокойную и доброжелательную атмосферу для свободного общения, игры и воображения, открытого выражения своих чувств, богатого эмоционального мира;
- развивать приемы коммуникации;
- закрепить знание и понимание эмоций людей;
- актуализировать желание умения регулировать настроение: улучшать настрой себе и другим;
- содействовать снятию эмоционального и мышечного напряжения, гармонизации внутреннего состояния и получению позитивного эффекта деятельности воспитанников.

**Оборудование:** мячик эмоций, чистые альбомные листы, краски, кисточки, непроливайки, салфетки, мыльные пузыри для педагога - психолога, музыка.

**Методы и приемы:**

1. Ритуал приветствия;
2. Упражнение «Мячик настроения»;
3. Упражнение с использованием методики сказкотерапии «Какие чувства испытывают герои сказок?»;
4. Упражнение «Рисование плохого настроения»;
5. Упражнение «Пирамида радости»;
6. Динамическая пауза: «Арам-зам-зам!»;
7. Рефлексия;
8. Ритуал прощания «мыльные пузыри».

**Ход образовательной деятельности:**

**Водная часть.**

*Ритуал приветствия.*

*Цель:* создание мотивации, настрой на совместную деятельность.

Психолог предлагает детям поздороваться друг с другом, передавая по кругу мячик, и желая хорошего настроения.

*Педагог - психолог:* Здравствуйте, ребята! Сейчас мы будем передавать друг другу мячик, здороваться по имени, и желать друг другу хорошего настроения.

**Основная часть.**

Каждый знает без сомнения,

Что такое настроение.

Иногда мы веселимся,

Иногда скучаем мы,

Часто хочется взбодриться,

Но бываем и грустны.

Очень странное явление –  
Перемена настроения.  
Всем ребятам важно знать,  
Что не стоит унывать.  
Поскорее собираемся –  
В край чудесный отправляемся!  
-Сегодня мы побываем в краю хорошего настроения!

### **Основная часть:**

*Упражнение «Мячик настроения» (дети стоят в кругу).*

*Цель:* создать максимально спокойную и доброжелательную атмосферу для свободного общения, игры и воображения, открытого выражения своих чувств, богатого эмоционального мира.

*Педагог - психолог:* Ребята, вам интересно узнать у кого какое настроение? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Сейчас мы отправим мячик настроения по кругу, и каждый из вас нам покажет и расскажет какое у него настроение. Согласны? (Ответы детей).

Психолог начинает с себя, показывает детям мячик и говорит о своем настроении. Передает мячик другому ребенку. Мячик возвращается к психологу.

*Педагог - психолог:* Отлично справились с заданием, молодцы. Так какое настроение у нас у всех? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Мне очень приятно, что у вас у всех хорошее настроение. А сейчас я предлагаю вам присесть на стульчики, и мы продолжим наше знакомство с эмоциями.

*Упражнение: «Какие чувства испытывают герои сказок?».*

*Цель:* формировать умения различать и выражать различные эмоции.

*Педагог - психолог:* Ребята предлагаю вам вспомнить ваши любимые сказки, и угадать название сказки и какие чувства и настроение испытывают герои этих сказок?

### 1. Все

*(вместе)*

И готов наш новый дом!

Завтра будет новоселье.

На всю улицу веселье.

Тили-тили- тили-бом!

Приходите в новый дом!

(Ответы детей) (радость) (Сказка «Кошкин Дом»).

### 2. Прибежала зайчиха

И закричала: «Ай-ай!

Мой зайчик попал под трамвай

И теперь он больной и хромым

Маленький зайчика мой!»

(Ответы детей) (страх) (Сказка «Айболит»).

### 3. И доктор пришил ему ножки

И зайчика прыгает снова.

А с ним и зайчиха мать

Тоже пошла танцевать

(Ответы детей) (радость) (Сказка «Айболит»).

*Педагог - психолог:* Молодцы ребята, правильно отгадали названия сказок, чувства и настроение героев сказок. Видите, ребята, настроение бывает не только радостное, но и грустное, иногда мы испытываем чувство страха. И настроение, и чувства зависят от

ситуаций, в которых мы оказываемся. Как еще, каким способом можно выразить, изобразить чувства, эмоции, настроение? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Правильно ребята выражать свои чувства и эмоции, проявлять своё настроение можно с помощью мимики, жестов, поз. А когда мы злимся, в каких ситуациях испытываем гнев? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Как вы думаете, каким образом можно избавиться от чувства злости? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Правильно, верно. Молодцы дети. От чувства злости можно справиться, если развеселиться, пошутить, сделать доброе дело. Ребята, сейчас я вам расскажу, и покажу, как можно избавиться от плохого настроения и чувства злости.

*Упражнение «Рисование плохого настроения».*

*Цель:* знакомство детей со способами управления и регуляции настроения.

*Педагог - психолог:* Предлагаю вам сесть за столы, перед вами лежат чистые листы бумаги, и краски. У всех у нас случается, что нам бывает иногда очень грустно, мы злимся и от этого у нас настроение плохое. Предлагаю нарисовать своё плохое настроение. (Дети рисуют).

*Педагог - психолог:* Молодцы справились с заданием. А теперь я вам предлагаю превратить ваше плохое настроение в радостное, веселое. Для этого вам необходимо дорисовать ваш рисунок, или исправить, чтобы на вашем рисунке получилось хорошее настроение. (Дети рисуют, если у кого-то из детей не получается на рисунке превратить настроение, то предлагается плохое настроение порвать и выбросить в мусорное ведро).

*Педагог - психолог:* Отлично дети. Посмотрите, что получилось, как вы здорово превратили плохое настроение в хорошее. Сейчас мы соберём ваши рисунки, и они будут дарить нам радость. Когда у вас хорошее настроение, когда мы испытываем чувство радости, в каких случаях? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Как можно поделиться своей радостью с другими? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Отлично. Замечательно вы знаете, как своей радостью поделиться с другими.

*Упражнение «Пирамида радости».*

*Цель:* - актуализировать желание умения регулировать настроение: улучшать настрой себе и другим.

*Педагог - психолог:* Ребята я предлагаю вам поделиться своей радостью, это упражнение, которое поднимает настроение не только вам, но и всем окружающим. Предлагаю вам построить - «Пирамиду радости» из наших рук и поделиться своей радостью со всеми вокруг. Вы согласны? (Ответы детей).

*Педагог - психолог:* Я назову что- то радостное или радостное событие и положу руку, затем каждый из вас будет называть своё любимое, или радостное событие и класть руку поверх моей по очереди. Психолог вытягивает руку и говорит: «Я рада видеть всех ребят в этой комнате». Дети, по очереди, кладут свою ладошку на ладонь психолога, объясняя, от чего они испытывают чувство радости. Затем все вместе резко кидают руки вверх, расцепляя и отдавая свою радость окружающим. Замечательно ребята, мы поделились своей радостью со всеми окружающими и подарили им хорошее настроение.

*Динамическая пауза: «Арам-зам-зам».*

**Заключительная часть.**

*Рефлексия.*

*Педагог - психолог:* Ребята, наше занятие подошло к концу. Понравилось ли вам занятие? А что понравилось вам больше всего? А какое у вас сейчас настроение? (Ответы детей).

**Ритуал прощания «Мыльные пузыри».**

*Цель:* содействовать снятию эмоционального и мышечного напряжения, гармонизации внутреннего состояния и получению позитивного эффекта деятельности воспитанников.

*Педагог - психолог:* У меня есть волшебные мыльные пузыри, которые заряжают всех, на кого попадают добром, любовью, радостью и хорошим настроением на весь день.

Подходите ближе, я буду выдувать пузыри, а вы дотрагивайтесь до них, чтобы они лопнули у вас в руках и поднимали вам настроение. Ну, все ребята, пришла пора прощаться. До свидания ребята. Хорошего вам настроения!