**Конспект НОД «Путешествие в страну эмоций»**

12.05.2021 год

**Цель**: Закрепление умений узнавать, показывать эмоции, словесно обозначать и адекватно реагировать на них.

**Задачи:**

1**.**формировать доброжелательное отношение и отзывчивость;

2. закреплять умение узнавать и выражать основные эмоции и применять альтернативные варианты поведения в ситуации радости, грусти, страха и злости;

3.закрепить умение отражать эмоциональное состояние с помощью мимики, жестов пантомимики;

4.закреплять способность чувствовать настроение в музыке;

5.создать положительное эмоциональное настроение.

**Ход занятия**

**1. Ритуал приветствия.**

**Психолог**: Сегодня к нам пришло много гостей, давайте поздороваемся с ними и друг с другом стихом:«Зазеленеет даже пень

Услышав – Добрый день!»

**Психолог:**Я знаю, что вы можете угадывать настроение! Сможете ли вы угадать, какое настроение у наших гостей?  *(Ответы детей)* Как вы догадались? *(Ответы детей)*

**Психолог:**Правильно, наше лицо меняется в зависимости от настроения, передавая различные эмоции!Как можно еще узнать, какое настроение у людей, которые вас окружают? *(Ответ детей)*

**2. Проблемная ситуация:«Письмо к детям»**

**Психолог:**Дети, у меня для вас есть сюрприз. Посмотрите, что в моих руках? Да, это письмо, но оно необычное, это письмо из Страны эмоций «Гномии». Вы слышали о такой стране? (*Ответы детей)*

**Психолог:** Давайте прочитаем его - «Дорогие дети! Сегодня с утра волшебница Злорадна, встала с плохим настроением и со злости на нашу страну, заколдовала всех гномов, превратив их в картинки с различными эмоциями.Помогите нам, пожалуйста, их обратно расколдовать! Для этого, вам предстоит найти четырех гномов, рассказать об их настроении, и научить их умению выражать хорошие эмоции и избавляться от плохих. Если вам удастся, а я нисколько в этом не сомневаюсь, помочь гномам, то в конце путешествия вас ждет веселый сюрприз.

Подпись: Королева эмоций

**Психолог**: Ну что, дети, поможем?*(Ответы детей)*Для того, чтобы попасть в страну Эмоций нужно рассказать веселое стихотворение:

В страну Эмоций отправимся мы,

 Где будем смеяться, грустить, удивляться.

Нас ждут приключения, задачи, игра,

 Ну что, вы готовы?Тогда нам пора!

**3. Основная часть**

**Психолог:**Вот мы в стране эмоций «Гномии» Как вы думаете, куда же нам идти? *(Ответы детей)*

**Психолог:** Наверное, по стрелкам.

**Психолог:** Дети, вы слышите музыку?*(Ответы детей)*Какая она? *(Ответы детей)*Вот и первая остановка **- «Поляна Радости**»

**Психолог**- Дети, смотрите, кто это нас встречает?*(Ответы детей-гном)* Какое у гнома настроение?*(Ответы детей)* По каким характерным чертам его лица, вы определили, что он радостный? *(Ответы детей)*Покажите друг другу, как вы выглядите, когда радуетесь *(дети выполняют задание)*Что вы делаете, когда вам весело? *(Ответы детей)*

**Психолог:** Дети, давайте научим гнома игре «Кто как радуется».Для этого нужно встать в круг и показать без слов, с помощью эмоций, жестов,возгласов и пантомимы, как вы радуетесь:

- Когда играете в веселую игру;

- Когда встречаете гостей в свои день рождения;

- Когда видите клоунов в цирке;

- Когда получаете подарок

*(Выразительные движения: объятия, улыбка, смех, радостные возгласы)*

**Психолог:** Здорово! Давайте вспомним сказочных героев, которые чему-нибудь радовались. Я буду читать отрывки из сказок, а вы-говорите, что это за сказка и кто в ней радовался. Попробуем?

-«Выросла репка большая-пребольшая..»;

-«Снесла Курочка Ряба яичко, да не простое, а золотое..»;

-«Стали они новый теремок строить, да и лучше прежнего выстроили..».

**Психолог:** Вы молодцы, столько радостных сказочных героев вспомнили и показали гному как можно выражать свою радость!

**Психолог**: Но нам пора идти дальше. Слышите, опять звучит музыка? Какая она? *(Ответы детей)*Вторая остановка **- «Лес грусти»**

**Психолог:** Нас опять встречает гномик, но выражение лица у него совсем другое. Какое у него настроение? *(Ответы детей)*Дети, вы бываете грустными? *(Ответы детей)*Покажите друг другу, как вы выглядите, когда грустите *(дети выполняют задание)*Что вас может опечалить? *(Ответы детей)*

**Психолог:** Давайте вспомним сказочных героев, которые из-за чего-нибудь расстраивались. Я буду читать отрывки из сказок, а вы – говорить, что за сказка и кто в ней грустит. Попробуем?

- «Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось…» (расстроились дед и баба, сказка «Курочка Ряба»)

- «Сел медведь на крышу, да и раздавил теремок…» (расстроились лягушка, мышка, заяц, лисичка и волк, сказка «Теремок»)

- «Заглянула коза в печь и нашла только одного самого маленького козленочка…» (расстроилась коза, сказка «Волк и семеро козлят»)

**Психолог:** Мы все иногда грустим, и расстраивать нас могут очень разные вещи. А вот как можно успокоить и поддержать того, кто грустит, как вы думаете? (ответы детей)Да,можно рассмешить.Предлагаю вам научить гнома игре-забаве «Веселые мартышки» Нужно только выполнять движения по тексту.
Мы веселые мартышки!
Мы играем громко слишком,
Мы в ладоши хлопаем!
Мы ногами топаем!
Надуваем щечки,
Скачем на носочках!
Рукой в небо укажем,
Друг другу языки покажем,
Дружно прыгнем к потолку,
Палец поднесем к виску,
Оттопырим ушки,
Возьмемся за макушку,
Шире рот откроем,
Гримасы все состроим.
Как скажу я цифру «3»
Все с гримасами замри - 1,2,3!
**Психолог:** Как славно повеселились! Как вы думаете,мы рассмешили грустного гномика? *(Ответы детей).*Теперь Гномик знает, как поднять себе и другим настроение.А нам пора идти дальше ...

**Психолог**: Мы добрались до пещеры.*(звучит музыка)*Дети, отгадайте, какую музыку мы слышим: грустную, страшную или веселую? *(Ответы детей).*Третья остановка **- «Пещера страха»**

**Психолог**: Какой гномик здесь живет? *(Ответы детей).*Как вы догадались?*(ответы детей)* Этот гномик все время чего-то боится. Ему часто кажется, что за каждым углом его подстерегает кто-то страшный.Что вас может испугать? *(Ответы детей).*Покажите друг другу, как вы выглядите, когда боитесь. *(дети выполняют задание)*

**Психолог**: Вспомните, какие сказочные герои чего-нибудь боялись. Я буду читать отрывки из сказки, а вы говорить, что это за сказка, кто и кого в ней боялся. Попробуем? *(Ответы детей)*

- «Как выскочу, как выпрыгну, пойдут клочки по закоулочкам…» (лису боялись заяц, собаки, волк, медведь, сказка «Заюшкина избушка»);

- «Вот страсти-то!» Четыре охотника за мной гнались, и все с собаками; как только меня ноги унесли!...(зайка испугался водоносов - бабку, внучку, мышку и курочку, а они сами его испугались, сказка «У страха глаза велики»);

- «Сейчас же отопри дверь! А не то я так дуну, что весь твой дом разлетится!»

( Ниф-Ниф испугался волка в сказке «Три поросенка»)

**Психолог:**Вы молодцы, отгадали все страшные сказочные загадки!Как можно преодолеть страх? *(Ответы детей)*

(*Нарисовать и он перестанет быть страшным и превратить рисунок страха во что-то забавное, смешное, комичное,глубоко дышать, необходимо чтобы кто-нибудь приласкал или обнял)*

**Психолог:**  Давайте поиграем в игру «У страха глаза велики». Представьте, что у вас большой- большой страх. *(Дети широко разводятруки в стороны*). У всех, кто боится, от страха глаза велики. (*Показывают большие круглые глаза*). А теперь страх уменьшается. (*Дети сдвигают руки*).А теперь совсем исчезает. (*Пожимают плечами и в недоумении разводят руками*).Посмотрите друг на друга и убедитесь, что уже ни у кого нет больших глаз, так что никто из вас ничего небоится, так как страх исчез. Улыбнитесь друг другу.

**Психолог:** Нам пора идти дальше ... Опять звучит музыка. Отгадайте, какую музыку мы слышим? *(ответы детей)*Четвертая остановка **- «Гора Злости»**

Давайте посмотрим, кто живет на этой горе? *(Ответы детей)*

**Психолог:**Как вы догадались?*(ответы детей)*Покажите друг другу, как вы выглядите, когда злитесь. *(дети выполняют задание)*Какие мы некрасивые, когда злимся.Дети, а в каких случаях вы испытываете такую эмоцию?  *(ответы детей)*

**Психолог:**Давайте вспомним сказочных героев, которые злились. Я буду читать отрывки из сказок, а вы - говорить, что это за сказка и кто в этой сказке злился. Попробуем?

- «И вдруг они увидели настоящего живого волка! Он стоял за большим деревом, и у него был такой страшный вид, такие злые глаза и такая зубастая пасть, что у Ниф-Нифа и Нуф-Нуфа по спинкам пробежал холодок, и тонкие хвостики мелко-мелко задрожали» ( злой волк, сказка «Три поросенка»);

- «Дурачина ты, простофиля!Выпросил, дурачина, корыто!В корыте много ль корысти?

Воротись, дурачина, ты к рыбке, Поклонись ей, выпроси уж избу» (разозлилась старуха, «Сказка о рыбаке и рыбке»)

- «Кто хлебал из моей чашки? Кто сидел на моем стуле и сдвинул его с места? Кто ложился в мою постель и смял ее?» (разозлился медведь Михайло Иваныч, сказка «Три медведя»

**Психолог**: Вы молодцы, всех разозлившихся сказочных героев отгадали!А ведь гневом или злостью можно управлять. Можно научиться сердиться, никого при этом не обижать. Вы знаете, что можно сделать, чтобы злость быстро ушла от вас? *(Ответы детей).(Игра «Ругаемся овощами»; Упражнение «Мишень»; Упражнение «Уходи, злость, уходи!;Игра Тух-Тиби-дух».*

*Развеселить себя, нарисовать что-нибудь красивое, побить подушку, порвать бумагу, поиграть в веселую игру, посмотреть интересный мультик, почитать веселую книгу, съесть конфетку, полепить из пластилина, побегать на улице, попускать мыльные пузыри)*
**Психолог:** – С какими людьми приятнее общаться: с добрыми или злыми? *(Ответы детей)*

**Психолог:** Давайте научим гнома играть в игру «Тух-Тиби-дух»

Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово:"Тух-тиби-дух". Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

**Сюрпризный момент«Мыльные пузыри»**

**Психолог:**Ну что же ребята, вот и подошло к концу наше путешествие, и наше приключение. Королева Эмоций дарит вам волшебные мыльные пузыри,

они 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.

**Ритуал прощания**

Пора нам по стрелкам возвращаться.

Со страной «Гномией», осталось попрощаться!

Со всеми задачами мы справились

Из страны эмоций в детский сад мы отправились!

**Психолог:** Вот мы и в детском саду!
**Рефлексия**

- Что вам запомнилось больше сего в нашем путешествии?

- Трудно ли было выполнять задания, чтобы расколдовать гномов?
- Какое у вас настроение после нашего путешествия?

-Хотели бы вы еще посетить страну Эмоций?