Конспект занятия «Где живут эмоции?»

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Задача: научить различать выразительность эмоций, легко прочитывать их на лице, в позе, жестах, во всем поведении.

Материал: распечатки домиков и контура человека на листе бумаги, слайды с эмоциями, цветные карандаши.

1. Ритуал приветствия.

Психолог. Сегодня к нам пришло очень много гостей давайте с ними поздороваемся следующими словами:

«Зазеленеет даже пень
Услышав – «Добрый день!»

2. Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: снять напряжение, создать эмоциональный комфорт.

Давайте поздороваемся различными частями тела: ладошками, локтями, спинками, коленками.

3. Беседа психолога с детьми «Что такое эмоции?»

- Дети, как вы думаете, какое сегодня у меня настроение? Да, оно чудесное.

- А какое еще бывает настроение? (Веселое, радостное, грустное, злое)

- Как вы можете узнать, какое настроение у людей, которые вас окружают? (По выражению лица). - Различные эмоции люди выражают мимикой. Это когда мы можем передать свое состояние, настроение, эмоцию выражением лица и даже тела.

- Да, наше лицо и тело меняется в зависимости от настроения! (показ слайда)

- Дети, а как еще можно назвать проявления разного настроения? (Эмоции).

- Да, эмоции! Мы выражаем разные эмоции. Какие эмоции вы знаете? (Дети называют).

- Молодцы, ребята. А теперь посмотрим на картинку и угадаем, какое настроение испытывают человечки? (показ слайда). Как вы думаете, в каких ситуациях человек может испытывать такие эмоции? (показ слайда, ответы детей).

4. Психолог: «Ребята давайте сыграем в игру, которая называется «Закончи предложение». Но вы сами должны показать эти эмоции телом и на лице.

«А что чувствуешь ты, когда…?» (показ слайда, ответы детей)

- «А как вы думаете, ребята, глядя на лицо человека, мы можем понять, что он сейчас чувствует?» (показ слайда, ответы детей)

- Молодцы, спасибо! Проходим за столы. (Дети проходят за столы).

5. Психолог: «Перед вами листочек с домиками. У каждой эмоции есть домик, так как эмоции разноцветные, то и дома у них разного цвета. Вам надо раскрасить каждый из этих домиков в цвет его эмоции» (дети раскрашивают).

«А теперь закроем глаза и найдем на своем теле место, где живет радость. Какое это чувство? Какого оно цвета? Перед вами контур человека, найдите место, где живет радость, закрасьте это место цветом радости».

Психолог: «А теперь посмотрите на рисунок. Посмотрите сколько свободного места на человечке. Как вы думаете, остальная эмоция, какая может жить здесь и какого цвета она может быть? (ответы детей). Теперь закрасим эту эмоцию другим цветом. Посмотрите, какой человек у вас злой или добрый?» (и так со всеми эмоциями, которые написаны на листочке)

6. Психолог: «Мы с вами назвали разные эмоции, а они бывают и отрицательные и положительные. Но все эти эмоции нужны нам и мы не можем их не испытывать. А что же делать с отрицательными эмоциями, как вы думаете?» (ответы детей, показ слайда)

- «Физические упражнения, уборка, стирка, побить подушку, покричать, принять душ, послушать музыку и т.д.»

Психолог: Ребята, давайте встанем в круг и сыграем в игру «Эмоции». Посмотрите друг на друга. Как вам кажется, на какую эмоцию похож рядом стоящий человек? Скажите ему об этом (после игры рассаживаемся в круг)

7. Психолог: Ну что, ребята, давайте вспомним, с какими же эмоциями мы сегодня познакомились, а какие знали и просто вспомнили? Какие игры вам понравились на нашем занятии? (ответы детей)

Психолог: Спасибо за работу, до свидания!