

**Конспект занятия с психологом с подготовительной к школе группе.  
Путешествие в Царство чувств (часть первая)**

**Цель:**

Помочь детям осознать взаимосвязь между переживаемым эмоциональным состоянием и его внешним проявлением;  
объяснить, что любое чувство значимо;  
дать каждому ребенку возможность выразить свои эмоции и чувства.

**Материал педагогу:** презентация, игра «Зоопарк настроения», видео динамической паузы, сундучок (шкатулка)

**Раздаточный материал:** чистый лист, карандаши цветные, фломастеры

**Организационный момент 2 мин**

- Я рада вас видеть. Давайте сядем в круг и поздороваемся

- Доброе день, радость,

Доброе день, грусть.

Доброе день, страхи,

Я вас не боюсь!

*Дети садятся в круг и хором произносят слова.*

**Затруднение, проблема 8 мин**

- Давайте вспомним, что нового вы узнали на прошлом занятии. Сегодня я вам предлагаю вновь отправиться в путешествие.



**Упражнение "Полет в царство чувств"**

- Расположитесь как можно удобнее и закройте глаза...

Представьте, что у вас выросли крылья..., подвигайте ими... Какими вы их ощущаете?.. Вы медленно подошли к вершине холма, расправили крылья и взлетели... Чудесно!

Прекрасный полет!..

Вы оказались в очень необычном месте. Это царство чувств. Здесь живут и правят несколько царей:



Царь Грусти, Царь Удивления, Царь Злости, Царь Любопытства, Царь Любви. Представьте всех царей: во что они одеты, какие у них выражения лиц, мимика, жесты... (дать детям время пофантазировать, затем показать картинку)

Больше всего жители этих мест радуются, когда приходит время Царя Любви - все вокруг расцветает от улыбок, красивых слов и добрых поступков.

Но все цари правят по очереди - каждому отведено свое время. Сейчас вы встретитесь с Царем Грусти. Откройте глаза.



### Упражнение "Царь Грусти"

Психолог, показывая изображение Царя Грусти, говорит:

- Покажите, как я выгляжу (дети выполняют задание с помощью мимики и позы). Ветер унес и перепутал карточки, показывающие мое царское величие, с карточками других царей. Что же мне делать? Ребята, помогите мне, пожалуйста!

Перед детьми раскладываются карточки с изображением людей и сказочных персонажей, испытывающих различные чувства и эмоции (можно использовать карточки "Зоопарк настроения"). Психолог предлагает детям выбрать те из них, которые подходят Царю Грусти.

Дети поочередно выполняют задание, объясняя свой выбор.

По окончании упражнения психолог задает вопросы:

- Когда мы грустим?
- Приятна ли грусть?
- Могут ли к грусти примешиваться другие чувства? Какие?
- Сменяя Царя Грусти приходит править Царь Удивление



### Упражнение "Царь Удивления"

Психолог, показывая изображение Царя Удивления, говорит:

- У меня все время приподняты брови, а в животе - вибрирующий комоч. Я весь дрожу от удивления! Ведь вокруг столько всего интересного! Найдите поскорее мои карточки (дети выполняют задание). А теперь послушайте, ребята, какая история произошла с одной вороной.



Ворона была просто замечательная: у нее постоянно возникали какие-нибудь удивительные мысли, и она всегда спешила о них всем рассказать.

Однажды ей приснился необычный сон: будто она стала прекрасной разноцветной бабочкой.



Сон был настолько ярким и правдоподобным, что ворона от удивления чуть не упала с ветки, на которой спала. Открыла ворона глаза и увидела, что на нее удивленно смотрит солнце...

"Почему ты так на меня смотришь?" - спросила ворона. "Я никогда не видело таких красивых бабочек", - ответило солнце.

Ворона решила, что солнце шутит. Она полетела к озеру и, заглянув в его водную гладь, увидела, что там действительно отражается сказочно красивая

бабочка. Ворона тут же полетела оповестить всех об этом замечательном событии. Долго, долго удивлялся весь лес такому чудесному превращению!

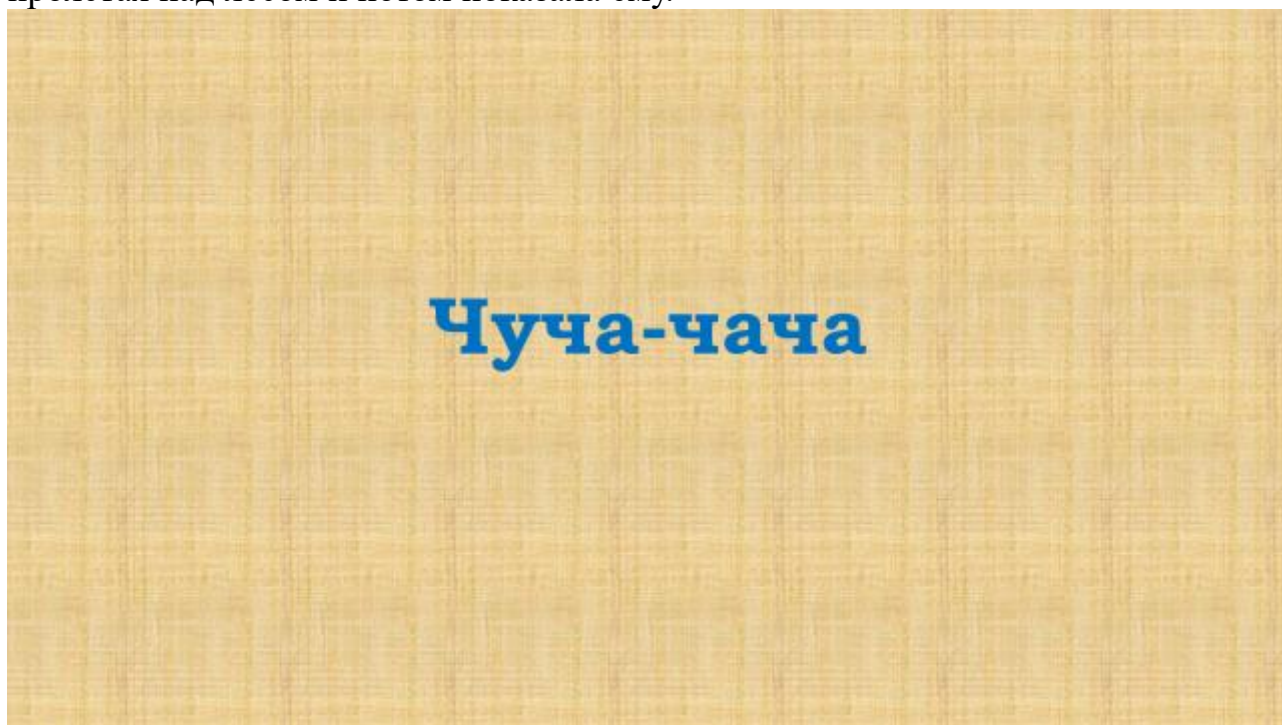
- Ребята, изобразите удивление солнца, деревьев, зверей используя характерную мимику и позу.

- Расскажите случай из вашей жизни, который вас очень удивил.

*Дети внимательно слушают, отвечают на вопросы*

### **Динамическая пауза 3 мин**

Царя Удивление удивила не только ворона, которая превратилась в красивую бабочку, но и веселый танец "Чуча-чача", который она увидела, пролетая над лесом и потом показала ему.



Предлагаю вам отдохнуть и повторить этот замечательный и веселый танец

*Дети выполняют движения по показу*

### **Развивающие игры 3**

По окончании упражнения "Царь Удивления" благодарит детей:

- Спасибо! Это было удивительное зрелище! За доставленное удовольствие предлагаю вам игру:



### **Игра "Угадай, что в сундучке"**

- Царь Удивления прислал сундучок с предметами, которые я могу вам показать, если вы их отгадаете по звуку.

Психолог, не показывая детям, достаёт из сундучка предметы и издает ими звук. Если дети отгадывают, что звучало, то предмет им показывают (колокольчик, погремушка, маракас, бумага, пакет, деревянные ложки, резиновая игрушка и т.д. любые звучащие предметы)

- Какие молодцы, все отгадали.

*Дети выполняют задания*

### **Практическая деятельность 7 мин**



Дети садятся за столы, на которых лежат листы бумаги, кисти и краски (карандаши, фломастеры). **Рисование "Царя Злости"** (изображение Царя Злости показать в конце рисования)

-Царь Злости очень хочет посмотреть на себя со стороны и узнать, как он выглядит. Давайте ему поможем. Попробуйте нарисовать этого царя в момент, когда его просто распирает от злости. А как выражается чувство злости?..

У нарисованного вами царя могут быть сомкнуты губы, нахмурены брови, сжаты кулаки, напряжена спина. Но помните: никто не должен пострадать при выражении чувства злости.



По окончании рисования психолог спрашивает:

- Трудно ли было рисовать Царя Злости? Почему?
- Что вы чувствовали, когда рисовали этого царя?
- Давайте сделаем его немного добрее. Нарисуйте рядом с ним не большой подарок, который его порадует.



- Молодцы. От ваших подарков Царь Злости обязательно станет добрее.  
*Дети рисуют Царя Злости*

### Игровая деятельность 5

- В волшебной стране рядом с царями жили маленькие привидения. Они были очень добрые, но им приходилось менять свое настроение, подражая правящему Царю.



### Маленькое привидение

(обучение в приемлемой форме выплеснуть накопившийся гнев)

- Давайте и мы превратимся в маленькие добрые привидения, которым захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему

хлопку вы будете делать руками вот такое движение (взрослый приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук "У", если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только пошутить.

Взрослый хлопает в ладоши. В конце игры привидения превращаются в детей.

*Дети действуют в игре, соблюдая правила.*

## **Подведение итога 2**

Все садятся в круг.

- Сегодня мы побывали в Царстве Чувств, но нам пора возвращаться.



Закройте глаза, представьте, что мы летим домой..., откройте глаза.

Мы продолжим наше путешествие на следующем занятии и познакомимся с остальными царями.

- Понравилось ли вам путешествие?

- С каким царем вам хотелось бы встретиться снова, а с каким нет?

Почему?

*Дети совместно с психологом подводят итог занятия*