

Групповое занятие на тему: «Настроение, Эмоции и Я»

1. Приветствие.

*Педагог. Здравствуйте ребята!
Добрый день нас радостно встречает,
Солнце тёплое нам ласково сияет.
Улыбнёмся другу с права, улыбнёмся другу с лева
От улыбки всем светлее стало!*

*Ребята сегодня у нас в гостях девочка по имени Нэя,
(кукла) она сегодня нам расскажет о настроении,
эмоциях и немного о себе.*



2. Беседа об настроении

*Педагог. Ребята как вы думаете...
Какое бывает настроение?
От чего оно зависит?
Почему люди иногда печалются, грустят, обидно?
Что надо делать, чтобы не огорчать людей?
А что нам расскажет Нэя, какое у неё настроение?...*

3. Терапия искусством.

А сейчас мы с вами рисуем настроение. У каждого оно своё.

Педагог предлагает каждому ребенку набрызгать на свой чистый лист бумаги теми красками, какими больше всего захочется. Затем сложить пополам и промокнуть. Развернуть лист. А теперь давайте посмотрим у какого какое настроение!

4. Беседа об эмоциях

*Педагог. Сегодня мы с вами поговорим об эмоциях. Ребята, какие эмоции вы знаете!
А что нам расскажет Нэя, какие у неё любимые эмоции?... А сейчас ребята я вам раздам задания и мы с вами познакомимся с положительными эмоциями и отрицательными.
Задание: «Развитие базовых эмоций» (Т. Трясорукова «Эмоциональный интеллект»)
Молодцы справились с заданием.*

5. Упражнение «Моё имя»

*Педагог. Ребята как вы думаете зачем имя человеку?
Поднимите руки те кому нравится своё имя....
Ребята, закройте глаза и попробуйте представить своё имя. Какого оно цвета, большое или маленькое, весёлое или грустное, на что оно похоже? Теперь откр-ойте глаза и попробуйте нарисовать своё имя так, как вам захочется.*

6. Игра «Кто Я»

Педагог. Ребята сейчас мы с вами поиграем в игру «Кто я». Правила игры - передаём по кругу мяч и отвечаем на вопрос «Кто я?», называем черты своего характера, свои чувства и эмоции)

7. Итог. Прощание.

*Педагог.
Ребята, о чем мы сегодня говорили?
Что вам понравилось?
Пожелания от Нэи: Я желаю вам ребята людей не огорчать.
С улыбкой день встречать.
Добрым, честным быть для всех.
Нести заботу, радость, смех.*

ЗАДАНИЯ

Покажите ребёнку пиктограммы и объясните их значение. Предложите вспомнить и рассказать о событиях в его жизни, которые стали причиной проявления таких эмоций. Предложите высказать своё мнение: какой цвет может характеризовать каждую эмоцию, и раскрасить пиктограммы этим цветом.



РАДОСТЬ — положительная эмоция. Возникает, когда человек доволен тем, что происходит в его жизни.



ГРУСТЬ — отрицательно окрашенная эмоция. Считается противоположной радости. Возникает в случае неудовлетворения происходящими в жизни событиями. Близка по значению к таким понятиям, как «печаль», «тоска», «уныние».



ЗЛОСТЬ — одна из важнейших эмоций человека и в то же время одна из самых неприятных. Считается, что злиться — плохо, так как это приводит к обидам, ссорам, дракам. Однако существуют и такие понятия, как «праведный гнев», «спортивная злость». Подобные переживания часто необходимы, чтобы отстоять свое мнение или справиться с трудной задачей.



УДИВЛЕНИЕ — самая кратковременная эмоция, не имеющая четко выраженной положительной или отрицательной окраски. Удивление — это реакция на внезапно возникшее обстоятельство.



СТРАХ — отрицательная эмоция (неприятное ощущение), которая возникает в результате реальной или воображаемой опасности или угрозы.



СПОКОЙСТВИЕ — это приятное ощущение, состояние внутреннего счастья, когда тебя ничто не беспокоит, тебе не грустно, не обидно, не страшно.

Рассмотри картинки и составь по ним рассказ. Расскажи об эмоциях кошки и котёнка на каждой картинке.

Нарисуй в кружочках эмоцию, подходящую к каждой ситуации. Используй условные обозначения:



спокойствие



радость



страх



злость



грусть
(огорчение)



Рассмотри картинки с изображением детей и котят. Расскажи, в чём сходство детей и котят. Соедини линией котёнка со своим хозяином.



Рассмотри мартышек. Выскажи своё мнение, какой фрукт или овощ попробовала каждая мартышка. Объясни свой выбор.

Раскрась фрукты и овощи. Соедини линией каждый с той мартышкой, которая его съела.

