**Конспект психологического занятия**

**по развитию эмоциональной сферы и коммуникативных навыков дошкольников с использованием игровой песочной терапии (кинетический песок) по программе «Вкус и запах радости»**

Составитель: Рындина Марина Олеговна

МБДОУ «Полянский детский сад «Сказка»

**Тема занятия:** «Город эмоций» занятие по развитию эмоциональной сферы и коммуникативных навыков с использованием кинетического песка.

**Возрастная группа:** старшая (5-6 лет)

**Цель:** Способствовать развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников и коммуникативных навыков

**Для достижения цели были поставлены следующие задачи:**

- Определение основных эмоциональных состояний;

- Обучение различению и выражению эмоционального состояния по его внешнему проявлению и выражению через интонацию, мимику, пантомимику и т.д.;

- Формирование навыков адекватного эмоционального отреагирования на совершенное действие или поступок. (Ребенок имеет право на любую эмоцию)

- Развитие эмпатии;

- Развитие социально-коммуникативных навыков (совместная работа над общим заданием)

-Развитие тактильно-кинестетической чувствительности;

-Развитие рефлексии и монологической речи;

**Формы, методы, приемы:**

- игра

- сказкатерапия (постановка проблемы психологом, решение за детьми)

- драматизация (инсценировка эмоционального состояния)

-конструирование (создание песочного города)

- наглядность (рассматривание фотографий с эмоциями)

- эксперимент (эксперимент с метафорой, когда ребенок представляет эмоцию в разных образах: запах, цвет, звук и т.д.)

- беседа (рефлексия)

**Предварительная работа.** При планировании занятия учитывались возрастные особенности детей. Занятие выстраивалось с опорой на имеющиеся знания у детей. Предварительно был проведен цикл занятий (12 занятий), направленных на глубокое знакомство с различными эмоциями.

**Оборудование:** Картинки-фотографии детей, выражающие разные эмоции, пленка для работы на полу с песком, кинетический песок, камни, кристаллы, искусственные растения, тканевый мешок с завязками.

**Ход занятия:**

**1 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ЭТАП**

Психолог: Здравствуйте ребята, сегодня я предлагаю вам поздороваться необычно!

***1. Упражнение «Поздороваемся необычно»***

***Цель:*** создать эмоциональный настрой на дальнейшую работу.

***Материалы:*** не требуются.

***Инструкция:*** все дети встают в круг. Психолог предлагает поздороваться друг с другом (парами) разными способами: словами, улыбкой, ладонью, коленом, спиной, ушами и т.д.

Психолог: (предлагает детям сесть за круглый стол) Мне очень интересно знать какое у вас настроение, а точнее на что оно похоже. Я начну первой - мое настроение похоже на бутон только что распустившейся розы. А на что похоже твое настроение?

***2. Упражнение «На что похоже твое настроение?»***

***Цель:*** экспресс-диагностика негативного настроения

***Материалы:*** не требуются.

***Инструкция:*** Детям предлагается подобрать метафору своему настроению. Начать сравнение лучше взрослому, если ребенок затрудняется можно предложить ему сравнить свое настроение с временем года, явлением природы, погоды и т.д. В конце упражнения психолог обобщает настроение большинства группы: грустное, веселое, смешное, злое и т.д. Отдельное внимание в интерпретации ответов нужно обратить на такие сравнения детей как: плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, гроза, гром, что может свидетельствовать об эмоциональном неблагополучии. У таких детей стоит спросить: «Правильно ли я понимаю, что твое дождливое настроение - это грустное настроение?»

***3. Упражнение «Мешочек злости»***

***Цель:*** отреагирование негативных эмоций, снятие напряжения.

***Материалы:*** тканевый мешок с завязками.

***Инструкция:*** Ребенок подносит ко рту мешок и кричит в него все, что ему хочется в данный момент. Это может быть как крик, так и фразы типа: «Уходи, злость, уходи!!», «Уходи, грусть, уходи!!». После того, как все желающие дети «прокричались» в мешочек, психолог его крепко завязывает и выбрасывает в мусорное ведро. Ребята очень любят это упражнение у многих есть подобный мешочек дома.

(фото упражнения ниже)



**2. МОТИВАЦИОННО-ПОБУДИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП**

Психолог: Теперь, когда мы привели свое настроение в порядок можно и поиграть.

***4. Игра «Угадай кто?»(или Крокодил)***

***Цель:*** предупреждение утомляемости, обогащение невербальных средств коммуникации, закрепление в самостоятельной творческой деятельности умение различать и выражать эмоциональные состояния по его внешнему проявлению и выражению через мимику, пантомимику.

***Материалы:*** карточки-фотографии детей, выражающих различные эмоции.

***Инструкция:*** Психолог раскладывает карточки на столе рубашкой вверх. Каждый ребенок по очереди берет карточку, не показывая ее остальным, с помощью мимики, пантомимики демонстрирует эмоцию, которую он увидел на фотографии. Главное правило - ведущий не должен говорить. Остальные дети должны угадать эмоцию. Творческий подход к игре нужно особенно подчеркнуть и похвалить таких детей.

(фото упражнения ниже)



Психолог: *(Постановка проблемы)* Ребята, жители страны Эмоций пришли сегодня не просто так. Они обращаются к нам за помощью! На их страну налетел сильнейший ураган и разрушил города, стер с лица земли дома, которые граждане с такой любовью сами возводили! Чем мы можем помочь нашим друзьям?

*Дети отвечают, что помогут эмоциям заново построить их город.*

Молодцы! Ну конечно мы сможем построить дома для каждого нашего друга, ведь у нас есть волшебный песок! Я предлагаю каждому из вас построить дом той эмоции, которую вы выбрали в прошлой игре, ее фотография у вас в руках.

***5.Упражнение «Портрет эмоции»***

***Цель:*** Активизация воображения для практической работы с песком, выстраивание ассоциативного ряда. Создание эмоционального образа как средство контроля над своим поведением.

***Материалы:*** карточки-фотографии детей, выражающих различные эмоции

***Инструкция:*** Ребята, чтобы построить особенной дом для каждой эмоции, мы должны узнать про них как можно больше. Давайте познакомимся поближе: это Обида (злость, грусть, радость, удивление, робость, стыд, вина)*(ребенок показывает карточку).* Как вы считаете, какого цвета может быть обида? Какая онана вкус? Кто ее друзья? А кто враги?

**3. ПРАКТИЧЕСКИЙ ЭТАП**

***6. Упражнение «Песочный город»***

***Цель:***

1.Активизация опыта ребенка через его восприятие.

2. Диагностика - дом является проекцией личности. По тому, какой дом построил ребенок можно судить о его отношении к самому себе, о его внутреннем мире. В этом упражнении можно увидеть уровень коммуникации в коллективе (делятся ли дети или без спроса отбирают понравившийся им материал, умеют ли они договариваться) и уровень притязаний (степень трудности задач, которые ребенок ставит перед собой).

3. Терапевтический эффект – примеряя на себя роль эмоции (особенно запрещенной в семье, например обида, злость, страх), ребенку становиться проще без слов и объяснений отразить собственные переживания с помощью песка. Это упражнение разрешает ребенку не сдерживать свою злость или обиду, а выразить ее в творческом, социально приемлемом способе.

***Материалы:*** кинетический песок, камни, искусственные растения, цветные кристаллы, ракушки, пленка для работы на полу с песком, карточки-фотографии детей, выражающих различные эмоции

***Инструкция:*** Строительство можно организовать прямо на полу, предварительно расстелив пленку.

Психологу необходимо тоже присесть на пол рядом с детьми, чтобы оказаться в равной партнерской позиции. Функция психолога в упражнении - сопровождающая и наблюдающая. Когда индивидуальные дома будут завершены, психолог должен попросить ребят подвинуть их так, чтобы получился город. Психолог только наблюдает, дети сами решают, как будут располагаться их дома по отношению друг к другу. Эту часть упражнения можно назвать экспресс социометрией. По тому, как дети расположили дома, можно увидеть кто в группе лидер, а кто аутсайдер.





****

****

****

****

****

****

**4. РЕФЛЕКСИЯ**

Психолог просит ответить детей на следующие вопросы:

Индивидуальные вопросы:

-Расскажи, что ты построил?

- Что особенного в доме для твоей эмоции?

- Понравилось ли тебе создавать дом?

- А как тебе было, когда твой дом должен был стать частью общего большого города?

Общие вопросы:

- Какое задание вам понравилось больше всего?

- Какое вызвало затруднение?

- Какое настроение у вас бывает чаще всего?

- А какая эмоция вам больше всех нравится?

**5. РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ**

**Упражнение «Доброе животное»**

**Цель**: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Инструкция: Психолог тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе!

Список используемой литературы.

1. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости. Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы.- М.: Национальный книжный центр,2015.
2. Куражева Н.Ю. и др. «Цветик –семицветик» программа психолого-педагогичеких занятий для дошкольников 5-6 лет. – СПб.: Речь, 2016. – 160с.
3. Кряжева Н.Л. Радуемся вместе: Развитие эмоционального мира детей. – Екатеринбург: У – Фрактория, 2006. с. 18, 57–64.