

# "Просто так"

**Возраст детей:** 5-6 лет

**Цель:** создание условий для развития позитивного отношения к жизни и закрепления положительных чувств и эмоций.

**Задачи:**

1. расширение представлений детей об эмоции радость и способах её выражения;
2. формирование умения различать эмоциональные состояния через просмотр мультфильма;
3. развитие эмпатии, умения сопереживать, понимать состояние другого, побуждать детей проявлять и выражать положительные чувства по отношению к другим;
4. развитие внимания, наблюдательности, зрительной памяти;
5. формирование умения свободно и ясно выражать свои мысли, умения устанавливать причинно-следственные связи;

**Оборудование:** проектор, мультфильм «Просто так»,

## Ход занятия

**Психолог**

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть. Вы все такие нарядные, красивые, а на лицах у вас добрые улыбки. Давайте мы с вами поздороваемся.

**Психолог**

Сегодня мы с помощью мультипликационного фильма познакомимся с одним из чувств поближе. Это чувство радость. А смотреть мультфильм мы будем не совсем обычным образом. Мы с вами будем как бы путешествовать по мультику, прерывая иногда просмотр, чтобы ответить на вопросы: что такое радость? Как она выглядит? Как рождается? Мультфильм, который мы будем смотреть, называется «Просто так». Рассаживайтесь поудобнее, смотрим мультфильм.

### **ПРОСМОТР МУЛЬТФИЛЬМА**

*Мальчик идёт с букетом цветов, кружится, напевает песенку. Навстречу ему грустный ослик. Мальчик посмотрел на ослика и отдал ему букет.*

**СТОП**

**Психолог**

Ребята, какие чувства вы увидели?

*Грусть, радость.*

**Психолог**

Кто был грустный?

*Ослик.*

**Психолог**

Как вы узнали, что ослик грустный?

*Шёл медленно, склонив голову.*

**Психолог**

А когда мальчик подарил ему букет цветов, настроение ослика изменилось? Какое оно стало?

***Ослик стал радостный.***

***Психолог***

Значит, радость победила грусть?

***Да.***

***Психолог***

За что мальчик, подарил букет ослику?

***Ни за что, просто так.***

***Психолог***

Какого цвета был ослик и всё вокруг ослика?

***Серое, тёмное.***

***Психолог***

Какого цвета был мальчик и всё вокруг мальчика?

***Цветное, разноцветное, яркое.***

***Психолог***

Значит, радость, какая?

***Разноцветная.***

***Психолог***

Ребята, а что такое радость?

***(ответы детей)***

***Психолог***

Оказывается, радость бывает разная. У каждого своя радость. А теперь давайте узнаем, что случилось с осликом дальше.

***ПРОСМОТР МУЛЬТФИЛЬМА***

***Ослик поёт песенку, навстречу ему идёт щенок. Щенок испугался ослика. Ослик подарил щенку букет.***

***СТОП***

***Психолог***

Ребята, что случилось со щенком, когда он встретил ослика?

***Спрятался, потому что испугался.***

***Психолог***

А когда ослик подарил ему букет цветов, что произошло со щенком?

***Перестал бояться, ему стало весело, радостно.***

***Психолог***

Значит, радость победила страх?

***Да.***

***Психолог***

За что ослик, подарил букет щенку?

***Ни за что, просто так.***

***Психолог***

Ребята, вы назвали столько вещей, которые доставляют вам радость. А как вы узнали, что это действительно радость? Как выглядит радость?

***Упражнение "Исправь эмоцию"***

Ребята посмотрите на доску, там мы видим эмоциональные лица. Радостные ли они? Давайте мы все исправим.

***Упражнение «Радостный – грустный»***

На столе вы видите картинки. На какой из картинок персонаж печальный, грустный, а на какой – веселый, радостный? Расскажите, что случилось, из-за чего изменилось настроение героев. Что нужно сделать, чтобы герои стали радостными?

**Психолог**

Молодцы, ребята. Теперь мы с вами знаем, как узнать радость и что может нам помочь в случае плохого настроения.

*Динамическая пауза «Если есть хороший друг».*

Настроение упало - *опускают руки вниз*

Дело валится из рук - *качание головой, встряхивают кистями*

Но еще не все пропало, - *разводят руками*

Если есть хороший друг - *разворачиваются лицом друг к другу*

С делом справимся вдвоем, - *пожимают руки другу другу*

С облегчением вздохнем - *делают глубокий вдох, выдох*

Настроением поднимем - *нагибаются и медленно выпрямляются*

И от пыли отряхнем! - *отряхиваются.*

**Психолог**

Вот немного отдохнули. А что же было с нашими героями дальше? Давайте посмотрим.

### **ПРОСМОТР МУЛЬТФИЛЬМА**

*Щенок встречает медвежонок. Медвежонок боится, что щенок увидит корзину с орехами и прячет её. Щенок дарит медвежонку букет. Медвежонок идет через мост, корзинка упала вниз. К корзинке подошла белочка. Медвежонок дарит белочке орехи и цветы.*

**СТОП**

**Психолог**

Ребята, почему медвежонок прятал корзинку, когда увидел щенка?

*Испугался, что щенок заберёт корзинку, жадничал.*

**Психолог**

Когда щенок подарил ему букет цветов, что произошло с медвежоном?

*Удивился, обрадовался.*

**Психолог**

Значит, радость победила жадность?

*Да.*

**Психолог**

Медвежонок себе оставил букет?

*Нет, подарил его белочке.*

**Психолог**

За что медвежонок, подарил букет белочке?

*Ни за что, просто так.*

**Психолог**

А белочке стало радостно?

*Да.*

**Психолог**

У мишки осталась радость?

*Да.*

**Психолог**

Значит, радостью можно делиться? А ведь радостью поделился не только медвежонок.

*Мальчик, ослик, щенок.*

**Психолог**

Если вы поделитесь радостью, то всем вокруг станет радостней и веселей. Ребята, а давайте нарисуем радость и мы поделимся ею.

***Упражнение " Портрет радости "***

Нарисуйте, пожалуйста, свою радость. Перед тем, как начинаете рисовать, подумайте, какая она, какого цвета. Вспомните, что вы делали, когда радовались, кто был с вами рядом или кого вы хотели бы видеть в этот момент.

***Рефлексия***

–Что нового вы узнали о радости?

– Что победила радость?

– А какое у вас сейчас настроение?

***Упражнение "Подари улыбку"***

**Психолог**

Закройте глаза, и улыбнитесь себе. Встречайтесь со своей радостью в своем теле, находите ее, это место должно излучать тепло. Запомните это место. А, теперь откройте глаза и улыбнитесь друг другу. И подарите своему соседу по кругу самую красивую улыбку.