

МДОУ «Детский сад» №4 «Теремок»

«Путешествие в волшебную страну чувств»

План – конспект тренинга партнёрского общения

Выполнила: воспитатель Дролюк Эльвира Владимировна

Цели:

1. Дать детям начальные знания по повышению уровня адаптации и социализации, развитие навыков свободного самочувствия, сосредоточенности в общении, расширение сферы объектов общения.
2. Повышение уровня толерантности, развитие навыков эмпатии.
3. Создание атмосферы психологического комфорта, развитие межличностных умений через обратную связь и ролевую игру.

Оборудование:

-для детей: 2 ручки разного цвета (либо ручка и карандаш), фломастеры.

-для воспитателя: изображенные эмоциональные состояния (радость, злость, удивление, печаль, страх); карточки с изображенными на них эмоциональными состояниями для игры «Соедини названия эмоциональных состояний с нарисованными лицами»; карточки с изображенными на них эмоциональными состояниями для игры, направленной на умение передавать эмоциональные состояния и распознавать их: счастье, обида, веселье, скромность, глупость, удовольствие, покой, безразличие, страх, удивление, злость, усталость, робость, грусть, ужас, уныние, вина.

Ход занятия

1. Игра – приветствие «Здравствуй друг!»

Встаньте и постройтесь в шеренгу! А теперь рассчитайтесь на «солнце» и «луну». «Луна» - сделает шаг вперёд и образует внутренний круг, а «солнце» - внешний. Каждое «солнце» образует пару с «луной». Теперь «солнце» берёт за руку «луну», смотрит ей в глаза и говорит следующие слова:

- Здравствуй, друг!

- Как ты тут?

- Я скучал,

- Ты пришел!

- Хорошо!

«Солнце» делают шаг вправо, «луна» стоит на месте. Точно так же приветствуют следующую «луну», опять делают шаг вправо. И так до тех пор, пока не вернуться к «солнышку», с которого начали приветствие.

Садитесь на места. Мы с вами поздоровались. Улучшилось ли ваше настроение после приветствия? Думаю, вы готовы к дальнейшей работе.

А сейчас я расскажу вам сказку... Но сначала, я хотела бы узнать какие чувства вы знаете?

- Какое чувство вы испытываете, когда боитесь? (страх)
- Когда счастливы? (радость, счастье)
- Когда совершили какой-либо поступок и сожалеете о содеянном? (вина)
- Когда хотите узнать что-то новое? (интерес)
- Если вас ничего не интересует и вы хотите побыть один? (грусть, тоска)
- Получили приятный сюрприз, или долгожданный подарок? (удовольствие)

Молодцы, вы знаете много чувств. И так, я продолжу рассказывать сказку.

«Далеко – далеко, а может быть и близко, есть волшебная страна, и в ней живут чувства: радость, удовольствие, страх, вина, обида, грусть, злость, интерес и многие другие.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали деревья. Жители успели спрятаться, но с домиков, где

жили чувства, унесло таблички с названиями. Сами чувства не знали ни своих названий, ни того, как они проявляются. Таким образом, жители сказочной страны лишились чувств. Жизнь в этой стране стала безрадостной скучной, однообразной».

-Давайте поможем жителям сказочной страны, наполнить их жизнь чувствами.

- Но сначала, я хотела бы узнать, можем ли мы по внешнему виду человека определить, что он чувствует, какое эмоциональное состояние переживает? (да)

-А, что нам помогает определить чувства? (выражение лица /мимика/, жесты, интонация).

- Посмотрите внимательно на экран и назовите представленное чувство.

Удивление – брови поднимаются вверх. Часто говорят «от удивления брови на лоб полезли».

Злость – брови сильно сдвинуты к переносице. Между бровями образуются сильные складки. Рот стал немного кривиться.

Печаль – уголки губ опущены вниз.

Страх - глаза широко открыты, округлены. Брови приподняты. Рот открыт.

Спокойствие – человек, как будто уснул. Черты лица ровные.

Разные выражения лица без слов, рассказывающие о чувствах и настроении называются **мимикой**. **Мимика** – язык лица. А теперь я проверю, как вы усвоили чувства и эмоциональные состояния. Возьмите ручки и листок с заданиями.

2. Игра «Соедини названия эмоциональных состояний с нарисованными лицами»

- Садитесь за стол, возьмите карточки и ручки. Соедините чертой соответствующие эмоции. Первое чувство – радость, соответствует картинке под номером...ведем стрелку к картинке под номером (1), злость -... А теперь поработаем парами, поменяйтесь карточками, возьмите ручку (карандаш) другого цвета и проверьте Правильно ли вы выполнили задание. (проверяем все вместе).

А сейчас, мы с вами опять поиграем: я раздам вам карточки, на которых нарисованы те или иные эмоции. Получивший карточку смотрит , что там нарисовано, если затрудняется я помогу, и старается изобразить эмоциональное состояние, а мы будем

смотреть и стараться угадать, каково состояние изображено (Детям раздаются карточки, и они по очереди изображают и угадывают их).

С помощью чего вы передавали различные чувства и эмоциональные состояния? (мимики)

По каким признакам вы ориентировались, угадывая состояния? (выражения глаз, губ).

Одинаково ли быстро вы угадывали изображенные состояния? (одни угадывались быстрее, другие медленнее).

Как вы думаете почему так получилось? (версии детей)

Иногда для определения чувств или эмоциональных состояний недостаточно одного лишь выражения лица, т.е. мимики. Так как некоторые чувства выражаются мимически сходно (грусть-вина, страх – удивление). Следовательно, чтобы правильно определить эмоциональное состояние нужно что-то ещё. А, что именно вы узнаете из следующего упражнения.

3. Игра «Подарок»

Пусть некоторые из вас по желанию, сделают подарок для группы или одного человека. Подарить в подарок можно всё, что угодно: можно чувства, можно предметы. Но, есть одно условие – вручить подарок можно молча, но так, чтобы человек которому дарят подарок понял, что ему дарят. Дети вручают подарки и отгадывают их.

С помощью чего мы вручали подарки, что нам помогало их изобразить? (движения рук)

Мимика – это язык лица, а кто-нибудь из вас знает как называется язык рук? (Правильно, язык рук –это жесты)

А как вы думаете, для чего нам нужны жесты? (помогают что-то изобразить, указывают на что –либо, помогают нам выразить эмоциональное состояние.

А теперь поговорим о последней составляющей эмоций и чувств – интонации. Что такое интонация? (Интонация – это как, с каким голосом человек говорит).

Давайте с вами произнесём с различной интонацией следующие высказывания:

- ✓ Скоро праздник
- ✓ Бабушка приехала
- ✓ Мама пришла с работы

Повторите данную фразу:

- Радостно

- Грустно
- Удивлённо
- Испуганно
- Рассерженно
- Спокойно

Молодцы. А теперь встаньте в круг мы с вами проведём упражнение «Связующая нить».

Дети встают в круг. Мы с вами будем передавать клубок друг другу, сопровождая передачу высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом. И хотя все мы чувствуем по-разному мы объединены способностью чувствовать и эмоционально реагировать.

Я думаю, что теперь мы можем помочь жителям волшебной страны вернуть чувства, но сначала ответьте на мои вопросы:

-Как называется язык лица? Рук?

-Что такое интонация? (это то с каким голосом, с каким выражением говорит человек).

-Перечислите названия эмоций, чувств, которые вы запомнили?(радость, злость, обида...).

Я вижу, что вы можете определять чувства по мимике, жестам, интонации, следовательно мы владеем знаниями о эмоциях и чувствах и можем помочь жителям волшебной страны вернуть чувства.

В заключении нашего занятия мне хотелось бы провести с вами последнюю игру, которая называется «Мой портрет в лучах солнца».

Садитесь за стол и возмите солнышки, фломастерами нарисуйте то состояние, которое вы сейчас испытываете и прикрепите солнышко на доску.

Кто хочет может описать своё состояние.

В начале тренинга я чувствовал себя...

В конце тренинга я чувствую себя...

Спасибо за работу! До свидания!