

**План-конспект коррекционно-развивающего занятия
из программы психолого-педагогического сопровождения ребенка
с ограниченными возможностями здоровья
начального общего образования
«Знакомство с эмоциональным миром человека»**

Педагог-психолог Скоробогатова Юлия Васильевна

Тема занятия: «Острова эмоций»

Цель: знакомство детей с разными эмоциональными состояниями человека (радость, грусть, злость), обучение детей понимать собственное эмоциональное состояние, обучение наблюдению за эмоциональным состоянием других людей.

Задачи:

- познакомиться с различными эмоциональными состояниями человека;
- развить рефлекссию собственных чувств и эмоций;
- развить саморегуляцию чувств и эмоций.

Целевая аудитория: обучающиеся 2 класса (6-8 человек).

Длительность занятия: 15 минут

Оборудование: проектор, компьютер, колонки, коврик.

Форма работы: приключение.

Ход занятия:

Приветствие: Здравствуйте ребята! Меня зовут Юлия Васильевна, я педагог-психолог и сегодня мы отправимся в плаванье по островам эмоций и чувств! Мы познакомимся с жителями этих островов и узнаем много интересного про наши чувства и эмоции. Вы готовы? (ответы) Отправляемся в путь!

«Остров радости»

Психолог. Мы прибыли на остров радости! Кого вы видите на этом острове? (описать жителей)

- А какое у них настроение?

- Дети, а что такое радость? (ответы детей)

Например:

«Радость — это когда все радуются, всем весело».

«Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая — это когда у одного человека, а большая — когда у всех».

«Радость — это когда у всех праздник».

«Радость — это когда никто не плачет. Ни один человек».

«Радость — это когда нет войны».

«Радость — это когда все здоровы».

«Радость — это я, потому что мама говорит: «Ты моя радость».

Упражнение «Воздушный шарик»

Цель: снять напряжение, успокоить детей.

Психолог. Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше. Представили? Я тоже представила. Дуйте осторожно чтобы ваш шарик не лопнул. Завяжите его, покажите друг другу.

Психолог. Ребята, а давайте подарим наши воображаемые шары жителем острова?

Психолог. Замечательно! В ответ жители острова радости поделятся с нами сокровищем своего острова. Готовы их узнать почему они такие довольные?

-у них всегда светлые и добрые мысли;

-они занимаются спортом;

-они читают много книг и играют в различные игры, например, шахматы;

-рисуют различные красивые картинки и дарят их друг другу;

-чистые мысли;

-правильное питаются;

- Ну и самый главный секрет, залог хорошего настроения — это улыбка.

Посмотрите на них они же все улыбаются! ЭТО НАСТОЯЩЕЕ СОКРОВИЩЕ

«Остров грусти»

Психолог. Мы отправляемся на следующий остров. Ребята, а кто живёт на этом острове? (грустные люди). А как вы поняли, что они грустные? Что такое грусть? А у вас тоже, наверное, бывает грустное настроение? Когда такое было? Посмотрите какие же у них мысли. Прочитайте.

Упражнение «Как поднять настроение»

Цель: развивать у детей чувство эмпатии, побуждать детей к речи.

Психолог: ребята, давайте подумаем как мы можем поднять настроение жителям грустного острова? Как можно поднять настроение? Что нужно сделать? Оказалось, у них всех грустные мысли, у нас в сундуке сокровище, давайте поделимся сокровищем с жителями острова грусти?

Ответ детей:

Подарить цветок. Угостить конфетой. Пожалеть. Помочь. Улыбнуться и т.д.

Психолог. Оказалось, у них всех грустные мысли, у нас в сундуке сокровище, давайте поделимся сокровищем с жителями острова грусти? Теперь жители знают, как избавиться от грусти. Молодцы! Я думаю мы помогли жителям острова. Согласны? Пора отправлять в путь!

«Остров гнева»

Психолог: Как вы думаете какие жители здесь живут? Как вы догадались? Посмотрите какие же у них мысли?

А вы когда-нибудь злились? Почему? Что ты делаешь, когда злишься? (*ругаюсь, дерусь, кричу.*) А теперь, превратимся в злых мальчиков и девочек...

Упражнение «Коврик злости»

Цель: избавление от гнева.

Здесь, оказывается тоже можно оставлять свою злость.... Предлагаю разуться и зайти на коврик (*по двое-трое*) и вытирать ноги до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться.

Как вы думаете, ребята, можем ли мы поделиться сокровищем с жителями этого острова? Теперь они знают, что нужно делать чтобы избавиться от гнева и стать добрее и веселее.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

Психолог: Мы сегодня увидели множество разных жителей, кто-то был грустный кто-то радостный, а сможем ли мы теперь изобразить эти чувства?

Дети хмурятся как: осенняя грозная туча, рассерженный человек, злая волшебница.

Дети злятся как: ребенок, у которого отняли мороженое, как человек, которого ударили.

Дети улыбаются, как: кот на солнце, само солнце, как Буратино, как хитрая лиса, как радостный ребенок, как будто ты увидел чудо.

Дети радуются, как: цветок на солнце после дождя, как мамонтенок, нашедший свою маму.

Психолог. На этом наше плавание подходит к концу, мы возвращаемся домой.

Рефлексия. Вспомним на каких островах мы побывали? Какой вам больше всего понравился? Надеюсь, что путешествие вам понравилось! Аплодисменты себе! Спасибо вам большое за занятие. До свидания.