

Тема: «Волшебный круг хорошего настроения»

Цель: гармонизация личности.

Задачи:

- развитие эмоционального интеллекта,
- развитие фантазии, воображения, креативности,
- формирование адекватной самооценки,
- снятие мышечного напряжения.

Материалы: вырезанный из бумаги круг (желательно большого диаметра), листы бумаги, фломастеры, карандаши, акварельные краски; фотографии с изображением на них предметов, имеющих форму круга, клубок ниток.

Ход занятия.

Приветствие

Педагог-психолог: Здравствуйте, дети! Я очень рада вас видеть, а вы рады видеть друг друга?

Покажите, как вы рады встрече с друзьями: повернитесь к соседу справа – улыбнитесь ему, повернитесь к соседу слева – улыбнитесь ему.

Беседа «Цвет настроения»

Педагог-психолог: Ребята, забота о своём настроении также важна, как и забота о своём теле, о своём здоровье. Необходимо научиться радоваться жизни. Вот что способствует хорошему настроению: дружелюбие, улыбка, удобная красивая одежда, музыка, что ещё? *(Ответы детей)*

А теперь сядьте поудобнее, можете закрыть глаза. Представьте себе цвет, соответствующий вашему настроению. Представили? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Теперь возьмите акварельные краски и нанесите его (цвет) на бумагу.

Упражнение «Рисование клубком»

Педагог-психолог: Ребята, сейчас мы с вами с помощью клубка ниток будем создавать различные узоры или картины на полу.

Педагог-психолог берет клубок ниток и показывает детям пример картины. Затем клубок берет по очереди каждый ребенок и, разматывая его, создает композицию. После того, как созданы все композиции, можно обсудить то, что получилось. Психолог задает следующие вопросы:

- Какие буквы ты здесь видишь?
- Какие фигуры ты здесь видишь?
- Можешь ли ты здесь разобрать какие-либо цифры?
- Какое блюдо здесь нарисовано?
- Что напоминают тебе эти линии: людей, пейзажи, какие-нибудь события и т.д.?

Упражнение «Волшебный круг»

Педагог-психолог: Сегодня мы с вами соприкоснёмся с волшебством, создадим нечто такое, что с очень давних времён считалось людьми особенным. А для начала скажите мне, пожалуйста, что объединяет эти фотографии?

Детям демонстрируются фотографии, на которых изображены разные предметы, имеющие форму круга. (Ответы детей)

Педагог-психолог: Замечательно, вы всё правильно рассказали. А знаете ли вы, что круг по праву считается одной из самых добрых фигур? В нём нет острых углов, он напоминает собой Солнце – символ жизни, удачи и счастья. С древних времён люди, изображая круг, наделяли его особой, магической силой.

И сейчас мы с вами это проверим – создадим свой волшебный круг

Я предлагаю каждому из вас взять вырезанный из бумаги круг и нарисовать внутри него рисунок, посвящённый чему-то доброму, радостному.

Дети рисуют.

Обсуждение рисунков:

- Почему решил(-а) нарисовать именно это?
- Понравилось ли тебе рисовать? Доволен(-льна) ли ты результатом?
- Хотел(-а) бы что-то изменить (перерисовать) или нужно оставить всё как есть?

Ответы детей.

Педагог-психолог: “Мне очень понравился каждый круг. Совсем недавно они были совершенно пустые, а сейчас приобрели своё настроение, целую жизнь – ведь в них поселились ваши чувства. Как же его сделать ещё и волшебным?”

Этап вербализации и рефлексивного анализа

Педагог-психолог: Давайте потрем свои ладони одна о другую – почувствуете, какими они стали горячими? (*Ответы детей*)

Теперь прикоснёмся кончиками пальцев к своему кругу, закроем глаза и мысленно передадим ему свою душевную теплоту. Сейчас вы поделились частичкой своей доброты, а значит, наделили эти круги особой, волшебной силой. Ведь именно Добро творит настоящие чудеса! Теперь каждого из вас есть свой волшебный круг хорошего настроения.