

Конспект НОД по развитию эмоциональности «Машенька и медведи».

Задачи:

- закреплять знания об эмоциях, учить изображать их с помощью мимики и жестов;
- расширять словарь детей эмоциональной лексики, овладевать понятиями, соответствующими тому или иному состоянию;
- развивать эмпатийные проявления по отношению к окружающим.

Дети становятся в круг.

А вы знаете, что есть хорошая примета всем с утра дарить приветы. Давайте и мы так сделаем.

Солнцу красному...

Привет!

Небу ясному...

Привет!

Люди взрослые и малыши...

Вам привет от всей души!

Каждый новый день надо начинать хорошим настроением. Настал день. Я улыбнулась вам, а вы улыбнулись мне, друг другу, как хорошо, что мы сегодня здесь вместе. Массаж «Добрые друзья» поможет нам быть здоровыми, бодрыми, поднять настроение себе и товарищу.

(музыка для релаксации)

У друга мягкая и теплая ладошка.

Погладим друга по руке немножко.

Нам хорошо, когда мы вместе, рядом.

Ни ссориться, ни драться нам не надо!

Почувствуйте, как по нашим рукам, из ладошки в ладошку, переходит доброта. Если вы будете добрыми, ласковыми, у вас будет много друзей.

Игра «Машенька и три медведя».

- Ребята, сегодня я хочу предложить вам послушать сказку о девочке Машеньке и медведях. Но не только послушать, но и поиграть. Вы будете медведями, а я – Машенькой. Для того, чтобы наша игра прошла хорошо, вам нужно быть очень внимательными и стараться точно выполнять всё, о чём я буду говорить. Лучше всего сказку слушать сидя. Ну, что ж, присаживайтесь, начнём.

В домике на лесной опушке живут три медведя. Каждое утро они уходят из дома искать ягоды и грибы, а вечером возвращаются обратно домой. Однажды, когда их не было дома, в их жилище забрела Машенька, которая заблудилась в лесу. Увидела в доме беспорядок, все прибрала, а услышав за окном чьи-то голоса, спряталась.

«Душистые цветы»

(игровое упражнение на напряжение и расслабление мышц рук).

-В это время на лесной полянке появились медведи, они шли и нюхали душистые цветы. Покажите, как медведи нюхают душистые цветы.

– представьте, что в ваших руках цветы, поднесите их к носу и вдохните их аромат. Улыбнитесь, задержав дыхание.

– опустите руки, делая выдох.

«Шагают ножки по лесной дорожке»

(игровое упражнение на напряжение-расслабление мышц ног).

- Увидев свой домик, медведи зашагали быстрее. Покажите, как медведи шагают по лесной дорожке. Раз – поднимите правую ногу, делая вдох. Подержите ее в таком положении, задержав дыхание. Два – опустите ногу, делая выдох. Три – поднимите левую ногу, делая вдох. Подержите ее так, задержав дыхание. Четыре – опустите ногу, делая выдох. (Повторить упражнение 3 – 4 раза).

«Чужой»

(игровое упражнение на напряжение – расслабление мышц туловища).

-Медведи зашли в домик. Оглядевшись по сторонам, поняли, что здесь побывал кто-то чужой. Испугались и от страха сжались в комочек. Покажите, как медведи сжались в комочек. Раз – повернитесь на правый бок и свернитесь в клубочек, делая вдох. Прислушайтесь, затаив дыхание. Два – выпрямитесь, делая выдох. Три – повернитесь на левый бок и свернитесь в клубок, делая вдох. Прислушайтесь, затаив дыхание. Четыре – выпрямитесь, делая выдох. (Повторить упражнение 3 – 4 раза.)

«Кто здесь? »

(игровое упражнение на напряжение-расслабление мышц шеи).

-Машенька, спрятавшаяся в шкафу, от пыли громко чихнула. Медведи услышали и спросили: «Кто здесь? » Покажите, как медведи завертели головой из стороны в сторону, пытаясь узнать, кто чихнул. Раз – поверните голову направо, делая вдох. Приглядитесь, задержав дыхание. Два – поверните голову вперед, делая выдох. Три – поверните голову налево, делая вдох. Еще раз приглядитесь, задержав дыхание. Четыре – поверните голову вперед, делая выдох. (Повторите упражнение 3 – 4 раза.)

«Встреча с Машенькой»

(игровое упражнение на напряжение - расслабление мышц лица).

- Раздался громкий скрип. Медведи недовольно сморщились. Покажите, как медведи сморщились. Раз – вытяните губы трубочкой, наморщите нос, нахмурьте брови, делая вдох. Прислушайтесь, застав дыхание. Два – расслабьте лицо в улыбке, делая выдох. (Повторить упражнение 3 -4 раза).

Машенька вышла из шкафа, в котором пряталась. Медведи увидели ее и заулыбались, потому что она им очень понравилась. Они познакомились с Машенькой, угостили ее чаем, а потом пригласили её погулять на лесной полянке.

Игра «Солнышко и тучка»

Цель игры: снять психическое напряжение у ребенка, научить ребенка регулировать свое эмоциональное состояние.

Они гуляли все вместе по полянке и вдруг, солнышко спряталось за тучку, стало прохладно – нужно свернуться клубочком, чтобы согреться, и задержать дыхание.

А когда солнышко вышло из-за тучки, и стало жарко – расслабляемся во время выдоха.

Игра «Зайчики и медведи»

Цель игры: дает возможность ребенку ощутить себя сильным, смелым, повышает самооценку.

На полянку вышли маленькие трусливые зайчата зайчиком. Что делает зайчик, когда ощущает опасность? Дрожит. Покажите это. Пригибает ушки, старается быть меньше, стать незаметнее, лапки и хвостик трясутся. Показать, что чувствует зайчик, когда слышит шаги медведя?

А теперь мы снова станем медвежатами. Сильными, смелыми. Покажите, как бесстрашно, свободно ходят медведи.

Расскажите, кем вам больше нравится быть: медвежатами или зайчатами? Почему?

Упражнение “Аплодисменты”

Вот моя сказка и закончилась. Вы всё делали просто замечательно! Давайте похлопаем себе и своим друзьям в ладоши.

