

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

Технологическая карта
совместной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста
с использованием здоровьесберегающих технологий
на тему: «Эмоции - их польза и вред для здоровья»

Образовательная область – социально-коммуникативное развитие



Санкт-Петербург
2020

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

1.	Тема, форма проведения	Развитие навыков общения у детей старшего дошкольного возраста по средствам здоровьесберегающих технологий. Игровая деятельность педагога с детьми на тему «Эмоции - их польза и вред для здоровья»
2.	Цель, задачи	<p>Цель: закрепление знаний у детей о видах эмоций, формирование приемов снятия отрицательных эмоций, как способов сохранения психологического здоровья.</p> <p>Задачи:</p> <p><i>Обучающие задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. актуализировать знания детей о разных эмоциях; 2. сформировать у детей понятие о видах эмоций (положительных и отрицательных); 3. расширить знания о приёмах снятия отрицательных эмоций, как одному из способов сохранения психического здоровья. <p><i>Развивающие задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. развивать интерес к общению. 2. развивать в ходе игровой деятельности мышление, внимание, наблюдательность, любознательность, мелкую моторику рук, координацию движений. 3. обогащать словарь детей, развивать умение отражать результаты познания в речи, рассуждать, пояснять, приводить примеры. <p><i>Воспитательные задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. воспитывать у детей культуру общения. 2. воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе и к своему здоровью.
	Интеграция образовательных областей:	<p><i>Познавательное развитие, задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. обогатить представления и знания детей по теме «Эмоции» <p><i>Речевое развитие, задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. развивать связную речь, повысить речевую активность. <p><i>Социально-коммуникативное развитие, задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. сформировать умение снятия отрицательных эмоций. 2. подкрепить желание детей заботиться о себе и окружающих, соблюдать культуру общения. <p><i>Физическое развитие, задачи:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. развивать координацию движений, умение повторять движения за педагогом.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

Планируемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. обогатить представления и знания детей по теме «Эмоции». 2. повысить интерес детей к своему психологическому здоровью. 3. подкрепить желание детей заботиться о себе и внимательно относиться к себе и окружающим. 4. Способствовать использованию полученных знаний в отношениях с детьми и взрослыми.
Средства и материалы	<ul style="list-style-type: none"> - картинка с изображением шариков с эмоциями; - макеты воздушных шариков одинакового цвета; - картинки с изображением радуги и тучки; - маркеры; - стаканчик с лимонной кислотой; - баночка с содой; - ложка; - картинки с эмоциями; - колонка - воздушные шары по количеству детей
Предварительная работа	<ul style="list-style-type: none"> - рассматривание иллюстраций по теме «Эмоции, настроение» - разгадывание загадок - д/и «Театр настроения» - речевые игры «Эмоции наоборот» - просмотр мультфильма «Просто так»
Методы, приемы, задания	<ul style="list-style-type: none"> - словесные - наглядные - игровые - проблемные

9.	<i>Этапы занятия</i>	<i>Задачи этапа</i>	<i>Деятельность педагога</i>	<i>Деятельность детей</i>
	<u>Организационно-мотивационный этап</u>			

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

1.	Организационный этап	Переключить внимание детей на предстоящую деятельность.	<p>Воспитатель: Станем рядышком, по кругу, Скажем «Здравствуйте!» друг другу. Нам здороваться не лень: Всем «Привет!» и «Добрый день!»</p> <p>- Здравствуйте! <i>(Дети здороваются с гостями)</i></p> <p>- А почему люди здороваются, что это значит? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>- А знаете ли вы, что здороваться можно по-разному. Давайте, попробуем поздороваться: руками, плечами, носами.</p> <p>Воспитатель: - Итак, какое у вас теперь настроение? <i>(Ответы детей)</i></p>	Коммуникативная Игровая <i>(Игротерапия)</i>
	Этап постановки проблемы	- Поставить познавательную задачу. Мотивировать.	<p>Воспитатель: - Ребята, чтобы узнать, о чем мы вами сегодня будем говорить, нужно нам собрать картинку, случайно перемешал ветерок. <i>(Дети собирают картинку, на которой нарисованы шарики с разными эмоциями).</i></p> <p>Воспитатель: - Что изображено на картинке? И какая тема нашего общения сегодня? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: – Правильно эмоции, мы сегодня узнаем, на какие группы можно разделить эмоции и как они влияют на наше здоровье и что нужно делать, чтоб сохранить здоровье.</p>	Двигательная
2.	<u>Основной этап</u>			
	Этап ознакомления с материалом	- Актуализировать имеющиеся знания, представления.	<p>Воспитатель: - Сегодня, когда я шла в садик, я несла вам сюрприз, вот он (показывает воздушные шарики) только, эти шарики были не одинаковые, а разные – каждый имел свое настроение, но я попала под дождик и вот шарики стали одинаковыми. Я предлагаю с помощью вот этого маркера вернуть шарикам – настроение, а чтоб нам было легче, у шарика есть подсказка <i>(к шарикам привязаны записочки со стихами по эмоции).</i></p> <p><i>(Записочки зачитывает педагог, а дети рисуют на шарике эмоцию, которую угадывают)</i></p>	Игровая

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

			<p>Воспитатель: Весел я, весел я Ножками я топаю. Я танцую и пою И в ладоши хлопаю. - Какое настроение у этого шарика? <i>(Ответы детей)</i> (РАДОСТЬ)</p> <p>Воспитатель: С этой эмоцией реже встречаться Мне бы хотелось, вам должен признаться. Очень уж грустно, Когда она с нами. О чем я хотел рассказать?.. <i>(Ответы детей)</i> (ПЕЧАЛЬ)</p> <p>- Видимо такое же настроение было и у нашего шарика. Воспитатель: Посмотрите, никто не играет со мной Потому что я злой. Я ногами стучу, Во все горло кричу Кулаки я сжимаю, пыхчу. - Какая эмоция была у этого шарика? <i>(Ответы детей)</i> (ЗЛОСТЬ)</p> <p>Воспитатель: Лепит девочка из глины Ушки, лапки, хвостик длинный, Удивляется братишка, Вышла серенькая мышка. - Так, этот шарик был таким же, как и братишка, каким? <i>(Ответы детей)</i> (УДИВЛЕНИЕ)</p> <p>Воспитатель: У опушки две старушки Брали груздья и волнушки Филин: «У-у-ух!», филин: «У-у-ух!» У старушек замер дух: «Жутко». - А этот шарик видимо был таким же как и старушки в лесу? Так какую рисуем ему эмоцию? <i>(Ответы детей)</i>(СТРАХ)</p>	<p align="center"><i>(Логоритмика)</i></p> <p align="center"><i>(Логоритмика)</i></p> <p align="center"><i>(Логоритмика)</i></p> <p align="center"><i>(Логоритмика)</i></p>
--	--	--	--	---

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

			<p>Воспитатель: - Молодцы ребята, вы очень помогли нашим шарикам вернуть их настроение. Но, детки важно не только знать эмоции, но уметь распознавать их у других людей? А как, вы думаете, что нам обычно является подсказками для того чтобы понять какое настроение у человека? <i>(Ответы детей: выражение лица и интонация голоса)</i></p> <p>Воспитатель: - Да, вы молодцы и сейчас давайте поиграем. Игра «Какой я?» Я сейчас некоторым ребятам раздам карточки с изображением героя, у которого разное настроение, дети попробуют изобразить это настроение, а мы с вами попробуем угадать какое же это настроение.</p> <p>-Молодцы, хорошо справились с заданием.</p> <p>-А теперь давай те попробуем также поиграть с голосом, теперь другие ребята будут, учитывая настроение героя на карточке, голосом нам передавать его настроение, а мы постараемся угадать.</p> <p>- Умницы и с этим заданием вы справились.</p>	<p>Коммуникативная</p> <p>Игровая</p>
	<p>Этап практического решения проблемы</p>	<p>- сформировать новые представления (умения)..</p>	<p>Воспитатель: - Ребята, а вы знаете, что есть хорошие эмоции, которые полезны для нашего здоровья, а есть плохие и если их очень много, то наше здоровье может пострадать и даже испортиться. Как выдумаете почему? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: - Да, давным-давно люди придумали пословицы, которые показывают, как эмоции влияют на здоровье человека. Вот послушайте, например:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. От радости и старики молодеют. 2. Если дело в удовольствие, то жизнь хороша. 3. Мышление начинается с удивления. 4. Тому тяжело, кто зло помнит. 5. Железо съедает ржавчина, а сердце – грусть-печаль. 6. Страх силу отнимает. <p>Воспитатель: - Так вот, хорошие эмоции принято называть положительными, а плохие эмоции – отрицательными.</p>	<p>Коммуникативная</p>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

			<p>- Давайте, вы сейчас попробуете распределить наши шарики на две группы, те шарики, которые испытывают, на ваш взгляд, хорошие эмоции мы прикрепим к солнышку, а те эмоции, которые вредят здоровью к тучке. <i>(Дети сортируют шарики, если потребуется, вместе с педагогом исправляют ошибки)</i> Воспитатель: - А как вы думаете, ребята, что будет, если долго копить отрицательные эмоции в себе? <i>(Ответы детей).</i></p> <p>- А сейчас ребята я вам хочу показать, что может произойти, если человек будет очень долго копить в себе отрицательные эмоции. Опыт: <i>Стакан с водой с добавлением лимонной кислотой «спокойное состояние человека» и баночка с содой «отрицательные эмоции».</i></p> <p>- Как мы видим, у человека эмоции начинают выходить из под контроля. Человек очень может сильно злиться и расстраиваться, а когда мы злимся или расстроены, то это очень плохо влияет на наше здоровье. Но к сожалению со всем избежать плохих эмоции в течении всей жизни человек не может, а что же делать, как уберечь наше с вами здоровье? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>- Сейчас мы с вами попробуем превратить плохие для здоровья эмоции в хорошие.</p> <p>- Итак, давайте представим, что нам грустно, что же можно сделать? А вот, что садимся по-турецки, закрываем глазки и представляем, что вышло солнышко: <i>(Игра «Солнечный зайчик»)</i> Воспитатель: - Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их.</p>	<p align="center">Двигательная</p> <p align="center">Познавательно-исследовательская</p> <p align="center">Коммуникативная</p> <p align="center">Игровая</p>
--	--	--	---	--

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

		<p>1. и вот солнечный зайчик пробежал по-нашему лобик, давайте, нежно погладим лобик рукой, словно зайчик коснулся;</p> <p>2. затем солнечный зайчик прикоснулся к нашему носику, погладим носик;</p> <p>3. сейчас он скользнул по нашим щечкам, и их мы нежно погладим;</p> <p>4. затем заяка пробежал по нашему животу, гладим животу;</p> <p>5. и погладил нас по волосам.</p> <p>- Солнечный зайчик не озорник, он любит тебя, подружись с ним.</p> <p>- А теперь открываем глазки, ну как настроение? Вам понравилось? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>- А теперь представим, что в нас вселилась злость, так же быть? <i>(Игра «Выдуваем злость»)</i></p> <p>Воспитатель: - Наполняемся все воздухом, Вдох-вдох-вдох А теперь резкий и долгий выдох И превратились в сдувшиеся шарики Расслабились. И еще разок.</p> <p>Ну, как получилось злость «выдуть»? <i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: - Детки, есть еще один способ борьбы со злостью, но его можно использовать только когда вы находитесь одни. Когда вы одни можете поиграть с упрямой подушкой. Спросите у родителей, наверняка у них где-то дома припрятана волшебная подушка, в которой любят появляться детские капризюльки и упрямки. Это они заставляют деток капризничать и упрямиться. И нам нужно обязательно их прогнать. Для этого сжимаем кулачки посильнее и начинаем, колотить подушку изо всех сил.</p>	<p><i>(Психогимнастика)</i></p> <p><i>(Дыхательная гимнастика)</i></p> <p>Коммуникативная</p>
--	--	---	---

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

			<p>А потом нужно обязательно приложить к подушке ушко и послушать ушли упрямки и капризюльки или что они делают. Скорее всего, они будут сидеть очень-очень тихо.</p> <p>Воспитатель: - А теперь давайте, будет побеждать страх, а точнее пугать страх, да, да страхи тоже чего-то да бояться. Итак...</p> <p><i>(Игра: «Напугаем страх»)</i></p> <p>- Страх боится солнечного света, Страх боится летящей ракеты, Страх боится веселых людей, Страх боится интересных затей! Я улыбнусь, и страх пропадет, Больше меня никогда не найдет, Страх испугается и задрожит, И навсегда от меня убежит!</p> <p><i>(Дети повторяют каждую строчку, улыбаются и хлопают в ладоши.)</i></p> <p>Воспитатель: - Как думаете: испугались наши страхи убежали или нет? <i>(Ответы детей)</i></p>	<p align="center">Игровая (Логоритмика)</p>
3.	Заключительный этап			
	Подведение итогов	-Закрепить и обобщить сформированные представления.	<p>Воспитатель: То грустный, то веселый, То хмурый, то смешливый Бывает и ребенок И взрослый человек. Мы можем огорчаться: — Какой денек дождливый! Мы можем восторгаться: — Какой прекрасный свет!</p> <p><i>(Воспитатель с детьми выполняет движения руками)</i></p>	<p align="center">Коммуникативная (Пальчиковая гимнастика)</p>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад №64 Калининского района Санкт-Петербурга**

	<i>Рефлексия</i>	<p>-Закрепить и обобщить сформированные представления.</p> <p>-Формировать элементарные навыки самооценки.</p>	<p>Воспитатель: - Мы познакомились с миром эмоций. Мы обсудили, что в течении жизни у человека возникают разные эмоции и положительные и отрицательные. А какие эмоции, вы выберите для своего здоровья? <i>(Ответы детей)</i> – А как сделать, чтоб положительных эмоции было больше? <i>(Ответы детей)</i> А как вы думаете, неожиданный сюрприз вам доставит какие эмоции хорошие или плохие? <i>(Ответы детей)</i> Тогда, держите... <i>(Вносятся шарики и раздаются детям)</i></p>	Коммуникативная
--	-------------------------	--	--	-----------------

Используемая литература:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки России от 17.10.2013 № 1155
2. СанПин 2.4.1.3049-13 с изменениями на 2020г
3. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход,2000.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
5. Подольянская Е. И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2009г.
6. Яковлева Л. , Юдиной Р. Дошкольное воспитание. – 1997
7. Алябьева Е.А. Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения. М., 2005
8. Чистякова, М.М. Психогимнастика.- М., Просвещение, 1990
9. Терновская С.А., Теплякова Л.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении//Методист.2012. № 4.
10. Ткачева В.И. Играем каждый день //Методические рекомендации. - Мн.: НИО, 2011.
11. Интернет ресурс <http://www.maam.ru/>
12. Интернет ресурс <http://www.nsportal.ru/>