

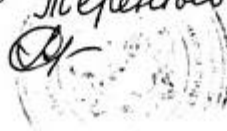
Принято на заседании педагогического совета
Протокол № 4
От 28.08. 2018г.

Утверждено
Заведующим МКДОУ д/с 432
Терентьевой Т.П.
Приказ от 28.08.2018 г. № 51-

«Учимся общаться!»
Программа групповой психологической работы с детьми старшего
дошкольного возраста с ОВЗ
(коррекционно-развивающие занятия по развитию эмоционально-волевой
сферы)

Составила: педагог психолог
высшей квалификационной категории Шураева Е.В

Копия верна
Заведующий
МКДОУ д/с №432
Терентьева Т.П.
г. Новосибирск, 2018



муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад № 432 комбинированного
вида»

«Учимся общаться!»

Программа групповой психологической
работы с детьми старшего дошкольного
возраста с ОВЗ

(коррекционно-развивающие занятия по развитию
эмоционально-волевой сферы)

Шураева Е.В

Новосибирск, 2018



«Учимся общаться!»
Программа групповой психологической работы с детьми старшего
дошкольного возраста с ОВЗ
(коррекционно-развивающие занятия по развитию эмоционально-волевой
сферы)



Составила: педагог психолог
высшей квалификационной категории Шураева Е.В

г. Новосибирск, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.	3
Описание программы, структура и концептуальная основа.	5
Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет.	9
Методическое обеспечение изучения эмоциональной сферы ребенка.	10

I.БЛОК.ТЕЛЕСНОСТИ ..	12
Занятие 1. Путешествие в лес.....	12
Занятие 2. Не такой как все.	13
Занятие 3. Мы вместе.	15
Занятие 4. Игрушки.	16
Занятие 5. Я могу.....	17
II.БЛОК.ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ.	19
Занятие 1. Робость.....	19
Занятие 2. Радость.....	20
Занятие 3. Радость и грусть (продолжение).	21
Занятие 4. Злость и обида.	23
Занятие 5.Страх.	26
Занятие 6. Удивление.	29
Занятие 7. Стыд.....	31
Занятие 8 Творческая мастерская «Вздохмаченные человечки».....	36
III.БЛОК.ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ.ДЕЦЕНТРАЦИИ..	37
Занятие 1. Потребность в признании.	37
Занятие 2. Зимние забавы.	37
Занятие 3. Внимание к другому.	38
Занятие 4. Взаимопомощь	39
IV.БЛОК.СОТРУДНИЧЕСТВА..	42
Занятие 1. Сотрудничество.	42
Занятие 2. Взаимодействие.	43
Занятие 3. Работа в парах.	44
Занятие 4. Лес.	46
Занятие 5. Я и семья..	47
Занятие 6. Мы вместе.....	50

ВВЕДЕНИЕ

Психическая организация детства исключительно прекрасна, и этой красотой и грацией своей детство обязано той непосредственности, корень которой лежит

Решению вопросов подготовки детей к школьному обучению посвящены многочисленные труды психологов и методистов: А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконина, Н.Н.Подъякова, Ф.В.Запорожца и др. Важное значение в этих работах придаётся изучению интеллектуального уровня подготовленности детей к школе, который оказывает существенное влияние на успешность всего последующего обучения.

На фоне этих проблем эмоциональной сфере ребенка не всегда уделяется достаточно внимания, в отличие от его интеллектуального развития. Однако, как указывали Л.С.Выготский, А.В.Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем, их единства может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Л.С.Выготский описал феномен «засушенного сердца» (отсутствие чувства), который наблюдался у его современников, не потеряло актуальности и в наше время. Все большее количество детей испытывает трудности в общении со сверстниками. Дети часто не могут правильно оценить эмоциональное состояние своего сверстника, а так же испытывают трудности в выражении своего эмоционального состояния. Осознание своих эмоций и контроль над ними снижены. Между детьми возникают частые конфликты, которые они не умеют разрешать. К сожалению, приходится отметить, что дети становятся менее отзывчивыми к чувствам других людей. Помимо интеллектуальной направленности воспитания и обучения «обесчувствованию» способствует технологизация жизни, в которой участвует ребенок.

Состояние психологического дискомфорта могут вызвать действие и педагога, недостаточно подготовленного к работе с детьми, которые используют приемы и методы обучения приемлемые для старшего возраста.

Передается детям и состояние нервного напряжения родителей, вольно или невольно втягивающих детей в круг своих забот, которые детям пока еще не по силам.

Нерациональное скудное питание, плохо организованный сон, дефицит свободы движения, реакция организма на погоду, неразрешенные детские проблемы могут также стать источником психоэмоционального напряжения.

Замыкаясь на телевизоре, компьютере дети стали меньше общаться с родителями и сверстниками, а общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. По мнению психологов современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Поэтому работа педагогов и психологов, направленная на развитие эмоциональной сферы очень актуальна и важна, особенно в старшем дошкольном возрасте.

Во-первых, старший дошкольный возраст является сензитивным для формирования компетентности в сфере отношений, развития устойчивого и положительного отношения к себе.

Во-вторых, сформированность эмоционально-волевой сферы является одним из основных компонентов психологической готовности к школьному обучению. И насколько у ребенка будут развиты эмоциональная устойчивость, умение контролировать свои эмоции, уверенность в преодолении трудностей, насколько он будет способен предчувствовать и переживать отдельные последствия своей деятельности, - настолько легко он сможет справиться с периодом адаптации к школьному общению, успешно подготовиться к обучению. Именно в дошкольном возрасте ребенок живет в «мире эмоций», его эмоциональная сфера пластична и легко поддается коррекции.

Для решения проблемы правильного формирования эмоциональной сферы ребенка и создана данная программа «Учимся общаться!»

ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ, СТРУКТУРА И КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ ОСНОВА

Содержание программы основывается на идеях развивающего обучения Д. Б. Эльконина и В. В. Давыдова, с учетом возрастных особенностей и зон ближайшего развития (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин). В своей работе мы

придерживались идеи не критичного гуманного отношения к внутреннему миру каждого ребенка (К. Роджерс).

Данная программа была разработана на основе изучения методической литературы и личного профессионального опыта и направлена на коррекцию эмоционально - волевой сферы воспитанников. В основу программы положена «Цветик – семицветик» Н. Ю. Куражева, Н.В. Вараева, А.С. Тузаева, И.А. Козлова, программа И.А Пазухиной «Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников». В программе используются игры и упражнения по коррекции эмоционально-волевой сферы следующих авторов: И.А.Пазухина, С. В. Крюкова, Н. П. Слободяник, Н. Л. Кряжева, О. В. Хухлаева, Н.И.Монакова, Т.А.Крылова, А.Г.Сумарокова, О.В.Баженова, М. И. Чистякова и др.

Проблема развития эмоций и воли, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одной из наиболее важных и сложных проблем психологии и педагогики. Исследования, посвященные изучению эмоционально-волевого развития личности ребенка дошкольного возраста, проводились многими отечественными и зарубежными учеными и исследователями (Г. М. Бреслав, В.К. Вилюнас, А.В. Запорожец, К.Э. Изард, Я.З. Неверович, П.В. Симонов, И. В. Алехина, Н.М. Амосов, П.К. Анохин, М.В. Антропова, И.А. Аршавский, А. Баллон, А. И. Захаров, М.И. Кольцова, А.Д. Кошелева и др.).

В основе предлагаемой программы лежит личностно-ориентированная модель взаимодействия с детьми. При такой модели взаимодействия и педагог, и ребенок в равной мере признаются в качестве субъектов педагогического процесса, обладают свободой в построении своей деятельности, осуществляют свой выбор строить через свою личность. Основные противоречия преодолеваются не за счет принуждения, а посредством сотрудничества. В силу этого особую ценность приобретают такие свойства личности, как способность к самореализации, творческому росту и инициативность как форма выражения отношений на основе взаимопринятия и взаимопонимания.

Концепция ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования предполагает, что игровая деятельность – ведущая форма работы с детьми.

Предлагаемые в программе подробные конспекты занятий по коррекции эмоционально-волевой сферы построены на основе игры, создающей наиболее благоприятные условия для психического и личностного развития ребенка, а также интеграции образовательных областей.

Построение программы и проведение занятий основывается на следующих принципах:

- системность подачи материала;
- наглядность обучения;
- доступность;
- развивающий и воспитательный характер учебного материала;
- комплексность построения занятий;

- активность участников;
- наличие обратной связи на занятиях;
- коммуникативная эффективность;
- обогащение жизненного опыта детей;
- доверие и анонимность;
- социально-личностное развитие.

В программе учтены возрастные особенности психики детей дошкольного возраста: образное мышление, преобладание эмоционального компонента в опыте, ведущий вид деятельности (сюжетно-ролевая игра).

Целью данной тренинговой программы для детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ является повышение осознания ребенком своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений и тем самым обеспечение всестороннего гармоничного развития его личности, эмоционального комфорта, которые включают в себя:

1. Ознакомление ребенка со способом выражения и природой эмоций.
2. Помощь в проживании определенных эмоциональных состояний.
3. Обучение словесно обозначать свои чувства.
4. Помощь в осознании и принятии своей особенности.
5. Обучение навыкам взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

В соответствии с этой целью формируются следующие задачи:

1. Научить жить в гармонии с теми чувствами, которые ребенок испытывает.
2. Научить осознавать важность эмоциональных переживаний.
3. Научить адекватно выражать свои чувства и распознавать чувства других людей.
4. Оказать помощь детям в адаптации к жизни в обществе.
5. Оказать помощь в осознании своей индивидуальности.
6. Помочь в осознании своего права быть личностью, отличной от других.
7. Помочь в принятии своих особенностей через осознание их позитивных аспектов.
8. Научить с благодарностью принимать поддержку от своих товарищей и оказывать поддержку другим.

Основные методические приемы обучения:

В программу включены полифункциональные упражнения, которые с одной стороны, могут решать несколько задач, с другой, могут на разных детей оказывать различное воздействие.

- Психокоррекционные сказки.
- Этюды на выражение эмоций.
- Упражнения творческого, подражательно-исполнительского характера.
- Игры с правилами, сюжетно-ролевые, словесные, подвижны.
- Дидактические и развивающие игры.
- Беседы.
- Релаксация.
- Тематическое рисование.

- Психогимнастика.

Условия реализации программы.

1. Создание **атмосферы искренности**, доверия, тепла, тем самым обеспечение прочности, единства межличностных взаимодействий в группе. Главная установка — на успех у каждого ребенка.

2. Внимательное и уважительное отношение к индивидуальным склонностям и способностям **детей**. Поддержка и **развитие того**, что самобытно, оригинально, что является ценным вкладом каждого ребенка в группу.

3. Учет добровольности **детей** при выполнении упражнений.

4. Поощрение и поддержка попытки **детей** овладеть своим поведением, объяснить свою позицию; внимание к тому, что делаешь, думаешь, чувствуешь сам и другие люди.

5. Стимуляция мотива **«быть не хуже других»**.

Занятия рассчитаны на **возраст детей 5 – 6 лет**. Всего 26 занятий. Продолжительность каждого занятия 35 минут и 5 минут на подготовку материала. Проводятся один раз в неделю.

Во время занятий дети могут сидеть в кругу (*на ковре*) или за столами, передвигаться по игровой комнате, в зависимости от хода занятия.

Форма организации занятий – со всей группой **детей**.

Рабочая гипотеза состояла в том, что, если научить детей лучше осознавать себя, свое тело, свои движения, владеть невербальными эмоциональными проявлениями, осознавать свои эмоциональные состояния (хотя бы самые первичные), называть их, и через это осознание научиться видеть и понимать состояния других людей, быть внимательными к другим, освоить хотя бы в небольшой степени навык децентрации, это облегчит им путь к сотрудничеству с другими детьми, к сочувствию и взаимопониманию, к решению конфликтных ситуаций более гуманными средствами.

Данная программа разделена на 4 блока, в каждом из которых по 7 занятий. Каждый блок решает свои задачи, но деление это скорее условное, так как упражнения и игры, которые выполняются детьми, часто объединяют в себе разные задачи.

I. БЛОК ТЕЛЕСНОСТИ (5 занятий) Задачи:

- научить детей лучше чувствовать свое тело;
- развивать координацию движений, управление своим телом;
- научить детей передавать эмоции через мимику;
- развивать контроль за своими движениями и поведением.

II. БЛОК ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ (8 занятий) Задачи:

- научить детей лучше осознавать свои эмоциональные состояния (радость, злость, грусть, обида, страх);
- научить детей вербализировать свои эмоциональные состояния;
- развивать у детей восприимчивость к состояниям других людей;
- научить детей преодолевать негативные эмоциональные состояния;

- развивать у детей умение управлять выражением своих эмоций.

III. БЛОК ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ДЕЦЕНТРАЦИИ (5 занятия) Задачи:

- развивать у детей наблюдательность, внимание к окружающим;
- развивать сочувствие, понимание чувств и переживаний другого ребенка;
- развивать умение видеть ситуацию глазами другого ребенка.

IV. БЛОК СОТРУДНИЧЕСТВА (6 занятий) Задачи:

- развивать умение согласовывать свои действия с действиями другого ребенка;
- учить детей помогать друг другу, выручать в сложных ситуациях;
- учить детей решать конфликтные ситуации мирным, конструктивным путем, уступать друг другу;
- развивать произвольное поведение.

Все занятия имеют одинаковую структуру и, как правило, посвящены какой-либо общей теме. Структура занятий такова:

1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Основные (тематические) игры и упражнения на развитие у детей вышеперечисленных умений.
4. Заключительное упражнение («прощание»).

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ

Дети могут распределять роли до начала игры и строить своё поведение, придерживаясь роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчинённость позиций в различных видах деятельности взрослых. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения.

Это возраст наиболее активного рисования. Рисунки приобретают сюжетный характер; по рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображённого человека.

Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

Восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления.

Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Начинается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе её звуковая сторона.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщённого способа обследования образца; усвоением обобщённых способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ РЕБЕНКА

1. Диагностировать эмоциональное состояние дошкольника помогут следующие психологические тесты:

- Методика В. М. Минаевой. *«Диагностика эмоциональной сферы ребенка»*;
- Цветовой тест Люшера – исследование особенностей эмоционального состояния человека, заключающееся в ранжировании цветов испытуемым по степени их субъективной приятности;
- Метод рисуночной фрустрации Розенцвейга – исследование реакций на неудачу и способов выхода из ситуаций, препятствующих удовлетворению потребностей личности;
- Тест тревожности Ч.Д.Спилбергера-Ю.Л.Ханина-метод оценки уровня ситуативной и личностной тревожности;
- Методика измерения уровня тревожности Тейлора- определение уровня личностной тревожности;
- Рисуночный тест Дж.Бука «Дом-дерево-человек» - выявление степени тревожности, недоверия к себе, враждебности, конфликтности, депрессивности;
- Тест «Сказка» - формирование выводов об особенностях эмоциональных переживаний(тревожность, агрессивность) и источниках, которые вызывают эти переживания, на основании предложенного испытуемым продолжения сказки;
- САТ(самоактуализационный тест) – определение особенностей самочувствия, активности и настроения;
- Методика «Кактус» - определение эмоционального состояния дошкольника, а также степени его агрессивности.

2. Анкеты для педагогов *«Изучение эмоциональной сферы дошкольников»* составитель Ю. Е. Веприцкая (Приложение 1).
3. Анкеты для родителей *«Вопросы для родителей по изучению эмоциональной сферы дошкольников»* составитель Ю. Е. Веприцкая (Приложение 2).

Контрольный этап позволяет увидеть эффективность коррекционной работы. Контроль осуществляется с использованием всех диагностических материалов ранее использованных. Результаты фиксируются в психологических картах и сравниваются.

Оценка эффективности использования **программы**.

Ребенок легче адаптируется в группе **детей**, у него повышается уверенность в своих силах, он знакомится с навыками релаксации и саморегуляции.

Ребенок, становится по своему психологическому состоянию качественно другим - успокоенным, духовно обновленным, отмечаются положительные изменения в **эмоциональной**, познавательной **сферах**. У ребенка корректируются нежелательные черты характера и поведения.

I. БЛОК ТЕЛЕСНОСТИ

Занятие 1. Путешествие в лес

Дети сидят на стульчиках в кругу

Вначале занятия

ЙОГОВСКАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

1. Дети ходят по кругу друг за другом и гудят, как паровозики: «Ту-ту-у-у-у».
2. Останавливаются, встают в круг.

3.«Заводят будильник» – сжимают ладонь в кулачок, выполняют круговые движения у солнечного сплетения: «Джик-джик-джик».

4.«Будильник зазвонил»: «З-з-з». Мы его остановим – дети слегка ударяют ладошкой по голове.

5.«Лепят личико» – проводят руками по краю лица.

6.«Лепят волосики» – нажимают подушечками пальцев на корни волос.

7.«Лепят бровки» – проводят кончиками пальцев по бровям.

8.«Лепят глазки» – трогают кончиками пальцев веки, проводят указательным пальцем вокруг глаз. Моргают глазами.

9.«Лепят носик» – проводят указательным пальцем от переносицы по крыльям носа вниз.

10.«Лепят ушки» – пощипывают мочки ушей, поглаживают уши.

11.«Лепят подбородок» – поглаживают подбородок.

12.«Рисуют носиком солнышко» – крутят головой, рисуют носиком лучики – выполняют соответствующие движения головой снизу вверх: «Жжик-жжик-жжик».

13.Произносят хором: «Я хороший, добрый, красивый», гладят себя по голове.

1. Приветствие. Здравствуйте! Я рада вас видеть! Упражнение «**Прогулка в лес**».

Психолог приглашает детей прогуляться в воображаемый лес. Дети повторяют движения психолога: идут тихо, на цыпочках, чтобы не разбудить медведя, перешагивают через валежник, боком движутся по узкой дорожке, вокруг которой растет крапива, осторожно ступают по шаткому мостику, перекинутому через ручеек, прыгают по кочкам в болоте, наклоняются, собирая грибы и цветы, тянутся вверх за орехами и пр.

Можно спросить детей, какие они знают грибы, цветы, деревья. и.т.д.

2. Но вот мы и в лесу. **Давайте поиграем в игру «Эхо».**

(Цель этого упражнения – настроить детей друг на друга, дать каждому ребенку возможность почувствовать себя в центре внимания). Тот, кто сидит справа от меня, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши, вот так: «Ва-ся, Ва-ся», а мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Таким образом, все по очереди назовут и прохлопают свое имя.

3. Разминка.

Психолог говорит: *«Можно без слов рассказать также, что выделали летом. Игра называется «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем».* (Модификация.) Психолог вызывает ребенка (лучше самого активного, смелого) и просит его (тихо, на ушко) изобразить какое-либо действие, которым он мог заниматься летом (например, плавание, собирание грибов, цветов, езда на велосипеде и др.). Остальные дети отгадывают это действие, называя его вслух.

4. Теперь поиграем в игру «**Я змея, змея, змея**».

Сейчас я превращусь в змею, буду петь такую песенку: «Я змея, змея, змея, я ползу, ползу, ползу. (Ведущий обращается к какому-нибудь ребенку). Хочешь быть моим хвостом? Да, конечно же, хочу!" Ребенок, которого позвали, проползает между ног и встает за ним. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не станут «хвостом змеи».

5. Упражнение «Передай движение».

Дети стоят в кругу и по сигналу психолога делают вид, что передают друг другу большой мяч, тяжелую гирю, горячий блин, цветочек и др. *Упражнение выполняется молча.*

6. Заключительный этап.

Дети садятся на пол, образуя круг. Психолог просит детей сказать, какое упражнение им понравилось. Дети, передавая друг другу мяч, поочередно делятся своими впечатлениями.

Занятие 2. «Не такой как все»

Дети сидят на стульчиках в кругу

Вначале занятия Йогувская гимнастика для малышей (см.Занятие 1).

1. Приветствие. Здравствуйте! Я рада вас видеть! **Упражнение «Эхо» (см. Занятие 1).**

2. **Разминка.**Теперь поиграем в игру «**Я змея, змея, змея**». Сейчас я превращусь в змею, буду петь такую песенку: «Я змея, змея, змея, я ползу, ползу, ползу. (Ведущий обращается к какому-нибудь ребенку). Хочешь быть моим хвостом? Да, конечно же, хочу!" Ребенок, которого позвали, проползает между ног и встает за ним. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не станут «хвостом змеи».

3. Игра «Изобрази явление».

Психолог и дети перечисляют приметы осени: дует ветер, качаются деревья, падают листья, идет дождь, образуются лужи.

Психолог показывает движения, которые соответствуют этим явлениям:

«Дует ветер» – дует, вытянув губы.

«Качаются деревья» – покачивает вытянутыми вверх руками.

«Падают листья» – выполняет плавные движения руками сверху вниз.

«Идет дождь» – выполняет мелкие движения руками сверху вниз.

«Появляются лужи» – смыкает руки в кольцо перед собой.

Когда дети запомнят показанные движения, объясняются правила игры: пока звучит музыка, дети бегают, танцуют, как только музыка прекращается, дети

останавливаются и слушают, какое явление назовет психолог. Дети должны выполнить движения, которые соответствуют данному явлению.

4. Работа со сказкой «Не такой как все»

Все зверята в лесном детском саду были похожи друг на друга: у всех было по 4 лапы, по два глаза и уха, у всех был хвост, нос и усы, а тело покрыто шерстью.

Ну, конечно же, каждый зверек чем-то отличался от других. У ежонка Пыфа на спине были колючки, у Лисенка был длинный пушистый хвост, у Волчонка – острые зубки, а у Зайчонка – самые длинные уши. Бельчонок лучше всех лазал по деревьям, а Медвежонок был самым большим.

Но однажды в лесном детском саду появился совсем необычный детеныш. Когда зверята увидели его, они очень удивились. Они столпились в сторонке и перешептывались.

- Смотрите, у него нет лапок! – таращил глаза Зайчонок.
- У него даже нет шерсти! – поразился Бельчонок.
- Вот это да! У него всего один зуб! – удивлялся Волчонок.
- А ходит он прямо на животе, – шептал Лисенок.
- А ушки? Где его ушки? – спрашивал у всех Медвежонок.

Но на все эти вопросы не находилось ответа. Наконец тетюшка Медведица позвала всех зверят знакомиться с необычным воспитанником.

- Познакомьтесь, зверята, это ужонок, его зовут Шуршик.

Он не похож на нас с вами, но мы с радостью примем его в наш лесной детский сад. Я уверена, вы подружитесь с ним и примете в свою игру.

– Но как с ним играть? Он же не такой, как все, – возразил Волчонок. – Он не умеет быстро бегать и прыгать, у него нет лапок и ушей, наверное, он ничего не слышит.

- Зато у меня есть длинный хвост, – подал голос ужонок Шуршик.

– Все мы разные, но все-таки мы вместе, – ласково улыбнулась тетюшка Медведица. – Ведь если бы все звери были одинаковыми, мир стал бы скучным и неинтересным.

Зверята посмотрели друг на друга и увидели, что все они разные и чем-то не похожи друг на друга. Но именно поэтому им так весело играть в лесном детском саду. В тот день ужонок Шуршик нашел себе новых друзей.

Вопросы для обсуждения:

- Почему зверята удивились, когда увидели нового воспитанника?
- Чем отличался ужонок Шуршик от других зверят?
- Как нужно относиться к человеку, который чем-то отличается от других?
- Будете ли вы дружить с ребенком, который не такой, как другие дети?

У каждого из нас тоже есть какие-то особенности, отличающие нас от остальных людей, а чем-то мы все похожи. Чем мы все похожи? (*Ответы детей.*) Чем отличаемся? (*Каждый ребенок говорит, чем он не похож на других.*)

5. Игра «Слепой и проводник» (для детей старшего возраста)

Ребята, вы видите, что ужик Шуршик был не такой, как все остальные зверята, – у него не было ни ножек, ни ручек, – но он придумал много интересных игр, и всем понравилось играть с ним. Как вы думаете, а если бы у зверят появился в друзьях, например, крот (который ничего не видит), они стали бы с ним дружить? (*Ответы детей.*) Давайте попробуем поиграть в такую игру.

Выбираются крот и мышь. Остальные дети превращаются в деревья в лесу. Она качаются от ветра, а мышь должна между ними провести крота. Каждый ребенок должен побывать и в роли «крота», и в роли «мышь». После игры дети делятся впечатлениями: кем было сложнее быть – «кротом» или «мышью» или «деревьями» – и почему.

6. Заключительный этап.

Дети садятся на пол, образуя круг. Психолог просит детей сказать, какое упражнение им понравилось. Дети, передавая друг другу мяч, поочередно делятся своими впечатлениями.

Занятие 3. «Мы вместе»

Дети сидят на стульчиках в кругу

Вначале занятия Йоговская гимнастика для малышей (см. Занятие 1).

1. Приветствие. Здравствуйте! Я рада вас видеть! **Упражнение «Эхо» (см. Занятие 1).**

Дети сидят на стульчиках, и психолог напоминает, какое было прошлое занятие. Спрашивает, понравилось ли? Говорит: *«Сегодня мы тоже будем здороваться необычным способом — не словами или глазами, а носами, плечами, спинками. Смеяться разрешается, но не разговаривать! Сейчас я покажу, как это делается».* Психолог показывает, дети по звону колокольчика начинают ходить по залу и выполнять упражнение.

2. Разминка. Игра «Будь внимателен!».

Дети встают в круг. Психолог берет мяч и входит в центр круга. Он называет имена детей и бросает мяч. Ребенок, услышав свое имя, должен поймать мяч и кинуть его обратно.

3. Телесно-ориентированное упражнение «Насос и мяч».

Психолог предлагает детям разделить на пары. Один из детей изображает мяч, другой – насос. Каждый ребенок выполняет движения в соответствии с полученной ролью. «Мяч сдутый» – ребенок сидит на корточках.

«Насос надувает мяч» – ребенок делает соответствующие движения руками, сопровождая их звуками «С-с-с...».

«Мяч становится все больше» – ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх.

«Насос прекращает работу» – ребенок делает вид, что выдергивает шланг.

«Мяч вновь сдувается» – ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки.

Упражнение повторяется несколько раз, затем дети меняются ролями.

4. Игра «Ниточка - иголочка»

Дети встают в колонну и кладут руки на плечи впереди стоящих участников.

Ребенок, стоящий первым, - «иголочка». Он ведет колонну.

Скорость движения колонны зависит от частоты ударов психолога в бубен.

Через некоторое время ведущий меняется.

Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в роли «иголочки».

5. Упражнение «Одно большое животное».

Дети и психолог встают в круг и берутся за руки. Психолог говорит:

– *Представьте себе, что мы – одно большое животное. Будем дышать все вместе: шаг вперед – вдох, шаг назад – выдох.* Упражнение повторяется 3 раза.

6. Заключительный этап.

Дети садятся на пол, образуя круг. Психолог просит детей сказать, какое упражнение им понравилось. Дети, передавая друг другу мяч, поочередно делятся своими впечатлениями.

Занятие 4. «Игрушки»

Оснащение: «волшебная палочка», карандаши и листы бумаги по количеству детей

Дети сидят на стульчиках в кругу

В начале занятия Йоговская гимнастика для малышей (см. Занятие 1).

1. Приветствие. Дети стоят по кругу, психолог подходит к каждому ребенку и соприкасается с ним ладонями.

2. Разминка. Игра «Будь внимателен!»: дети идут по кругу под музыку. На один хлопок они останавливаются и замирают как солдаты, на два хлопка — стоят на одной ноге как аисты, на три хлопка — садятся на корточки.

3. Дети сидят на стульчиках, психолог просит их закрыть глаза и представить свою любимую игрушку. Затем говорит: *«А сейчас я дотронусь до вас волшебной палочкой, и вы превратитесь в эту игрушку, она оживет!»*. Психолог по очереди дотрагивается до детей палочкой, и они начинают двигаться по залу так, как

будто они — ожившие игрушки. Психолог говорит, что игрушки могут знакомиться друг с другом, но молча!

4. Дети садятся на стульчики, и психолог спрашивает:

«Кто был куклой?». Несколько девочек поднимают руки. Тогда он просит изобразить больную куклу, выздоровевшую куклу, капризную куклу и т. д. Тех, кто изображал машины, — сломанную машинку. Затем кого-нибудь — жадного медвежонка, трусливого зайца или храброго зайца и т. д.

5. Упражнение «Буратино». Дети стоят по кругу. Психолог говорит: *«Представьте себе, что вы — деревянный Буратино, которого подвесили на ниточках за пальцы рук.*

Потянитесь вверх, встаньте на носочки. Теперь отрезали ниточки и сначала падают кисти рук, затем сгибаются руки в локтях, потом падают плечи, потом голова, затем туловище сгибается, колени, и падаем на пол. Психолог показывает последовательность движений. Упражнение повторяется несколько раз.

6. Заключение. Детям раздаются карандаши и бумага, и они рисуют свою любимую игрушку.

Занятие 5. «Я могу»

Оснащение: «волшебная палочка», карандаши и листы бумаги по количеству детей

Дети сидят на стульчиках в кругу

Вначале занятия Йоговская гимнастика для малышей (см. Занятие 1).

- 1. Приветствие.** Психолог стоит в кругу вместе с детьми, поворачиваясь к ребенку, стоящему справа, дует на свою ладошку и говорит: «Я посылаю тебе привет, ... (имя ребенка)» Тот, в свою очередь, посылает «привет» стоящему справа от него ребенку.
- 2. Разминка.** Дети стоят по кругу и, передавая друг другу «волшебную палочку», говорят, что они умеют делать. Например, ребенок говорит: «Я умею... кататься на велосипеде» и т. д.

3. Магнит (для детей с 3 лет)

Цель: формирование навыков сотрудничества, снижение застенчивости, развитие умения чувствовать других.

Дети стоят в кругу и держатся за руки. Пока звучит музыка, они двигаются по кругу. Когда музыка останавливается, взрослый называет чье-нибудь имя (Юля). Тогда все дети, отпустив руки, бегут к Юле и встают вокруг нее в тесный

кружок, так как Юля – магнит. Затем игра возобновляется. Магнитом должен побывать каждый ребенок.

4. Игра «Хочу сделать что-нибудь хорошее»

Дети проигрывают ситуации: подойти к другу, пригласить поиграть, утешить расстроенного.

5. Игра «Робот». Дети садятся на стульчики. Психолог говорит: *«Мы сейчас говорили, что вы любите и умеете делать. А вот умеете ли вы быть послушными? Вы знаете, кто самый послушный в мире? Это — робот! Он делает только то, что ему скажут. Ему говорят: два шага вперед, один налево, левую руку поднять, а правой почесать затылок, он так и сделает. Давайте поиграем в послушных роботов. Кто будет первый робот?»* Психолог «волшебной палочкой» дотрагивается до ребенка, и тот «превращается» в робота, которому психолог диктует движения. Каждый ребенок должен побыть роботом. Психолог хвалит детей за проявленное послушание и предлагает теперь побыть каждому ребенку актером.

6. Психолог говорит: *«Сейчас я вам расскажу историю, а вы потом мне ее покажете, только молча, одними движениями, выражением лица, согласны? Итак, начинаем.*

В один детский сад, не в наш, в другой сад, пришел новый мальчик. Звали его Витя. Он был очень застенчивым и никак не хотел отпускать маму домой. Он стоял на пороге группы и не решался войти. Наконец мама повернулась и решительно пошла к входной двери, чтобы уйти. Воспитательница взяла Витю за руку и повела в группу. Витя вошел и остановился посередине. Два мальчика строили замок из Лего прямо на полу. Один мальчик возил машинку. Две девочки укладывали спать куклу, а одна готовила обед на игрушечной плите. Один мальчик бегал за девочкой и дразнил ее. Два других мальчика играли в шашки. А еще один мальчик сидел на стуле и грустил. Витя подошел к мальчикам, строившим замок, но они замахали на него руками: «Уходи!» Тогда он подошел к девочкам, которые играли в куклы, но они тоже прогнали его. Тогда он стал бегать за девочкой, но девочка вдруг села и заплакала. Тогда он подошел к тем, что играли в шашки, но они тоже прогнали Витю. Что же делать Вите? Тот, кто будет играть роль Вити, пусть сам предложит выход из ситуации, решит, чем все закончится». Психолог спрашивает, кто кем будет, обращает внимание, что дети должны играть в воображаемые игрушки и что все чувства должны быть «написаны у них на лице» (ролей должно хватить всем детям).

7. Дети делают рисунки: «Лучше всего я умею»

II. БЛОК ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ

Занятие 1. Робость

Материалы: — клубочек шерсти; — пиктограмма "робость".

1. Приветствие. Здравствуйте, я рада вас видеть! У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется,

будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня, (Цель — сплочение детей.) Итак, я — Света. Больше всего я люблю гулять в парке со своей собакой... Далее по очереди высказываются дети. Здорово.

2. Разминка.

3. А теперь послушайте мою историю... (Цель — знакомство с эмоцией "робость" и ее внешними проявлениями.) Мальчик Костя первый раз пришел в детский сад. Он вошел в раздевалку, переоделся, познакомился с воспитателями и подошел к двери в группу. Он чуть приоткрыл дверь и заглянул внутрь. На его лице было вот такое чувство (покажите пиктограмму "робость"). Оно называется робость. Давайте попробуем изобразить его. Глаза чуть опущены. Голова слегка наклонена в бок. Кто хочет изобразить Костю?.. Что могут сделать дети, чтобы помочь мальчику?..

Пиктограмма "робость"

4. А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется "Я — лев". (Цель — повышение у детей уверенности в себе.) Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев — царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен. Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: "Я — лев Гоша". Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой... Отлично! Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая". (Цель — создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности.) Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я" шепотом, потом — обычным голосом, а затем — прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами "очень" и "хороший" (или "хорошая"). И, наконец, дружно: "Я очень хороший(ая)!" Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет — шепотом, обычным голосом, или прокричит, например: "Я — Наташа! Я очень хорошая!" или: "Я — Кирилл! Я очень хороший!" Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: "Мы очень хорошие!" — сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим. На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

5. Заключение. *На полу лежит обруч. Психолог предлагает каждому ребенку по очереди встать в обруч. Дотрагивается до него «волшебной палочкой» и говорит:*

— Ты сегодня научился справляться с робостью! За это я тебя награждаю медалью! (*Вешает ребенку на шею медаль, вырезанную из картона.*)

Занятие 2. «Радость!»

Оснащение: «волшебная палочка», фотографии или картинки веселых и грустных детей.

1. **Приветствие.** Дети становятся в круг, держась за руки. Затем начинают раскачивать руками в такт словам психолога: *«Здравствуйте, все! Здравствуйте, все! Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!»* Далее дети хлопают в ладоши и произносят эти слова, затем так же в такт со слова ми хлопают себя по коленкам, а потом дотрагиваются до носа указательным пальцем и снова произносят ритмичное приветствие.

2. **Разминка. Упражнение «Подари улыбку».** Дети продолжают стоять по кругу, а психолог говорит: *«Помните песенку Крошки Енота, в которой говорится, что дружба начинается с улыбки? Давайте попробуем просто так улыбнуться соседу».* Сначала психолог поворачивается к ребенку, стоящему справа, берет его руки в свои и улыбается. Этот ребенок в свою очередь поворачивается к тому, кто стоит справа от него, и они улыбаются друг другу.

3. Дети садятся на стульчики. Психолог спрашивает: *«А когда мы улыбаемся, смеемся? Правильно, когда нам радостно, весело. Давайте вспомним ситуации, когда нам бывает весело».* Дети передают друг другу палочку и рассказывают ситуации, когда они веселились, радовались.

4. Психолог показывает картинку или фотографию радостной, улыбающейся девочки (или мальчика) и спрашивает: *«Какое настроение у этой девочки (мальчика)? Как вам кажется, почему у нее (него) такое настроение?».*

5. Игра «Покажи, как доставить радость другому человеку».

Представим, что кто-то из нас загрустил, ему совсем не весело и не радостно. Один из участников занятия выбирается на роль грустного героя. Перед остальными ставится задача — придумать разнообразные способы, как доставить радость этому грустному герою (подарить улыбку, предложить поиграть в интересную игру, подарить подарок, почитать книгу и т. п.). Придуманные способы демонстрируются перед всеми

Игра «Царевна Несмеяна»

На стул, накрытый красивым платком (покрывалом, тканью), садится ребенок. Он изображает Царевну Несмеяну или Царевича Несмеяна. Дети по очереди подходят к нему, рассказывают смешную историю или пытаются его рассмешить. Задача ребенка — как можно дольше оставаться серьезным и грустным.

После игры можно обсудить, что было труднее: рассмешить или не рассмеяться? Почему это было трудно?

6. Рассказ «Относительность радости».

Один и тот же ребенок может совершать и плохие поступки, и замечательные, например. *(приводятся примеры знакомых детям ситуаций)*. То же самое характерно и для чувства радости.

Послушайте внимательно мой рассказ.

В одном городе жила семья: папа, мама и двое детей — **Леша и Аня**. Дети любили, когда родители им что-нибудь покупали и очень этому радовались. И родители **старались порадовать детей**, часто покупая им игрушки и сладости. И вот настал день, когда комната заполнилась игрушками настолько, что в ней стало трудно передвигаться. А дети посмотрели на игрушки, и им стало скучно. *«С кем*

бы поиграть», — подумали они, взяли игрушки и побежали на улицу. Там кто-то играл в прятки, кто-то — в футбол'. Никому из **детей** не интересны были дорогие игрушки Ани и Алеша. Дети загрустили. Неизвестно, чем бы закончилась эта история, если бы неожиданно не приехала бабушка и не увезла их в деревню.

В деревне было весело и без игрушек. Днем они помогали бабушке в огороде, гоняли кур, ловили в пруду головастика, а вечером смотрели на звезды.

Через месяц приехали их навестить родители и не смогли узнать своих **детей**: такие веселые они стали. На это Аня и Алеша сказали: «Когда ты можешь сделать что-то своими руками, это для тебя большая радость».

Как понимали радость родители этих **детей**? А что стало для ребят настоящей радостью?

(вывод: не бывает хороших или плохих чувств. Но любое чувство может быть полезно как самому человеку, так и окружающим его людям, а может и навредить.)

7. Рисунок: «Ромашка радости». В своих альбомах нарисуйте ромашку с крупным! лепестками. В сердцевине ее изобразите улыбающуюся рожицу. А в лепестках нарисуйте варианты окончания предложения «*Я радуюсь, когда...*».

8. Наше занятие заканчивается. В заключение представьте, что вы стали волшебниками и можете пожелать всем людям что-то такое, отчего они смогут стать радостными. Давайте подумаем, что можно пожелать всем людям, которые живут на Земле. Например:

- пусть избавятся от болезней;
- пусть никогда не умирают;
- пусть у всех будет дом;
- пусть все дружно живут;
- пусть все будут счастливы.

И тогда все люди станут радостными!

9. Игра «Если бы я был волшебником, я бы подарил тебе...»

Дети стоят в кругу, педагог-психолог держит в руках «волшебную палочку». Подходит к любому ребенку, тот подставляет ладошки. Педагог-психолог дотрагивается до ладошек ребенка и говорит: «Если бы я была волшебницей, я бы подарила тебе, Сережа, терпения, чтобы ты мог сам до конца построить дом из Лего». Сережа говорит: «Спасибо», берет в руки «волшебную палочку», подходит к другому ребенку и «дарит» ему другое умение или эмоцию.

Всем спасибо.

Занятие 3. «Радость и грусть» (продолжение)

Материалы к занятию

- Магнитофон, запись музыки К. Орфа «Осень. Гномы», Д. Христова «Золотые капельки»;
- магнитная доска (наборное полотно);
- сюжетная картина «Радость»;
- карточка с условным обозначением зрительного образа (глаз);

- картинки с изображением радостных и грустных сказочных персонажей и животных;
- обруч, волшебная палочка;
- набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик и лист бумаги (на каждого ребенка);
- медали из картона по количеству детей.

1. Приветствие. Дети встают в круг, затем по очереди, начиная с психолога, пожимают руки рядом стоящему ребенку и говорят, глядя в глаза: «Я рад (а) тебя видеть!»

2. Разминка. Дети повторяют упражнение «Доброе животное».

Звучит музыка К. Орфа «Осень. Гномы».

Психолог прикрепляет к магнитной доске (наборному полотну) сюжетную картинку с изображением гномов «Радость» и говорит:

— Я приглашаю вас отправиться вместе со мной в сказочное путешествие к гномам. Давайте посмотрим на них и дадим им имена. Пусть это будут... Том и Тим. (Дети предлагают свои варианты.) Посмотрите на Тома: он невысокий и полный, похож на букву «О».

Как и все настоящие гномы, Тим и Том живут в лесу. И дом их считается очень гостеприимным.

А какой дом называют гостеприимным? (*Дом, в котором бывает много гостей.*)

Наши гномы пригласили к себе гостей на вечер и решили их порадовать пирогом с грибами. Взяли гномы корзинки, и пошли в лес. Прошло немало времени, а грибы все не попадались. Гномы заглядывали под каждый кустик, под каждое деревце, и вдруг... Какая радость! Гном Тим от радости даже на колени присел: «Том, посмотри, какой большой гриб!» — «Вот это гриб!» — воскликнул Том и подпрыгнул от радости. — «Ура! Я тоже увидел гриб!» — они набрали полные корзинки грибов. Испекли дома пирог и вечером угощали друзей.

3. Психолог говорит:

— Мы посмотрели на гномов и сразу догадались, что они радостные. Как нам это удалось? (Ответы детей.) По выражению лица, которое называется мимикой, совсем не трудно узнать радостного человека: он улыбается или смеется, уголки губ приподняты вверх, глаза прищурены. У радостного человека появляется уверенность в собственных силах. Он ощущает необыкновенную легкость, ему хочется летать, плясать, прыгать, кричать, чтобы выплеснуть переполняющую его радость. Говорят: «В радости и розы краснее, и фиалки голубее, и солнце ярче; даже дождь бодрит и успокаивает».

Давайте попробуем изобразить жесты радостного человека. (Дети выполняют задание.) Покажите, какая поза и какая походка у радостного человека. (Дети выполняют задание.) Постарайтесь радостно сказать фразу: «Сегодня шел дождь». (Дети выполняют задание.) Закончите мои предложения: «Когда я радуюсь, я... (улыбаюсь, прыгаю, смеюсь, пою)». «Я радуюсь, когда вижу... (подарки, мамино лицо, торт, клоунов)». Молодцы! А вы почувствовали, что, когда мы с вами

говорили о радостных гномах или изображали радующихся людей, нам становилось тоже весело, радостно?

4. Психолог прикрепляет к магнитной доске картинки с изображением радостных и грустных сказочных персонажей.

— Внимательно посмотрите на картинки. Назовите сказочных героев. (*Дети выполняют задание.*)

А теперь скажите, кто из них радостный? (*Ответы детей.*)

А кто грустный? (*Ответы детей.*)

Как вы догадались? Что помогло вам определить их состояние? (*Ответы детей.*)

Вспомните любимых сказочных героев и расскажите, когда они испытывали радость. (*Ответы детей.*)

Вспомните, кто сначала был одиноким, печальным, а потом стал очень счастливым? (*Гадкий Утенок.*)

Психолог прикрепляет к магнитной доске (наборному полотну) пары картинок: веселый мышонок — грустный мышонок; веселый червяк — грустный червяк; веселая собака — грустная собака; веселый кот — грустный кот.

— На какой из картинок персонаж печальный, грустный, а на какой — веселый, радостный? (*Ответы детей.*) Расскажите, что случилось, из-за чего изменилось настроение героев? (*Рассказы детей.*) Что нужно сделать, чтобы герои вновь стали радостными? (*Ответы детей.*) Психолог меняет картинки местами (например: грустный мышонок — радостный мышонок) и просит детей придумать новые рассказы. Дети выполняют задание.

5. Звучит запись музыки Д. Христова «Золотые капельки».

Перед каждым ребенком — набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик, лист бумаги.

Психолог говорит:

А может быть, кто-нибудь из вас нарисует «Портрет Радости», а потом расскажет о ней, ответив на вопросы: где она живет? чем занимается? любит ли ходить в гости или чаще сидит одна дома? есть ли у нее друзья? есть ли враги? (*Дети выполняют задание, а затем рассказывают о своих рисунках.*)

Всем до свидания!

Занятие 4. «Злость и обида»

Материалы к занятию

- Магнитофон, запись музыки Е. Ботлярова «Драчун» и музыки В. Гаврилина «Крот и червяк»;
- магнитная доска (наборное полотно);
- сюжетная картина «Гнев»;
- серия сюжетных картин «Гномы и Шишимора»;
- чучело рыбы-ежа;
- два воздушных шарика, набор для выдувания мыльных пузырей, мешочек с фасолью или горохом (для каждого ребенка);
- обруч, «волшебная палочка»;

- набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик и лист бумаги (на каждого ребенка);
- медали из картона по количеству детей.

Ход занятия:

1. Приветствие. Дети встают в круг. Упражнение «Здравствуйте, все!».

2. Разминка. Игра «Паутинка». Психолог раскладывает на полу ленту по кругу, дети встают вокруг ленты и берутся за нее руками. Психолог говорит: *«Давайте вспомним, о чем мы говорили на прошлом занятии. Да, о радости и о грусти. Теперь пусть каждый вспомнит, когда бывает весело, а когда — грустно. Тот, кто мне ответит, должен, не отпуская ленты, перейти на другую сторону круга. Итак, Лена, нам весело, когда...?»* После ответа ребенок переходит на другую сторону круга, натягивая ленточку, а рядом стоящие ребята не должны ей препятствовать. Таким образом, создается «паутинка», которая связывает ребят, на что и следует обратить их внимание.

3. Дети садятся на стульчики, и психолог спрашивает их, знают ли они, когда их мамы бывают веселые, а когда грустные. Дети отвечают по одному, передавая друг другу «волшебную палочку». *«А что надо сделать, чтобы маму развеселить, чтобы поднять ей настроение? — спрашивает психолог, — А какое еще настроение бывает у мамы?»* Можно подсказать, что мамы и папы иногда сердятся. Пусть дети вспомнят, на что сердятся родители (их плохое поведение, ссоры и др.), и покажут, как сердится мама, а как — папа. Далее психолог спрашивает: *«А вы бываете иногда сердитыми или даже злыми?»* Дети отвечают по очереди, передавая «волшебную палочку». Психолог принимает все ответы без обсуждения. *«А что вы делаете, когда сердитесь?»* Дети показывают движения, как правило, размахивают руками, кричат, топают ногами. *«Ой, ой, ой! Как много маленьких Карabasиков-Барabasиков появилось, как много Бабок Ежсек!»* — говорит психолог.

4. Психолог подносит к каждому ребенку зеркало, чтобы он смог увидеть свое выражение лица, когда он сердится. Потом говорит: *«В одной сказке была умная Баба-Яга. Она, когда злилась, уходила в угол, топала одной ногой и приговаривала: «Уходи, злость! Уходи, злость! Уходи, злость!» Давайте и мы потренируемся?»* Дети встают в круг, топают ногами и приговаривают: *«Уходи, злость!»*

5. Дети садятся на стульчики, и психолог говорит: *«Сейчас я расскажу вам сказку о Сердитом Льве. Жил-был в Африке Лев, который всегда на всех сердился. Он рычал, прыгал на всех зверей, задевал их когтями, и даже доставалось его жене - Львице и детям-Львям. Терпели они, терпели такие обиды и не вытерпели. Собрала Львица детей-Львят и ушла с ними в другую пещеру. Остался царь зверей один, грустно ему стало: никто рядом не мурлыкает, за ушком не почесает, не играет. Идет-бредет один по полю, навстречу ему Шакал: «Что так грустно выглядишь, Сердитый Лев?» — спрашивает шакал. «Ушли от меня Львицаи Львята», — отвечает Лев. «Так, наверное, ты их здорово обидел.» — предположил Шакал. «Что же мне*

делать?» — спрашивает Лев. «Найди их, попроси прощения и больше их не обижай, не бей и не ругайся», — ответил Шакал. «Хорошо, я попробую! — отвечает Лев, — Но что же мне делать со своей злобой?» «Так ее же надо выпускать из себя! Беги сразу же к реке, прыгай в нее и плескайся в воде, вот вся злоба и пройдет!» — отвечает Шакал. **Обрадовался** Лев такому простому решению, пошел к реке, искупался в ней, а потом нашел свою семью, попросил прощения и помирился с ними».

— Как вы думаете, можно или нельзя гневаться, злиться на других людей? На друзей? Почему?

Мне кажется, что сердитый человек похож на эту рыбу. (Показывает детям чучело рыбы-ежа.) Вам хочется дружить с такой рыбой?

Я хочу вам открыть страшную тайну: взрослые тоже злятся, только умеют это делать, не причиняя никому вреда.

6. Сейчас мы научимся сердиться, никого при этом не обижая.

Надуйте воздушный шарик и держите его так, чтобы он не сдувался. (Дети выполняют задание.)

Представьте себе, что шарик — это ваше тело, а воздух внутри шарика — это ваш гнев или злость.

Как вы думаете, что случится с шариком, если его сейчас выпустить из рук? (Он улетит.)

Отпустите шарик и проследите за ним. (Дети отпускают. Шарик быстро перемещается из стороны в сторону.)

Заметили, что шарик был совершенно неуправляемым? Так бывает и со злым человеком. Он может совершать поступки, не контролируя их. Может даже обидеть или ударить кого-нибудь.

Теперь надуйте другой шарик и попробуйте выпускать из него воздух маленькими порциями. (Дети выполняют задание.)

Что теперь происходит с шариком? (Он сдувается.)

А что происходит с гневом внутри шарика? Можно им управлять? (Он выходит из шарика. И этим гневом можно управлять.)

Еще гнев можно пропустить через стопы наших ног. Давайте встанем и сильно-сильно потопаем. Наши стопы станут сначала теплыми, потом горячими, потому что через них выходит наш гнев. Давайте потопаем. (Дети выполняют задание.)

А сердитые слова можно произнести в стаканчики для крика. Попробуйте сделать это. (Дети выполняют задание.)

Вы почувствовали, как стало легко и весело? Мы с вами сердились, но никакого вреда никому не причинили.

7. Игра «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура радости...обиды....злости замри!»

8. Психолог говорит:

— Можно ли нам гневаться? (*Можно, только надо это делать так, чтобы никого не обижать.*)

Кто у нас сегодня гневался лучше всех? (*Ответы детей.*)

Давайте расскажем, как можно злиться, не причиняя никому вреда.

На полу лежит обруч. Психолог предлагает каждому ребенку по очереди встать в обруч. Дотрагивается до него «волшебной палочкой» и говорит:

— Ты сегодня научился справляться со своим гневом! За это я тебя награждаю медалью! (*Вешает ребенку на шею медаль, вырезанную из картона.*)

— Покажите, вам понравилось занятие или нет? (*Дети показывают ладошки.*)

Улыбнитесь друг другу, ведь вы самые замечательные дети на свете!

Игры, мультфильмы, сказки, рассказы, рекомендованные для воспитателей и родителей.

Рекомендованные мультфильмы

«Как Маша поссорилась с подушкой» (реж. Л. Мильчин, комп. Я. Френкель, 1977).

Сказки и рассказы

Л. А. Никифорова «За все братья — ничего не сделать»;

Л. А. Никифорова «Сон бабочки»;

Л. А. Никифорова «Крем для обуви».

Занятие 5. Страх

Материалы к занятию

- Магнитофон, запись музыки Э. Грига «Шествие гномов» (или «В пещере горного короля»), Ф. Бургмюллера «Баллада», диски из серии «Звуки. Голоса. Шумы окружающего мира», «Транспорт. Боевые действия», «Звуковые фрагменты. Театр»;

- магнитная доска (наборное полотно);
- сюжетная картина «Страх»;
- карточка с условным обозначением слухового восприятия (колокольчик);
- набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик и лист бумаги (на каждого ребенка);
- обруч, «волшебная палочка»;
- народные музыкальные инструменты, игрушки из кукольного (пальчикового) театра или из «Киндер-сюрпризов»;
- медали из картона по количеству детей.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети соприкасаются по очереди ладошками с рядом стоящим ребенком и говорят: «Я дарю тебе хорошее настроение!» или «Я дарю тебе свое доброе сердце!».

2. **Разминка.** Упражнение. «Расскажем и покажем».

Психолог говорит:

Встаньте возле стульчиков, внимательно слушайте стишок и выполняйте движения, о которых в нем говорится.

Вместе весело шагаем

И колени поднимаем.

Пальцы мы в кулак сожмем

И за спину уберем.

Руки в стороны, вперед,

И направо поворот.

Руки в стороны и вниз,

И налево повернись.

Дети, выполнив движения, которые упоминаются в тексте, садятся на стульчики.

3. Психолог раздает детям картинки-пиктограммы с изображением различных эмоций (каждая эмоция — в двух экземплярах) так, чтобы хватило всем детям, и просит сесть рядом на стульчики тех, у кого картинки с одинаковыми эмоциональными состояниями. Затем дети по очереди изображают «свою» эмоцию, не называя ее, а другие отгадывают.

4. Звучит запись музыки Э. Грига «Шествие гномов» или «В пещере горного короля».

Психолог прикрепляет к магнитной доске (наборному полотну) сюжетную картинку «Страх» и говорит:

— Сегодня снова отправляемся в волшебную сказку к гномам.

Однажды Том и Тим возвращались домой из леса. Дул сильный ветер. Вдруг они услышали очень неприятный и непонятный звук, от которого им стало очень **страшно**. Гномы остановились и прислушались. Звук повторился.

«Я дальше не пойду», — прошептал Том.

«Давай возьмемся за руки, чтобы было не так **страшно**, и пойдем вместе. Нам надо вернуться домой, пока не стемнело», — очень тихо произнес Тим.

Чем дальше они шли, тем сильнее становился звук. Он был похож на скрип старой телеги, на вздох огромного животного и еще на что-то очень опасное. У Тима от **страха** задрожали колени, а волосы поднялись вверх. А у Тома кисточка на шапочке испуганно подпрыгивала из стороны в сторону.

Гномы медленно вышли на поляну, откуда раздавался звук, и стали искать глазами неизвестного, большого и страшного, которого себе вообразили. Посередине поляны стояли два огромных дерева, ветви которых были переплетены вместе. Сильный ветер раскачивал оба дерева, и от этого получался ужасный звук.

«Да это же просто деревья!» — сказал Тим.

«И звук уже не такой страшный, когда знаешь, откуда он, правда?» — спросил Том.

«Конечно», — ответил Тим.

Гномы еще немножко постояли около деревьев, а потом побежали домой, потому что становилось совсем темно.

5. Психолог говорит:

— Маленькие гномы сильно испугались страшного, непонятного звука. Как мы можем узнать, что человек испуган? *(Ответы детей.)*

Голова испуганного человека втянута в плечи и откинута назад. Глаза широко раскрыты, брови приподняты, рот приоткрыт. Руки прижаты к груди или закрывают лицо. Колени согнуты, ходит он очень осторожно или вообще стоит на месте. От страха человек может очень тихо говорить, дрожать или плакать. Ему кажется, что он становится меньше ростом.

Покажите друг другу, как вы выглядите, когда боитесь. *(Дети выполняют задание.)*

Теперь встаньте и пройдите, как ходит испуганный человек. *(Дети выполняют задание.)*

Постарайтесь испуганно сказать фразу: «Сегодня шел дождь». *(Дети выполняют задание.)*

Произнесите испуганно звуки «А», «У», «О». *(Дети выполняют задание.)*

6. Закончите мои предложения:

«Когда я боюсь, я...»

«Я боюсь, когда слышу...»

— Сейчас я включу магнитофон. Угадайте, какие звуки мы услышим? *(Ответы детей.)* Мы услышим много разных звуков, среди них спрятались и страшные.

Мы будем слушать звуки, и угадывать, какие из них пугающие, страшные, а какие смешные или радостные! Может, кто-нибудь боится их послушать?

Психолог включает магнитофон, дети слушают и обсуждают различные звуки из фонотеки. В случае, когда ребенок относит какой-либо звук к категории пугающих, психолог предлагает вспомнить, всегда ли этот звук был страшным.

Например, звук поезда и электрички ребенок воспринимает как пугающий, а потом вспоминает, что когда он ехал в гости к бабушке или в отпуск с родителями, было очень весело и интересно. Рычание льва кажется страшным, но если этого льва представить выступающим на арене цирка, то страх проходит. Важно изменить отношение ребенка к пугающим звукам с помощью позитивных воспоминаний из его собственного опыта.

7. Психолог просит детей нарисовать то, чего они боятся, Детям раздаются карандаши, и психолог помогает каждому так дорисовать эти рисунки, чтобы они стали не страшными. Например, тигра посадить в клетку, а собаку на поводок, монстру или Бабе-Яге пририсовать смешной нос; можно также порвать рисунок.

8. Психолог говорит:

— Сегодня мы рассуждали о страхе и о разных звуках, которые бывают не только приятными, но иногда и страшными. Что можно сделать, когда тебя пугает какой-то звук?

(Вначале нужно определить источник звука, то есть откуда или от кого идет этот звук. Если звук продолжает беспокоить, то можно его нарисовать, а потом придумать историю с веселым концом.)

На полу лежит обруч. Психолог предлагает каждому ребенку по очереди встать в обруч. Дотрагивается до него «волшебной палочкой» и говорит:

— Ты сегодня научился справляться со страхами! За это я тебя награждаю медалью! *(Вешает ребенку на шею медаль, вырезанную из картона.)*

— Покажите, вам понравилось сегодня занятие? *(Дети показывают ладошки.)*

— Спасибо всем моим милым детям!

Игры, рассказы, сказки, рекомендованные воспитателям и родителям Садовница (рекомендованная игра в группе)

Педагог-психолог раскладывает на полу 4–5 обручей. Дети в произвольном порядке садятся внутри обручей. Педагог-психолог:

— Я садовница. Люблю выращивать цветы. В первой клумбе у меня выросли радостные цветы... *(Дети мимикой показывают радость).* Во второй клумбе все цветы удивленные *(дети показывают удивление).* В этой клумбе цветы сердитые сегодня. Ох! Я забыла их полить! *(Дети показывают гнев.)*

Можно менять эмоции, проговаривая, что было утром, днем, вечером, вчера, сегодня.

Рекомендованные мультфильмы

- «Ничуть не страшно» (реж. Л. Каюков, комп. И. Ефремов, 1981);
- «Змей на чердаке» (реж. Л. Каюков, комп. И. Ефремов, 1983);
- «Ежик в тумане» (реж. Ю. Норштейн, комп. М. Миревич, 1975);
- «Тараканище» (реж. В. Полковников, комп. А. Варламов, 1963);
- «Крошка Енот» (реж. О. Чуркин, комп. В. Шаинский, 1974);
- «Непослушный котенок» (реж. М. Пащенко, комп. К. Хачатурян, 1953)

Занятие 6. «Удивление»

Материалы к занятию

- Магнитофон, запись музыки из серии «Наедине с природой»;
- магнитная доска (наборное полотно);
- сюжетная картина «Удивление»;
- коробочки (можно использовать пустые спичечные коробки, баночки из-под йогурта) с веществами, обладающими выраженным запахом (кусочек ванили, лист герани, лавровый лист, гвоздика, кофе, душистый перец, флакончик с духами, кусочек душистого мыла, ароматная конфета и т. п.);
- «удивительные» предметы: обувь для собак, растение «перекати-поле», металлическое мыло и т. п.;
- обруч, «волшебная палочка»;
- набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик и лист бумаги (на каждого ребенка);
- медали из картона по количеству детей.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети стоят по кругу и с помощью «волшебной палочки» сообщают, что каждый из них умеет делать («Я умею кататься на велосипеде, ... бросать мяч, ... кататься на лыжах...»).

2. **Разминка. Упражнение «Незнайка».** Психолог выбирает (с помощью считалки) ребенка, который будет «Незнайкой». Он встает посередине круга, а все дети по очереди подходят к нему и задают какой-нибудь простой вопрос, например: «Какое сейчас время года? Ты сейчас в детском саду? Как тебя зовут?» «Незнайка» должен на все вопросы отвечать одинаково «Не знаю!», пожимать плечами и делать удивленное лицо. Психолог должен показать детям, как это делается. Все дети должны побывать в роли Незнайки».

3. **Игра «Кто первый прыгнет в круг».**

С помощью ленты или веревки на полу выкладывается большой круг. Дети стоят по внешнему периметру круга.

Психолог говорит:

— *Когда вы услышите слово «дом», быстро прыгайте в круг.*

Психолог произносит разные слова. Дети ждут, когда он скажет слово, которое служит сигналом для прыжка.

После нескольких проигрываний слово сигнал меняется.

4. **Звучит запись музыки из серии «Наедине с природой» — «Лес. Птицы. Дождь. Гроза».**

Психолог прикрепляет к магнитной доске (наборному полотну) сюжетную картину «Удивление» и начинает рассказ:

— Тим и Том возвращались домой. Они были на дне рождения у своего друга. Настроение у гномов было просто замечательное.

Вдруг все вокруг потемнело. Зашумела листва на деревьях, и начался дождь. Тим и Том быстро встали под большой дуб, ожидая, когда закончится дождь. Ведь летом так часто бывает: дождь внезапно начинается и так же быстро заканчивается. Так и случилось: закончился дождик, выглянуло солнышко и зачирикали птички. Гномы весело зашагали по тропинке.

Неожиданно Том вскрикнул от удивления и встал на колени: прямо на тропинке росли два белых гриба, а он чуть было не наступил на них.

«Не может быть!» — воскликнул Том, — «Тим, ты только посмотри, какие большие и красивые грибы!»

Гномы запомнили, что грибы росли рядом с пышным цветущим кустом. Нигде больше не было такого большого и ароматного куста. Они дошли до дома, взяли корзинку и ножик, чтобы срезать грибы. А потом очень легко нашли грибное место по запаху душистого куста.

5. **Психолог говорит:**

— Попробуйте рассказать об удивленном человеке. Какой он? (*Ответы детей.*)

У удивленного человека приоткрыт рот, брови и верхние веки приподняты. Обе руки могут быть опущены, или одна рука может придерживать щеку или прикрывать рот, как будто человек хочет сдержать восклицание. Ноги могут быть согнуты в коленях. От удивления человек может вскрикнуть, а может

просто замереть. Переживание удивления всегда бывает коротким. Чаще всего это приятное удивление, иногда оно бывает и неприятным.

С каким человеком можно сравнить удивленного человека? (*С радостным.*)

Покажите, как вы умеете удивляться. Зажмурьтесь. Теперь быстро откройте глаза, посмотрите друг на друга и удивитесь! (*Дети выполняют задание.*)

Что или кто может нас удивить? Приятно удивить? Неприятно удивить? (*Ответы детей.*)

Сегодня я тоже решила вас удивить.

Психолог показывает детям «удивительные» предметы: обувь для собак, растение «перекати поле», металлическое мыло и т. п.

— Постарайтесь удивленно сказать фразу: «Сегодня шел дождь». (*Дети выполняют задание.*)

6. Игра «Садовница»

Педагог-психолог раскладывает на полу 4–5 обручей. Дети в произвольном порядке садятся внутри обручей. Педагог-психолог:

— Я садовница. Люблю выращивать цветы. В первой клумбе у меня выросли радостные цветы... (*Дети мимикой показывают радость*). Во второй клумбе все цветы удивленные (*дети показывают удивление*). В этой клумбе цветы сердитые сегодня. Ох! Я забыла их полить! (*Дети показывают гнев.*)

Можно менять эмоции, проговаривая, что было утром, днем, вечером, вчера, сегодня.

7. Психолог говорит:

— Представьте, что вы давно не виделись. Посмотрите друг на друга и удивитесь. (*Дети выполняют задание.*)

— Нравится ли вам удивляться? Почему?

— Кто вас сегодня удивил? Почему?

— Чем и как можно удивить человека?

— Чья история понравилась? Почему?

— Удивление — какое оно: тяжелое или легкое?

— Какое на вкус?

— Какой у него цвет?

— А какие запахи нас могут удивить и обрадовать? Как пахнет удивление?

— А какой запах у страха? У радости? У гнева?

— Что запомнилось и понравилось больше всего?

На полу лежит обруч. Психолог предлагает каждому ребенку по очереди встать в обруч. Дотрагивается до него «волшебной палочкой» и говорит:

— Ты сегодня научился удивляться и научился удивлять! За это я тебя награждаю медалью! (*Вешает ребенку на шею медаль, вырезанную из картона.*)

Занятие 7. «Стыд»

Материалы к занятию

- Магнитная доска (наборное полотно);
- сюжетная картина «Стыд»;
- поднос с наколотыми на зубочистки кусочками банана, соленого огурца, винограда, яблока, лимона, ананаса, горькой редьки, киви и т. п. (для каждого ребенка);
- обруч, «волшебная палочка»;
- набор цветных карандашей, простой карандаш, ластик и лист бумаги (на каждого ребенка);
- аксессуары для игры-драматизации: шарфы, платки, галстуки, шапки и т. п.;
- набор карточек-символов;
- медали из картона по количеству детей.

1. Упражнение «Давайте поздороваемся».

Звучит спокойная музыка, дети ходят по залу. Если психолог хлопает в ладоши один раз, дети здороваются за руку, если два – плечиками, если три раза – спинками.

2. Разминка. Игра **«Море волнуется»**. Дети бегают по залу, изображая руками движения волн. Психолог говорит:

– Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура радости, грусти, страха, удивления, злости – замри!

Дети должны остановиться и удерживать позу, в которой они находились до того, как прозвучала команда «Замри». Психолог ходит по залу, рассматривает «морские фигуры», хвалит каждого ребенка за необычность или красоту фигуры, за неподвижность и т.д.

3. Психолог прикрепляет к магнитной доске (наборному полотну) сюжетную картину «Стыд» и говорит:

— Бабушка Тима жила в другом лесу. Когда Тим узнал, что она заболела, очень беспокоился и сразу стал собираться в дорогу. Уезжая, Тим попросил Тома выполнить оставшиеся дела, потому что не знал, когда вернется обратно. А дел было немало. Приближалась зима, а гномы заготовили еще недостаточно дров, не заклеили окна в доме, не укрыли розы.

«Как только бабушка поправится, я приеду», — сказал Тим, сел на лошадь и поехал.

Но Том был очень ленивым.

«Я все сделаю позже», — решил он и пошел играть со своими любимыми игрушками.

И чем холоднее становилось, тем меньше ему хотелось заниматься хозяйством.

Когда приехал Тим, в доме было совсем холодно, кусты роз замерзли, а Том лежал под тремя одеялами и дрожал.

Тим очень рассердился на ленивого Тома, но сначала он растопил печь, приготовил обед. После обеда Тим начал **стыдить** Тома. Он говорил о том, что Том совсем не подготовился к зиме: дров не наколот, окна не заклеил, розы не укрыл.

Том чувствовал себя все хуже и хуже. Ему было очень **стыдно**.

«Извини, Тим, я хочу все исправить», — сказал Том.

Вскоре гномы сделали все необходимые дела, и им стало тепло и уютно в их маленьком домике.

4. Психолог говорит:

— Расскажите, как выглядит человек, которому стыдно. (*Ответы детей.*)

Его плечи приподняты, голова наклонена вперед и втянута в плечи, руки опущены или спрятаны за спину. Брови подняты вверх и сдвинуты, уголки губ опущены вниз. Переживая стыд, человек отворачивает или низко опускает голову, прячет взгляд, прикрывает глаза, часто на щеках появляется румянец. Кажется, что от стыда человек становится меньше ростом.

Давайте попробуем изобразить такого человека. (*Дети выполняют задание.*)

Когда нам бывает стыдно? (*Когда мы делаем то, чего нельзя делать.*)

Человеку бывает стыдно, когда он нарушает принятые всеми правила. Например, нельзя бегать и громко разговаривать в театре или в цирке во время представления. Стыдно бывает и тогда, когда обещаешь что-то сделать и не выполняешь своего обещания.

Нельзя обижать маленьких детей, пожилых людей, домашних животных.

А если человеку никогда-никогда не стыдно, это хорошо или плохо? (*Ответы детей.*)

5. Игра к занятию

Детям раздаются листы формата А5, на которых нарисованы 5 небольших овалов одинакового размера. Педагог- психолог:

— Сейчас я расскажу вам историю. Когда я буду останавливаться, вам нужно будет изобразить в овале свое эмоциональное состояние. Может быть, вы почувствуете удивление, радость, стыд, обиду.

Педагог-психолог пересказывает рассказ В. А. Осеевой «Почему?»:

«Мама высыпала на тарелку печенье. Бабушка весело зазвенела чашками. Вова и Миша уселись за стол. (Пауза. Дети рисуют.)

— Дели по одному, — строго сказал Миша.

Мальчики выгребли все печенье на стол и разложили его на две кучки.

— Ровно? — спросил Вова.

Миша смерил глазами кучки.

— Ровно. Бабушка, налей нам чаю! (Пауза. Дети рисуют.)

Бабушка подала чай. За столом было тихо. Кучки печенья быстро уменьшались.

— Рассыпчатые! Сладкие! — говорил Миша.

— Угу! — отзывался с набитым ртом Вова.

Мама и бабушка молчали. (Пауза. Дети рисуют.)

Когда все печенье было съедено, Вова глубоко вздохнул, похлопал себя по животу и вылез из-за стола.

Миша доел последний кусочек и посмотрел на маму — она мешала ложечкой неначатый чай. Он посмотрел на бабушку — она жевала корочку хлеба...» (Пауза. Дети рисуют.)

Педагог-психолог:

— В последнем овале изобразите, что вы почувствовали после моего рассказа.

6. *Перед каждым ребенком — карточки с условным обозначением зрения, слуха, осязания, обоняния, вкуса, цветоощущения, состояния природы и погоды и своего отношения к заданной эмоции.*

Дети с опорой на символы составляют «портрет стыда».

На полу лежит обруч. Психолог предлагает каждому ребенку по очереди встать в обруч. Дотрагивается до него «волшебной палочкой» и говорит:

— Ты сегодня научился справляться со своим стыдом! За это я тебя награждаю медалью! *(Вешает ребенку на шею медаль, вырезанную из картона.)*

— Покажите, вам понравилось сегодня занятие или нет? *(Дети показывают ладошки.)*

Рекомендованные мультфильмы

- «Мойдодыр» (реж. И. Иванов-Вано, комп. Ю. Левитин, 1954);
- «Сладкая сказка» (реж. В. Дегтярев, комп. К. Хачатурян, 1970);
- «Сказка о жадности» (реж. Б. А. Храневич, 1976);
- «Паровозик из Ромашково» (реж. В. Дегтярев, комп. В. Юровский, 1976).

Сказки и рассказы к занятию

- *Л. А. Никифорова.* «Лучше жить всегда нам вместе — так трудней, но интересней»;
- *В. А. Осеева.* «Почему?»;
- *Н. И. Сладков.* «Дела и заботы Жалейкина».

Лучше жить всегда нам вместе — так трудней, но интересней

В некотором царстве, а может быть, государстве, за морями, за лесами, за высокими горами, жили-были Царь с Царицей. И была у них распрекрасная дочь — принцесса Светлана. Царь с Царицей ее любили, ничего для нее не жалели, баловали: и Жар-птица у нее была, и Конек-Горбунок, даже Золотая рыбка в аквариуме плавала. И все ее любили, все ею восхищались. Жили они, поживали, горя не знали.

Однажды летом в царстве-государстве родилась еще одна принцесса, сестренка Светланы. Она была маленькая и еще совсем беспомощная. И все в царстве — и царь с царицей, и слуги, и придворные — уделяли ей внимание, восхищались ею, помогали ей. Назвали ее Катюшей.

Светлана, старшая сестра, пошла на луг, сплела для нее красивый венок из луговых цветов и повесила над колыбелькой. Среди своих игрушек нашла погремушку, отнесла ей. Сев возле кроватки, она позвенела колокольчиком.

— Агу, — сказала Светлана.

— Агу, — ответила малышка и весело засмеялась, повернув к ней удивленное личико.

Светлана привыкла к тому, что каждое утро мама ее будила, заплетала ей косы, рассказывала интересные истории. Но в это утро ей пришлось встать самой — мама была занята с Катюшей.

Света рассердилась на маму и решила ей сказать об этом.

— Извини, — сказала мама. — Теперь тебе придется все делать самой. Я буду занята с маленькой, потому что ей, как и всем маленьким детям, нужна забота: у нее - то животик заболит, то нужно будет поменять ей подгузники, то покормить ее.

Светлане это ужасно не понравилось. Как? Вставать самой? Расчесываться? Играть тоже одной? И Светлана с каждым днем становилась все капризнее и капризнее. От капризов и обид она стала меняться.

— Вот! Теперь в нашем царстве так много девчонок! Стало так тесно! Игрушек и так много было, а теперь еще эти погремушки... Маленькие куколочки, бутылочки, соски, не люблю маленьких куколок! Даже домик игрушечный поставить некуда стало! Все теперь с маленькой бегают, а я...

И чем больше она об этом думала, тем больше обижалась. Чем больше она обижалась, тем больше от этого краснела.¹⁰⁰

Вкус и запах радости

— Посмотри на себя, — говорила ей мама, — ты становишься все больше и больше, а лицо твое краснеет с каждым днем! Зачем ты на нее обижаешься? Она же еще маленькая! Тебе должно быть стыдно оттого, что ты хочешь, чтобы все было только по-твоему. Подожди, Катюша вырастет, и тебе будет интересно с ней играть. Ты научишь ее кататься на Коньке-Горбунке, кормить Золотую рыбку...

— Как же не обижаться! Все ей да ей. А мне?

— Она еще маленькая и ничего пока сама делать не может.

— Сколько же можно ждать? Состариться можно, пока дождешься, — говорила Света и капризно топала ножкой.

— Ну что ты! Посмотри, она уже сейчас тебе улыбается, когда ей игрушку даешь. Говорит: «Агу!»

Однажды мама зашла в комнату Светланы. Под потолком висел большой красный шар... Да это же Светлана от постоянных обид раздулась и превратилась в шарик!

От сквозняка неожиданно открылось окно, и Светлана вылетела в окно. Она летела по городу, ветер раскачивал шар из стороны в сторону.

— Наконец-то, наконец-то я выбралась на свободу! Как здорово! Наконец-то я одна! Мне теперь так свободно!

И она летела все дальше и дальше. Через некоторое время она стала замечать, что земля уменьшается.

— Ой-ой-ой! Как же я тут одна? Никого нет! А с кем я буду теперь играть? А кому я расскажу про свои любимые игрушки? Где мой родной дом? Моя мамааа!!!

Ей становилось все холоднее и холоднее. Она кричала сильнее и сильнее, и от этого крика вся обида вышла из шарика как воздух. Он стал сдуваться и опускаться к земле.

А внизу ее уже ждали папа с мамой. Папа схватил веревочку, привязанную к шарикю, и крепко обмотал ее вокруг своей сильной руки. Маленькая Принцесса тоже тянула ручки к Светлане. Папа поймал ее, обнял и сказал:

— Мы все друг друга любим. Мы очень любим и тебя, и Катюшу. Мы одна семья любящих друг друга людей.

Светлане стало тепло от этих любящих рук, которые ее обнимали, и очень-очень стыдно.

— Как мне хорошо с вами, — подумала она. — Лучше жить всегда нам вместе. Так трудней, но интересней!

Занятие 8. Творческая мастерская «Взлохмаченные человечки»

Цель — закрепление полученных знаний, развитие умения передавать эмоции художественными средствами.

Материалы: — большой лист бумаги; — гуашь; — клей, кисточки, листочки бумаги, ножницы, карандаши и фломастеры; — предметы с круглым дном: чашка, стакан, пробки от бутылок, кусочки меха и ткани, ленты и т. п.

Ход работы: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем создавать портреты. На листочках бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, вырежьте получившиеся круги. На них нарисуйте лица с разными эмоциями. На большом листе бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, оставляя между ними достаточно места. Толстую кисть обмакните в краску. Делайте легкие мазки кистью от центра к краю. Используйте краски разного цвета. Дайте краске подсохнуть. Приклейте кружочки с веселыми и грустными лицами на большой лист бумаги. У вас получатся человечки со смешными взлохмаченными волосами.

III. БЛОК ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ДЕЦЕНТРАЦИИ

Занятие 1. «Потребность в признании»

Оснащение: повязка на глаза, бумага и карандаши для каждого ребенка.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети стоят по кругу. Каждый по очереди выходит на шаг вперед и называет свое имя. Все остальные должны повторить это имя («Я — Саша!» — «Ты — Саша»).

2. **Разминка.** Психолог говорит:

«Поднимите руку те, кто любит бегать, ... имеет брата или сестру, ... любит кататься на санках, ... у кого в одежде есть синий цвет, ... кто любит получать подарки, ... кто не любит драться, ...» и т. д.

Упражнения на пространственную ориентацию:

Дети прыгают на двух ногах вперед, назад, влево, вправо.

3. *Дети садятся на стульчики. Игра «Паровозик с именем».*

Психолог объясняет условия игры: «Сейчас я считалкой выберу кого-нибудь, и он станет паровозиком. «Паровозик» поедет по кругу и будет говорить «чух-чух-чух», а вы все будете хором повторять его имя. Затем «паровозик» подъедет к вам и выберет другого паровозика вместо себя, а сам станет вагончиком и прицепится к новому паровозу. Все остальные будут повторять имя нового паровозика». Игра начинается, психолог сам активно участвует в поддержке новых паровозиков, громко скандируя их имена. Последний ребенок становится «самым главным паровозом», который везет очень длинный «состав».

4. **Дети стоят по кругу («Поезд остановился»).** Психолог предлагает отгадать «машинисту», кто едет в его «поезде», но с закрытыми глазами. Первому ребенку надевают повязку на глаза, психолог водит его по кругу под считалочку «Раз, два, три, четыре, пять, я хочу вас отгадать!» и останавливает около какого-нибудь ребенка, просит ощупать волосы, одежду и назвать его. Потом завязывают глаза следующему «машинисту». Все дети должны побывать в роли отгадывающих.

5. Дети садятся на стульчики, и психолог говорит: «*Приехал наш поезд на станцию, все вышли из вагонов и вдруг слышат объявление по радио: «Потерялась девочка, волосы светлые, глаза серые, в желтой кофточке и синих джинсах. Помогите ее найти!»* Дети должны внимательно осмотреть друг друга и найти по этому описанию «потерявшуюся девочку».

6. **Заключение.** Дети выполняют рисунок: «Я и мой друг».

Занятие 2. «Зимние забавы»

Оснащение: магнитофон, кассеты (диски) со спокойной и веселой музыкой, бумага и цветные карандаши

Ход занятия:

1. **Приветствие. Упражнение «Комплимент».** Дети стоят по кругу, психолог предлагает сказать каждому ребенку что-нибудь хорошее своему соседу справа, похвалить его, пример сказать: «Какое у тебя красивое платье!» или «Мне нравится, как ты улыбаешься».

Упражнения на пространственную ориентацию:

Дети прыгают на двух ногах вперед, назад, влево, вправо.

2. Телесно-ориентированное упражнение «Слепой и поводырь».

Психолог расставляет по залу несколько стульев и разделяет детей на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль слепого, другой – поводыря.

«Слепому» завязывают глаза, «поводырь» берет его за руку и ведет по залу, обходя стулья. Затем дети меняются ролями. Остальные дети («зрители») наблюдают за парой.

После того как каждый ребенок побывает в разных ролях, можно спросить: *«Кем больше понравилось быть – «поводырем» или «слепым». Почему?»*.

3. Дети садятся на стульчики. Упражнение «Елочка».

Считалкой выбирается первый ребенок (или психолог может сам выбрать), который становится «новогодней елкой» и встает в центр. Дети подходят к нему по очереди, дотрагиваются нежно и делают вид, что вешают какое-нибудь елочное украшение, игрушку, называя ее. В роли «новогодней елки» должны побывать все дети.

4. Упражнение «Снеговик». Дети встают в круг, и каждый представляет, что он — «снежная баба» или «снеговик»: широко расставляют ноги и округляют руки.

Психолог говорит: *«Наступает весна, начало пригревать солнышко, и наш снеговик начал таять»*. Психолог считает до 10, а дети постепенно расслабляют руки, тело, ноги и опускаются на ковер. Упражнение повторяется несколько раз.

5. Дети встают в круг, берутся за руки и произносят: *«Это я! Это я! Это все мои друзья!»*.

6. Заключение. Дети рисуют на тему «Что мы делали зимой».

Занятие 3. «Внимание к другому»

Оснащение: детские стульчики

Ход занятия:

1. Приветствие. Дети ходят по залу и «здороваются носиками или плечиками» (каждый с каждым).

Упражнения на пространственную ориентацию:

Дети прыгают на двух ногах вперед, назад, влево, вправо.

2. Разминка. Упражнение «Зеркало». Дети разбиваются на пары, встают друг напротив друга, один из них выполняет роль «зеркала», в котором отражаются движения другого. Потом дети меняются ролями.

3. Дети садятся на стульчики.

Совместное рисование человека и игра «Что изменилось?».

Дети сидят на стульчиках. Перед ними стоит мольберт, на котором установлена небольшая доска (или прикреплен большой лист плотной бумаги).

Психолог рисует голову человека. Затем дети поочередно подходят к мольберту, шепотом называют часть тела, которую нужно дорисовать (шея, плечи и т.д.), и дополняют рисунок. По окончании совместного рисования мольберт переворачивается, психолог вносит в рисунок какую-нибудь деталь и вновь показывает изображение детям. Дети должны «воды в рот набрать» и молчать. Психолог дает указку сидящему спокойно ребенку, тот подходит к доске и показывает появившуюся деталь. Дополнения в рисунок вносятся несколько раз.

4. Упражнение - Игра «Ниточка - иголочка»

Дети встают в колонну и кладут руки на плечи впереди стоящих участников. Ребенок, стоящий первым, - «иголка». Он ведет колонну.

Скорость движения колонны зависит от частоты ударов психолога в бубен.

Через некоторое время ведущий меняется. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в роли «иголки».

5. Упражнение «Внимательные ушки». Одного из детей сажают на стул спиной к остальным. Он должен будет по голосу отгадать, кто из детей произнесет фразу: «Здравствуй, это я!» Психолог выбирает ребенка, который должен произнести эту фразу с веселой интонацией. Если водящий отгадывает, дети меняются местами. Другой ребенок будет произносить эту фразу с грустной или испуганной интонацией.

5. Дети встают в круг и, поворачиваясь к соседу, произносят фразу: «Я дарю тебе... улыбку, хорошее настроение, песню, солнце» и др. «Подарок» должен носить нематериальный характер или что-то недостижимое.

6. Заключение. Дети рисуют «Подарок для друга» (теперь можно рисовать что-то конкретное, как правило, это игрушки).

Занятие 4. «Взаимопомощь»

Ход занятия:

1. Приветствие. Дети стоят по кругу, правой рукойжимают левую руку соседа со словами: «Я дарю тебе тепло моих рук».

2. Разминка. Игра «Слушай хлопки»

Психолог просит детей изобразить с помощью жестов ветер и снег.

Дети поочередно выполняют задание. Самые выразительные жесты предлагается повторить и запомнить всем участникам игры.

Затем психолог договаривается с детьми, что на один хлопок они будут изображать ветер, на два — снег, на три — встанут в круг.

Включается музыка, дети танцуют. Когда музыка остановится и прозвучит определенное количество хлопков, дети должны быстро выполнить соответствующее движение.

Упражнения на пространственную ориентацию:

Дети берут в руки воображаемый мяч и по команде психолога поднимают его вверх, опускают вниз, кладут перед собой, справа и слева от себя, кладут его под, на, за стол и т.п.;

3. Психолог предлагает детям взяться за края легкой ткани и кладет в середину снежинку: *«Сделайте так, чтобы снежинка летала и кружилась, но на землю не падала»*. Дети совместными движениями колышут ткань вверх и вниз, психолог помогает.

4. Дети садятся на стульчики. Психолог говорит: *«Знаете, ребята, иногда и взрослым людям нужна ваша помощь. Например, сумки донести, или на стол накрыть, или помолчать, когда мама или папа спят. Вот послушайте:*

Мама спит, она устала...
Ну и я играть не стала!
Я волчка не завожу.
А уселась и сижу.
Не шумят мои игрушки,
Тихо в комнате пустой,
А по маминой подушке
Луч крадется золотой.
И сказала я лучу:
— Я тоже двигаться хочу.

Я бы многого хотела:
Вслух читать и мяч катать.
Я бы песенку пропела,
Я б могла похохотать...
Да мало ль я чего хочу!
Но мама спит, и я молчу.
Луч метнулся по стене,
А потом скользнул ко мне.
«Ничего, — шепнул он будто, —
Посидим и в тишине!»
(Е. Благинина «Посидим в тишине»)

5. Разыгрывание этюдов «Что нужно сделать?». Психолог предлагает детям поиграть: *«Я буду вам что-нибудь показывать, а вы будете отгадывать, что нужно сделать»*.

Психолог первый показывает сценку, например старенькая бабушка несет тяжелую сумку или ищет очки. Дети могут либо сказать, либо показать, как надо помочь человеку. Далее, психолог придумывает этюды, а дети их разыгрывают.

Например:

- Малыш упал;
- Малыш испугался собаки;

- Мальчик сломал свою машинку и заплакал;
 - Девочка потерялась;
 - Новенький мальчик ждет свою маму, а она не приходит, он волнуется, плачет;
 - Девочка боится перейти лужу по доске.
- Каждый раз психолог акцентирует внимание на чувствах детей или взрослого.

6. Игра «Я змея, змея, змея...»

Сейчас я превращусь в змею, буду петь такую песенку: «Я змея, змея, змея, я ползу, ползу, ползу. (Ведущий обращается к какому-нибудь ребенку). Хочешь быть моим хвостом? Да, конечно же, хочу!" Ребенок, которого позвали, проползает между ног и встает за ним. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не станут «хвостом змеи».

7. Заключение. Дети рисуют на тему: «Как я помогаю маме, папе или бабушке».

IV. БЛОК СОТРУДНИЧЕСТВА

Занятие 1. «Сотрудничество»

Оснащение: большие гимнастические обручи (5–6 штук), магнитофон и кассеты (диски) со спокойной музыкой; гимнастическая низкая скамейка, или доска, или две ленты (веревки) длиной около 5 метров, мяч

1. Приветствие. Дети становятся в круг и называют себя взрослыми именами: «Я — Александр, а ты?».

2. Разминка. Упражнение «Расскажем и покажем».

Дети встают полукругом напротив психолога и выполняют движения, которые упоминаются в рифмовке.

Руку правую – на плечо,

Руку левую – на бочок.

Руки в стороны, руки вниз,

И направо повернись.

Руку левую – на плечо,

Руку правую – на бочок.

Руки вверх, руки вниз,

И налево повернись.

Упражнение повторяется несколько раз.

3. Игра «Пловцы и акулы». Психолог раскладывает на полу в произвольном порядке обручи и объясняет детям условия игры: *«Представьте себе, что вы пловцы, которые плавают в море, а обручи — ваши лодки. Но в море бывают акулы, поэтому, как только я скамандую «Акулы!», вы должны запрыгнуть в обручи».* Психолог включает музыку, и дети начинают плавно передвигаться по залу, делая гребки руками. Через 1–2 минуты психолог выключает музыку и командует «Акулы!», дети запрыгивают в обручи. Затем опять включается музыка и, пока дети «плавают», психолог убирает один обруч («Лодка утонула!»). На следующую команду «Акулы!» дети должны поместиться в оставшиеся обручи. Так игра повторяется до тех пор, пока все дети (8–9 человек) не поместятся в одном обруче, стоя на одной ноге и придерживая товарища. В заключение игры психолог хвалит детей за то, что не дали «пловцам» утонуть, все держались вместе, поддерживали товарищей.

4. Дети садятся на стульчики, и психолог рассказывает условия новой игры: *«Знаете ли вы историю про двух баранов? Один баран переходил реку с одного берега на другой по узенькому мостику, а тем временем с другой стороны начал идти другой баран. И прямо посередине реки они встретились, и никак им не разминуться, и уступить дорогу не хотят! Стали они бодаться, выяснять, кто из них сильнее. И... правильно! Оба свалились в воду! Интересно, а как бы вы поступили в такой ситуации? Кто из вас сможет так пройти по узкому мостику, чтобы и самому не упасть и другого не столкнуть?»* Психолог ставит гимнастическую скамейку или обозначает на полу мостик двумя лентами. Приглашает желающих детей так пройти навстречу друг другу по скамейке, чтобы достичь противоположного конца и не столкнуться при этом друг друга. *«Мы же все-таки люди, а не бараны!»* Психолог помогает детям согласовывать свои движения при встрече, поддерживает их на скамейке.

5. Заключение. Упражнение с мячом «Что хорошо делать одному, а что — вместе?»

Дети стоят по кругу, психолог кидает им по очереди мяч с вопросом «*Что хорошо делать вместе?*» (например, играть в мяч, в шашки, в прятки, в «дочки-матери», убирать игрушки, кататься с горки и т. д.). Когда ответят все дети, задается другой вопрос: «*Что хорошо делать одному?*» (например, читать, мечтать, рисовать, лепить, играть с кошкой). Подводятся итоги: «*Вместе нам гораздо интереснее и больше разных занятий можно себе придумать*». Можно дать задание: нарисовать рисунок на тему «*Что я делаю вместе с мамой, папой, другом*».

Занятие 2. «Взаимодействие»

Оснащение: мяч, повязка на глаза; изображения мячей с различными узорами, разрезанные на две части (так, что, при складывании получилась целая картинка), три цветных карандаша для каждого ребенка.

Ход занятия:

1. Приветствие. Дети сидят по кругу и катают мяч друг другу со словами: «Здравствуй, Коля! — Здравствуй, Толя». Психолог следит, чтобы поздоровались с каждым ребенком.

2. Разминка. Упражнение «Расскажем и покажем».

Дети встают полукругом напротив психолога и выполняют движения, которые упоминаются в рифмовке.

Руку правую – на плечо,

Руку левую – на бочок.

Руки в стороны, руки вниз,

И направо повернись.

Руку левую – на плечо,

Руку правую – на бочок.

Руки вверх, руки вниз,

И налево повернись.

Упражнение повторяется несколько раз.

3. Упражнение «Прошепчи ответ».

Дети садятся на стульчики.

Психолог говорит:

– *Я буду задавать вам вопросы. Каждый, кто знает ответ, протягивает вперед руку, сжимает пальцы в кулак, а большой палец поднимает вверх. Покажите эти движения.*

Дети выполняют задание.

– *Когда я увижу много поднятых вверх пальцев, то начну считать: «Раз, два, три». На счет «три» вы все вместе должны будете прошептать ответ.*

Психолог задает следующие вопросы:

- *Какое сейчас время года?*
- *Какой сегодня день недели?*
- *Как называется город (поселок), в котором вы живете?*
- *Какое число следует за числом пять?*
- *Как называется детеныш коровы?*
- *Сколько лап у собаки?*
- *Сколько лап у двух собак? И т.п.*

4. Упражнение «Слепой и поводырь». Дети садятся на стулья, и психолог рассказывает, что *«бывают люди, которые плохо видят или не видят совсем. Таким людям обычно кто-то помогает, другие люди или даже собаки-поводыри. Давайте попробуем походить по залу с закрытыми глазами, как будто мы слепые, но нас будет кто-то водить»*. Психолог сначала расставляет в произвольном порядке стулья по залу, выбирает первую пару детей и одному завязывает глаза. Объясняет, что «поводырь» должен так провести «слепого», чтобы тот не задел ни одного стула. Затем дети меняются ролями. Игра продолжается до тех пор, пока есть желающие. В конце психолог должен поинтересоваться, кому кем больше нравилось быть.

5. Упражнение «Сиамские близнецы». Психолог разбивает детей на пары и говорит: *«Представьте себе, что вы срослись боками. Прислонитесь друг к другу очень близко. Попробуйте так походить. Шагайте двумя ногами как будто одной»*. Дети выполняют упражнение: ходят спокойно, бегают, приседают. Психолог хвалит детей, если у кого-то ловко получается.

6. Дети садятся за столы. Психолог раздает карандаши и изображения половинок мячей с одинаковым рисунком парам детей. Дети должны договориться и раскрасить свои половинки так, чтобы цвет узоров на сложенном мяче был одинаковый.

Занятие 3. «Работа в парах»

Оснащение: детские стульчики в количестве 32 штук, магнитофон и кассеты (диски) со спокойной музыкой, лист бумаги формата А3 и цветные карандаши.

Ход занятия:

1. Приветствие. Стоя по кругу, дети «прохлопывают» по слогам имя каждого ребенка.

2. Разминка. Игра «Четыре стихии». Дети двигаются по залу под спокойную музыку. По команде психолога «Воздух» ребята поднимают руки вверх; «Земля» — опускают вниз; «Вода» — делают плавательные движения; «Огонь» — извиваются всем телом.

Упражнения на пространственную ориентацию:

Дети берут в руки воображаемый мяч и по команде психолога поднимают его вверх, опускают вниз, кладут перед собой, справа и слева от себя, кладут его под, на, за стол и т.п.;

3. Упражнение «Эмоции».

Дети садятся на стульчики.

Психолог поочередно показывает детям карточки с изображением лиц.

Дети, определив эмоциональное состояние человека, изображенного на рисунке, молча, поднимают руку. Психолог произносит: «Раз, два, три». На счет «три» дети все вместе должны прошептать ответ. По окончании этого упражнения психолог предлагает детям изобразить при помощи пантомимики следующие эмоциональные состояния: грусть, обиду, радость, злость, удивление, спокойствие. Дети выполняют задание.

4. Упражнение - Игра «Ниточка - иголочка»

Дети встают в колонну и кладут руки на плечи впереди стоящих участников. Ребенок, стоящий первым, - «иголка». Он ведет колонну.

Скорость движения колонны зависит от частоты ударов психолога в бубен.

Через некоторое время ведущий меняется. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в роли «иголки».

5. Дети садятся на стульчики. Психолог говорит: *«Давайте немного отдохнем и послушаем такой рассказ. Одна девочка, ее звали Катя, сидела за столом и выполняла свое задание, а ее маленький братишка Ромка ей мешал: то на стул залезет, то в ее тетрадке что-то нарисует. Она его и ругала, и толкала, но все бесполезно. Тогда Катя закричала: «Мама, ну возьми же Ромку, он мне мешает!» Тем временем в соседней квартире Катина подружка Оля тоже выполняла задание, и ее младшая сестренка Аленка тоже ей мешала: то карандаш из руки вырвет, то тетрадку схватит. Оля подумала-подумала и решила: «Наверно Аленке тоже хочется научиться писать», и дала своей сестренке карандаш и бумагу. Как вы думаете, кто из девочек поступил правильно? Что еще можно придумать, если вам мешает ваш младший брат или сестра?»* Психолог выслушивает детей, дополняет их ответы.

6. Психолог прикладывает к мольберту лист бумаги формата А3

и предлагает всем детям по очереди нарисовать общую картину, например на зимнюю тему. Каждый рисует один-два предмета и передает очередь следующему ребенку.

7. Заключение. Упражнение «Насос и мяч». Дети встают парами друг напротив друга. Один ребенок садится на корточки, он — «мяч», другой делает вид, что у него в руках насос и начинает его качать. С каждой

«накачкой» «мяч» медленно поднимается — «надувается». Потом дети меняются ролями. Психолог следит за темпом, согласованностью движений.

Занятие 4. «Лес»

Оснащение: листы бумаги А4 по количеству детей или такой же по размеру цветной картон; листы для рисования и цветные карандаши на каждого ребенка; картинки, разрезанные на две части.

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети стоят по кругу. Первый ребенок делает шаг вперед и называет свое имя, а все остальные показывают большие пальцы и громко произносят: «И это здорово!» Так приветствуют каждого ребенка.

2. **Разминка. Упражнение «Прогулка по зимнему лесу».**

Психолог предлагает детям отправиться в воображаемый зимний лес. Он становится первым, а дети — следом в цепочку. Психолог показывает разные движения, а дети повторяют, высоко поднимая ноги, как будто перешагивают через сугробы, ловят снежинки руками, кормят белочек орешками, насыпают корм в кормушку для синичек, потом как будто надевают лыжи и делают лыжные движения, едут с горки и т. д. В заключение можно «отряхнуть снег» друг с друга.

3. **Упражнения на пространственную ориентацию:**

Дети берут в руки воображаемый снег и по команде психолога поднимают его вверх, опускают вниз, кладут перед собой, справа и слева от себя, кладут его под, на, за и т.п.;

4. Дети садятся на стульчики, и психолог раздает им половинки картинок. Затем предлагает детям найти вторую половину картинки и сесть рядом. Объясняет следующие правила игры: *«Представьте себе, что мы все попали в весенний лес, снег начал таять, кое-где подсыхать, а нам надо пройти, не замочив ног. Будем прыгать по кочкам. Нашими кочками будут вот эти листы бумаги (или картона).*

Один из вас будет «ангелом-хранителем» другого, он будет ставить их вам под ноги по очереди, а вы будете наступать ногой то на один лист, то на другой и так передвигаться по всему залу. Сейчас я вам покажу». Психолог приглашает одного ребенка и демонстрирует, как можно передвигаться, наступая по очереди на листы бумаги. Затем раздает одному ребенку из пары два листа, и дети начинают движение по залу в произвольных направлениях. Можно установить очередность и двигаться друг за другом. Дети меняются ролями.

5. **Рисование на заданную тему.**

Дети садятся на стульчики.

Психолог показывает детям смешную мягкую игрушку и говорит:

– Ребята, к нам в гости пришел Фантастик. Он умеет рассказывать веселые неправдоподобные истории. Послушайте одну из них: «Однажды я бежал по лужайке и подпрыгивал то на одной, то на другой ноге. Один раз я так сильно подпрыгнул, что улетел на облако. Уселся на него поудобнее и решил попутешествовать на нем. Облако летело-летело и вдруг столкнулось с другим облаком. Меня подбросило вверх, я перекувырнулся через голову и начал падать, только не пойму – вверх или вниз? Как вы думаете, ребята? В том-то и дело, что не вниз, а вверх, и упал на звезду. Звезда была очень горячая, поэтому я не мог стоять на месте и стал прыгать и допрыгнул до необыкновенного цветка. Я долго любовался этим цветком. Все лепестки у него были разноцветные и такие яркие, что мне пришлось закрыть глаза. А когда я их открыл, оказался у себя дома в кровати! Это был сон!» Фантастик хотел нарисовать то, что увидел во сне, но у него не получилось. Давайте поможем ему. Возьмите листы бумаги и фломастеры (карандаши), нарисуйте сновидение Фантастика. Дети выполняют задание.

Занятие 5. «Я и семья»

1. Приветствие. Дети стоят по кругу, правой рукойжимают левую руку соседа со словами: «Я дарю тебе тепло моих рук».

2. Разминка.

Упражнение «Капелька».

Дети сидят на стульчиках, глаза закрыты.

Психолог говорит:

– Представьте себе, что с неба падают капельки, а вы ловите их ртом. А теперь капелька:

легла на правую щеку – надуйте ее;

легла на левую щеку – надуйте ее;

легла на носик – наморщите нос;

легла на лоб – пошевелите бровями;

легла на веки – поморгайте глазами и откройте их.

Дождь закончился.

Детям предлагается разгадать ребус «7Я».

3. Игра «Подари волшебный подарок».

Сказка – это всегда, какое – то волшебство. Давайте мы с вами превратимся в волшебников и подарим своим маме и папе необыкновенный подарок, который нельзя купить в магазине или сделать своими руками, например: «Я подарю маме и папе всегда голубое небо» и т.п.

(Дети передают друг другу мячик и называют подарки, которые они подарили бы своим маме и папе, если бы были волшебниками).

4. Ребята, вы знаете, кто сочиняет сказки?

Сегодня я буду сказительницей и расскажу вам сказку с таким смешным, на мой взгляд, названием «Сказка о букашке Сашке». Букашка – это кто, по - вашему?

И так мы начинаем «Сказку о букашке Сашке» (Автор Ольга Хухлаева.).

Букашка Сашка очень любил своих родителей и хотел, чтобы они тоже всегда его любили. Но ему казалось, что иногда родители его не любят.

Букашка Сашка часто спрашивал: «Мама, папа, а ты любишь меня?» И однажды мама, а она в этот день была чем – то расстроена, ответила: «Люблю, когда ты себя хорошо ведешь». «Значит, когда я плохо себя веду, она меня совсем не любит», - решил Сашка.

И вот случилось с Сашкой в детском саду для букашек - сразу три «плохо»: букашке Наташке синяк на лбу поставил, в лужу упал и штаны измазал, а в группе коляску кукольную сломал. «Теперь уж мама и папа меня совсем не будут любить, - решил Сашка, - а может быть даже в специальный детский домик, для непослушных букашек, отдадут. Лучше убегу в Америку». Тихонечко выскочил он из детского сада на улицу и остановился. Где Америка находится, он не знает. Стал по улицам бродить. А в детском саду в это время...

А в детском саду в это время за Сашкой пришли родители... И что было дальше?

А вы хотите узнать, что действительно произошло?

Да ребята, когда родители узнали, что Сашка потерялся, папа бросился его искать, а мама горько заплакала: «Где же наш Сашка?»

- «Он, наверное, боялся, что вы его разлюбите, у меня тоже такое бывает», - прошептала букашка Наташка.

- «Как же мы можем разлюбить своего сына! Мама и папа любят своего ребенка всякого: беленького и черненького, чистенького и грязненького, послушного и озорника. Где наш Сашка?»

А Сашка тем временем устал искать Америку – вернулся в детский сад. А там мама и папа. Отругали они Сашку за то, что убежал, а потом расцеловали, и повели домой. А счастливый Сашка крепко держит маму и папу за руку и думает: «Как хорошо, что родители всегда любят своих детей».

Почему Сашка решил, убежать в Америку? Как вы думаете, какие чувства испытали мама и папа, когда узнали, что Сашка потерялся? (испуг, страх, боль, огорчение...) От чего Сашка почувствовал себя счастливым?

А когда утром счастливый Сашка проснулся, он сочинил стихотворение:

Мама на папу глядит, Улыбается,
Папа на маму глядит, Улыбается,
А день самый будний, Не воскресенье,
И за окошком – не солнце, А вьюга,
Просто такое у них Настроение,
Просто они очень любят друг друга.
От этой любви, И легко, и светло.
Мне с папой и мамой, Так повезло!

5. Игра «Верно — неверно»

Психолог. Я буду говорить вам какие-то фразы, а вы, если согласны со мной, поднимайте обе руки вверх, а если не согласны, топайте ногами.

Семья — это все мои друзья и знакомые.

Семья — это я.

Семья — это родные, которые живут рядом.

Мои родители могут быть младше меня.

Бабушка — это мама моей мамы.

Дедушка — это папа моего папы.

Семья — это люди, которые любят друг друга.

Бабушка и дедушка — это мои родители.

« Я — дочь мамы и папы.

Всем людям нужна семья.

Да, я хотела вас запутать, но не смогла! Умницы! Я вижу, что все вы знаете, зачем человеку нужна семья.

6. Рисование на тему «Моя семья»

Цель: воспитывать любовь к родным.

Психолог предлагает детям нарисовать свою семью и подарить своим родным свой рисунок.

7. Заключение. Дидактическое упражнение «Корзина добрых дел» (во время игры звучит спокойная музыка)

- Ребята, а вы хотите никогда не огорчать своих родных?

- Как вы думаете, чем можно порадовать своих мам и пап, бабушек и дедушек? (хорошими поступками)

- Тогда нам поможет корзина добрых дел.

- Давайте встанем вокруг, будем передавать корзинку друг другу и называть доброе дело, которым можно порадовать своих близких.

Я буду мыть посуду.

Я буду поливать цветы.

Я буду убирать игрушки.

Я буду пылесосить.

Я буду вытирать пыль.

Я буду заправлять кровать.

Я буду хорошо себя вести.

Занятие 6. «Мы вместе»

Ход занятия:

1. **Приветствие.** Дети стоят по кругу и выполняют упражнение «И это здорово!» из предыдущего занятия.

2. Разминка. Развитие пространственных представлений.

Упражнение «**Расскажем и покажем**».

Дети встают полукругом напротив психолога и выполняют движения, которые упоминаются в рифмовке.

Руку правую – на плечо,

Руку левую – на бочок.

Руки в стороны, руки вниз,

И направо повернись.

Руку левую – на плечо,

Руку правую – на бочок.

Руки вверх, руки вниз,

И налево повернись.

Упражнение повторяется несколько раз.

3. Упражнение «Ищем ошибки».

Дети садятся на стульчики.

Психолог говорит:

– Я буду читать рассказ. Внимательно следите за моей речью. Если услышите какую-нибудь путаницу или то, чего не может быть, – потопайте ногами, а затем объясните, почему вы прервали рассказ и исправьте мою ошибку.

Рассказ с нелепостями

Собралась я как-то раз в лес. Взяла с собой собаку, рюкзак и лыжи. Прихожу в лес, надеваю КОНЬКИ и начинаю двигаться по лыжне. Вдруг моя КОШКА что-то увидела. Под елкой сидел РЫЖИЙ заяц. Собака ЗАМЯУКАЛА, заяц бросился бежать. Заяц прыгнул НА ДЕРЕВО, а собака заним ПОЛЕЗЛА. Заяц от собаки убежал, ведь он бегаёт МЕДЛЕННО. Тогда моя собачка стала копать ЗЕМЛЮ и раскопала – что бы вы думали? ГРИБ! Нет, конечно, не гриб, а норку, а в той норке жила ВОРОНА. Собака обнюхала норку и ПОЕХАЛА дальше. Я отправилась вслед за ней. Захотелось мне есть. Достала я из ПОРТФЕЛЯ два бутерброда и термос с кофе. Один из ПИРОЖКОВ я дала собаке. Мы поели, и вдруг я услышала стук колес и гудок ПАРОВОДА, значит, близко железная дорога.

4. Упражнение «Трамвайчик»

Все сидят в кругу. Один стул свободный. Начинает тот, у кого свободный стул справа. Он должен пересесть на свободный стул и сказать: «А я еду». Следующий участник, у кого справа оказался пустой стул, пересаживается и говорит: «А я тоже». Третий участник говорит: «А я зайцем», а четвертый заявляет: «А я с... (называет имя любого участника)». Тот, чье имя назвали, торопится сесть на пустой стул, и все по аналогии повторяется сначала

5. Упражнение «Совместное рисование». Психолог раздает детям листы с варежками и карандаши; дети должны найти парные варежки, т. е. с одинаковым орнаментом, и сесть рядом. Психолог дает задание раскрасить варежки так, чтобы они получились одинаковыми, то есть детям необходимо уметь договариваться о совместности действий и работать сообща. Затем детям раздаются листочки с носками и задание повторяется.

Это занятие, и особенно последнее упражнение, является диагностическим для психолога. Вы можете путем наблюдения установить, насколько дети научились работать согласованно на вербальном или невербальном уровне. Если есть необходимость, можно продолжить занятия, отобрав нужные игры и упражнения и составив дополнительный комплекс.

Приложение 1

Изучение эмоциональной сферы дошкольников
Анкета для педагогов

Дата заполнения _____ ФИ ребенка _____ дата рождения _____

1. Трудности поведения: а) имеются, б) отсутствуют;
2. Трудности в обучении: а) имеются, б) отсутствуют;
3. Проявляет ли ребенок нервозность, тревожность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
4. Проявляет ли ребенок двигательное беспокойство, расторможенность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
5. Проявляет ли ребенок рассеянность, отвлекаемость, импульсивность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
6. Проявляет ли ребенок утомляемость, истощаемость
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
7. Проявляет ли ребенок раздражительность, агрессивность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
8. Проявляет ли ребенок вялость, пассивность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда
9. Проявляет ли ребенок робость, скованность
а) очень часто
б) обычно
в) редко
г) никогда

Приложение 2

Уважаемые родители!

Ответьте, пожалуйста, в письменной форме на представленные вопросы,

Это необходимо для углубленной работы педагога – психолога
Вопросы для родителей по изучению эмоциональной сферы ребенка

1. Часто ли ребенку кажется, что он сделал что то не так?
2. Обидчив ли Ваш ребенок?
3. Смущается ли он при разговоре со взрослым?
4. Бывает ли ребенок так возбужден, что не может усидеть на месте?
5. Любит ли он мечтать?
6. Можно ли назвать его раздражительным?
7. Спокойно ли спит Ваш ребенок?
8. Часто ли его терзает чувство вины?
9. Долго ли переживает после случившегося конфликта?
10. Часто ли ребенок «дуется»?
11. Беспокоят ли его боли без всякой причины?
12. Часты ли подъемы и спады настроения в течении дня?
13. Легко ли его задеть, покритиковав чем то?
14. Можно ли назвать его веселым и живым?
15. Бывают ли у него тики, непреднамеренные движения?
16. Проявляет ли ребенок чрезмерно бурные эмоциональные реакции с плачем?
17. Вступает ли ребенок в конфликты, потасовки со сверстниками по различным поводам?
18. Ведет ли он так себя со взрослыми?

Список литературы

1. Алексеева Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. - СПб. ; Речь, 2007

2 Денисов П., Денисов Г. **Программа «Гимнастика мозга»**. Ч. 1 и 2/ Пер. С. М. Масгутовой. М., 1997

3. Маралов В. Г. Фралова Л. П. **Коррекция личностного развития дошкольников**, - М.: - ТЦ **Сфера**, 2008.-

3. Савина Л. И. Пальчиковая гимнастика. – М., 1999 г

4. Сакович Н. А. Практика сказкотерапии: - СПб.: Речь, 2004.

5. Сиротюк А. Л. Обучение **детей** с учетом психофизиологии. -М. ,2000.

6. Сиротюк А. Л. **Коррекция развития интеллекта дошкольников**. – М.:ТЦ **Сфера**, 2002 г.

7. Сиротюк А. Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. – М.:ТЦ **Сфера**, 2003

8. Стишенков И. В. Сказка в тренинге- СПб.: Речь, 2005.

9. Кряжева Н. Л. **Развитие эмоционального мира детей**. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль.: Академия **развития**, 1997.

10. Лютова Е. К., Монина Г. Б. Тренинг общения с ребенком (*период раннего детства*). - СПб.: Речь, ТУ **Сфера**, 2001

11. Ткач Р. М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб.: М.: **Сфера**, 2008.

12. Шипицына Л. М., Заширинская О. В., Воронина А. П., Нилова Т. А. **Азбука общения: Развитие личности ребенка**, навыков общения со взрослыми и сверстниками (*для детей 3-6 лет*). – СПб.: Детство-Пресс, 2000

13. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у **детей и подростков**: Учебное пособие. – М., 1999 г.

14. Чистякова М. И. Психогимнастика. - М., Просвещение: Владос, 1995