

Западное управление министерства образования и науки Самарской области



**ГБОУ ДПО ЦПК
«Ресурсный центр г. о. Сызрань Самарской области»**

Сборник: по итогам окружного конкурса на лучший методический материал по дошкольному образованию «Педагогическая мастерская».

Номинация: «Коррекционно - развивающая работа с детьми».



Педагогический проект для детей старшего дошкольного возраста на тему: «Волшебное царство эмоций и чувств»

Авторы:

Булатович Ирина Николаевна. педагог – психолог
Будникова Марина Вениаминовна, воспитатель
СП «Детский сад № 31» ГБОУ СОШ № 14 г. о. Сызрань

Введение

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Эмоции ребенка – это послание окружающим о его состоянии.

Эмоции и чувства, как и другие психические процессы, проходят на протяжении детства сложный путь развития.

В дошкольном возрасте происходит освоение социальных форм выражения эмоций. Благодаря речевому развитию эмоции дошкольников становятся осознанными, они являются показателем общего состояния ребенка, его психического и физического самочувствия.

Эмоциональная система детей дошкольного возраста еще незрелая, поэтому в неблагоприятных ситуациях у них могут возникнуть неадекватные эмоциональные реакции, поведенческие нарушения, которые являются следствием сниженной самооценки, переживаемых чувств обиды и тревоги. Все эти чувства являются нормальными человеческими реакциями, но детям трудно выражать отрицательные эмоции надлежащим образом. Кроме того, у детей в дошкольном возрасте существуют проблемы в выражении эмоций, связанные с запретами взрослых. Это запрет на громкий смех, запрет на слезы (особенно у мальчиков), запрет на выражение страха, агрессии. Ребенок шести лет уже умеет быть сдержанным и может скрыть страх, агрессию и слезы, но, находясь долгое время в состоянии обиды, злости, подавленности, ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт, напряжение, а это очень вредно для психического и физического здоровья. Опыт эмоционального отношения к миру, обретаемый в дошкольном возрасте, по мнению психологов, является весьма прочным и принимает характер установки.

Организованная педагогическая работа может обогатить эмоциональный опыт детей и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии. Дошкольный возраст – благодатный период для организации педагогической работы по эмоциональному развитию детей. Основная задача такой работы заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять. Педагогу важно специально знакомить детей со своеобразным эмоциональным букварем, развивать умения пользоваться языком эмоций для выражения собственных чувств и переживаний и для лучшего понимания состояния других людей, анализировать причины различных настроений.

Вашему вниманию предлагаются занятия, упражнения, игры, которые могут использовать воспитатели, психологи для развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста

Педагогический проект для детей старшего дошкольного возраста.

Тема: «Волшебное царство эмоций и чувств»

Актуальность: дошкольный возраст – это период активного эмоционального развития. Эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии дошкольников, так как никакое общение, взаимодействие не будут эффективными, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности ребенка. Наиболее адекватное средство выражения личных чувств ребенка, эмоциональных переживаний – эмоциональная лексика. При всей кажущейся простоте, распознавание и передача эмоций – достаточно сложный процесс, требующий от ребенка определенных знаний, определенного уровня развития. Ведь, чем больше ребенок знает, какие бывают эмоции, чем больше владеет эмоциональной лексикой, тем точнее он поймет состояние другого человека.

Анализ проблемы: в процессе режимного момента на прогулке, дети наблюдали интересное явление – появление после весеннего дождя «радуги». У детей она сразу вызвала бурю разных эмоций и впечатлений. Мы выбрали эту тему потому, что детям было интересно, от куда берется радуга и почему она образует столько цветов, тем самым вызывая у них бурю чувств и эмоций. Мы взяли это на заметку, и решили вместе раскрыть тему эмоциональных состояний человека и влияние на него окружающей действительности. Мы 2 месяца проводили беседы, читали сказки, образовательную деятельность, рассматривали картины, наблюдали на прогулке, рисовали, лепили, использовали в работе нетрадиционные формы аппликации, танцевали, играли, выполняли задания и многое другое, для того, чтобы узнать много интересного о царстве чувств и эмоций.

Цель проекта: Формирование эмоциональной культуры старших дошкольников, посредством использования творческой деятельности детей.

Задачи проекта:

- способствовать развитию знаний у детей о основных эмоциях: интерес, радость, удивление, грусть, гнев, страх, стыд;
- развивать способность осознавать своё эмоциональное состояние, делиться своими переживаниями, описывать свои чувства и эмоции;
- формировать навыки адекватного проявления эмоционального состояния в коммуникативной сфере;
- развивать умения соотносить эмоциональное состояние с музыкой, явлениями, предметами и выражать их художественными средствами;
- продолжать развивать психические процессы, воображение и фантазию дошкольников;
- дать возможность каждому ребенку возможность выразить свое эмоциональное состояние в творческой и игровой деятельности.

Вид проекта: Информационно – творческий, коллективный.

Возраст детей: 5 – 6 лет

Продолжительность проекта: среднесрочный (2 месяца)

Социальные партнеры: дети, педагог – психолог, воспитатель.

1. Методы и формы реализации проекта:

2.

Методы работы по проведению первичной диагностики:

- Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов);

- графическая методика «Кактур» М.А. Парфиловой;

- тест тревожности Р.Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Методы работы:

- наглядные: рассматривание картинок, пиктограмм, наблюдения, просмотр видео, мультфильмов, презентаций, фото - выставка;

- словесные: беседы, вопросы, объяснения, пояснения, чтение и сочинение сказок, художественное слово, поощрение, игры на развитие социальных эмоций, навыков общения, дидактические, словесные игры и т.д.;

- практические: психогимнастика, релаксация, рисование, лепка, аппликация, рисуночные методики, театрализованные игры, игры – драматизации, выставка детских работ и т.д.;

- инновационные: музыкальное сопровождение, образовательная деятельность с использованием интерактивной сессией.

Ожидаемый результат:

Обогащение эмоционально-оценочного словаря дошкольников, развитие эмоциональной сферы детей, обучение различению эмоций дошкольниками и способам их выражения и контроля.

Дети должны знать:

-эмоции радость, грусть, страх, злость;

- о существовании индивидуальных особенностей своих чувств и сверстников;

Дети должны уметь:

- понимать и описывать свои желания и чувства;

- подбирать ассоциации к эмоциональным проявлениям;

- осознавать и описывать свои физические и эмоциональные ощущения;

- воспроизводить выразительные позы и движения;

- уступать друг другу в конфликтных ситуациях;

- передавать заданное эмоциональное состояние при помощи мимики, пантомимики;

-устанавливать причинно-следственные связи между событиями жизни;

- умение чувствовать настроение в музыке и цвете.

Формы организации детей в процессе реализации проекта:

- коллективная;

- подгрупповая;

- индивидуальная;

- работа в парах;

- совместная деятельность детей с воспитателем, психологом;

- самостоятельная деятельность детей;

- совместная деятельность детей и родителей.

2. Формы работы с детьми по ФГОС ДО, условно каждому виду деятельности

Виды деятельности	Формы работы
Игровая	Игры с правилами, игры-драматизации, дидактические, настольно-печатные игры, игровые упражнения, элементы арт-терапии, псих гимнастические игры
Коммуникативная	Нравственно – этические беседы, ситуативный разговор, речевые ситуации, ролевые диалоги, сюжетные игры, игры с правилами, заучивание морилок, составление рассказов и сказок, загадок.
Познавательная – исследовательская	Наблюдение, беседа, решение проблемно-практических ситуаций, моделирование, дидактическое упражнение, просмотр презентаций, мультфильмов и видео роликов.
Восприятие художественной литературы	Чтение, обсуждение, беседа, рассматривание иллюстраций, слушание, разучивание
Изобразительная, конструирование	Мастерская по изготовлению продуктов детского творчества, продуктивная коллективная деятельность, рисование, изготовление поделок из бумаги, природного и бросового материала
Музыкальная	Слушание, импровизация, хороводные игры.
Театральная	Драматизация, театрализация, импровизация, мимические и пантомимические этюды, арт-терапия
Двигательная	Подвижные игры с правилами, игровые упражнения, упражнения на мышечную релаксацию, дыхательная и мимическая гимнастика, игры – забавы.

3. Взаимодействие с семьей

В рамках реализации педагогического проекта определена система работы с родителями воспитанников.

Формы и методы работы с семьей:

1. Анкетирование «Знаю ли я своего ребенка?».
2. Консультация для родителей по темам: «Развитие эмоционально – волевой сферы старших дошкольников», «Ребенок и его эмоциональное здоровье».
3. Памятки для родителей «Негативные эмоции. Как от них освободиться», «Эмоциональное благополучие ребенка в семье».
4. Буклеты «Взаимоотношение ребенка в семье».
5. Оформление информационного уголка: «Фразы родителей, помогающие ребенку, вырасти счастливым», «Признаки психологического напряжения у детей», «Как снять напряжение после детского сада».
6. Оформление фото - выставки «Радостные моменты».
7. Выставки детских работ.
8. Психологическая игра «Наше настроение» (плакат).
9. Совместное изготовление дидактических игр, пособий, картотеки, атрибутов к играм и театральным этюдам.

4. Практическая реализация проекта.

Содержание реализации проекта.

Для достижения поставленных целей и задач необходима реализация следующих действий:

- создание центра эмоционального настроения;
- изготовление атрибутов, картотеки игр;
- внедрение проекта в образовательный процесс;
- проведение образовательной деятельности по социально – эмоциональному развитию;
- создание комфортной образовательной среды по социально - эмоциональному развитию дошкольников;
- создание у воспитанников и их родителей устойчивого интереса к социально – эмоциональному развитию посредством игр и продуктивной деятельности.

5. Развивающая предметно-пространственная среда

Совместная деятельность с педагогом	Совместная деятельность детей
<ol style="list-style-type: none">1. Картотека игр на развитие эмоциональной сферы дошкольников2. Картотека игр на развитие социальных эмоций3. Картотека псих гимнастических и релаксационных упражнений4. Презентации, созданные педагогом5. Работа в уголке уединения6. Изготовление макетов, поделок из различных материалов7. Чтение сказок	<ol style="list-style-type: none">1. Уголок уединения2. Уголок «Радуга эмоций»3. Игры-путешествия4. Книжки со сказками5. Рассматривание альбомов «Эмоции людей»6. Игры на развитие эмоциональной сферы дошкольников, релаксационные и псих гимнастические упражнения.7. Творческая деятельность8. Музыкальные минутки

6. Этапы реализации проекта.

I этап проекта – подготовительный.

Цель – определение задач и форм взаимодействия с родителями и детьми старшего дошкольного возраста по реализации игрового проекта «Волшебная страна эмоций и чувств»

Задачи данного этапа:

1. Провести первоначальную диагностику (методика «Волшебная страна чувств» Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов), наблюдение.
2. Провести анкетирование родителей: «Знаю ли я своего ребёнка».
3. Установить индивидуальный контакт с каждым ребенком для определения направлений взаимодействия.
4. Изучить методическую литературу, подобрать и изготовить наглядный и дидактический материал, картотеку игр на формирование основ эмоционального интеллекта. Спроектировать РППС в соответствии с темой.
5. Определить содержание и формы работы с детьми.
6. Разработать систему занятий, подобрать комплекс игр, упражнений, псих гимнастик, релаксаций, психологических и театральных этюдов.

II этап проекта - исследовательский

Цель – внедрение проекта в образовательный процесс.

Задачи данного этапа:

1. Привлечь родителей к совместной деятельности в реализации проекта «Волшебная страна эмоций и чувств».
2. Создать центр эмоционального настроения (уголка настроения и уголка уединения) в группе.
3. Изготовить дидактические игры, пособия, картотеку, атрибуты к играм и театральным этюдам.
4. Провести цикл занятий, психологических упражнений и игр в образовательном процессе и самостоятельной деятельности.

7. План реализации проекта

№	Форма работы	Время режима дня	Ответственный	Взаимодействие с семьей
1	Беседа на прогулке: «Как появляется радуга»»	1 половина дня	Воспитатель	1. Анкетирование «Знаю ли я своего ребёнка»; 2. Консультация для родителей «Развитие эмоционально – волевой сферы старших дошкольников»
2	НОД «Радуга и мое настроение»	1 половина дня	Психолог, воспитатель	
3	Цикл занятий и бесед с педагогом – психологом по знакомству с эмоциями и чувствами: радость, грусть, злость, страх и др.	2 половина дня	Психолог	
4	Психологическая игра: «Азбука настроений»	2 половина дня	Психолог	
5	Дидактическая игра: «Разноцветное игровое поле»	2 половина дня	Психолог	
6	Игры и упражнения на формирование знаний об эмоциях	В режимных моментах	Психолог, воспитатель	
7	Лепка: «Человечек - Радость»	2 половина дня	Психолог	1. Памятки для родителей «Негативные эмоции. Как от них освободиться»; 2. Информационный уголок: «Фразы родителей, помогающие ребенку, вырасти счастливым».
8	НОД с использованием метода сказка – терапии «Сказочная страна»	1 половина дня	Психолог, воспитатель	
9	Практические задания для детей «Мир моих эмоций»	2 половина дня	Психолог, воспитатель	
10	Творческая деятельность «Тактильная книга для творчества»	2 половина дня	Психолог	
11	Беседа «Цвета и их понимание нами»	1 половина дня	Воспитатель	
12	Игры и упражнения на формирование умений выражать эмоции	В режимных моментах	Психолог, воспитатель	
14	Рисование плаката «Мое радужное настроение»	2 половина дня	Психолог, воспитатель	1. Консультация «Ребенок и его эмоциональное здоровье»; 2. Буклет «Взаимоотношения»
15	Театр настроений	2 половина дня	Психолог	
16	Фото – выставка «Радостные моменты из детского сада»	2 половина дня	Воспитатель	
18	Игры и упражнения на само	В режимных	Психолог,	

	регуляцию и снятие психоэмоционального напряжения	моментах	воспитатель	е ребенка в семье».
19	Аппликация «Что мы пожелаем мамочкам и папочкам»	2 половина дня	Воспитатель	1. Психологическая игра «Радуга настроений»; 2. Информационный стенд «Как снять напряжение после детского сада»; 3. Консультация «Ребенок и его эмоциональное здоровье».
20	НОД «Волшебное путешествие»	1 половина дня	Психолог	
21	Игры и упражнения на формирование социально приемлемых способов выражения эмоций	В режимных моментах	Психолог, воспитатель	
22	Разыгрывание игр - драматизаций	2 половина дня	Психолог, воспитатель	
23	Рисование мелками на прогулке: «Весенняя радуга»	1 половина дня	Воспитатель	
24	Индивидуальные и подгрупповые игры с ЛЭП букром «Страна сказочных эмоций»	В режимных моментах	Психолог, воспитатель	

III этап проекта - заключительный

Цель: обобщение результатов работы в самой различной форме, их анализ.

Задачи данного этапа:

1. Провести анализ проделанной работы.
2. Определить эффективность, целесообразность, перспективы дальнейшего сотрудничества с дошкольниками и родителями по проблеме эмоционального развития детей для старшего дошкольного возраста.
3. Провести сравнительную диагностику, ознакомить родителей с результатами эффективности игрового проекта «Волшебная страна эмоций и чувств», подвести итоги.

Итог проекта:

Результаты наблюдений показали, что проводимая работа дала положительный результат:

в группе изменился психологический климат, детям стало уютно и комфортно. За этот период снизилась эмоциональная тревожность, воспитанники стали более раскованы, проявляют доброжелательность, желание и интерес во время взаимодействия со взрослыми и сверстниками. У детей группы появляется эмоциональный отклик на разные ситуации, потребность в общении, желание помочь другу, развиваются умения высказывать свое эмоциональное состояние слова.

Дальнейшие перспективы реализации проекта:

- продолжение проекта «Волшебная страна эмоций и чувств» (Радужная страна) с целью повышения уровня развития социально – эмоциональной сферы, а именно развитие самостоятельности, креативности, инициативы у детей старшего дошкольного возраста.
- активизация участия воспитанников в проектной деятельности. Составление мини-проектов детьми и их реализация.
- организация совместных мероприятий детей и родителей с целью гармонизации детско – родительских отношений в семье.
- Психологическая игра «Радуга настроений»

Список используемой литературы:

1. Изард К. Э. Психология эмоций / Перев. с англ. СПб. Питер, 2003. — 464 с. или. «Мастера психологии».
2. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. – М.: Академия, 2001.
3. Зинкевич – Естегнеева Т.Д. Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой. — СПб. Речь, 2006. — 176 с.
4. Ковалец И. В., Мир моих эмоций: учебное наглядное пособие для педагогов учреждений образования, реализующих образовательные программы специального образования на уровне дошкольного образования. / И.В. Ковалец. – Мозырь: Белый ветер, 2012. – 16 с.
5. Крюкова С. В., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. М.: Генезис, 2001.
6. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. / Художники Г. В. Соколов, В. Н. Куров. Ярославль: Академия развития, 2004.
7. Куражева Н. Ю., Программа психолога – педагогических занятий для дошкольников 5 – 6 лет / Н.Ю. Куражева [и др.]. – СПб. 2016. – 160 с.
8. Минаева В. М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М.: АРКТИ, 2001.
9. Шалимова Г.А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности: Практическое пособие / Г.А. Шалимова. - М.: АРКТИ, 2006.
10. Шишова Т. Застенчивый невидимка. Как преодолеть детскую застенчивость: эмоционально развивающие игры и задания. М.: Изд. дом «Искатель», 20

ПРИЛОЖЕНИЕ

Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

Цель: Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Исследование психоэмоционального состояния ребенка

Задачи:

- Познакомить детей с разными эмоциональными состояниями.
- Развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения.
- Развивать у детей навыки самоконтроля.

Инвентарь: цветные карандаши, заготовки карты волшебной страны.

Время работы: 25 мин.

Возрастные рамки применения: клиенты от 5 лет до 13 лет.

Алгоритм работы.

Вступление. Каждому ребенку рассказывается сказка о жизни жителей волшебной страны чувств, и помочь им в решении их жизненных трудностей.

Основная часть.

Инструкция к действию:

Перед ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Шаг 1. Ребенку зачитывается следующий текст.

Далеко-далеко, а, может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом ... Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами. Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось. И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои дома разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики.

Но вот беда - всю краску унес ветер.

Инструкция: У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Шаг 2. Ребенку говорят:

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них.

Инструкция: Покажи им, где их домики.

Шаг 3. Ребенку говорят:

Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как, же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Обработка результатов

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;

3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека. Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея - символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки - символизируют эмоциональную деятельность;
- руки - символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область - символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги - символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

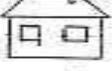
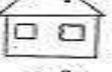
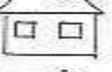
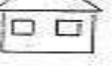
Данная методика показывает актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

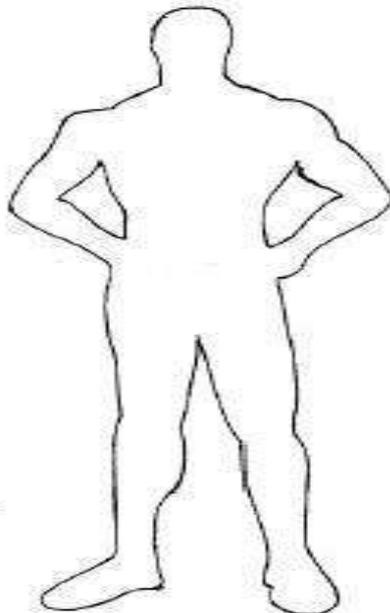
Бланк

ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА ЧУВСТВ

Домики Жители

Карта страны

	Радость
	Удовольствие
	Страх
	Вина
	Обида
	Грусть
	Разочарование
	Интерес



**План - конспект интегрированной НОД
для детей старшего дошкольного возраста «Радуга и мое настроение»**

Тема: «Радуга и мое настроение»

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников путем творческого выражения своих чувств и эмоций.

Задачи:

Познавательное развитие

1. Расширять представления детей о явлении природы «радуга», осознавать свое эмоциональное состояние в период ее появления, осознание своих чувств и эмоций посредством цветового восприятия радуги.
2. Вызвать интерес к исследовательской деятельности.
3. Формировать интерес и любовь к природе; выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.

Художественно-эстетическое развитие

1. Совершенствовать умения передавать в рисунке свое эмоциональное состояние развивать чувство цвета, находить красивые сочетания цветов.
2. Совершенствовать технические умения рисования, использовать в рисунке разные способы рисования кистью: широкие линии – всем ворсом, тонкие линии – концом кисти.
3. Способствовать развитию творческого воображения.

Речевое развитие

1. Развивать диалогическую форму речи. Активизация словаря: эмоции, чувства, эксперимент, радуга.
2. Закреплять умение отвечать на вопросы полными предложениями.

Социально-коммуникативное

1. Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность
2. Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их.

Физическое развитие

1. Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать слово с движениями.
2. Развивать мышечную мимику лица.

Методы и приемы

Практические: создание художественного продукта, динамическая пауза, психологическая игра, экспериментирование.

Практическая деятельность: рассматривание.

Словесные: слушание, вопрос, беседа.

Инновационные: использование мультимедийного сопровождения. Рассматривание картин разных художников.

Материалы и оборудование: презентация с картинками радуги, эмоциями лиц людей; чашечки с водой, квадраты маленькие черного цвета, бесцветный лак, листы бумаги А4, краски, кисточки, баночки с водой (пластиковые непроливайки).

Предварительная работа

Просмотры развивающих мультфильмов о явлениях природы. Наблюдение во время прогулки за небом после дождя, за явлением природы – радугой. Рассматривание энциклопедий, иллюстраций с изображением радуги. Рассматривание карточек с изображениями разных эмоций людей в разных обстоятельствах.

Формы организации совместной деятельности

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Познавательно-исследовательская	Рассматривание иллюстраций с изображением радуги. Рассматривание иллюстраций, картин с изображением эмоций лиц людей в разных ситуациях. Опытническое исследование «Создадим свою радугу» Выставка рисунков детей «Мое радужное настроение».
Игровая	Психологическая игра: «Разноцветная радуга – выражение наших эмоций» Игра: «Мимический диктант»
Художественная	Чтение стихотворения «Радуга»
Изобразительная	Рисование «Мое радужное настроение».
Коммуникативная	Беседа направленная на выражение своих чувств и эмоций.
Двигательная	Психологическая игра «Мимическая гимнастика» Физкультминутка

Логика образовательной деятельности

Этапы НОД	Задачи	Деятельность педагогов	Деятельность детей	Ожидаемый результат
Мотивационно-организационный		Психолог и воспитатель приветствуют детей.	Дети входят в зал под музыку.	Мотивированы на предстоящую деятельность
	Создание позитивного настроения, снижение эмоционального напряжения, культуру общения.	Чтение стихотворения «Радуга»		
	Развивать диалогическую форму речи. Вызвать интерес к тому, как же появляется радуга на небе, а также осознание своих чувств и эмоций посредством цветового восприятия радуги.	Воспитатель читает стихотворение о радуге, задает вопросы.	Дети внимательно слушают стихотворение, отвечают на вопросы	Дети заинтересованы в совместной деятельности с педагогом, развивают диалогическую речь.
	Беседа направленная на выражение своих чувств и эмоций.			
Деятельностный	Способствовать развитию творческого воображения	Игровая ситуация «Разноцветная весточка»		Дети различают творческое воображение.
		Психолог сообщает детям, что пришло «Письмо из волшебной страны чувств и эмоций» («Разноцветная весточка»), читает его и предлагает выполнить задания.	Дети внимательно слушают, что написано в письме и выполняют все указания, прописанные в нем.	
	Расширять представления детей о явлении природы «радуга», развивать исследовательские навыки.	Опытническое исследование «Создадим свою радугу»		У детей сформировались представления о радуге с помощью исследовательской деятельности.
Воспитатель предлагает сделать радугу с помощью воды и бесцветного лака. Объясняет и показывает выполнение опыта. Воспитатель задает вопросы.	Дети внимательно слушают, выполняют опыт, отвечают на вопросы.			

	Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать слово с движениями.	Физкультминутка		У детей развита двигательная активность, умения сочетать слова с движениями.
		Воспитатель предлагает отдохнуть и выполнить интересные упражнения под музыку.	Дети выполняют упражнения под музыку.	
	Развивать мышечную мимику лица.	Психологическая игра «Мимическая гимнастика»		У детей развита мышечная мимика лица.
		Психолог предлагает поиграть в игру «Мимическая гимнастика», объясняет правила, показывает презентацию с ситуациями, которые вызывают разные эмоции.	Дети выполняют упражнения на выражение эмоций, в разных ситуациях на картинках, только с помощью мимики лица.	
	Совершенствовать умения передавать в рисунке свое эмоциональное состояние развивать чувство цвета, находить красивые сочетания цветов. Совершенствовать технические умения рисования, использовать в рисунке разные способы рисования кистью: широкие линии – всем ворсом, тонкие линии – концом кисти.	Рисование «Радужное настроение»		Дети проявляют умения передавать в рисунке эмоциональное состояние используют разные способы рисования кистью.
		Психолог предлагает детям нарисовать свои эмоции в виде радуги используя разные цвета в соответствии с их эмоциональным состоянием. Педагог хвалит детей, предлагает рассказать о своих эмоциях.	Дети занимаются творческой деятельностью. Дети выражают свои эмоции словами, рассказывая о своем рисунке.	
	Вызвать интерес к тому, как же появляется радуга на небе, а также осознание своих чувств и эмоций посредством	Выставка рисунков детей «Мое радужное настроение».		Дети заинтересованы в понимании и осознании своих чувств посредством цветового восприятия.
		Психологическая игра: «Разноцветная радуга – выражение наших эмоций»	Психологическая игра: «Разноцветная радуга – выражение наших эмоций»	

	цветового восприятия радуги.			
	Психологическая игра: «Разноцветная радуга – выражение наших эмоций»			
	Формировать интерес и любовь к природе; выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.	Психолог предлагает выразить свои эмоции после совместной деятельности с помощью цветных кружков и приклеить их на плакат настроения	Дети выбирают цветной кружок и приклеивают на разноцветную радугу.	У детей сформирован интерес и любовь к природе, умения выразить свои чувства.
Заключительный	Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность. Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их.	Рефлексия		
		Воспитатель сообщает, что все задания указанные в письме дети с успехом прошли и задают вопросы о том, что больше всего им запомнилось, какое настроение у них после совместной деятельности.	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы, беседуют с педагогами.	Дети выражают свою индивидуальность, открыто проявляют свои чувства и эмоции, высказывают их.

План - конспект интегрированной НОД для детей старшего дошкольного возраста «Сказочная страна»

Тема: «Сказочная страна»

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников путем творческого выражения своих чувств и эмоций, осознавать свое эмоциональное состояние и передавать его в общей композиции

Задачи:

Познавательное развитие

1. Расширять представления детей о чувствах и эмоциях, осознавать свое эмоциональное состояние.
2. Вызвать интерес к тому, как появляются наши эмоции, как они влияют на нас и окружающих.
3. Формировать интерес и любовь к своему внутреннему «я»; выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.

Художественно-эстетическое развитие

1. Совершенствовать умения передавать в коллективной композиции свое эмоциональное состояние. Развивать чувство цвета, находить красивые сочетания цветов.
2. Совершенствовать технические умения рисования и лепки, продолжать формировать навыки работы с разнообразными материалами в коллективной работе.
3. . Развивать чувство ритма, умение передавать через движение характер музыки, ее эмоционально образного содержания.
4. Способствовать развитию фантазии, танцевальное творчество.

Речевое развитие

1. Развивать диалогическую форму речи. Активизация словаря: глобус, географическое обозначение, радость, гордость, удовольствие.
2. Закреплять умение отвечать на вопросы полными предложениями.

Социально-коммуникативное

1. Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность
2. Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их, передавать в общей композиции.

Физическое развитие

1. Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать движения с меняющейся музыкой.
2. развивать мелкую моторику рук.
3. Развивать мышечную мимику лица.

Методы и приемы

Практические: создание художественного продукта, динамическая пауза, психологическая игра.

Словесные: слушание, вопрос, беседа.

Инновационные: использование мультимедийного сопровождения- рассматривание эмоций людей, выражения разных чувств.

Материалы и оборудование: презентация с эмоциями лиц людей; ватман, пластилин, краски, кисточки, баночки с водой (пластиковые непроливайки), музыкальный центр, диск с музыкой.

Предварительная работа

Просмотры развивающих мультфильмов о выражениях разных чувств и эмоций. Наблюдение во время прогулки за выражениями лиц людей. Рассматривание энциклопедий, иллюстраций с изображением настроения людей. Использование психологических игр: «Мимический диктант», «Азбука настроений».

Формы организации совместной деятельности

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Познавательно-исследовательская	1.Рассматривание карт, глобуса 2.Выставка коллективной работы «Наша сказочная страна» и «Человечки сказочной страны»
Игровая	1.Игра: «Настроение» 2.Психологическое упражнение: «Музыка и эмоции»
Восприятие художественной литературы	Чтение сказки «Сказочная страна и ее король» (Методика сказка - терапия)
Изобразительная	Рисование с элементами лепки «Наша сказочная страна»
Коммуникативная	Беседа, направленная на выражение своих чувств и эмоций. Способы повышения настроения.
Музыкальная	1.Психологическая игра «Настроение музыки». 2.Музыкальная пауза.

Логика образовательной деятельности

Этапы НОД	Задачи	Деятельность педагогов	Деятельность детей	Ожидаемый результат
Мотивационно – организационный	Создание позитивного настроения, снижение эмоционального напряжения, культуру общения. Развивать диалогическую форму речи. Активизация словаря: глобус, географическое обозначение.	Игровая ситуация «Посылка из волшебной страны»		Мотивированы на предстоящую деятельность. У детей развита диалогическая речь, активизирован словарный запас.
		Психолог и воспитатель приветствуют детей. Педагоги показывают детям «волшебную» посылку, предлагают посмотреть ее содержимое (достаю карту и глобус), читают письмо, вложенное в нее.	Дети входят в зал под музыку Дети внимательно смотрят, что прислали в посылке, слушают письмо, вложенное в нее. Рассматривают карты и глобус.	
Деятельностный	Развивать диалогическую форму речи.	Чтение сказки «Сказочная страна и ее король»		У детей развита диалогическая речь, активизирован словарный запас.
		Психолог предлагает детям послушать волшебную сказку, задает вопросы.	Дети внимательно слушают сказку, отвечают на вопросы, участвуют в беседе, высказывают свое мнение.	
	Развивать двигательную активность.	Игра «Поделимся на группы»		Дети двигательны активны.
		Психолог предлагает поиграть в игру и объясняет ее правила: объединиться детей по заданным признакам (у кого в одежде красный, синий цвет и т.д.)	Дети участвуют в игре под музыку, выполняют ее правила.	
Совершенствовать умения передавать в коллективной композиции свое эмоциональное состояние. Развивать	Творческая деятельность «Карта волшебной страны»		У детей развито чувство цвета, фантазия. Дети показывают технические умения в рисовании и лепке.	
	Психолог предлагает детям поделившись на 2 группы: 1 подгруппа - сделать карту сказочной страны эмоций и чувств; 2 подгруппа - предлагает детям сделать жителей волшебной страны:	Проявляют интерес к коллективной работе, каждый старается проявить свою индивидуальность, проявляет фантазию		

чувство цвета, находить красивые сочетания цветов; технические умения рисования и лепки, продолжать формировать навыки работы с разнообразными материалами в коллективной работе. Способствовать развитию фантазии, мелкую моторику.	Творческая деятельность «Человечки волшебной страны»		Дети передают свое эмоциональное состояние в коллективной и индивидуальной композиции. У детей развита мелкая моторика.
	Воспитатель предлагает сделать радугу с помощью воды и бесцветного лака. Объясняет и показывает выполнение опыта. Воспитатель задает вопросы.	Дети внимательно слушают, выполняют опыт, отвечают на вопросы.	
Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать движения с меняющейся музыкой.	Музыкальная пауза – Психологическая игра: «Настроение музыки»		Дети активны, сочетают импровизированные движения с музыкой разного эмоционального окраса.
	Воспитатель предлагает отдохнуть и выполнить интересные упражнения под музыку. Психолог предлагает выразить в движении эмоциональный образ музыки.	Дети выполняют танцевальные движения согласно смене музыки, передают через движение характер музыки, ее эмоционально образного содержания	
Развивать чувство цвета, технические умения рисования и лепки, у детей развито чувство цвета, фантазию.	Творческая деятельность продолжается		Дети показывают технические умения в рисовании и лепке. У детей развита мелкая моторика.
	Воспитатель предлагает поменяться занятиями подгрупп. Предлагает детям сделать карту сказочной страны эмоций и чувств (2 подгруппа) Предлагает детям сделать жителей волшебной страны: «Человечки радости» (1 подгруппа).	Дети меняются заданиями и продолжают творческую деятельность.	
Формировать интерес и любовь к своему внутреннему «я»; выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.	Психологическое упражнение: «Музыка и эмоции»		У детей развито чувство ритма, умения передавать через движение характер музыки, ее эмоционально образного содержания;
	Психолог предлагает прослушать музыкальные произведения и описать словами, мимикой, жестами и движениями ее характер.	Дети описывают настроение музыки по шкалам (веселая – грустная, довольная – сердитая, смелая – трусливая и т.д.)	

	Развивать чувство ритма, умение передавать через движение характер музыки, ее эмоционально образного содержания.	Педагог хвалит детей, предлагает рассказать о своих эмоциях.		развивать танцевальное творчество.
		Воспитатель предлагает «заселить» карту волшебной страны жителями.	Дети расставляют своих жителей на карту, и все вместе смотрят на общую композицию. Делятся эмоциями и впечатлениями при помощи жестов, мимики выражение наших эмоций»	
Создание волшебной страны				
	Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их, передавать в общей композиции.	Воспитатель предлагает «заселить» карту волшебной страны жителями.	Дети расставляют своих жителей на карту, и все вместе смотрят на общую композицию. Делятся эмоциями и впечатлениями при помощи жестов, мимики.	Дети умеют передавать в коллективной композиции свое эмоциональное состояние.
Выставка «Сказочная страна чувств и эмоций»				
	Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность. Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства.	Воспитатель предлагает детям показать родителям, что они создали все вместе. Выставка коллективной работы «Наша сказочная страна» и «Человечки сказочной страны»	Дети соглашаются с педагогом и вместе организуют выставку.	Дети выражаем свою индивидуальность, открыто проявляют свои чувства и эмоции.
Заключительный	Развивать диалогическую форму речи.	Рефлексия		
	Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность.	Воспитатель и психолог задают вопросы о том, что больше всего им запомнилось, какое настроение у них после совместной деятельности.	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы, беседуют с педагогами.	Дети выражают свою индивидуальность, открыто проявляют свои чувства и эмоции, высказывают их, развита диалогическая сторона речи.

План – конспект НОД
по эмоциональному развитию детей старшего дошкольного возраста
«Волшебное путешествие»

Тема: «Волшебное путешествие»

Длительность: 30 минут

Возрастная категория детей: 5 – 6 лет

Интеграция образовательных областей: социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно – эстетическое развитие, «физическое развитие».

Цель: развитие эмоциональной сферы старших дошкольников посредством сказок.

Задачи:

Социально – коммуникативное развитие:

1. Способствовать развитию чувства эмпатии, понимание собственных чувств, чувств других людей и сказочных героев.
2. Развивать умения у детей справлять со своими эмоциональными состоянием, разными способами.
3. Сформировать у детей осознание себя личностью, понимание собственной уникальности и уникальности других людей.

Познавательное развитие:

1. Развивать знания детей о сказочных героях, их эмоциях (радость, печаль, гнев, удивление, страх)
2. Формировать умения у детей, различать эмоции по схематичным изображениям.
3. Развивать психические функции у детей (память, мышление, воображение, речь и т.д.).

Речевое развитие:

1. Развивать диалогическую форму речи.
2. Способствовать развитию умений у детей высказывать свое мнение.
3. Активизировать словарь детей: эмоции, радость, грусть, гнев, страх, удивление.

Художественно – эстетическое:

1. Развивать у детей творческие способности, воображение.
2. Способствовать развитию слухового восприятия музыки, умению музыкальной импровизации.

Физическое развитие:

1. Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать слова с движениями.
2. Развивать мышечную мимику лица, мелкую моторику рук.
3. Способствовать снятию мышечного и эмоционального напряжения с помощью релаксации.

Методы и приемы:

Словесные: беседа, вопрос – ответ, стихотворения.

Наглядные: презентация, картинки сказочных героев, маски петуха и лисы.

Практические: псих гимнастика, игровые ситуации, игра, творческая деятельность, инсценировка, музыкально – двигательная пауза

Инновационные: презентация, музыкальное сопровождение.

Материалы и оборудование: презентация, ноутбук, экран, колонки, музыкальное сопровождение, маски для инсценировки, портреты Бабы – Яги.

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
<i>Двигательная</i>	Упражнение «Радость начинается с улыбки» (псих гимнастика) Подвижная игра «Есть или нет?» Музыкально – двигательная пауза
<i>Игровая</i>	Игровые ситуации: «Домик с эмоцией радости», «Домик с эмоцией страха», «Домик с эмоцией грусти», «Домик с эмоцией удивления», «Домик с эмоцией гнева». Игра «Собери сказочного героя» Игра с правилами
<i>Познавательно-исследовательская</i>	Решение проблемных ситуаций героев сказок
<i>Коммуникативная</i>	Беседы Вопросы
<i>Музыкальная</i>	Музыкальная импровизация Игры с музыкальным сопровождением Релаксация «Возвращение в детский сад на ковре - самолете»
<i>Изобразительная</i>	Творческая деятельность «Украсть портрет Бабы - Яги»
<i>Восприятие (художественной литературы и фольклора)</i>	Обсуждение Инсценировка «Как петушок выгоняет лису»

Логика образовательной деятельности

Этапы НОД	Задачи	Деятельность педагога - психолога	Деятельность детей	Ожидаемый результат	
Мотивационно – организационный	Создание позитивного настроения, снижение эмоционального напряжения, культуру общения.	<p>Психолог – Волшебница сказочной страны под музыку встречает детей в зале. Предлагает детям поздороваться друг с другом и гостями.</p> <p align="center">Упражнение «Радость начинается с улыбки». Психогимнастика</p> <p>Предлагает выполнить упражнение со словами: - К солнышку потянулись Лучики взяли, К сердцу прижали, Людям отдали, И заулыбались (2 раза)</p>	<p>Дети входят в зал под музыку.</p> <p>Дети произносят слова вместе с педагогом, движениями рук, показывая на того, к кому обращаются.</p>	Мотивированы на предстоящую деятельность	
	Развивается интерес к предстоящей совместной деятельности детей и педагога.	<p align="center">Игровая ситуация</p> <p>Предлагает детям отправиться в страну сказок, просит их закрыть глаза, произносит волшебные слова: Давайте закроем глаза Сказки любят все на свете, Любят взрослые и дети! Сказки учат нас добру И прилежному труду. Учат нас, как надо жить. Чтобы всем вокруг дружить! Раз, два, три - в сказку попади....</p>	Дети закрывают глаза и слушают педагога		Дети заинтересованы в совместной деятельности с педагогом
	Деятельностный	Формировать умения у детей, различать эмоции по схематичным изображениям.	<p align="center">Игровая ситуация «Домик с эмоцией радости»</p> <p>Педагог предлагает посмотреть на экран, задает вопрос: Как вы думаете, как называется эмоция?</p>		Дети думают, высказывают свое мнение.

		(на экране появляется Буратино и беседует с ребятами).		
Формировать навыки сотрудничества в процессе складывания картинок сказочных героев	Игра «Собери сказочного героя»			У детей формируются навыки сотрудничества, уважительного отношения друг к другу.
	Педагог предлагает игру «Сложи сказочного героя». Задаёт вопросы: - Какие сказочные герои на картинках, которые вы собрали? Как вы думаете, какое у них настроение? Предлагает продолжить путешествие.	Дети по музыку собирают картинки сказочных героев Дети отвечают на вопросы		
Развивать умения узнавать эмоцию по схематическому изображению. Развивать у детей память, мышление, активизировать речь детей.	Игровая ситуация «Домик с эмоцией страха»			Дети активно отвечают на вопросы, у них развивается память и мышление.
	Педагог предлагает посмотреть на экран, задаёт вопрос: Как вы думаете, как называется эмоция? (на экране появляется Зайчик, который боится лису и беседует с ребятами). - Из какой сказки зайчик? — Кто пытался помочь зайчику, но не помог? — Почему звери не смогли помочь зайчику? — Как пугала лиса зверей? — Кто помог зайчику?	Дети думают, высказывают свое мнение. Отвечают на вопросы педагога, высказывают свое мнение.		
Развивать умения детей справлять со страхами с помощью инсценировки сказок.	Инсценировка «Как петушок выгоняет лису»			У детей развиваются навыки борьбы со страхами, творческие способности.
	Педагог предлагает по считалке выбрать детей на роль петуха и лисы для инсценировки концовки сказки. Педагог хвалит детей, предлагает продолжить путешествие.	Дети садятся на ковёр внимательно смотрят на актеров, двое детей инсценируют концовку сказки «Как петушок выгнал лису».		
Развивать умения узнавать эмоцию по схематическому изображению.	Игровая ситуация «Домик с эмоцией грусти»			Дети различают эмоции по схематичным изображениям, отвечают на вопросы,
	Педагог предлагает посмотреть на экран, задаёт вопрос: Как вы думаете, как называется эмоция?	Дети думают, высказывают свое мнение.		

<p>Способствовать развитию чувства эмпатии, понимание собственных чувств, чувств других людей и сказочных героев.</p>	<p>(на экране появляется Аленушка, который которая грустит из – за того, что ее братика заколдовали). Педагог задает вопросы: - Ребята, как можно помочь Аленушке расколдовать Иванушку? - Как вы думаете, что можно сделать? Предлагает игру.</p>		<p>активизируются речевые навыки детей.</p>
	<p>Подвижная игра «Есть или нет?»</p>		
<p>Способствовать развитию у детей мышления, выполнению правил игры, правильному выполнению движений в процессе ответа на утверждения.</p>	<p>Педагог объясняет правила игры и читает утверждения: Есть ли в поле светлячки? Есть ли в море рыбки? Есть ли крылья у тельца? Есть ли ключ у поросенка? Есть ли гребень: у горы? Есть ли двери у норы? Есть ли Хвост у петуха? Есть ли ключ у скрипки? Есть ли рифма у стиха? Есть ли в нем ошибки? Педагог продолжает продолжить путешествие.</p>	<p>Дети встают в круг и берутся за руки. Если дети согласны с утверждением, то будут поднимать руки вверх и говорит: «Да», если не согласны, опускают руки</p>	<p>У детей развивается мышление, выполняют правила игры. Выполняют движения согласно своему ответу на утверждения.</p>
<p>Развивать умения узнавать эмоцию по схематическому изображению. Способствовать развитию слухового восприятия музыки, умения музыкальной импровизации.</p>	<p>Игровая ситуация «Домик с эмоцией удивления»</p>		<p>Дети различают эмоции по схематичным изображениям, отвечают на вопросы, активизируется диалогическая речь детей. У детей развивается слуховое восприятие, умения</p>
	<p>Педагог предлагает посмотреть на экран, задает вопрос: Как вы думаете, как называется эмоция? (на экране появляется Карлесон) Педагог задает вопросы: - В каких эпизодах мультфильма про Карлесона, герои удивляются? - Чему вы удивлялись в своей жизни? Предлагает потанцевать под весёлую музыку, чтобы все удивились, как ребята здорово танцуют.</p>	<p>Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы. Дети танцуют под музыку – музыкальная импровизация.</p>	

		Затем педагог предлагает продолжить путешествие.		импровизировать танец под музыку.
	Развивать умения узнавать эмоцию по схематическому изображению.	Игровая ситуация «Домик с эмоцией гнева»		Дети различают эмоции по схематичным изображениям, отвечают на вопросы, развиваются умения выражать эмоцию гнева мимикой лица.
		Педагог предлагает посмотреть на экран, задает вопрос: Как вы думаете, как называется эмоция? (на экране появляется Баба – Яга) Педагог задает вопросы: Какая Баба – Яга? Что можно сделать, что бы Баба – Яга подобрела?	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы.	
	Способствовать развитию творческих способностей детей. Развивать мелкую моторику рук.	Творческая деятельность «Украсть портрет Бабы - Яги»		У детей проявляются творческие способности, развивается мелкая моторика рук.
		Педагог предлагает детям украсить портрет Бабы –Яги, чтобы она подобрела. На экране Баба – Яга становится доброй и радостной и дарит детям ковер – самолет, чтобы вернуться в детский сад.	Дети украшают портрет Бабы – Яги разным материалом для творчества.	
Заключительный	Снятие эмоционального напряжения, релаксация.	Релаксация «Возвращение в детский сад на ковре - самолете»		У детей снижается эмоциональное напряжение, развиваются умения релаксации.
		Педагог предлагает вернуться в детский сад на ковре – самолете (сесть на ковер и закрыть глаза): Веки хотят спать, Закрываются глаза. Мы тихо засыпаем, Мы погружаемся в сон. И руки сонные стали, И ноги задремали, И мы в эту минуту Легкие как пушинка.	Дети садятся на ковер и закрывают глаза и под спокойную музыку слушают педагога.	
	Развивать мышление, память, речь, эмоциональную сферу дошкольников.	Педагог сообщает детям, что они вернулись из сказочной страны и беседует с детьми, задает вопросы: Какую страну мы сегодня посетили? Каких героев сказок вы встретили?	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы, беседуют с педагогом.	У детей активизируется диалогическая речь. Развивается память, мышление, эмоциональная сфера.

		<p>Какие эмоции они испытывали? Какая игра была интересная? Что наиболее запомнилось во время путешествия? Какие эмоции вы испытывали во время путешествия? Дарит детям волшебный сундучок из страны сказок, желает хорошего настроения и положительных эмоций, просит попрощаться с гостями. Прощается с детьми.</p>		<p>У детей формируется осознание себя личностью, понимание собственной уникальности и уникальности других людей, культура общения.</p>
--	--	---	--	--

План - конспект образовательной деятельности для детей старшего дошкольного возраста «Радость»

Тема: «Радость»

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников посредством знакомства с эмоциональным состоянием «радость».

Задачи:

Социально-коммуникативное

3. Развивать умения у детей различать эмоциональное состояние по его внешнему проявлению.

4. Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность

5. Формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.

Познавательное развитие

4. Расширять знания о эмоциональном состоянии «радость».

5. Развивать способности понимать и выражать эмоциональные состояние другого человека.

6. Формировать умения выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.

Речевое развитие

3. Обогащение и активизация словаря за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроение, их оттенки (эмоции, чувства, радость, мера).

4. Развивать диалогическую форму речи.

5. Закреплять умение выражать свои мысли и мнение словами, отвечать на поставленные вопросы полным предложением.

Художественно-эстетическое развитие

4. Совершенствовать умения передавать в танце, движении эмоциональное состояние музыки.

5. Развивать чувство цвета, находить красивые сочетания цветов, совершенствовать технические умения при выполнении поделки, рисунке.

6. Способствовать развитию творческого воображения.

Физическое развитие

3. Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать слово с движениями.

4. Развивать мышечную мимику лица.

5. Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения.

Методы и приемы

Практические: создание художественного продукта, динамическая пауза, игры.

Практическая деятельность: рассматривание.

Словесные: слушание, вопрос, беседа.

Инновационные: использование мультимедийного и музыкального сопровождения.

Материалы и оборудование: презентация, колонка, карточки с эмоциями радости, конверты с деталями для «постройки» дома, листы бумаги, краски, карандаши, баночки с водой, клеенки.

Предварительная работа Рассматривание карточек с изображениями разных эмоций людей в разных обстоятельствах, чтение сказок, обыгрывание игр на развитие эмоционального интеллекта, дидактические игры.

Формы организации совместной деятельности

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Познавательно-исследовательская	Рассматривание иллюстраций с изображением эмоции «радости» Выставка «Радость бывает разная»
Игровая	Упражнение «Совет Мудрейших» Строим дом для слуги «Радости» Релаксация
Художественная	Ритмическая пауза «Зеркало» Релаксация с рисованием «Радости»
Изобразительная	Рисование «Мое радужное настроение».
Коммуникативная	Рассказ психолога о Короле и его слугах Игровая ситуация «Расскажи о Радости» Беседа о Радости
Двигательная	Психодинамические игры

Логика образовательной деятельности

Этапы НОД	Задачи	Деятельность педагогов	Деятельность детей	Ожидаемый результат
Мотивационно – организационный	Создание позитивного настроения, снижение эмоционального напряжения, культуру общения.	Выполняется ритуал «входа» в Сказочную страну, психолог приветствует детей и поносит приветствие: В страну Настроений отправимся мы, Где будем смеяться, грустить, удивляться. С героями нашей волшебной страны На каждом занятии будем встречаться. Нас ждут приключения, сказки, ига, Задания разные нового друга. Ну что, вы готовы? Тогда нам пора! Друг другу приветствие скажем по кругу.	Ритуал «входа» в Сказочную страну Дети входят в зал под музыку и встают в круг. Дети слушают и психолога и по кругу передают приветствие	Мотивированы на предстоящую деятельность
	Расширять знания о эмоциональном состоянии «радость». Развивать умения у детей различать эмоциональное состояние по его внешнему проявлению.	Рассказ психолога о Короле и его слугах Психолог демонстрирует презентацию и рассказывает о Короле и его слугах по имени Радость, Удовольствие, Грусть, Злость, страх, Обида, Вина и Интерес. Предлагает детям посмотреть на экран найти на столе такую же картинку, то есть выбрать слугу по имени Радость	Дети смотрят презентацию, выполняют задание.	У детей развиты знания о эмоциональном состоянии «радость». Развиты умения различать эмоциональное состояние по его внешнему проявлению.
Деятельностный	Развивать диалогическую форму речи. Закреплять умение выражать свои мысли и мнение словами.	Игровая ситуация «Расскажи о Радости» Психолог предлагает детям рассказать о Радости (картинке, которую он выбрал): что любит есть, во что одевается, чем любит заниматься, какие любит песни, игры и танцы.	Дети выполняют задание.	У детей развита диалогическая форма речи. Закреплены умения выражать свои мысли и мнение словами.
	Развивать двигательную активность, координацию	Ритмическая пауза «Зеркало»		У детей развита двигательная

	<p>движения. Развивать мышечную мимику лица.</p>	<p>Психолог включает ритмичную музыку и просит ребенка показать, как танцует его персонаж; участники группы становятся в круг и повторяют его движения.</p>	<p>Дети под музыку показать, как танцует его персонаж.</p>	<p>активность, развита мимика лица.</p>
	<p>Способствовать развитию творческого воображения.</p>	<p>Упражнение «Совет Мудрейших»</p>		<p>У детей развито творческое воображение.</p>
		<p>Психолог предлагает организовать Совет Мудрейших делает выбор путем тайного голосования. Условие — нельзя голосовать (выбирать свою картинку) за свою фигурку.</p>	<p>Дети выполняют задание с помощью выбора маленьких карточек с картинкой разных видов «радости».</p>	
	<p>Развивать чувство цвета, совершенствовать технические умения при выполнении поделки.</p>	<p>Строим дом для слуги «Радости»</p>		<p>У детей развито чувство цвета, усовершенствованы технические умения при выполнении поделки.</p>
		<p>Психолог предлагает «построить» коллективные домики для радости. Каждому ребенку выдается конверт с вырезанными частями дома (варианты крыши, стен, фундамента, окон, дверей и пр.) и картонная карточка (6х6 см). Психолог беседует с детьми, задает вопросы: — Где же мы поставим дом слуги короля по имени Радость? — Как вы думаете, что происходит с королем, когда к нему приходит слуга по имени Радость? Психолог говорит: - Мы с вами знаем, что король есть у каждого из нас в душе. Представьте, что к нам пришел слуга по имени Радость.</p>	<p>Дети совещаются, создают дом для слуги по имени Радость. Дети перечисляют признаки вербального, невербального, поведенческого проявления радости.</p>	
	<p>Формировать умения выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.</p>	<p>Психодинамические игры</p>		<p>У детей сформированы умения выражать свои чувства. Дети передают в танце, движении,</p>
		<p>Психолог напоминает детям, что король есть в душе у каждого из нас. Предлагает представить, что к детям в душу пришел слуга</p>	<p>Дети выполняют задания по очереди.</p>	

	<p>Совершенствовать умения передавать в танце, движении эмоциональное состояние музыки.</p>	<p>по имени Радость и изобразить его следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • танцевать; • петь; • подойти к зеркалу и разглядывать свою мимику. 		<p>эмоциональное состояние музыки.</p>
<p>Беседа о Радости</p>				
	<p>Обогащение и активизация словаря за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроение, их оттенки (эмоции, чувства, радость, мера). Формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.</p>	<p>Психолог задает вопросы: —какие звуки приносит с собой Радость? Какие запахи приносит с собой слуга по имени Радость? Что подают к столу, когда в гостях Радость? через какое прикосновение можно подарить Радость близкому человеку? Часто ли слуга по имени Радость приходит к вам в гости? Когда и как это происходит? что будет с королем, если слуга по имени Радость слишком долго задержится в гостях у повелителя? Объяснение психолога о мере проявления радости.</p>	<p>Дети думают, отвечают на вопросы, высказывают свое мнение.</p>	<p>У детей обогащен и активизирован словарь за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроение, их оттенки (эмоции, чувства, радость, мера). Сформированы навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.</p>
<p>Релаксация с рисованием «Радости»</p>				
	<p>Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения. Развивать чувство цвета, находить красивые сочетания цветов, совершенствовать технические умения при выполнении рисования.</p>	<p>Психолог предлагает изобразить свою радость в рисунке. Напутствие: «Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Дышите спокойно и глубоко. Представьте или вспомни такой момент, когда вам было очень радостно. Обратите внимание на свои ощущения. Вам тепло или холодно? Возможно вы ощутили какой-то вкус, почувствовали запах или необычный звук. Перед глазами появилась яркая картинка. Постарайтесь разглядеть цвета, которые возникают в вашем</p>	<p>Дети садятся за столы и выполняют напутствие педагога.</p>	<p>У детей снято эмоциональное и телесное напряжение. Дети нашли красивые сочетания цветов. Дети пользуются техническими умениями при рисовании. Развито творческое воображение.</p>

	Способствовать развитию творческого воображения.	воображении, возможно это какие-то формы, линии или пятна. А теперь медленно откройте глаза и изобразите то, что ты увидели».	Дети рисуют под музыку	
		Выставка «Радость бывает разная»		
	Закреплять умение выражать свои мысли и мнение словами, отвечать на поставленные вопросы полным предложением.	Педагог предлагает организовать выставку, хвалит детей и беседует с ними о содержании рисунков.	Дети делятся своими эмоциями, высказывают свои чувства	У детей закреплены умения выражать свои мысли и мнение словами, отвечают на поставленные вопросы полными предложениями.
Заключительный	Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность. Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения.	Рефлексия		
		Педагог подводит итог, беседует с детьми, задает вопросы, предлагает детям встать в круг: Все мы дружные ребята Мы ребята-дошколята. Никого не обижаем. Как заботиться, мы знаем. Никого в беде не бросим. Не отнимем, а попросим. Пусть всем будет хорошо, Будет радостно, светло! Прощается с детьми.	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы, беседуют с педагогом.	Дети выражают свою индивидуальность, открыто проявляют свои чувства и эмоции, высказывают их. У детей снято эмоциональное и телесное напряжение

План - конспект образовательной деятельности для детей старшего дошкольного возраста «Грусть»

Тема: «Грусть»

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников посредством знакомства с эмоциональным состоянием «грусть».

Задачи:

Социально-коммуникативное

1. Развивать умения у детей различать эмоциональное состояние по его внешнему проявлению.
2. Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность, позитивный настрой.
3. Формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.

Познавательное развитие

1. Расширять знания о эмоциональном состоянии «грусть».
2. Развивать способности понимать и выражать эмоциональные состояние другого человека.
3. Формировать умения выражать свои чувства и эмоции при помощи слов, мимики, жестов в разных обстоятельствах.

Речевое развитие

1. Обогащение и активизация словаря за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроение, их оттенки (эмоции, чувства, грусть, мера).
2. Развивать диалогическую форму речи, культуру общения.
3. Закреплять умение выражать свои мысли и мнение словами, отвечать на поставленные вопросы полным предложением.

Художественно-эстетическое развитие

1. Совершенствовать умения передавать в танце, движении эмоциональное состояние музыки, умения импровизировать.
2. Развивать технические умения при выполнении поделок.
3. Способствовать развитию творческого воображения.

Физическое развитие

1. Развивать двигательную активность, координацию движения.
2. Развивать мышечную мимику лица.
3. Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения.

Методы и приемы

Практические: создание художественного продукта, динамическая пауза, игры.

Наглядная: рассматривание, презентация, журналы.

Словесные: слушание, вопрос, беседа.

Инновационные: использование мультимедийного и музыкального сопровождения.

Материалы и оборудование: презентация, колонка, журналы с картинками «грустных» пейзажей и лиц, альбомные листы, клеенки, клей, карандаши.

Предварительная работа

Рассматривание карточек с изображениями разных эмоций людей, сказочных персонажей в разных обстоятельствах, чтение сказок, обыгрывание игр на развитие эмоционального интеллекта, дидактические игры «Азбука эмоций», «Настроение Антошки и Маши», «Подбери настроение».

Формы организации совместной деятельности

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Познавательно-исследовательская	Экскурсия по «Грустному вернисажу»
Игровая	Ритуал «входа» в Сказочную страну Ритуал «выхода»
Художественная	Игра «Грустные картинки»
Изобразительная	Задание от Грусти «Рецепт грустного блюда»
Коммуникативная	Беседа «Расскажи о том, что видел» Беседа «Как нам перестать грустить?» Синквейн о Грусти
Двигательная	Релаксация под музыку Двигательная минутка

Логика образовательной деятельности

Этапы НОД	Задачи	Деятельность педагогов	Деятельность детей	Ожидаемый результат
Мотивационно – организационный	Создание позитивного настроения, снижение эмоционального напряжения, культуру общения.	<p style="text-align: center;">Ритуал «входа» в Сказочную страну</p> <p>Выполняется ритуал «входа» в Сказочную страну, психолог приветствует детей и произносит приветствие: В страну Настроений отправимся мы, Где будем смеяться, грустить, удивляться. С героями нашей волшебной страны На каждом занятии будем встречаться. Нас ждут приключения, сказки, ига, Задания разные нового друга. Ну что, вы готовы? Тогда нам пора! Друг другу приветствие скажем по кругу.</p>	<p>Дети входят в зал под музыку и встают в круг.</p> <p>Дети слушают и психолога и по кругу передают приветствие</p>	Мотивированы на предстоящую деятельность
	Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения.	<p style="text-align: center;">Релаксация под музыку</p> <p>Психолог демонстрирует презентацию и сообщает о продолжении путешествия. Знакомит со слугой Короля «Грустью».</p>	Дети смотрят презентацию, ложатся на пол и выполняют задание под музыку.	У детей снято эмоциональное и телесное напряжение.

		Предлагает детям лежа на полу выполнить действия, которые проговаривает педагог.		
Деятельностный	Способствовать развитию творческого воображения. Обогащение и активизация словаря.	Беседа «Расскажи о том, что видел»		Дети различают творческое воображение, обогащен и активизирован словарь.
		Психолог предлагает детям рассказать о том, что они представляли под музыку, задает вопросы. Подводит детей к пониманию того, что мы все разные, и слуга короля Грусть, тоже видим разной.	Дети высказывают свои мысли, представления. Отвечают на вопросы педагога.	
	Способствовать развитию творческого воображения. Закреплять умение выражать свои мысли и мнение словами, отвечать на поставленные вопросы полным предложением.	Задание от Грусти «Рецепт грустного блюда»		У детей развито творческое воображение. Дети закрепили умения выражать свои мысли и мнения словами, отвечают на поставленные вопросы полным предложением.
		Психолог предлагает посмотреть на экран, где слуга Грусть приготовил угощения на столе у короля. Педагог задает вопросы и предлагает детям, с помощью карандашей и бумаги составить рецепт приготовления одного грустного блюда и рассказать о нем. Беседует с детьми по окончании рисования, задает вопросы. Психолог предлагает детям закрыть глаза и представить, о чем могут беседовать за обедом король и его слуга Грусть. Педагог предлагает открыть глаза, задает вопросы.	Дети смотрят на экран, отвечают на вопросы, выполняют задание. Дети беседуют с педагогом, отвечают на вопросы. Дети закрывают глаза, фантазируют. Отвечают на вопросы педагога.	

Развивать технические умения при выполнении поделок. Обогащение и активизация словаря за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроение, их оттенки (эмоции, чувства, грусть, мера).	Игра «Грустные картинки»		У детей развиты технические умения при выполнении поделок. У детей обогащен и активизирован словарь детей.
	<p>Психолог послушать стихотворение, которое придумал король и определить к какой картине на экране оно подходит: Осень — грустная пора. Дождик часто льет с утра. Слякоть, лужи тут и там, Ветер свищет по садам. Холодно, тоскливо, голо — Плакать хочется мне снова!</p> <p>Психолог предлагает поиграть в игру с королем и его слугой Грустью «Грустные картинки», объясняет правила: нужно из разных журналов вырезать всевозможные картинки, на которых изображены грустные люди, грустные животные, грустные пейзажи и наклеить на альбомный лист «Грустные картинки», придумать картинкам грустные названия.</p> <p>Хвалит детей. Предлагает прикрепить «полотна» к стене с помощью скотча.</p>	<p>Дети слушают стихотворение, определяю к какой картине на экране оно подходит, высказывают свое мнение.</p> <p>Дети выполняют задание педагога, выбирают «грустные картинки» и приклеивают на альбомный лист, придумывают им названия.</p> <p>Дети приклеивают свои «полотна».</p>	
Развивать умения у детей различать эмоциональное состояние по его внешнему проявлению.	Экскурсия по «Грустному вернисажу»		Дети умеют различать эмоциональное состояние.
	<p>Психолог предлагает экскурсию по «Грустному вернисажу» созданный детьми, беседует с ними, задает вопросы</p>	<p>Дети беседуют с педагогом, отвечают на вопросы, высказывают свое мнение.</p>	
Совершенствовать умения передавать в			Дети умеют передавать в танце, движении

	танце, движении эмоциональное состояние музыки, умения импровизировать. Развивать мышечную мимику лица, двигательную активность.	Двигательная минутка		эмоциональное состояние музыки, умеют импровизировать. Развита мимика лица, двигательная активность.
		Психолог сообщает детям, что слуга Грусть, созвал во дворец короля музыкантов и певцов, исполняющих только грустные мелодии и песни. Предлагает вспомнить грустные песни, назвать их. Педагог предлагает под музыку пофантазировать и устроить театр пародий на музыкальные произведения, которые включает педагог.	Дети вспоминают грустные песни, называют или напеваю их. Дети фантазируют, пародируют музыкантов музыкальных композиций.	
Беседа «Как нам перестать грустить?»				
	Формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.	Психолог включает веселую музыку и задает вопросы по поводу настроения поменявшейся музыки. Напоминает о Мере, о том, что Грусть бывает полезна, а когда и в чем то может навредить. Задает вопросы, подводит детей к понятию того, что к королю приходит слуга по имени Грусть, он начинает тонко чувствовать и понимать нужды своих подданных, старается им помочь, стремится их понять, сопереживает им.	Дети думают, отвечают на вопросы, высказывают свое мнение.	У детей сформировались навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок.

		Синквейн о Грусти		
	Способствовать развитию творческого воображения.	Педагог предлагает детям придумать стихотворение в форме синквейн (например,: ГРУСТЬ Светлая, печальная, Кручинится, скучает, слезу роняет, О тоске напоминает, но проходит погода. Прочь, родная, от меня!). Педагог проговаривает: ««Грусть — это важное чувство, но и оно уходит в свой дом, потому что знает Мэру»».	Дети придумывают стихотворение.	У детей развито творческое воображение.
Заключительный	Дать каждому ребенку возможность выразить свою индивидуальность. Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их.	Рефлексия. Ритуал «выхода»		
		Педагог подводит итог, беседует с детьми, задает вопросы, предлагает детям встать в круг: Все мы дружные ребята Мы ребята-дошколята. Никого не обижаем. Как заботиться, мы знаем. Никого в беде не бросим. Не отнимем, а попросим. Пусть всем будет хорошо, Будет радостно, светло! Прощается с детьми.	Дети думают, высказывают свое мнение, отвечают на вопросы, беседуют с педагогом.	Дети выражают свою индивидуальность, открыто проявляют свои чувства и эмоции, высказывают их.

Цикл игровых бесед «Такие интересные эмоции»

Цель: развитие эмоциональной сферы старших дошкольников посредством игровых бесед.

Задачи:

Социально – коммуникативное развитие:

1. Способствовать развитию чувства эмпатии, понимание собственных чувств, чувств других людей.
2. Развивать умения у детей справлять со своими эмоциональными состоянием, разными способами.
3. Сформировать у детей осознание себя личностью, понимание собственной уникальности и уникальности других людей.

Познавательное развитие:

1. Развивать знания детей о эмоциях (радость, печаль, гнев, удивление, страх)
2. Формировать умения у детей, различать эмоции по схематичным изображениям.
3. Развивать психические функции у детей (память, мышление, воображение, речь и т.д.).

Речевое развитие:

4. Развивать диалогическую форму речи.
5. Способствовать развитию умений у детей высказывать свое мнение.
6. Активизировать словарь детей: эмоции, радость, грусть, злость, страх.

Художественно – эстетическое:

3. Развивать у детей творческие способности, воображение.
4. Способствовать развитию слухового восприятия.

Физическое развитие:

1. Развивать двигательную активность, координацию движения, умение сочетать слова с движениями.
2. Развивать мышечную мимику лица, мелкую моторику рук.
3. Способствовать снятию мышечного и эмоционального напряжения с помощью релаксации.

Занятие 1: Знакомство со сказочной страной и ее королём.

Психолог совместно с ребятами совершает ритуал «входа» в Сказочную страну (об этом можно почитать в книге «Путь к Волшебству. Теория и практика сказкотерапии»).

Ребята и ведущий садятся на ковер, вокруг песочницы. Ведущий начинает рассказывать сказку:

— Где-то далеко-далеко, а может быть, и совсем рядом, например, в этой песочнице, есть удивительная страна. Давайте создадим ее вместе. Есть там река (дети в песочнице создают реку), есть и горы (дети создают горы), есть темные дремучие леса (дети в песочнице сажают леса) и залитые солнцем луга (дети разравнивают площадку для луга и сажают цветы), есть топкие коварные болота (ребята создают болота). Посмотрите, как быстро у нас появилась Сказочная страна на месте пустыни! Мы создали ее своими руками, мы — творцы этой страны, ведь подобная страна есть в душе каждого из нас.

Правит этой страной король (ведущий достает фигурку короля и показывает ребятам, пуская ее по кругу). У него есть множество слуг и придворных. Король мудр и добр. Он умеет увидеть в каждом самое лучшее. Он дает слугам ту работу, которая у них получается лучше всего, и оценивает ее по достоинству.

Как вы думаете, где живет Король? Конечно же — во дворце!

Чтобы создать дворец, мы станем архитекторами. Господа архитекторы, возьмите картонные карточки (6х6 см), цветные карандаши, фломастеры и нарисуйте дворец короля.

— Какие у вас получились чудесные дворцы, и посмотрите, какие они разные! Как вы думаете, почему?

В жизни мы все очень разные, и каждый архитектор предлагает что-то свое, особенное. Но для сегодняшней истории вам предстоит создать Совет архитекторов и выбрать для короля один из дворцов.

В какой из дворцов вы поселите короля и почему? Итак, дворец для короля выбран. Пожалуйста, господин Дворцовый архитектор, возьмите ножницы и вырежьте его. А теперь Совету архитекторов предстоит выбрать месторасположение дворца короля. Где вы предлагаете поставить дворец и почему? Каждый член Совета имеет право высказаться и отстоять свою позицию. Однако вам нужно будет принять общее решение.

А теперь введите короля во дворец, оказывая ему соответствующие почести.

Мы рекомендуем обыграть это действие следующим образом. одному из участников группы достается почетная роль короля. Признаком исполняемой роли — фигурка короля, которую он держит в руках. Участники группы, включая ведущего, выстраиваются в две шеренги перпендикулярно песочнице, образуя символический «королевский путь». По нему величественно, держа на вытянутой руке фигурку, шествует исполняющий роль короля. Все участники группы с поклоном отдают ему почести, сопровождая их приветственными словами. Способы приветствия короля могут быть подсказаны ведущим или придуманы самими участниками группы. Исполняющий роль Короля помещает фигурку в песочницу, и вся группа размещается вокруг.

Комментарий. Кто может играть роль короля:

а) участник, вытянувший соответствующий жребий;

б) участник, коллегиально выбранный группой;

в) участник, назначенный ведущим. В этом случае Королем может быть выбран альтернативный лидер, изгой группы или не включающийся в работу группы участник.

— Итак, создана Сказочная страна, мы познакомились с ее Королем, Совет архитекторов выбрал для него дворец, Король был торжественно введен во дворец. Мы же с вами получили бесценный опыт радости от совместной работы, принятия важных решений, поддержки другого. Все это нам пригодится в нашей жизни. Давайте возьмем с собой этот опыт из нашей Сказочной страны. Для этого протяните руки над страной. Почувствуйте тепло, которое идет к нам из Сказочной страны. Возьмите это тепло в свои

ладошки (кисти рук описывают полукруг, как будто в ладонях появился шар). В ваших руках золотистый шар, в котором находится ваш бесценный опыт. Поднесите шар к своему сердцу. Так он останется с нами (все действия производятся детьми совместно с ведущим).

А теперь пришло время возвращаться назад. Выполняется ритуал «выхода» из Сказочной страны. После занятия ребята могут сами разобрать песочную страну, поставить использованные фигурки на место.

Занятие 2: Знакомство со слугами – чувствами.

Информация для ведущего

Со второго занятия мы начинаем цикл «Знакомство со слугами-чувствами». Нам важно донести до своих воспитанников, что чувства являются именно СЛУГАМИ короля, который символизирует наше «Я». Алгоритм знакомства со слугой-чувством может быть следующим:

1. Имя (например, знакомимся со слугой по имени Радость).
2. Выбор фигурки или рисование образа слуги-чувства (как же выглядит этот слуга?).
3. Обсуждение фигурок или рисунков. Акцент делается на том, что все образы — разные и мы все — разные, в этом наша исключительность и непохожесть друг на друга. Именно поэтому людям, которые признают свою непохожесть и принимают исключительность другого, никогда не бывает скучно вместе.
4. Знакомство со слугой-чувством с опорой на все модальности. Зрительный образ слуги чувства мы уже имеем (в виде фигурки или рисунка). Поэтому мы подключаем к знакомству остальные модальности:
 - слуховой анализатор (какие звуки сопровождают появление этого слуги, когда он приходит; какая музыка звучит, когда появляется этот слуга; как он говорит, какой у него голос: высокий? низкий? тихий? громкий?);
 - обонятельный анализатор (чем пахнет слуга: приятный запах или нет, что это за запах);
 - вкусовой анализатор (какой вкус приносит с собой слуга: горечь, сладость, кислоту, соленость, модификации вкусов);
 - тактильно-кинестетический анализатор (каково прикосновение этого слуги, какие он совершает движения, какие танцы он танцует).
5. Выбираем место для строительства дома (поляна, долина, берег реки, болото и пр.). Обосновываем выбор места (почему именно здесь поселился этот слуга короля).
6. Создаем архитектурный проект дома слуги-чувства. Выбираем лучший на конкурсной основе.
7. Строим дом для слуги-чувства.
8. Проговариваем и проигрываем приход слуги-чувства к королю. Собираем все вербальные, невербальные, поведенческие проявления короля при посещении его слугой-чувством.
9. Вводим понятия Меры (что будет с королем и королевством, если слуга-чувство забудет о своем доме и слишком надолго задержится во дворце). Потеря Меры — потеря эмоционального баланса. Проговариваем, как нам служит слуга-чувство, в каких ситуациях оно приносит пользу, в каких — вред.
10. Проговариваем, как распознать слугу-чувство у себя и у другого.

Беседа «Злость»

Выполняется ритуал «входа» в Сказочную страну, Совет архитекторов восстанавливает Сказочную страну с домом Злости.

— Сегодня мы познакомимся со слугой Короля по имени Злость.

Давайте нарисуем, как выглядит этот слуга. Какие звуки, запахи, прикосновения, вкусы он приносит с собой?

Что происходит с Королем, когда к нему приходит слуга по имени Злость? Скажите, приятно ли подданным находиться с королем в то время, когда у него гостит Злость? Конечно, неприятно. Но она является слугой короля. Зачем же она нужна?

Чтобы уметь постоять за себя; если надо, дать сдачи. А если Злость пришла надолго, забыла о Мере, что происходит с таким человеком? Тогда про него говорят: «Он злой, драчливый, хулиган».

Знаете ли вы, что в Сказочной стране придумали специальные танцы для того, чтобы слуга по имени Злость вспоминал о Мере?

Это танцы под ритмичную музыку: «Наш король танцует, когда к нему пришел слуга по имени Злость. Топают ногами, грозит кулаком, говорит на выдохе ух-ух».

Ну что, наверное, вы устали. Да, долго быть злым нелегко. И, наверное, нелегко живется злым людям. А часто ли к вашему королю приходит слуга по имени Злость? Он приходит по зову короля или сам — когда захочет? А часто ли слуга по имени Злость вспоминает про Меру? Что мы можем сделать для того, чтобы наш слуга по имени Злость знал Меру?

Что вы чувствуете, когда к вашему близкому человеку приходит слуга по имени Злость? Всегда ли это происходит по зову короля? Всегда ли Злость помнит о Мере? Что мы будем делать, если Злость нашего друга или близкого человека забудет о Мере? Помните поговорку: «Не попадай под "горячую" руку»?

Попробуйте сочинить частушку, стихотворение, сказку, синквейн про слугу по имени Злость.

Не пришло ли время вспомнить о других слугах короля? Может, о слуге по имени Радость или Интерес? Хоть у нас сегодня было и непростое знакомство, у нас есть слуги, которые помогут подарить друг другу улыбку. Вот так! А теперь — пора возвращаться.

Беседа «Страх»

Выполняется ритуал «входа» в Сказочную страну. Совет архитекторов восстанавливает Сказочную страну с домом Страх. — Сегодня мы познакомимся со слугой Короля по имени Страх.

Настало время, к Королю Подкралось чувство Страх. Запахло в воздухе грозой, И... Со скрипом отворилась дверь в Тронный зал дворца, и появился слуга короля по имени Страх.

Ребята, как и в образе кого появляется Страх? Вползает, как змея? А может, врывается, как тигр? Или степенно подступает как пантера? Захватывает внезапно, врасплох, как гигантский паук? (Очень важно, чтобы каждый участник игры высказал свое мнение, поделился своим виденьем.)

Закройте на минуточку глаза. Попытайтесь рассмотреть поподробнее, как входит слуга по имени Страх в королевский дворец. Какая музыка звучит при его появлении? (Было бы замечательно, если бы в вашей фонотеке были сделаны подборки с записями музыкальных произведений, отражающие различные эмоциональные состояния. Причем ребята должны быть знакомы с содержанием фонотеки и готовы к самостоятельному пользованию ею.)

Как движется слуга по имени Страх?

Покажите, как это происходит. (Важно, чтобы каждый отыграл свое виденье слуги по имени Страх.)

Молодцы! Какие интересные и разные образы возникают у каждого из вас!

Как вы думаете, почему?

Ребята, а если бы король осмелился поздороваться со слугой по имени Страх за руку или обнять его, то каким бы оказался страх на ощупь?

(Липким, скользким, колючим, шершавым, мягким, холодным, горячим...)

Какие запахи заполняют дворец при появлении Страх? (Упоительные запахи цветущих растений или неприятные запахи?)

— А какие звуки приносит с собой слуга по имени Страх?

(ш—ш—ш, с—с—с, х—х—х, ф—ф—ф)

Какие слова произносит?

(Страшно мне __ Сейчас съем... Утащу к себе...)

Можете ли вы предположить, какое блюдо приготовил слуга по имени Страх своему королю?

Возьмите, пожалуйста, лист бумаги, цветные карандаши и составьте рецепт того страшного блюда, которым потчует слуга по имени Страх своего короля. Кто хочет, может и нарисовать это блюдо.

И вот слуга страх накрывает на стол и приглашает короля на вечернюю трапезу. Что же будет пробовать король? Расскажите о том, что приготовил Страх. Как вы думаете, какой аппетит будет у короля?

Итак, начинается ужин и завязывается беседа.

Давайте послушаем, о чем беседуют король и слуга по имени Страх.

Для этого закройте глаза, сделайте глубокий вдох и плавный выдох. Рассмотрите очень внимательно королевскую трапезную и все, что на ней происходит. О чем же говорят король и его слуга?

Глубоко вдохните, медленно выдохните. Открывайте глаза, возвращайтесь обратно. Что же вы слышали? Расскажите.

Какие вы молодцы!

А было ли вам страшно? Если вам было страшно, то кто мог бы вам помочь в этом случае?

Комментарии и дополнения. Очень важно обсудить с ребятами то, что их тревожит. Если это необходимо, разыграть сцену беседы короля и слуги по имени Страх так, как это видел ребенок. Важно, чтобы сам ребенок был режиссером этой сцены, затем посмотрел на все происходящее со стороны вместе со зрителями и смог внести какие-то коррективы в этот мини-спектакль самостоятельно или с помощью друзей. Также можно предложить ребенку отыграть все это в песочнице.

На сегодняшний день мы имеем богатый коррекционный инструментарий для работы с детскими страхами и тревогами. Это и теневой театр (подробнее в книге «Путь к Волшебству. Теория и практика сказкотерапии»), и рассказывание «страшным» голосом «страшилок» (основное условие для рассказчиков — смешной, неожиданный конец). Все это можно использовать на таком занятии. Многократное проживание страха позволяет ребенку быстрее освободиться от него — либо повышая пороги чувствительности к нему, либо находя эффективную модель поведения в тревожащей ситуации.

Также можно использовать на занятии псих коррекционные сказки, направленные на преодоление страха (см. книгу «Практикум по сказкотерапии»).

— Окончен ужин. Угасла и беседа. Пришло время игр. Как вы думаете, ребята, в какие игры играет с королем слуга по имени Страх?

Предложите свои варианты: жмурки, прятки, догонялки, «выбивало» ...

Сыграйте в предложенные ребятами игры. Например, догонялки. Выберите, назначьте, разыграйте того, кто будет исполнять роль слуги по имени Страх. Он же и будет водящим в предложенной игре. Его задача — догнать короля (одного из игроков) и загнать в темницу — определенное место, очерченное заранее. Остальные участники игры — слуги короля. Их задача — защищать своего короля, не дать слуге по имени Страх загнать короля в темницу.

Если слуга по имени Страх запятнает кого-нибудь из слуг короля, то слуга, которого запятнал страх, замирает на месте и разводит в стороны руки. И говорит: «Чай-чай, выручай!» Выручить своих слуг может только король, находящийся на свободе. Когда король загнан в темницу, игра закончена.

Выбираются новый Король и новый слуга по имени Страх.

Обсудите игру. Что чувствовал король: когда выручал своих слуг, когда слуги защищали его от Страх, когда попал в темницу?

Что чувствовал страх, когда ему не удавалось догнать короля, потому что мешали другие королевские слуги? И какие чувства испытал он, когда все же засадил короля в темницу?

Пусть все игроки поделятся своими ощущениями и чувствами. Еще можно порассуждать с ребятами о том, как часто мы попадаем в темницу Страх, можно ли оттуда выбраться самостоятельно, или нам необходим волшебный клич: «Чай-чай! Выручай!».

— Закончилась эта игра. А слуга по имени Страх предлагает нам сыграть в новую игру под жутким названием: «В паутине страха». Сыграем?

Расположитесь удобно (лучше лежа) на ковре. Закройте глаза. Глубоко вдохните и медленно выдохните. Представьте себе, что вы — муха. Муха, опутанная паутиной. Этой паутиной вас опутал гигантский паук, так он приготовил себе ужин. Паук отлучился ненадолго, но скоро он вернется очень голодным и примется за еду. У вас есть всего несколько минут. Что вы будете делать? Рассмотрите, пожалуйста, поподробнее свои действия. Молодцы! Спасибо! Глубоко вдохните, медленно выдохните, откройте глаза.

Расскажите, какие действия вы предприняли? Как освободились?

Что вы делали потом? Убежали или дождались паука, чтобы с ним расправиться?

Кто-то из вас остался недвижимым, не распутанным? Если да, то что помешало начать борьбу за свое освобождение?

Кто мог бы помочь в этой ситуации? Кто хочет, может нарисовать комикс под названием «В паутине страха», а может поставить спектакль или снять кино под одноименным названием. (Очень важно предоставить ребенку различные возможности для проживания данной ситуации.) Затем обсудите игру и поразмышляйте на тему: «Король в паутине страха». Варианты вопросов для обсуждения:

- Какая польза от такого слуги, как Страх?
- А какой он может нанести вред?
- Для чего слуге по имени Страх необходима Мера?
- Когда и куда исчезает слуга по имени Страх? Давайте напишем синквейн слуге по имени Страх:

по имени Страх:

СТРАХ

Отвратительный и липкий,

Пугает, захватывает, опутывает,

Дрожать заставляет, о беде предупреждает

Меня!

В качестве примера приведем один детский синквейн:

СТРАХ

Отвратительный и ужасный, пугает, догоняет и опутывает. Страх страшнее всего! всего! Всего!

— Итак, дорогие друзья, мы с вами познакомились еще с одним слугой короля. Слугой по имени Страх. Не нужно его бояться. Нужно сделать так, чтобы служил он нам. Подумайте хорошенько, как это можно сделать

Коллективные работы детей старшей группы

«Наше настроение» (психологическая игра)

Изобразительная деятельность гуашевыми красками, с использованием гофрированной бумаги и голографического цветного картона.

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников путем творческого выражения своих чувств и эмоций; Способствовать взаимодействию родитель – ребенок – воспитатель.

Ход игры: предлагается выразить свое настроение при помощи цветных кружочков (цвета Люшера) утром и вечером, а при выходе можно было прочитать характеристику каждого цвета. Затем кружочки прикреплялись к плакату, что бы можно было увидеть, какое настроение преобладает у нас в группе.

«Что мы пожелаем мамочкам и папочкам» (Творческая деятельность с элементами аппликации и рисования.)

Цель: Формировать эмоциональную культуру дошкольников путем творческого выражения своих чувств и эмоций; Способствовать взаимодействию родитель – ребенок – воспитатель.

Ход игры: детям предлагается обвести свою ручку, вырезать ее и поделиться своими добрыми, положительными эмоциями – пожеланиями для родителей. Воспитатель опрашивает каждого ребенка и записывает его слова. Затем дети и воспитатель оформляют свои пожелания в виде тучки и дождика, что означает «после дождя всегда появляется радуга и хорошее настроение».

КАРТОТЕКА
СОЦИАЛЬНО –
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
КОРРЕКЦИОННО –
РАЗВИВАЮЩЕЙ
РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

**(игротерапия, сказкотерапия,
проигрывание ситуаций, этюды,
групповая дискуссия)**

Цель: помочь детям старшего дошкольного возраста справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками.

Условные обозначения:



Состояние эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций.



Коррекция тревожности. Формирование социального доверия.



Клонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки у детей.



Коррекция зависимости от окружающих. Обучение умению самостоятельно решать проблемы.



Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения.

 <p style="text-align: center;">СНЯТИЕ СОСТОЯНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ДИСКОМФОРТА. РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ.</p> <p style="text-align: center;">Задачи:</p> <p><i>Снизить эмоциональное напряжение; создать положительное эмоциональное напряжение и атмосферу принятия каждого; развивать способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить своё; обучить приемам ауторелаксации.</i></p>	 <p style="text-align: center;">Игра «Моё имя».</p> <p>Цель: Идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».</p> <p>Ведущий задает вопросы; дети по кругу отвечают. Тебе нравится твоё имя? Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как? При затруднении в ответах ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот выбирает наиболее ему понравившееся. Ведущий говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имена у вас маленькое. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например, Ваня – Иван, Маша – Мария» и т.д.</p>
 <p style="text-align: center;">Игра «Угадай кого не стало»</p> <p>Цель: Развитие внимания, наблюдательности, принятие детьми друг друга.</p> <p>Дети должны догадаться, кто вышел из комнаты и описать его.</p>	 <p style="text-align: center;">Игра «Узнай по голосу»</p> <p>Цель: Развитие внимания, умение узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.</p> <p>Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.</p>
 <p style="text-align: center;">Рисование на тему «Автопортрет»</p> <p>Расслабление:</p> <p>Дети садятся или ложатся на пол в удобной для них позе. Ведущий говорит: «Устраивайтесь поудобней, расслабьтесь, закройте глаза и послушайте, что происходит вокруг и внутри вас. Произнесите свое имя сначала так, как вас зовут сейчас, а потом так, как вас будут звать, когда вы вырастаете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши».</p> <p>По окончании упражнения дети встают в круг, держаться за руки, каждый говорит соседу «до свиданья», назвав его «взрослым» именем.</p>	 <p style="text-align: center;">Игра «Связующая нить»</p> <p>Цель: Формирование чувства близости с другими людьми.</p> <p>Дети, сидят в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниям о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. При затруднении воспитатель помогает ребенку – бросает клубок ему еще раз. Этот прием диагностике: можно увидеть детей, испытывающих трудности в общении, - у ведущего с ними будут двойные, тройные связи. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.</p>



Игра «Прогулка»

Цель: Двигательная и эмоциональная разминка.

Ведущий. Летний день. Дети гуляют. Пошел дождь. Дети бегут домой. Прибежали они вовремя, началась гроза. Гроза прошла быстро, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и –стали бегать по лужам.

В игре используется народная музыка, музыка Д. Львова-Компанейца «Хорошее настроение», П. Христова «Золотые капельки», К. Караваява «Сцена грозы».



Рисование самого себя

Цель: Раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Воспитатель предлагает детям нарисовать себя в трех зеркалах:

в зеленом – такими, какими они представляют себе;

в голубом – такими, какими они хотят быть;

в красном – такими, какими их видят друзья.



Игра «Возьми и передай»

Цель: Достижения взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.



Игра «Переходы»

Цель: Развитие навыков кооперации, снятие психологической нагрузки.

Дети встают в круг и смотрят друг на друга. Затем по команде строятся по росту, цвету глаз, цвету волос и т.д.



Игра «Разыщи радость»

Цель: Формирование оптимального эмоционального тонуса, открытости внешним впечатлениям, развитие любознательности, нивелирование тревожности.

Воспитатель просит детей назвать по очереди все вещи, события, явления, которые приносят им радость. Предлагает завести книгу - тетрадь со следующими главами:

- качества, которые нравятся в людях;
- дела, которые удается хорошо делать;
- вещи, которые люблю;
- любимые книги, фильмы, мультфильмы;
- любимые места;
- приятные сны;
- наши мечты.



Танцевальный этюд «Подари движение»

Цель: Укрепление эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия.

Участники встают в круг. Звучит веселая музыка. Ведущий начинает танец, выполняя какие-то однотипные движения в течение 15-20сек. Остальные повторяют эти движения. Затем кивком головы ведущий дает знак кому-то из детей продолжить движения в такт музыке, тот в свою очередь передает это право следующему – и так по кругу.



Этюд

«Солнечный зайчик»

Цель: Снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние и умение его выразить.

Дети сидят в круг. Ведущий говорит: «Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, носу, ротике, щечках, подбородке, аккуратно поглаживайте, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник, он любит и ласкает вас, а вы погладьте и подружитесь с ним. Улыбнитесь ему»



**Рисование на тему
«Мое настроение»**

Цель: Осознание своего эмоционального состояния; умение адекватно его выразить.

Воспитатель приготавливает заранее мокрый лист и краски. После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.



**Упражнение
«Тренируем эмоции»**

Цель: Развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Ведущий предлагает детям:
а) нахмурится как:
осенняя туча;
рассерженный человек;
б) позлиться, как:
злая волшебница;
два барана на мосту;
голодный волк;
ребёнок, у которого отняли мяч;
в) испугаться, как:
заяц, увидевший волка;
котёнок, на которого лает злая собака;
г) улыбнуться, как:
кот на солнышке;
само солнце;
хитрая лиса;
будто ты увидел чудо.



**КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ.
ФОРМИРОВАНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ДОВЕРИЯ**

Задачи:

Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; уменьшить тревожность; воспитать уверенность в себе; снизить эмоциональное напряжение.



Комплекс

«Музыкальная мозаика»

Цель: Ауторелаксация, развитие умения двигаться в такт музыкальных фрагментам разных темпов.

Звучит плавная музыка, под эту музыку движения детей мягкие, текучие, переходящие одно в другое; под импульсивную – резкие, сильные, четкие, рубящие; под лирическую – тонкие, изящные, нежные; под спокойную тихую музыку – стоят без движения и «слушают» свое тело.



**Рисование на тему
«Нарисуй свой страх»**

Цель: Снятие страхов, осознание своих страхов.

Дети рассаживаются за столами и рисуют. Звучит тихая музыка. Затем ведущий просит детей по желанию рассказать: что страшное он изобразил, предлагает оставить рисунки на ночь в группе, а дома подумать и в следующий –аз рассказать: появлялся ли страх опять, как можно с ним справиться.



Игра

«Настроение и походка»

Цель: Снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снятие мышечных зажимов.

Ведущий показывает движения и просит изобразить настроение: «Покапаем, как мелкий и частый дождик, а теперь – как тяжелые, большие капли. Полетаем, как воробей, а теперь – как чайка, как орел. Походим, как старая бабушка, попрыгаем, как веселый клоун. Пройдемся, как маленький ребенок, который учится ходить. Осторожно подкроемся, как кошка к птичке. Пощупаем коки на болоте. Задумчиво пройдемся, как рассеянный человек. Побегим навстречу маме, прыгнем ей на шею и обнимем её».



Упражнение

«Расскажи свои страхи»

Цель: Выявление реальных страхов детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

Начинает рассказывать о своих страхах взрослый: «Когда я был таким маленьким, как вы, то ...» Затем задает вопрос: «А у вас такое бывало?», «А кто еще боится чего-то, расскажите!» Дети по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее. (Ведущий должен следить, чтобы сюжеты рассказов не повторялись, обговорите все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.)

Предложить детям нарисовать свой страх. (см. Рисование «Нарисуй свой страх»)



Беседа о страхах

Цель: Уменьшение тревожности; развитие уверенности в себе.

Ведущий просит ответить детей на вопросы: «Все ли страхи плохие? Бояться – это плохо или хорошо? А бывает ли страх «хорошим»? Например, если мама боится за тебя – это плохо? Бывают ли полезные страхи? Как вы думаете, кто больше боится – дети или взрослые?»

Далее рассматривает с детьми рисунки, которые рисовали раньше, они предварительно развешаны на стене, и спрашивает: Кто, какой страх изобразил? Как побороть его? А может, его можно пожалеть? Ведь он стал маленьким, если помещается на альбомном листочке?

Далее желательно провести рисование на тему «Я тебя больше не боюсь!»



Рисование на тему

«Я тебя больше не боюсь!»

Цель: Помощь в преодолении негативных переживаний.

После прозвучавших предложений о том, как можно побороть свой страх, воспитатель предлагает нарисовать картинку на эту тему. Он раздает детям рисунки с их страхами и чистые листочки бумаги, чтобы у каждого был выбор – на чем рисовать (на старом рисунке или изобразить свой страх снова и способ избавления от него: закрасить, нарисовать рыцаря и т.д.), или просто порвать рисунок со страхом и выбросить его и таким образом от него избавиться.

<p style="text-align: center;">  Этюд «Стойкий оловянный солдатик» </p> <p>Цель: Помощь в снятии страхов, развитие уверенности в себе.</p> <p>Ведущий читает сказку Г.Х. Андерсена «Стойкий оловянный солдатик». Затем дети разыгрывают сценку по сказке. Предлагают другой финал сказки и разыгрывают его.</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>Игра «В темной норе»</p> <p>Цель: Снятие страха перед темнотой.</p> <p>В группе, где находятся дети, как бы по ошибке выключают на 3-5 минут свет. Воспитатель предлагает представить, что они попали в нору к кроту. К нему в гости спешит светлячок со своим волшебным фонариком. На роль светлячка выбирается ребенок, боящийся темноты (воспитатель узнает об этом из беседы с родителями). Он с помощью своего волшебного фонарика (использовать любой, заранее приготовленный фонарик) помогает детям пройти до освещенного места.</p>
--	--

<p style="text-align: center;">Игра «Слепой и поводырь»</p> <p>Цель: Развитие внимания друг к другу, социального доверия.</p> <p>Дети стоят парами. Один – «слепой», другой – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. Препятствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал. Не ушибся. После прохождения маршрута участники меняются ролями. Для повышения интереса модно менять друг.</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>Игра «Тень»</p> <p>Цель: Развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.</p> <p>Звучит фонограмма спокойной музыки. Дети разбиваются на пары. Один ребенок - «путник», другой – его «тень». Последний старается точь-в-точь скопировать движения «путника», который ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается сорвать цветок, подобрать красивый камушек, кивает головой, скачет на одной ножке и т.п.</p>
---	---

<p style="text-align: center;">  Этюд «Смелые ребята» </p> <p>Цель: Преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе.</p> <p>Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «Бойтесь меня, бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается, (ребенок спрыгивает со стула) превращается в маленького воробышка. Начинает чирикать, летать по комнате.</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>Комплекс</p> <p style="text-align: center;">«На лесной полянке»</p> <p>Цель: Снятие эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.</p> <p>Ведущий предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем поляну. На нее со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки.</p> <p>Звучит ритмичная, задорная музыка. Кузнечики высоко подпрыгивают, сгибают лапки, лягаются, весело скачут по поляне. Бабочки порхают с цветка на цветок. Жучки жужжат и перелетают с травинки на травинку. Гусеницы ползают между стеблей. Задорные муравьишки-непоседы снуют туда-сюда.</p>
--	--



**ГАРМОНИЗАЦИЯ
ПРОТИВОРЕЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ.
ФОРМИРОВАНИЕ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ.**

Задачи:

Корректировать поведение с помощью ролевых игр; учить распознавать эмоции по внешним сигналам; формировать моральные представления; снять эмоциональное напряжение; тренировать психомоторные функции.



Игра «Молчок»

Цель: Коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий читает стихотворение А. Бродского «Новичок».

В детский сад пришел молчок –

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел,

С нами песенку не пел.

А потом, глядим, привык:

Словно зайка – скок да прыг.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

Ребенок исполняющий роль Молчка, сначала робко сидит на стуле, затем, согласно тексту, преобразается в смелого: прыгает со стула, а потом поет какую-нибудь знакомую песенку.



Этюд «Три характера»

Цель: Дать моральную оценку злости, плаксивости; работа над мимикой и пантомимой.

Дети слушают три музыкальные пьесы Д. Кабалевского: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка». Вместе с ведущим дают оценку поведения Злюки, Плаксы и Резвухи. Трое детей изображают девочек, все остальные догадываются по их мимике и пантомиме, кто из них, кто.

Предложите детям рисование на тему «Три характера».



**Рисование на тему сценки
«Три характера»**

Цель: Рефлексия по этюду «Три характера».

Ведущий знакомит детей с пиктограммами, объясняя при этом, что при различных эмоциональных состояниях выражение лица будет разным. Просит изобразить Злюку, Плаксу и Резвуху.



**Игра
«Скучно, скучно так сидеть»**

Цель: Развитие раскованности; тренировка самоорганизации.

Вдоль противоположных стен комнаты расставлены стулья. Возле одной – по количеству детей, возле другой – на один стул меньше. Дети садятся на стулья вдоль стены. Ведущий читает стишок.

Скучно, скучно так сидеть.
Друг на друга все глядеть;
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться.

Как только ведущий заканчивает читать, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять стулья. Проигрывает тот, кто остался без стула. Продолжая игру, каждый раз нужно убирать по одному стулу.



Игра
«Дракон кусает свой хвост»

Цель: Снятие напряженности, невротических состояний; развитие сплоченности группы.

Звучит веселая музыка. Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый ребенок – «голова» дракона, последний – «хвост». «Голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.



Игра «Комплименты»

Цель: Помочь ребёнку увидеть свои положительные стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребёнок говорит: «Мне нравится в тебе ...» Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. (После упражнения желательно обсудить, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты).



Миниконкурс
«Назови и покажи»

Цель: Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Дети сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу – я такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем продолжают дети по кругу, каждый раз изображая отличное от уже названных эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает – все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.



Этюд «Страшный зверь»

Цель: Коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь».

Прямо в комнатную дверь
Проникает страшный зверь!

У него торчат клыки

И усы топорщатся,

У него горят зрачки –

Испугаться хочется!

Хищный глаз косится,

Шерсть на нем лоснится...

Может, это львица?

Может быть, волчица?

Глупый мальчик крикнул:

- Рысь!!

Храбрый мальчик крикнул:

- Брысь!!

Дети, получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков, действуют согласно тексту.

(Модификация игры: подключаются все дети – все вместе изображают персонажей стихотворения).

 <p style="text-align: center;">Рисование на тему «Страшный зверь»</p> <p>Цель: Развитие умения передавать эмоциональные состояния через художественный образ.</p> <p>Когда дети закончили рисовать, ведущий предлагает им выбрать самый удачный рисунок и рассказать, чем ему понравился именно этот рисунок.</p> <p>Когда дети закончили рисовать, ведущий предлагает им выбрать самый удачный рисунок и рассказать, чем ему понравился именно этот рисунок.</p>	 <p>Этюд «Ласка»</p> <p>Цель: Развитие умения выражать чувства радости, удовольствия.</p> <p>Звучит музыка А. Холмина «Ласковый котенок». Дети разбиваются на пары: один – котёнок, второй – его хозяин. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котёнка. Котёнок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к хозяину тем, что трется головой о его руки.</p> <p style="text-align: center;">«Минута шалости»</p> <p>Все дети превращаются в пушистых озорных котят, которые бегают, прыгают, кувыркаются, щурятся на солнышке от удовольствия.</p>
---	--

 <p style="text-align: center;">Сочиняем «Общую историю»</p> <p>Цель: Помочь детям выразить свою индивидуальность; учить высказывать свои мысли; научить адекватным способам взаимодействия – взаимопонимания; развивать умение спокойно выслушать собеседника.</p> <p>Дети выбирают основную тему сказки. Затем они садятся в круг и по очереди, держа в руках «волшебную палочку», начинают сочинять. Первый ребёнок говорит первое предложение, второй продолжает и т.д. В конце проводится обсуждение, понравилась ли детям эта история, что они чувствовали, говоря по кругу; что они делали, если хотелось поправить другого ребёнка, и т.п.</p> <p>После игры провести коллективное рисование (см. коллективный рисунок по сочиненной «Общей истории»).</p>	 <p>Игра «Колдун»</p> <p>Цель: Овладение неречевыми средствами общения.</p> <p>Колдун заколдовывает одного из детей так, что он «теряет» способность говорить. Чтобы избавиться от колдовства, он должен объяснить, как это произошло. Дети задают ему вопросы; отвечая на них, он старается рассказать историю о том, как его заколдовали. С помощью жестов и мимики показывает направление и предметы, размер и форму предметов, показывает настроение волшебника и свое состояние в момент колдовства. Дети «переводят его рассказ».</p>
 <p style="text-align: center;">Коллективный рисунок по сочиненной «Общей истории»</p> <p>Цель: Развитие ощущения свободы и творческой активности, умения удивляться, фантазировать, действовать сообща.</p> <p>Ведущий готовит лист мокрой бумаги (можно использовать рулон обоев). На этом листе каждый участник рисует деталь сюжета придуманной и разыгранной истории, затем дети отвечают на вопросы, что они ощущали в процессе коллективного рисования. Что – больше всего запомнилось? Что вызвало большую радость?</p>	 <p style="text-align: center;">Игра «Иголка и нитка»</p> <p>Цель: Развитие произвольности, коммуникативных и организаторских способностей.</p> <p>Дети выбирают водящего. Под веселую музыку он играет роль иголки, остальные дети – роль нитки. «Иголка» бежит по комнате, «петляет», а «нитка» (группа детей друг за другом) – за ней. (Роль иголки нужно поручить застенчивым, зажатым, замкнутым детям).</p>

<p style="text-align: center;"> Этюд «Ёжик»</p> <p>Цель: Научить передавать эмоциональное состояние героя; развить способности понимать чувства другого.</p> <p>Ведущий читает рассказ Г. Цыферова «Ёжик»: «Пошёл тёмной ночью серый ёжик по лесу гулять. Увидел красную клюквину и наколол ее на серую иголочку. Увидел желтые листья и тоже наколол. Заметил наконец в темной луже звезду. Тоже хотел наколоть – да ничего не вышло. Подумал ёжик, подумал и накрыл ее лопушком: пусть до утра полежит. А утром под лопухом вместо голубой звезды нашел большое красное солнышко. Вот ёж смеялся. Очень».</p>	<p style="text-align: center;"> Этюд «Ёжики смеются»</p> <p>Цель: Тренировка психомоторных функций.</p> <p>Ведущий читает стихотворение К. Чуковского «Ёжики смеются»: У канавки Две козявки Продают ежам булавки. А ёжи-то хохотать! «Эй вы, глупые козявки! Нам не надобны булавки: Мы булавками сами утыканы».</p> <p>Дети, используя выразительные средства, изображают походку ежей, их позы (наклон головы, прищуренные глаза, трясущийся от смеха живот, улыбку и т.д.)</p>
<p style="text-align: center;"> Игра «Тропинка»</p> <p>Цель: Активизация воображения и сопровождающих его положительных эмоций, формирование личности и развитие чувственного оптимистического фона.</p> <p>Все дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде взрослого они переходят воображаемые препятствия. «Спокойно идем по тропинке... Вокруг кусты, деревья, зеленая травка... Птицы поют... Шелестят листья... Вдруг на тропинке появились лужи... Одна... вторая... третья... Снова спокойно идем по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик с перилами. Переходим по мостику, держась за перила... Спокойно идем по тропинке... Тропинка пошла через болото. Появились кочки. Прыгаем с кочки на кочку Раз... Два... Три... Четыре... Перешли болото снова идем спокойно. Перед нами овраг. Через него перекинуто бревно. Переходим овраг по бревну... Осторожно, идем!.. Ух! Наконец-то перешли... Идем спокойно!.. Что это? Тропинка вдруг стала липкой от мокрой раскисшей глины.</p>	<p style="text-align: center;"> Упражнение «Ганец»</p> <p>Цель: Танцевальная психотерапия, тренировка психомоторных функций, самовыражение индивидуальности ребенка.</p> <p>Ведущий предлагает детям потанцевать. Причем каждый танцует, что хочет. Ребенок должен выразить в танце какой-либо образ. Лучше, если он придумает образ сам. При затруднении ведущий предлагает следующие темы: станций «бабочку», «зайчика», «веселого ежика», «лошадку», «дерево», «цветок», «птичку» и т.п. Ведущий следит за тем, чтобы дети именно танцевали, то есть выполняли под музыку танцевальные движения в соответствующем темпе и ритме, а не изображали чувства мимикой.</p>
<p style="text-align: center;"> КОРРЕКЦИЯ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОКРУЖАЮЩИХ. ОБУЧЕНИЕ УМЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНО РЕШАТЬ ПРОБЛЕМЫ.</p> <p style="text-align: center;">Задачи:</p> <p><i>Дать возможность почувствовать себя самостоятельным и уверенным человеком; прививать новые формы поведения; учить самостоятельно, принимать верные решения; учить навыкам само расслабления.</i></p>	<p style="text-align: center;"> Игра «Сказочная шкатулка»</p> <p>Цель: Формирование положительной «Я» – концепции, само принятия, уверенности в себе.</p> <p>Ведущий сообщает детям, что фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что су вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину.</p>

	<p>Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится».</p>
<div data-bbox="284 645 327 689" data-label="Image"></div> <p data-bbox="256 775 309 801">Игра</p> <p data-bbox="264 880 512 907">«Волшебное колечко»</p> <p data-bbox="256 943 839 1003">Цель: Коррекция негативного образа «Я», снятие тревожности, неуверенности в себе.</p> <p data-bbox="256 1008 839 1279">Ведущий говорит: «Вот колечко из сказочной шкатулки, это не просто колечко, а волшебное. Если надеть его на мизинец, станешь маленьким-маленьким – это твое прошлое. Если надеть его на средний палец, останешься самим собой – это твое настоящее. Если надеть колечко на указательный палец, станешь большим, сильным и красивым – это твое будущее. Кто хочет путешествовать во времени?».</p> <p data-bbox="256 1283 839 1615">Если ребенок выбирает «прошлое», он садится на корточки или сворачивается клубочком, а остальные ребята гладят его, укачивают, баюкают... Если ребенок выбирает «настоящее», то ему предлагается оценить его, что с ним происходит, с помощью жеста («в моей жизни все хорошо» – большой палец вверх, «в моей жизни не все хорошо» – большой палец вниз). Если же он выбирает «будущее», то закрывает глаза и фантазирует – что интересного и увлекательного случится в его жизни.</p>	<div data-bbox="882 645 925 689" data-label="Image"></div> <p data-bbox="1026 640 1294 701">Игра «Принц и принцесса»</p> <p data-bbox="866 730 1453 824">Цель: Дать почувствовать себя значимым, выявление положительных сторон личности; сплочение детской группы.</p> <p data-bbox="866 853 1453 1003">Дети стоят в кругу. В центре ставится стул – это трон. Кто сегодня будет принцем (Принцессой)? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.</p>

<p style="text-align: center;"> Рисование на тему «Волшебные зеркала»</p> <p>Цель: Гармонизация и развитие здоровой «Я» – концепции.</p> <p>Ведущий предлагает нарисовать детям себя в трех зеркалах, но не в простых, а волшебных: в первом – маленьким и испуганным; во втором – большим и веселым; в третьем – счастливым.</p> <p>После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты больше похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?</p>	<p style="text-align: center;"> Упражнение «Танец»</p> <p>Цель: Использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств.</p> <p>В качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства. Под различную музыку дети выполняют следующие задания: станцуй радость, страх, горе, веселье, удивление, счастье, жалость.</p>
<p style="text-align: center;"> Этюд «Впереди всех»</p> <p>Цель: Развитие социальных эмоций, обучение проявлениям сочувствия, сопереживания по отношению к сверстникам.</p> <p>Ведущий читает рассказ Я. Тайца «Детский сад пошел гулять. Все встали в пары: Петя – с Толей, Люся – с Галей, Женя – с Вовой, Сёма – с Димой. Много пар.</p> <p>А Маша осталась одна: А я с кем пойду? Толя сказал: Возьми Мишку косолапого! Маша взяла Мишку. Вот и пара. Эта пара лучше всех. Она пойдет впереди всех»</p> <p>После чтения ведущий спрашивает: какое качество проявилось у Толи? Хорошо ли он поступил? А что еще можно было предложить в подобной ситуации.</p>	<p style="text-align: center;"> Этюд «Утро»</p> <p>Цель: Создать положительный эмоциональный фон, помочь ощутить прелесть окружающего мира; психомышечная тренировка.</p> <p>Ведущий читает стихотворение В.Я. Данько «Утро»:</p> <p>Дили - дили - дили - дили! – Дили - дили - дили - дили! Колокольчики звонили. Колокольчики будили Дили - дили - дили - дили! Всех зайчат и ежат, Колокольчики будили Всех ленивых медвежат, Всех жуков, пауков, И воробушек проснулся, И веселых мотыльков, И галчонок встрепенулся... Динь, динь! Динь, динь! Динь, динь! Динь, динь! Начинаем новый день! Не проспите новый день! Дети по веселую музыку изображают пробуждение лесных жителей.</p>
<p style="text-align: center;"> Игра «Передай по кругу»</p> <p>Цель: Достичь взаимопонимания, сплоченности.</p> <p>Дети встают в круг, на ходу передают (пантомимикой) горячую картошку, ледышку, бабочку, цветочек, пушинку и т.д.</p>	<p style="text-align: center;"> Этюд «Цветок»</p> <p>Цель: приобретение навыков в само расслаблении.</p> <p>Ведущий говорит: «Теплый луч упал на землю и согрел семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, переворачивая свою головку вслед за солнцем».</p> <p>Дети по ходу рассказа выполняют соответствующие движения: садятся на корточки, голову и руки опускают; поднимают голову, распрямляют корпус; руки разводят в стороны – цветок расцвел; голову слегка откидывают назад, медленно поворачиваются за солнцем. Глаза полузакрывают, улыбка, мышцы лица расслаблены.</p>

 СНЯТИЕ ВРАЖДЕБНОСТИ ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ СО СВЕРСТНИКАМИ. РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ. Задачи: <i>Корректировать поведение с помощью ролевых игр; формировать адекватные формы поведения; учить осознавать свое поведение; работать над выразительностью движений; регулировать поведение в коллективе.</i>	 Игра «Мальчик (девочка) – наоборот» Цель: Развитие произвольного контроля за своими действиями, снятие двигательной расторможенности, негативизма. Участники вступают в круг, Ведущий показывает действиями, все повторяют за ним. Мальчик – наоборот должен делать не так, как все.
--	---

 Этюд «Солнце в ладошке» Цель: Снятие эмоционального напряжения, развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений. Ведущий читает стихотворение «Солнце в ладошке». Солнце в ладошке, Тень на дорожке, Крик петушиный, Мурлыканье кошки, Птица на ветке, Цветок у тропинки, Пчела на цветке, Муравей на травинке. И рядышком – жук, весь Покрытый загаром. – И все это – мне, И все это – даром! Вот так – ни за что! – Лишь бы жил я и жил, Любил этот мир И другим сохранил. Дети по желанию изображают персонажей стихотворения, «насыщаясь» атмосферой радости и добра.	 Этюд «Просто так» Цель: Развитие социального доверия, воспитание новых способов общения, формирование адекватных форм поведения. Дети разыгрывают сценки из мультфильма «Просто так», где щенок подарил букет цветов, а вместе с ним и свое хорошее настроение тому, кому было грустно, «просто так» – ничего не требуя взамен. И его доброе дело пошло по цепочке дальше – от одного героя к другому.
---	---

 Этюд «Два друга» Цель: Сопоставление различных черт характера; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить своё; коррекция сферы ребёнка. Дети слушают в исполнении взрослого стихотворение Т. Волиной «Два друга». Пришли два юных друга на речку загорать. Один решил купаться – стал плавать и нырять. Другой сидит на камушке и смотрит на волну, И плавать опасается: «А вдруг я утону?»	 Игра «Окажи внимание другому» Цель: Развитие умения выразить свое положительное отношение к другим людям, учить оказывать и принимать знаки внимания. Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т.п. В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я ...» (повторяет сказанное ему, а затем подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «А еще я думаю, что я ...»).
--	---

<p>Пошли два юных друга кататься на коньках. Один стрелою мчится – румянец на щеках! Другой стоит растерянный у друга на виду. «Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?!»</p> <p>Гроза дружков застала однажды на лугу. Один пробежку сделал – согрелся на бегу. Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи: Лежит под одеялами – «Кхе-кхе! ... Апчи!»</p> <p>Дети оценивают поведение обоих ребят, распределяют роли. Ведущий снова читает стихотворение, а дети пантомимический его иллюстрируют</p>	
--	--

<p style="text-align: center;"> Релаксация «Улыбка»</p> <p>Цель: Снятие психоэмоционального напряжения.</p> <p>Воспитатель предлагает сесть удобнее, опереться на спинку стула. Включается медленная приятная музыка.</p> <p>«Дети, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу. Закройте глаза и послушайте меня: другой человек есть радость для тебя... Окружающий мир есть радость для тебя... Теперь откройте глаза и посмотрите на природу. Ты всегда радость для другого... Береги себя и другого береги... Уважай, люби все, что есть на Земле – это чудо! И каждый человек – тоже чудо! Спасибо всем за работу, за то, что вы есть! Спасибо!»</p>	<p style="text-align: center;">Игра «Найди друга»</p> <p>Цель: Научить детей чувствовать и переживать, развитие коммуникативных навыков.</p> <p>Дети делятся на две группы. Одной группе завязывают глаза, дают возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Когда друг найден, игроки меняются ролями.</p>
<p style="text-align: center;"> Игра «Цветик – семицветик».</p> <p>Цель: Развитие умения делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками.</p> <p>Для этой игры потребуется цветик - семицветик, который можно сделать по разному, главное, чтобы лепестки открывались (вынимались из цветка), а также красные и желтые фишки.</p> <p>а) Каждый ребенок, сорвав лепесток, может задумать одно заветное желание. Рассказать о нем другим можно только тогда, когда лепесток облетит весь свет. По очереди дети с лепестками кружатся вместе с остальными (произнося слова: лети – лети лепесток...). Если загаданное желание связано с удовлетворением его личных потребностей, ребенок получает желтую фишку, если оно имеет общественное значение – красную. Собрав в конце игры все фишки, можно определить уровень (см. Цветик-семицветик 2)</p>	<p style="text-align: center;">Игра «Секрет»</p> <p>Цель: Развитие социальной активности детей.</p> <p>Всем участникам ведущий кладет в ладошки по «секрету» из красивого сундука (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.д.), кладет и зажимает в кулачок. Участники ходят по помещению и, снедаемые любопытством, находят способы уговорить каждого показать ему свой секрет.</p> <p>Ведущий следит за процессом обмена секретами, помогает всем найти общий язык.</p>
<p style="text-align: center;"> (Цветик – семицветик 2)</p> <p>Нравственного развития группы, но не стоит говорить об этом детям, так как в дальнейшем они могут скрывать свои заветные желания, подстраиваясь под оценки взрослых. В конце игры дети обсуждают, какие желания понравились и почему.</p> <p>б) Один лепесток срывают двое детей. Держась за руки, они «совершают полёт», обдумывая и согласуя друг с другом общее желание.</p> <p>в) Все желающие получают по цветик – семицветику. Каждый придумывает по семь желаний. Затем двое – трое детей собирать все лепестки, кто-то один начинает поочередно вынимать их, то из одной коробки, то из другой. На каждый вынутый лепесток дети раскрывают одно из своих желаний, и тогда лепесток возвращается к своему владельцу. Чтобы собрать весь цветок, надо высказать все семь желаний. Условие – не повторятся.</p>	

Индивидуальные и подгрупповые игры с лэпбуком

«Страна сказочных эмоций»

Назначение:

Наличие игровых красочных заданий в лэпбуке повысит интерес дошкольников к сказочному миру эмоций и чувств, позволит развивать эмоциональную сферу, активизировать речевую деятельность, мыслительные процессы, творческие способности. Данное пособие поможет в работе педагогов дошкольных организаций, родителям в развитие эмоциональных и речевых навыков у детей дошкольного возраста.

Цель: _Обобщение представлений и систематизация знаний об основных эмоциональных состояниях у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Закреплять знания об эмоциях, их графических изображениях и определять с эмоциональное состояние героев сказок и мультфильмов.
- Формировать умение изображать эмоции с помощью мимики, позы, жестов.
- Развивать связную речь, активный словарь эмоциональных состояний.
- Развивать умение понимать своё внутреннее состояние путём ассоциации с каким – либо сказочным героем.
- Развивать творческое мышление, воображение, выразительность речи и движений. Тренировать мелкую моторику руки.

Описание:

Это методическое пособие может использоваться для развития эмоциональной сферы ребенка посредством сказочного сюжета, закреплять знания о сказках и сказочных героях совершенствовать психические функции (память, внимание, мышление, речь, воображение), развивать мелкую моторику и творческие способности у детей дошкольного возраста. Лэпбук изготовлен с учетом возрастных особенностей детей.

Пособие представляет собой папку - ширму с кармашками содержащие определенные задания. На лицевой стороне отражается название «Страна сказочных эмоций», на задней содержится картотека игр на формирование основ эмоционального интеллекта и конверт с заданиями на развитие творческих способностей детей и закрепление знания об эмоциональных состояниях «Дорисуй эмоции героям и раскрась картинку».

Данное пособие педагоги ДОО могут использовать для индивидуальной и подгрупповой работы с детьми, а также предоставлять детям для индивидуальных игр и творческих проявлений.

Интеграция образовательных областей

Социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

Вариативность

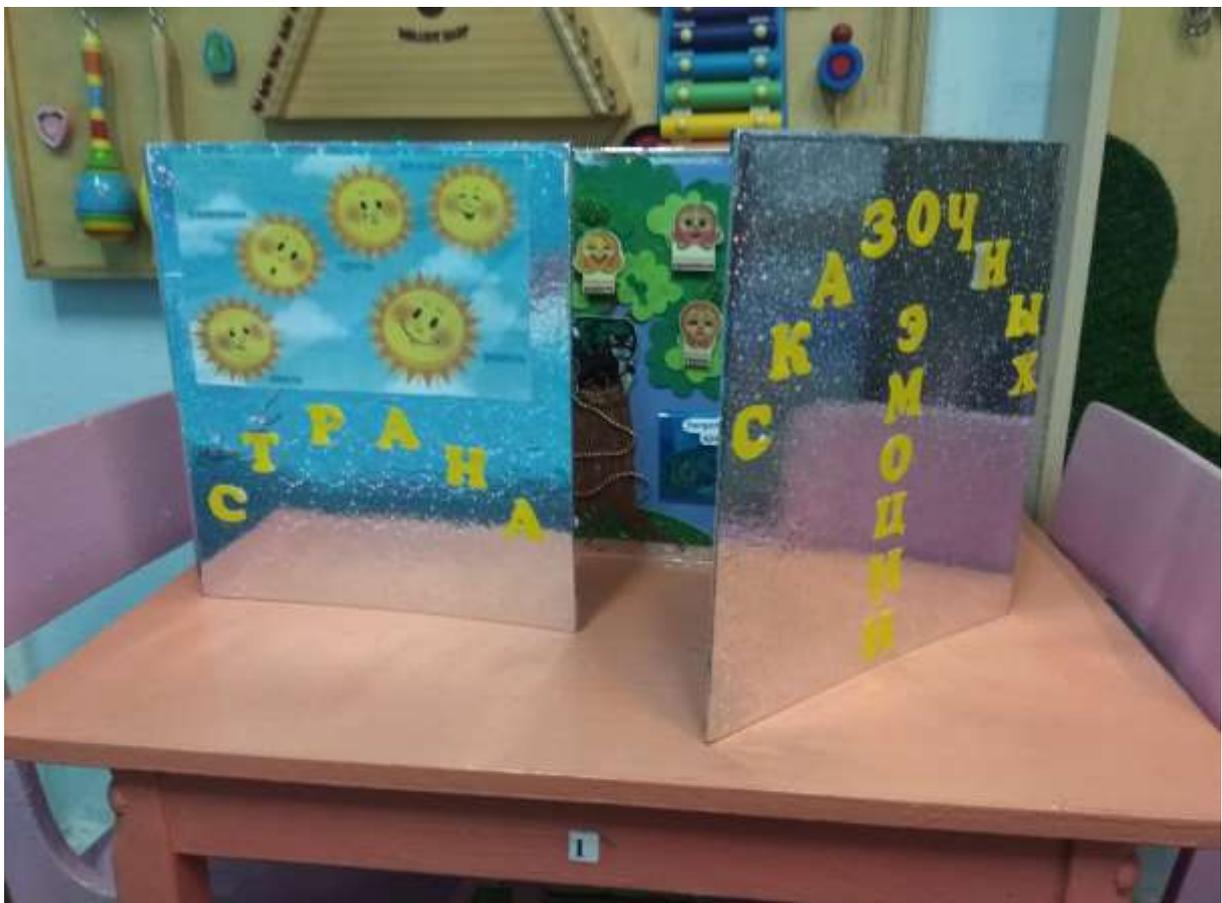
Пособие позволяет решать задачи в совместной деятельности взрослого и детей, коррекционно – развивающей работы, самостоятельной деятельности детей, при проведении режимных моментов, в частности при организации игровой деятельности дошкольников,

Творческие находки

1. Оригинальность идеи – создание лэпбука из качественного материала.
2. Вариативность предложенных игр и упражнений позволяют решать комплексно обучающие, развивающие и воспитательные задачи: развивать эмоциональную сферу, разговорную и связную речь, логическое и модельно-конструктивное мышление, мелкую моторику, цветовое восприятие, творческое воображение, творческие навыки.
3. Широкий спектр использования пособия, его поли функциональность: помимо представленных методических рекомендаций педагога могут применять данное пособие при организации образовательного процесса по другим образовательным областям.
4. Эстетическая привлекательность пособия, необычность позволяют сделать познавательный процесс для детей увлекательным.
5. Предложенный материал подобран в соответствии с программными задачами.
6. Данное пособие может быть предложено родителям для занятий с ребенком дома.

Содержание игровых заданий Лэпбука:

1. Подбери настроение Маше и Вите.
2. Азбука эмоций.
3. Собери картинку и назови настроение героев.
4. Путешествие в мир эмоций
5. Загадки – герои сказок и мультфильмов.
6. Игры с карточками
7. Эмоциональный колобок.
8. Кубик настроения
9. Театр эмоций
10. Дорисуй эмоцию героям и раскрась картинку
11. Карточка игр на развитие эмоционального интеллекта.





Беседа : «Радуга и наши эмоции»



Цель: развить способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить своё



Психологическая игра: «Азбука настроений»



Цель: формировать умения различать разные эмоциональные состояния



* Изобразительная - Рисование «Мое радужное настроение»

Цель: способствовать развитию выражения своего эмоционального состояния посредством рисования радуги.



* Игровая - Психологическая игра «Мимический диктант»

Цель: закрепить умение детей выразить свои эмоции и чувства на ситуацию только выражением лица.



Дидактическая игра: «Разноцветное игровое поле»

Цель: вызывать положительные эмоции у детей.



**Психологическое упражнение с использованием сказка-терапия:
«Домики волшебного города»**



*Адекватность подбора цвета 95% детей,
неадекватность - 5%.*



**Рисование плаката
«Мое радужное настроение»**



Цель: способствовать развитию творческих способностей детей



**Психологическая игра
«Радуга настроений»**



*Цель: изучение настроения детей и взрослых в детском саду
Преобладающие цвета настроений:
Дети – желтый – очень активный, общительный, веселый, открытый.
Родители – зеленый – самостоятельный, настойчивый, иногда упрямый, напряженный.*



Коллектив СП – желтый – очень активный, общительный, веселый, открытый.



Лепка: «Человечек сказочной страны»



Цель: способствовать формированию передачи своих эмоций через фигурку человека; закреплять технические умения лепки.

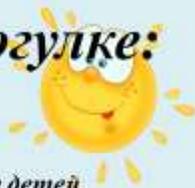


Фото – выставка «Радостные моменты из детского сада»

Цель: формировать интерес взрослых к миру ребенка, стремление помочь ему в индивидуально-личностном развитии



Рисование мелками на прогулке: «Весенняя радуга»



Цель: вызывать у детей положительные эмоции во время прогулки, развивать наблюдательность.



Аппликация «Что мы пожелаем мамочкам и папочкам»



Цель: Выразить любовь детей к своим родителям через сделанную работу в форме облачка и ладошек – капелек с пожеланиями.



Я РАДУЮСЬ

- Прочитай или прослушай, объясни.

У меня хорошее настроение.
Меня все понимают.
У меня всё получается хорошо и правильно.
Все радуются вместе со мной.
Мне хорошо с моей семьёй и друзьями.
Я радуюсь.

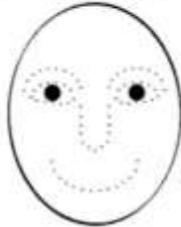
- Покажи детей, которые радуются. Как ты думаешь, почему они рады?



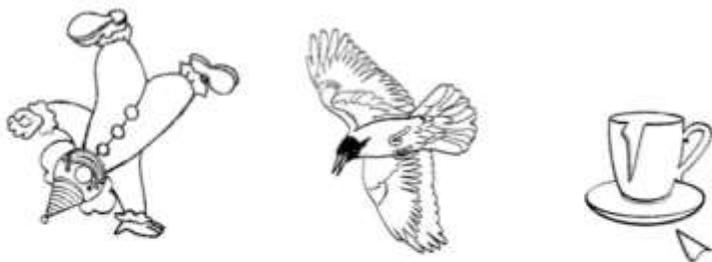
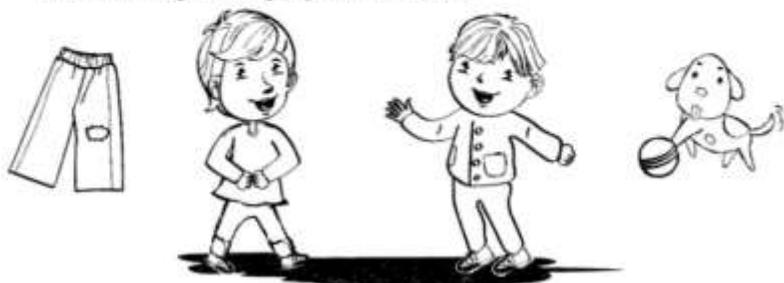
- Изобрази мимикой перед зеркалом.



- Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



- ☉ Друзья радуются встрече. Как ты думаешь, что могло их рассмешить? Выбери этот рисунок и обведи.



- ☉ Найди самого весёлого мальчика и раскрась его.



Илья

Максим

Коля

Гена

- ☉ Чему обрадовался Ёжик? Соедини точки плавными линиями и узнаешь.



☉ Подумай, какое настроение у детей, и дорисуй их лица.



☉ Пчёлка, Зайчик и Котик радуются угощению. Соедини линией правильно, кому какое угощение.



МНЕ ПЕЧАЛЬНО

- Прочитай или прослушай, объясни.

Мне грустно и я не хочу играть.
У меня не получилась поделка.
Мне не хочется разговаривать.
Я плачу.

- Покажи детей, которым грустно, печально. Объясни.



- Изобрази мимикой перед зеркалом.



- Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



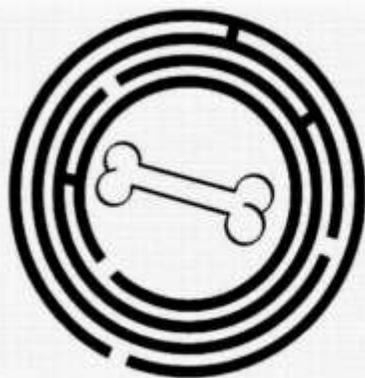
- Как изменилось настроение Кати?
Почему?
Какое настроение было бы у тебя? Изобрази мимикой и движениями.



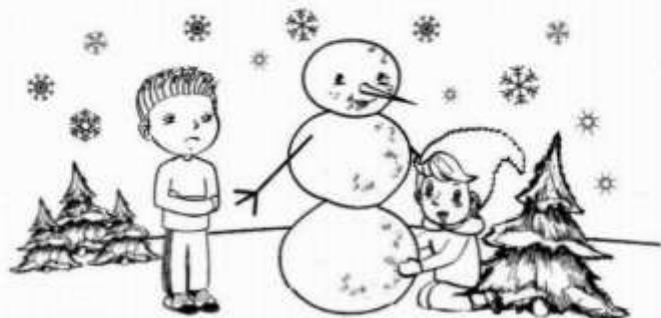
- Рассмотря рисунки. Какая матрёшка здесь лишняя? Почему?



- Тузик печален. Почему?
Обрадуй его и проведи к косточке.



- Мальчики играют. Но Павлик печален. Что ему нужно выбрать, чтобы чувствовать себя на улице хорошо, весело? Помоги Павлику, выбери и обведи нужные предметы.



- Нарисуй девочкам лица: весёлое и грустное.



Я ЗЛЮСЬ

- Прочитай или прослушай, объясни.

Я в гневе.

Мне неприятно.

Я злюсь на себя.

Я сержусь на других людей, потому что они меня не понимают.

Мне не нравятся поступки других.

Я готов подраться.

- Покажи детей, которые алятся. Объясни.



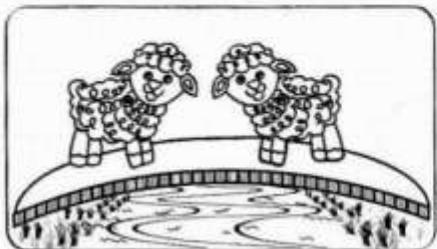
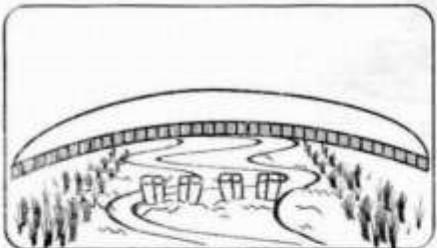
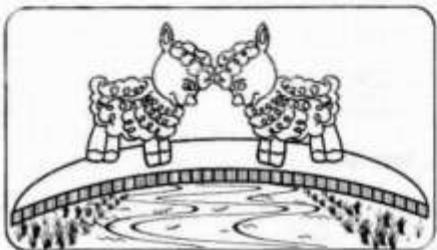
- Изобрази мимикой перед зеркалом.



☉ Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



☉ Рассмотрни картинки. Что было вначале, а что — потом?



☉ Надо ли было барашкам злиться?
Как бы ты повёл себя в такой ситуации?
Разыграй эту сказку с друзьями.

- Помоги Зайчишке убежать от злой Лисы. Проведи его по круглым камешкам на другой берег, соединив их линией.



- Попробуй прочитать начало сказки сам или попроси маму.

Жили-были  и . Попросил 
как-то раз  испечь ему колобок.  заме-
сила тесто, испекла  в  и поставила его
на  остывать.

- Как называется эта сказка?
Рассмотри рисунки и расскажи сказку дальше.
- Назови всех героев сказки и изобрази движениями каждого из них.
Кто из героев был злым, весёлым, трусливым. Каким ещё?

МНЕ СПОКОЙНО

- Прочитай или прослушай, объясни.

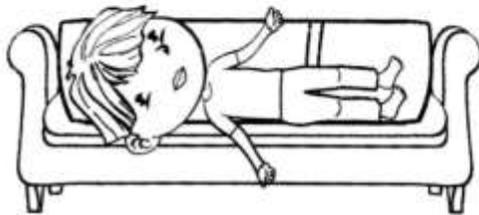
Я отдыхаю после игры или работы.

Я засыпаю, лёжа в кровати.

Мне хорошо, уютно, безопасно.

Я расслабляюсь, чувствую себя легко и свободно.

- Покажи спокойных отдыхающих детей. Объясни.



- Изобрази мимикой перед зеркалом.



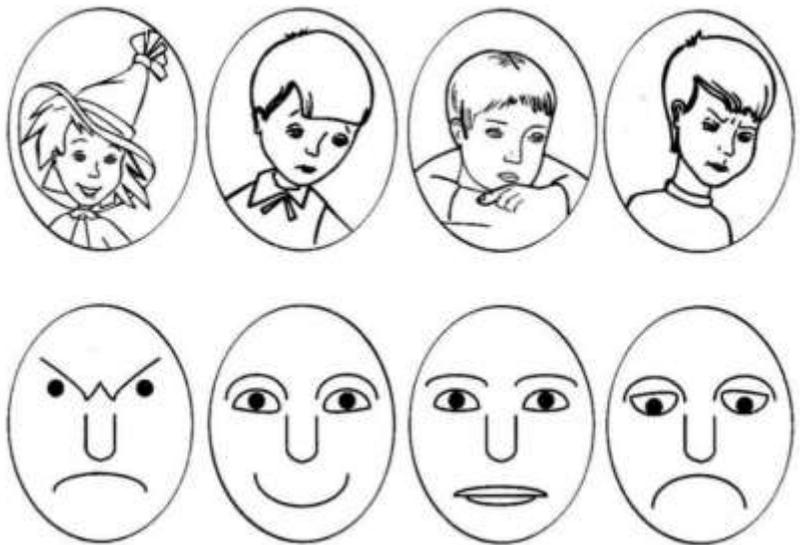
- Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



- ☉ Что нужно взять Леночке, чтобы спокойно и хорошо отдохнуть?
Соедини линией.



- ☉ Какое настроение у каждого из мальчиков?
Какие маски им подходят? Соедини линией мальчика с его маской.



☉ Рассмотрите картинки и определите настроение каждого.



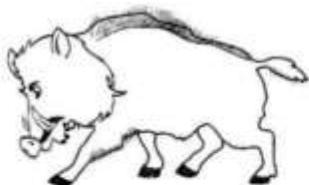
Катя



Егор



Ира



Серёжа

☉ *Ответь на вопросы.

1. Что чувствует Катя?
2. Что чувствует Ира?
3. Что чувствует Егор?
4. Что чувствует Серёжа?

5. Кабан какой?
6. Белка какая?
7. Слон какой?

О т в е т ы:

- 1 — радость
2 — беспокойство

- 3 — злость
4 — гнев
5 — злой

- 6 — веселая
7 — грустный

Я БОЮСЬ

- Прочитай или прослушай, объясни.

Мне страшно одному.

Меня пугает темнота.

Меня тревожат незнакомые и непонятные звуки.

От испуга я дрожу.

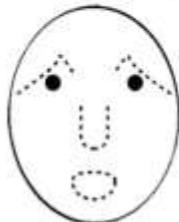
- Рассмотрни рисунки. Почему дети боятся?



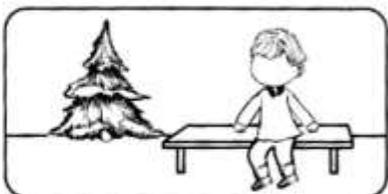
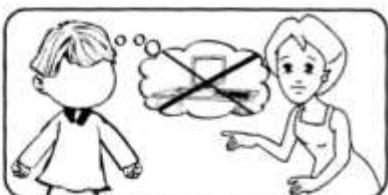
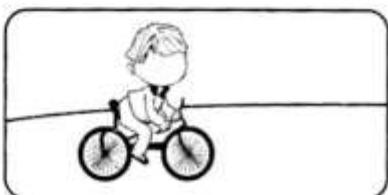
- Изобрази мимикой перед зеркалом.



- Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



● Рассмотрни рисунки. Что чувствует Дима в этих ситуациях? Почему?
Соедини линиями правильные пары рисунков.



МНЕ ИНТЕРЕСНО

- Прочитай или прослушай, объясни.

Меня интересует всё новое и необычное.

Я хочу всё знать: почему так происходит? что на что похоже? как это получается?

Мне интересны мои друзья.

Чем больше я занимаюсь тем, что мне интересно, тем больше мой успех.

- Покажи детей, которым интересно. Объясни.



- Изобрази мимикой перед зеркалом.



- Соедини точки плавными линиями. Какое лицо получилось?



1 Радость, печаль, злость (гнев), страх, интерес, удивление — это наши эмоции.
Рассмотри внимательно картинки. Какая это сказка?
Какие эмоции у персонажей сказки?
Выбери и соедини линиями. Раскрась.



РАДОСТЬ
ПЕЧАЛЬ
ЗЛОСТЬ
СТРАХ
УДИВЛЕНИЕ
ИНТЕРЕС



Материалы по работе с родителями воспитанников старшего дошкольного возраста

Анкета для родителей «Знаю ли я своего ребенка?»

- До сколько ваш ребенок может считать, знает ли цифры и может их выкладывать и называть в разброс?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Может ли ваш ребенок различать правую, левую руку, ногу и ориентируется в пространстве, по плану, схеме?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- На ваш взгляд ваш ребенок ориентируется в частях суток, временах года, днях недели?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Знает ли ваш ребенок адрес проживания, профессию родителей?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Может ли ваш ребенок назвать любимую сказку, прочесть стихотворение?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Может ли ваш ребенок сочинять сам сказку, рассказ?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Ваш ребенок умеет беречь живые объекты окружающего мира? Как он относится к животным, растениям?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Как вы думаете, может ли ваш ребенок рассказать о желании приобрести в будущем определенную профессию?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Как вы думаете: ваш ребенок вежливый?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Как вы считаете, ваш ребенок может сравнить 2-3 предмета по величине? (*больше — меньше, короче — длиннее*)
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Как ведет себя ваш ребенок в гостях?
 - А) да
 - Б) нет

- В) частично
- Может ли ваш ребенок правильно держать ножницы? Сможет вырезать из квадрата – круг, из прямоугольника – овал?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Что ваш ребенок больше всего любит рисовать и проявляет ли он интерес к этому виду деятельности?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- У вашего ребенка есть интерес к лепке? Что он любит лепить дома?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Чем Вас ребенок информирует, придя из детского сада?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Интересуется ли ваш ребенок звуками речи? Слышит ли первый звук или может определить звуки еще и в середине и конце? Сможет придумать слово на заданный звук?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Сможет ли ваш ребенок сочувствовать обиженному и не соглашаться с действиями обидчика?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
- Может ли ваш ребенок определить положение предметов в пространстве по отношению к себе? (*впереди – сзади, вверху – внизу, слева и справа*).
 - Любит ли ваш ребенок слушать сказки, рассказы которые вы ему читаете и может их перечислить?
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
 - Может ли ваш ребенок запомнить за 2 мин. показанные картинки или предметы, затем их назвать (не менее показать 10 шт.)
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично
 - Сформированы ли знания о семье, о профессии родителей, место проживания, о городе, крае и стране.
 - А) да
 - Б) нет
 - В) частично

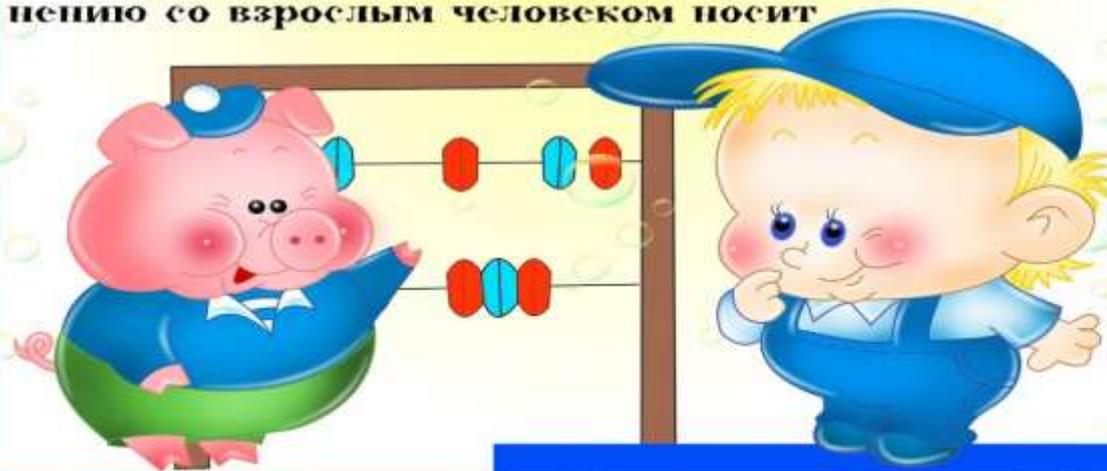
РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ

- очень активно развивается речь, возрастает ее выразительность, логичность, осознанность, значительно расширяется словарный запас;
- благодаря игре, изобразительной деятельности развивается воображение дошкольника, которому свойственны яркая эмоциональная окраска, фантазия.

Особенности развития эмоциональной сферы

В дошкольном возрасте так же, как и в раннем детстве, эмоции господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, придавая им свою окраску и выразительность. Маленький человек еще не умеет управлять своими переживаниями, он почти всегда оказывается в плену у того, что захватило его чувства.

Внешнее выражение чувств у ребенка по сравнению со взрослым человеком носит



РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ

более бурный, непосредственный и произвольный характер. Чувства ребенка быстро и ярко вспыхивают и столь же быстро гаснут; бурное веселье нередко сменяется слезами. У дошкольника формируется эмоциональное предвосхищение, которое заставляет его переживать по поводу возможных результатов деятельности, предвидеть реакцию других людей на его поступки. Поэтому роль эмоций существенно изменяется. Если раньше ребенок испытывал радость от того, что получил желаемый результат, то теперь он радуется потому, что может этот результат получить в ближайшем будущем. Если раньше он выполнял правдивую норму, чтобы заслужить положительную оценку, то теперь он ее выполняет, предвидя, как обрадуются окружающие его поступку. Кроме того, ребенок осваивает выражение чувств с помощью интонации, мимики, пантомимики, что помогает

ему понять переживания другого человека, «открыть» их для себя. Эмоциональная сфера ребенка по сравнению с предыдущим возрастным периодом в большей мере становится регулируемой: ребенок часто способен управлять своими эмоциональными проявлениями.



**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ
НА САМОРЕГУЛЯЦИЮ И СНЯТИЕ
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**



КОМПЛЕКС «МУЗЫКАЛЬНАЯ МОЗАИКА»

ЦЕЛЬ: ауторелаксация, развитие умения двигаться в такт музыкальным фрагментам разных темпов
Звучит плавная музыка, под эту музыку движения детей мягкие, текучие, переходящие одно в другое; под импульсивную - резкие, сильные, четкие, рубящие; под лирическую - тонкие, изящные, нежные; под спокойную музыку - стоят без движения и «слушают» свое тело.

КОМПЛЕКС «НА ЛЕСНОЙ ПОЛЯНЕ»

ЦЕЛЬ: снятие эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация

Ведущий предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На нее со всех сторон сбегались и слетелись лесные жители - всевозможные букашки, таракашки. Звучит ритмичная, задорная музыка. Кузнечики высоко подпрыгивают, сгибают лапки, лягаются, весело скачут по полянке. Бабочки порхают с цветка на цветок. Жучки жужжат и перелетают с травинки на травинку. Гусеницы ползают между стеблей. Задорные муравьи-непоседы снуют туда-сюда.

ВОЗЬМИТЕ СЕБЯ В РУКИ

Ребенку говорят: -Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать свою силу:

обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека.

ВРАСТИ В ЗЕМЛЮ

-Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулаки, крепко сцени зубы. Ты - могучее, крепкое дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны.

Это поза уверенного человека.

ТЫ-ЛЕВ!

-Закрой глаза, представь льва - царя зверей сильного, могучего, уверенного в себе, спокойного и мудрого. Он красив и выдержан, горд и свободен. Этого льва зовут, как тебя, у него твое имя, твои глаза, твои руки, ноги, тело. Лев - это ты!

СБРОСЬ УСТАЛОСТЬ

-Встань, расставь широко ноги, согни их немного в коленях, согни тело и свободно опусти руки, расправь пальцы, склони голову к груди, приоткрой рот. Слегка покачайся в стороны, вперед, назад. А сейчас резко тряхни головой, руками, ногами, телом. Ты стряхнул всю усталость, чуть-чуть осталось, повтори еще.

ДЫШИ И ДУМАЙ КРАСИВО

-Когда ты волнуешься, попробуй красиво и спокойно дышать. Закрой глаза, глубоко вдохни: мысленно скажи: «Я - лев» -выдохни, вдохни; скажи: «Я - птица» - выдохни, вдохни; скажи: «Я - камень» -

РЕЛАКСАЦИЯ «УЛЫБКА»

(И. ЯРУШИНА)

ЦЕЛЬ: снятие психоэмоционального напряжения.

Психолог предлагает сесть удобнее. Включается медленная приятная музыка.

-Дети, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу. Закройте глаза и послушайте меня: другой человек есть радость для тебя... Окружающий мир есть радость для тебя... Теперь откройте глаза и посмотрите на других. Ты всегда радость для другого... Береги себя и другого береги...

-Уважай, люби все, что есть на Земле - это чудо! И сам человек - тоже чудо! Спасибо всем за работу, за то, что вы есть! Спасибо!

РАССЛАБЛЕНИЕ

Дети садятся или ложатся на пол в удобной для них позе. Ведущий говорит:

-Устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза и послушайте, что происходит вокруг и внутри вас. Произнесите свое имя сначала так, как вас зовут сейчас, а потом так, как вас будут звать, когда вы вырастаете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши.

По окончании упражнения дети встают в круг, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания», назвав его «взрослым» именем.

ИГРА «ПРОГУЛКА»

ЦЕЛЬ: двигательная и эмоциональная разминка

-Летний день. Дети гуляют.

Пошел дождь. Дети бегут домой. Прибежали они вовремя, началась гроза. Гроза прошла быстро, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам.

Используется народная музыка, музыка Д.Львова-Компанейца «Хорошее настроение», П.Христова «Золотые капельки», К.Караваяева «Сцена грозы»

ЭТЮД «ЦВЕТOK»

ЦЕЛЬ: приобретение навыков в саморасслаблении

-Теплый луч упал на землю и согрел семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивает свою головку вслед за солнцем.

Дети по ходу рассказа выполняют соответствующие движения: садятся на корточки, голову и руки опускают; поднимают голову, распрямляют корпус, руки разводят в стороны - цветок расцвел; голову слегка откидывают, медленно поворачиваются за солнцем.

Глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены

**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ
НА ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО
ПРИЕМЛЕМЫХ СПОСОБОВ ВЫРАЖЕНИЯ
ЭМОЦИЙ**



выдохни, вдохни; скажи: «Я - цветок» - выдохни, вдохни; скажи: «Я спокоен» - выдохни. Ты действительно успокоишься.

СТОЙКИЙ СОЛДАТИК

-Когда ты сильно возбужден и не можешь остановиться, взять себя в руки, встань на одну ногу, а другую подогни в колене, руки опусти по швам. Ты - стойкий солдатик на посту, ты честно несешь свою службу, оглянись по сторонам, заметь, что вокруг тебя делается, кто чем занят, кому надо помочь. А теперь поменяй ногу и посмотри еще пристальней. Молодец! Ты настоящий защитник!

ЗАМРИ

-Если ты расшалился, и тобой недоволены, скажи себе мысленно: «Замри!» Посмотри вокруг, что делают другие, найди себе интересное занятие, подойди к кому-нибудь и попроси поиграть с тобой. Кто-то обязательно согласится, и тебе будет интересно.

СПАСИ ПТЕНЦА

-Представь, что у тебя в руках маленький беспомощный птенец. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей его, медленно, по одному пальчику сложи ладони, спрячь в них птенца, подыши на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложи ладони к своей груди, отдай птенцу доброту своего сердца и дыхания. А теперь раскрой ладони, и

ты увидишь, что птенец радостно взлетел, улыбнись ему и не грусти, он еще прилетит к тебе!

СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК

-Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на губах, на подбородке, (поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть), голову, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот - погладь его и там. Он не озорник - он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

СЛОМАННАЯ КУКЛА

-Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Изобрази куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, тело, ноги. Она «разболталась», с ней не хотят играть, потряси всеми разломанными частями одновременно. А сейчас собирай, укрепляй веревочки - медленно, осторожно соедини голову и шею, выпрями их, теперь расправь плечи и закрепи; подыши ровно и глубоко - и на месте будет туловище, ну и выпрями ноги. Все - куклу починил, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть!

ГОРА С ПЛЕЧ

-Когда ты очень устал, тебе тяжело, хочется лечь, а надо еще что-то делать, сбрось «гору с плеч». Встань, широко расставь ноги, подними плечи, отведи их назад; опусти плечи. Сделай это упражнение 5-6 раз.

ИГРА «ВСТРЕЧА СКАЗОЧНЫХ ГЕРОЕВ»

ЦЕЛЬ: коррекция негативных поведенческих реакций, формирование нового опыта взаимоотношений в процессе игры

Психолог подбирает каждому ребенку сказочный персонаж, который обладает противоположными личностными особенностями. Например, конфликтному ребенку дается роль персонажа, которой со всеми дружит, всем помогает (Золушка, Мальчик-с-пальчик); ребенку с низкой самооценкой дается роль героя, которым все восхищаются (например, Илья Муромец); активному ребенку с двигательной расторможенностью - роль, предусматривающую ограничения активности (стеклянный человек, часовой на посту) и т.п. Сказочные герои могут быть вымышленными. Каждому ребенку волшебник дает по пять «жизней», которых они лишаются, если изменят поведение своих героев.

Дети садятся в круг и открывают встречу сказочных героев. Тему для разговора они выбирают сами. Они придумывают сказку для своих героев и разыгрывают ее. После игры проходит обсуждение по вопросам и заданиям: -Опишите свои ощущения в новой роли. -Что мешало сохранять определенный стиль поведения? -Сможете ли вы в реальной жизни вести себя так, как герой? - Каковы сильные и слабые

стороны каждого героя? и т.п.

ЭТЮД «ПРОСТО ТАК»

ЦЕЛЬ: развитие социального доверия, воспитание новых способов общения, формирование адекватных форм поведения

Дети разыгрывают сценки из мультфильма «Просто так», где щенок дарил букет цветов, а вместе с ним и свое хорошее настроение тому, кому грустно, «просто так» - ничего не требуя взамен. И его доброе дело пошло по цепочке дальше - от одного героя к другому.

ИГРА «ЩЕКотУШКИ»

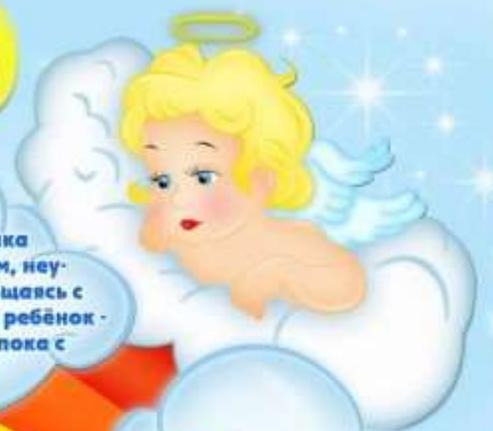
ЦЕЛЬ: развитие навыков регулирования эмоций
Ребята сидят на стульчиках с грустным выражением лиц. Ведущий подходит к каждому и легонько щекочет. Задача детей - не рассмеяться!

ЭТЮД «СМЕЛЫЕ РЕБЯТА»

ЦЕЛЬ: преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе

Дети выбирают ведущего: он - страшный дракон. Ребенок становится и говорит грозным голосом: «Бойтесь меня, бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2—5 раз. От слов детей дракон постепенно «уменьшается» (ребенок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробышка. Начинает чирикать, летать по комнате. Проводится рефлексия игры.

10 заповедей для родителей



Не требуй от ребёнка платы за всё, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь. Как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот - третьему, и это необратимый закон благодарности.

Люби своего ребёнка любым - неталантливым, неудачливым, взрослым. Общайся с ним - радуйся, потому что ребёнок - это праздник, который пока с тобой.

Не жди, что твой ребёнок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.

Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, что посеешь, то и пожнёшь.

Не унижай.

Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и будь уверен - ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.

Не забывай, что самые важные встречи человека - это встречи с детьми. Обращай больше внимания на них - мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребёнке.

Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.



Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребёнка. Мучь, если можешь, но не делаешь. Помни, для ребёнка сделано недостаточно, если не сделано всё.

Ребёнок - это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которая Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нём творческого огня.

Уважаемые родители!

Чтобы у вас сложились
добрые отношения со своим
ребенком, а в семье царили
взаимопонимание, любовь и
уважение, постарайтесь:



КАК СНЯТЬ НАПРЯЖЕНИЕ ПОСЛЕ ДЕТСКОГО САДА

Дети устают в детском саду по разным причинам, поэтому и приемы расслабления могут быть тоже различны.

Наиболее распространенный источник напряжения – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке и т.д. Не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет.

Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому не следует, приведя его домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Пусть он посидит на коленях у взрослого, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени для того, чтобы побыть с ним вдвоем, почитать или поиграть.

Постарайтесь не слишком спешить, забирая ребенка домой – небольшой круг, совершенный по окрестным дворам, позволит ему перейти на вечерний режим, перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку. Будет лучше при этом, если вы не будете сопровождать это беседой с кем-либо из приятельниц или родителей других детей – как правило, дети очень ценят прогулки вдвоем.

Если ребенку предстоят дополнительные занятия, то следует иметь в виду, что спортивные скорее способствуют перевозбуждению, а расслабляют занятия в спокойном ритме типа рукоделия, моделирования и другого ручного труда. Музыкальная школа – это тоже большая нагрузка для ребенка, склонного к перевозбуждению.

А лучше всего понаблюдать за собственным ребенком, к чему он инстинктивно стремится, возвращаясь домой (будь то музыка, домашние животные, аквариум, брат или сестра, книги) – то и является для него источником стихийной психотерапии.

