

Управление образования администрации города Ульяновска  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города Ульяновска  
«Центр детского творчества»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «31» августа 2016г  
протокол № 1

Утверждаю

Директор МБУ ДО ЦДТ

  
В.В.Лаврешина  
«31» 08 2016 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности**

«Азбука общения»

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Левендеева Ольга Фёдоровна, педагог  
дополнительного образования

г. Ульяновск, 2016г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план. Учебно-тематический план.	13
3. Содержание занятий	23
8. Литература	
Приложение	

## 1. Пояснительная записка.

«Азбука общения» - это психолого-педагогический курс развития навыков межличностного взаимодействия и обучения основам коммуникации детей дошкольного возраста (от 4-7) возраста. Содержание предполагаемых разделов предусматривает обогащение детей специальными знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешного развития процесса общения, социального взаимодействия.

В программе особое внимание уделяется установлению взаимопонимания между родителями и детьми, воспитателями и воспитуемыми. Стала уже крылатой фраза: «Счастье – это когда тебя понимают», а это понимание не приходит само по себе, ему надо научиться. Поэтому девиз программы такой: «**Научись** любить и понимать людей и рядом с тобой всегда будут друзья ».

**Актуальность** данной программы обуславливается потребностью общества в обеспечении социального здоровья личности, которое во многом определяется социально нормативным поведением, способностью к построению взаимоотношений и нравственными ориентациями. **Общение**-основное условие развития ребенка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, устремленный на познание и оценку самого себя через посредство других людей. Под общением понимается взаимодействие людей направленное на согласование и объединение усилий с целью достижения общего результата (М. И. Лисина). С первых дней жизни ребенка общение является одним из важнейших факторов его психического развития. В дошкольном возрасте посменно сменяя друг друга четыре формы общения ребенка с взрослыми:

- ситуативно-личностное;
- ситуативно-деловое;
- внеситуативно- познавательное;
- внеситуативно- личностное (по М.И.Лисиной).

Изменяется содержание общения, его мотив, коммуникативные навыки и умения. Формируется один из компонентов психологической готовности к обучению в школе – коммуникативный. Ребенок избирательно относится ко взрослым, постепенно начиная осознавать свои отношения с ними: как они к нему относятся и что от него ждут, как он к ним относится и что от них ожидает. Нормы поведения, усвоенные ребенком в семье,

отражаются на процессе его общения со сверстниками. В свою очередь многие качества, приобретаемые ребенком в детском коллективе, привносятся в семью. Интерес к сверстникам проявляется несколько позднее, чем интерес к взрослым.

### **Новизна программы:**

Заключается в ее направленности на решение нескольких задач: понятия и принятия себя, взаимодействие с другими людьми и формирования нравственного сознания в гармонии. В уже существующих программах не всегда учитываются все эти особенности, так в работе Семенаки С.И. делается акцент на одном аспекте - предупреждении и коррекции агрессивных тенденций в поведении детей.

### **Цель программы:**

Обеспечение социального здоровья дошкольников, формирование у детей 4-7 лет социальных контактов и развитие способности к дальнейшим действиям посредством обучения их нормам нравственного поведения и способам произвольной регуляции своего поведения .

### **Задачи программы:**

#### *Образовательные:*

- обогащение эмоциональной сферы ребенка положительными эмоциями, овладение языком эмоций;
- сформировать представления и знания детей о важнейших социальных нормах и ценностях, определяющих поведение человека в обществе и в школе;
- обучить элементарным навыкам конструктивного взаимодействия;
- формировать умения выполнять инструкции, действовать по правилу;
- обучение детей пониманию себя и умению «быть в мире с собой».
- обучать некоторым навыкам снятия физического и психического напряжения, способам выражения сочувствия.

#### *Развивающие:*

- развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками, педагогами и другими людьми.
- выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию в процессе общения;

- развитие творческих способностей и воображения в процессе игрового общения;
- развитие дружеских взаимоотношений;
- тренировать способность к самоконтролю, сосредоточению на цели своей деятельности, прогнозированию возможных последствий своих поступков;
- развивать внимание и воображение, речь детей;
- развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека, адекватно выражать и контролировать свое эмоциональное состояние
- формирование у детей умений и навыков практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой) – средствами человеческого общения;

*Воспитательные:*

- формировать ценностное отношение детей к нормам и правилам нравственного поведения;
- формировать позитивную самооценку, навыки самоанализа;
- формировать коммуникативные качества детей, потребность и способность к сотрудничеству .
- коррекция у детей нежелательных черт характера и поведения.
- формировать внутреннюю позицию школьника.
- воспитание интереса к окружающим людям, развитие чувства понимания и потребности в общении;

Программа составлена с учетом следующих **принципов:**

-принцип аксиологической направленности, сущность которого заключается в ориентации программы в целом и каждого занятия в отдельности на формирование социально приемлемой системы ценностных ориентации, регулирующих поведение и взаимодействие детей с окружающими людьми;

-принцип учета индивидуальных особенностей каждого ребенка и возрастных психологических особенностей детей старшего дошкольного возраста в целом, проявляющийся в отборе соответствующих данным особенностям содержания, форм и методов обучения, в ориентации программы на развитие произвольности поведения как пропедевтики становления соответствующего новообразования младшего школьного возраста, на алгоритмизированный

уровень освоения ее содержания;

- принцип создания условий для раскрытия личностного потенциала детей - создание эмоционально комфортных условий для свободного проявления и развития эмоций, чувств, мыслей ребенка, формирования позитивной самооценки и уверенности в себе на основе безусловного принятия их педагогом;

- принцип доступности материала и его увлекательности для детей данного возраста, предполагающий опору на образное восприятие, эмпирическое мышление старших дошкольников, использование наиболее эмоционально привлекательных источников ценностной информации - музыки, живописи, сказок, рассказов и т.д.;

- принцип опоры на предыдущий жизненный опыт ребенка и возвращения его опыта в специально моделируемых ситуациях предполагает обращение при обсуждении нравственных понятий и оценке поступков к субъективному опыту детей: наблюдаемым ими поступкам и действиям других людей, собственным действиям в различных ситуациях и опыту их эмоционального переживания; а также создание ситуаций с помощью имитационных игр и интерактивных упражнений для приобретения данного опыта;

- принцип индивидуализации и дифференциации обучения предполагает вариативность используемых методов и форм обучения в зависимости от индивидуальных особенностей учебной деятельности, уровня развития и воспитанности детей, разработку дифференцированных заданий для групповой работы с детьми разного уровня обученности, развития и воспитанности;

- принцип взаимосвязи с другими программами дошкольного образования, а также школы раннего развития, что отражается в использовании и актуализации в процессе реализации программы знаний и умений, полученных детьми на других занятиях, в закреплении данных знаний, умений и навыков (например, изобразительных умений при рисовании на тему).

Реализация данных принципов программы создает условия для формирования социально приемлемых ценностных ориентации, поведения и взаимодействия с окружающими на основе присвоения нравственных ценностей, овладения некоторыми умениями саморегуляции своего поведения, и одновременно обеспечивает саморазвитие и самоутверждение детей старшего дошкольного возраста, реализацию личностного потенциала ребенка посредством развития рефлексивных качеств, формирования позитивной самооценки в процессе взаимодействия с другими.

Дети дошкольного возраста, готовящихся к поступлению к школе, начинают понимать сами себя, ориентироваться в своих чувствах и переживаниях, перестраивается сам характер переживаний: они начинают приобретать смысл для ребенка. Переживания приводят в потере непосредственности, и у него возникают новые отношения к самому себе и другим людям. Развивается повышенное самолюбие и появляется самооценка, которая зачастую не является адекватной. Таким образом, актуальными становятся **формирование адекватной самооценки, культуры чувств, поведения и взаимоотношений с окружающими людьми**. Кроме того, в старшем дошкольном возрасте происходит овладение правилом в игре. Посредством правила у детей формируется образ собственных действий и их контроль, что и составляет сущность поведения и овладения им на данном этапе развития. Действия по правилу превращаются в собственные свободные действия ребенка. Он не просто подчиняется - инструкциям и контролю взрослого, а действует сам, контролируя сначала поведение других детей, а потом свои собственные, соотнося их с правилами. Это подготавливает дошкольников к переходу на высший этап, который связан с осознанием ребенком своих желаний, мотивов и целей, средств их достижений, осознанным принятием им социальных ценностей, норм и правил поведения. Данные процессы создают условия для успешной реализации программы.

Структура курса определяется логикой постепенного перехода от овладения ребенком языком эмоций, научения ребенка сначала управлять собой, своим поведением, принятия культурных норм и ценностей, к овладению на основе этого умениями взаимодействия с другими людьми. В соответствии с этим программа работы с детьми 5-6 и 6-7 лет включает в себя три основных раздела:

1. Овладение языком эмоций.
2. Учимся управлять собой.
3. Формирование социальных навыков.

Спецификой занятий является их комплексный характер: занятие включает в себя обсуждение предложенных стихов, сказок по определенной теме, рефлексию своей деятельности и поведения, диагностику эмоционального состояния, тренинг эмоций и психогимнастику, приемы арттерапии, подвижные игры, игры и упражнения, направленные на овладение социальными навыками, усвоение нравственных норм, развитие умений произвольной регуляции в разных сферах психики: двигательной, эмоциональной, в сфере общения и поведения.

Таким образом, основной формой организации учебного процесса является **комплексное занятие**, включающее в себя как теоретическую, так

и практическую деятельность детей. Занятие начинается с диагностики, эмоциональной и двигательной разминки. Затем осуществляется постановка проблемы, которая разрешается через все указанные выше виды и способы деятельности: игровую, ценностно-ориентационную, аналитическую, рефлексивную, изобразительную. Осуществляется постепенное усложнение данных проблем и осваиваемых умений и навыков произвольного поведения.

В качестве основных *методов* обучения используются:

*Теоретические:*

- беседы и дискусии - используются для обсуждения предложенной проблемы;
- чтение художественных произведений, сказок, стихов, просмотр мультипликационных фильмов, прослушивание музыкальных произведений различного характера - применяются для введения детей в тему занятия и постановки проблемы.

*Практические:*

- имитационные игры, социально-поведенческий тренинг - используются для практической отработки моделей поведения и закрепления навыков социально приемлемого поведения;
- психогимнастика;

интерактивные игры и упражнения;

- диагностика эмоционального состояния и поведения детей, их отношения к обсуждаемой проблеме - проводится в начале занятия и, по необходимости, в конце занятия в целях мониторинга самочувствия, поведения, их коррекции и обучения детей рефлексии своих состояний и поведения;
- моделирование конфликтных ситуаций и выхода из них;
- элементы арттерапии: выражения своего эмоционального состояния в рисунке, в музыке - проводятся в конце занятий для коррекции или подкрепления эмоциональных состояний, а также проработки отдельных проблем;
- графические упражнения на тренировку самоконтроля, умения действовать по правилу.

Особенностью занятий является также включение элементов психогимнастики в содержание каждого из них. Психогимнастика позволяет объединить деятельность психических функций (мышления, эмоций, движения, внимания) на основе выражения какого-либо образа фантазии через физическое движение и таким образом, использует механизм психофизического функционального единства. Психотехнические игры и упражнения способствуют овладению навыками контроля двигательными и эмоциональными сферами, включают внутреннее внимание детей и направляют его на осознание того, что с ними происходит.

Для поддержания интереса к занятиям и самовыражения ребенка предусматривается использование рисуночных методик, например; рисование по теме, дорисовывание символических изображений, рисование по контуру и т.д. В ходе занятий предусматривается использование музыкального сопровождения.

Программа «Азбука общения» рассчитана на два года обучения для детей 5-6 и 6-7 лет - 36 занятий в год, которые проводятся согласно нормам СанПиН 1 раз в неделю продолжительностью 30 мин. Всего - 36 часов.

**Критерием эффективности работы** с дошкольниками по программе является овладение детьми следующими нормами здоровьесберегающего поведения:

1. Умение по выражению глаз определять самочувствие человека, его настроение.
2. Умение осуществлять самоконтроль и самоанализ своего поведения.
3. Умение положительно оценивать свои возможности, способности и обосновывать собственную самооценку.
4. Умение радоваться самим и разделять чувство радости других людей.
5. Умение словесно выражать свои желания, чувства.
6. Умение посредством пантомимики выразить свои эмоции (радость, грусть, злость, страх, удивление, вина).
7. Умение понимать собеседника по выражению лица, жестам, эмоциям.
8. Умение конструктивно общаться со взрослыми и сверстниками, уметь выйти из конфликта.

**Контроль** за знаниями, умениями, навыками учащихся, уровнем их развития и воспитанности осуществляется в следующих видах:

1. *Входной контроль*, который предполагает проверку стартового уровня развития эмоциональной сферы, ценностных ориентации и произвольной регуляции поведения дошкольников, коммуникативных умений и проводится в начале учебного года - сентябре-октябре в форме тестирования (см. Приложение).
2. *Текущий контроль* - осуществляется с целью отслеживания результативности занятий и определения уровня усвоения каждой темы, проводится в конце декабря с помощью методов: наблюдения, диагностики эмоционального состояния и поведения, учебных тестов по некоторым темам.
3. *Итоговый контроль* - осуществляется с целью определения результативности программы и отслеживания динамики развития социальных эмоций, ценностных ориентации и уровня произвольной регуляции поведения, коммуникативных умений старших дошкольников в форме тестирования с по-

мощью методик, используемых при входной диагностике.

Полученные результаты соотносятся со следующими уровневыми характеристиками :

Уровни. Виды контроля	Низкий	Средний	Высокий
Входной Итоговый	Не сформированы ценностные понятия, не развиты эмоции сочувствия, ребенок не владеет навыками контроля и саморегуляции поведения, не может длительное время держать в голове правило и образец, действовать по инструкции, не умеет договариваться в процессе «совместной деятельности и осуществлять взаимопомощь.	Нравственные ценности, нормы и правила декларируются, но не осознаны ребенком, частично проявляются в его поведении и эмоциональных отношениях. Ситуативное проявление контроля, самоконтроля. и саморегуляции, соблюдает правила при напоминании педагога, владеет некоторыми навыками конструктивного взаимодействия	Ребенок осознает и применяет во взаимодействии с другими нравственные нормы и правила поведения, эмоционально реагирует на состояния других детей и готов прийти на помощь. Владеет навыками самоконтроля и саморегуляции, способен выполнять правила в деятельности и действовать по предложенной инструкции, владеет навыками конструктивного взаимодействия
Текущий	Владеют изученным материалом на уровне опознания, различения, сопоставления.	Умеют выполнять типовые задачи с помощью педагога	Умеют самостоятельно решать поставленные типовые задачи

## **Условия реализации программы:**

### **1. Материально-технические:**

- Кабинет, оборудованный согласно нормам САНПин;
- магнитофон, видеоманитофон;
- альбомы, краски, кисточки, карандаши;
- трафареты геометрических фигур;
- мягкие и другие игрушки, куклы, кубики.

### **2. Кадровые:**

- педагог с высшим образованием, владеющий коррекционными и развивающими технологиями социально-психологического обучения.

### **3. Контингент обучающихся:**

- дети дошкольного возраста.

### **4. Методическая обеспеченность программы:**

- видеозаписи мультфильмов;
- аудиозаписи детских песен, релаксационной музыки, классической музыки;
- карточки с изображениями различных эмоций, портреты людей, рисунки и фотографии животных;
- карточки с изображениями сказочных героев;
- листы с контурами для дорисовывания;
- диагностический инструментарий для изучения результатов обучения.

Программа по формированию социального здоровья детей **5-6 лет** состоит из десяти разделов работы с детьми. Обозначены названия тем и содержание работы. Основы разделов практических занятий по формированию навыков общения у детей **5-7** являются базисными. Однако содержание этих разделов соответствует особенностям психологического развития детского дошкольного возраста

Программа по формированию социального здоровья детей **6-7** лет состоит из пяти разделов. Особое значение на седьмом году жизни приобретает работа по формированию нравственного сознания и самосознания личности.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН (5-6 лет)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов		Формы аттестации/контроля
		Всего	Комплексные	
<b>1</b>	<b>Введение в программу</b>	3	2	1
1.	Знакомство. Установление контакта.	1	1	1
2.	Групповая сплоченность.	1	1	
3.	Диагностика.	1		
<b>2.</b>	<b>Мир познания</b>	3	3	
4.	Времена года(общение с природой)	1	1	
5.	Мой ласковый и нежный зверь (общение с животными)	1	1	
6.	Мои зеленые друзья (общение с растениями)	1	1	
<b>3.</b>	<b>Языки общения</b>	3	3	
7.	Мои умные помощники(глаза, уши, рот, нос, руки)	1	1	
8.	Язык жестов и движений	1	1	
9.	Язык чувств(наши эмоции)	1	1	
<b>4.</b>	<b>Тайна моего «Я»</b>	3	3	
10.	Кто такой «Я» (мой автопортрет)	1	1	
11.	Я сам (ощущение собственной значимости)	1	1	
12.	Я хочу (мои чувства и желания)	1	1	
<b>5</b>	<b>Этот странный взрослый мир</b>	4	4	
13.	Никого роднее мамы в целом мире нет.	1	1	

14.	Дружная семья (взаимоотношения с родными)	1	1		
15.	Как мы ходили в магазин (поведение и общение в общественных местах)	1	1		
16.	На улице (поведение и общение в транспорте)	1	1		
17.	<b>Диагностика.</b>	1			1
<b>6.</b>	<b>Как мы видим друг друга</b>	4	4		
18.	Я и другой: мы разные	1	1		
19.	Дружба (давай никогда не ссориться)	1	1		
20.	День рождения (как принимать гостей, подарки, веселиться вместе)	1	1		
21.	Мы улыбаемся	1	1		
<b>7.</b>	<b>Фантазия характеров</b>	3	3		
22.	Что такое хорошо и что такое плохо (хорошие и плохие поступки)	1	1		
23.	Давай никогда не ссориться	1	1		
24.	Дурные привычки(отношение к вредным привычкам)	1	1		
<b>8.</b>	<b>Умение владеть собой</b>	4	4		
25.	Умей расслабиться	1	1		
26.	Будь внимателен (развитие внимательности)	1	1		
27.	Как поступить? (умей контролировать свои поступки)	1	1		
28.	Не хочу быть плохим (формирование понятий «нельзя, «надо»)	1	1		
<b>9.</b>	<b>Культура общения</b>	3	3		
29.	Секрет волшебных слов (приветствие, благодарность)	1	1		
30.	Давай поговорим.	1	1		
31.	За столом (правила хорошего тона)	1	1		

<b>10.</b>	<b>Мальчик и девочка</b>	3	3		
32.	Внешность (внешний облик )	1	1		
33.	Маленькие рыцари и дамы	1	1		
34.	Маленькие рыцари и дамы				
35.	Играем вместе	1	1		
<b>36.</b>	<b>Диагностика</b>	1	1		
	Итого:	36	33		3

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН (6 -7лет)

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов		Формы аттеста ции/кон троля
		Всего	комплексные	
<b>1</b>	<b>Введение в программу</b>	3	3	1
1.	Знакомство. Групповое сплочение.	1	1	
2.		1	1	
3.	<b>Диагностика.</b>	1		1
<b>2.</b>	<b>Овладение языком эмоций</b>	6		
4.	Школа эмоций	1	1	
5.	Мимика	1	1	

6.	Пантомимика.	1	1	
7	Мое настроение.	3	3	
8	Улыбка делает чудеса.	1	1	
9	«В царстве положительных эмоций»	1	1	
<b>3.</b>	<b>Учимся управлять собой</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	
10	«Морское путешествие».	1	1	
11	Сильный человек –это человек с сильной волей.	1	1	
12	Сила воли- умей терпеть	1	1	
13	Учимся контролировать свое поведение.	4	4	
14	Будь уверен в себе.	1	1	
15	Мы все знаем, все умеем.	1	1	
<b>16</b>	<b>Диагностика</b>	<b>1</b>		<b>1</b>
17	Герои русского фольклора, какие они?	1	1	
18	Герои русского фольклора, какие они?	1	1	
19	Внимание.	4	4	
20	Внимание.	1	1	
21	Память.	1	1	
22	Память.	1	1	
23	Мышление.	1	1	
24	Мышление.	1	1	
<b>4.</b>	<b>Формирование социальных навыков.</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	
25	Развитие навыков сотрудничества.	1	1	
26	Ссориться не будем	1	1	

27	Поговорим.	1	1	
28	Развитие эмпатии	1	1	
29	Дружба- это помощь	1	1	
30	Кто такой настоящий друг.	1	1	
31	Какие чувства мешают дружить	1	1	
<b>5.</b>	<b>Формирование нравственного сознания и поведения. Диагностика.</b>	4	4	
32	Учимся понимать чувства других людей	1	1	
33	Как помочь грустному человеку.	1	1	
34	Поступки свои, поступки товарищей.	1	1	
35	Легко ли быть учеником.	1	1	
<b>36.</b>	<b>Диагностика</b>	1		1
	Итого:	36	33	3

## СОДЕРЖАНИЕ (5-6 лет)

### Раздел 1. Введение в программу:

Теория: Правила охраны труда и техники безопасности на занятиях;  
 Знакомство детей с центром детского творчества. Входная диагностика.  
 Практика:

### Раздел 2 Мир познания:

Теория: Представления о различных средствах коммуникации с окружающей средой. Времена года. Красота окружающего мира. Гуманное отношение к животным бережное отношение к растениям, любовь и забота. Значение растительного мира для состояния человека его настроения, самочувствия.  
 Практика: Приобретение умений и навыков наблюдения за растениями; за животными, умений играть с ними и заботиться о них. Освоение умения

рассказать о своих переживаниях, эмоциональном состоянии, возникающим под влиянием красоты природы.

### **Раздел 3 Языки общения**

Теория: Представления о значении органов чувств, эмоций, жестов и движений в процессе общения.

Практика: Развитие коммуникативных способностей и навыков, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу; подчинять свои желания чужим интересам.

### **Раздел 4. Тайна моего «Я»**

Теория: Понимание собственного «Я», своей индивидуальности. Чувство собственного достоинства.

Практика: Развитие навыков понимания собственного «Я», своей индивидуальности; развитие умения радоваться удаче, успеху, игрушке, развлечению. Овладение навыками самостоятельности.

5.Этот странный взрослый мир:

### **Раздел 5.Этот странный взрослый мир**

Теория: Общение с самыми близкими. Взаимоотношения с родителями, бабушками, дедушками и другими близкими людьми. Взаимопомощь, заботливое отношение к старшим. Поведение и общение в общественных местах. Поведение и общение на улице.

Практика: Научиться видеть достоинства и недостатки своего поведения и поведения окружающих взрослых людей в быту и в общественных местах (на улице, в транспорте, в магазине)

### **Раздел 6.Как мы видим друг друга:**

Теория: Овладение знаниями о существовании и значении индивидуальных особенностей своих сверстников, эмоциональное восприятие и понимание окружающих, а так же выражения собственных чувств.

Практика: Овладение навыками выражения благодарности за проявление к ним внимания и доброты, оказать помощь друг другу в игре и совместной деятельности, развивать умение сравнивать свои положительные и отрицательные поступки и привычки с примерами поведения близких людей, сверстников, героев сказок, воспитание потребности в общении со сверстниками

### **Раздел 7.Фантазия характеров:**

Теория: Хорошие и плохие поступки, понятия «честно»- нечестно», «справедливо несправедливо», «правильно-неправильно». Вредные привычки  
Представление о хороших и плохих привычках, о необходимости избавления от дурных привычек; представление о добре и зле в поведении окружающих.

Практика: Овладение навыками правильного поведения, доброжелательного отношения к сверстникам.

### **Раздел 8. Умение владеть собой:**

Теория: Формирование понятий «нельзя, «надо». Правильное выражение своих эмоциональных реакций, мыслей, чувств при помощи мимики, жестов, движений, позы, эмоций.

Практика: Развитие внимательности. Освоение умений контролировать свои поступки, правильно выражать свои эмоциональные реакции, мысли и чувства, развитие умения сосредотачиваться и удерживать внимание в течении заданного времени.

### **Раздел 9. Культура общения:**

Теория: Общение с окружающими людьми. Понятие «волшебные слова».

Практика: Овладение навыком правильного использования волшебных слов  
Освоение навыком высказывать свои мысли, вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности, не обижая и не унижая партнера, в том числе по телефону. Развивать умение давать оценку поступкам, привычкам в различных жизненных ситуациях.

### **Раздел 10. Мальчик и девочка:**

Теория: Представление о женственности и мужественность. Представление о внешности и манере держаться представителей разного пола.

Практика: Освоение умением обращать внимание и следить за своим внешним видом. Овладение игровыми приемами, воспитание желания нести радость другим.

## **СОДЕРЖАНИЕ (6-7 лет)**

### **Раздел 1. Введение в программу.**

Теория: Правила охраны труда и техники безопасности на занятиях, первичные знания друг о друге, представления об учреждении образования, о предстоящей деятельности;

Практика: Диагностика.

## **Раздел 2. Овладение языком эмоций.**

Теория: Расширение представлений о понятиях «положительные и отрицательные эмоции. Противоположные эмоции - злости и радости, проявления и причины обиды.

Практика: Формирование умения находить способы улучшения настроения. Овладение способами снятия отрицательных эмоций и создания хорошего настроения.

## **Раздел 3. Учимся управлять собой.**

Теория: Учимся контролировать свое поведение, формировать у дошкольников оптимистический склад мышления. Умения и навыки самопрезентации.

Практика: Развитие навыков произвольного поведения и внимания. Развивать умение самостоятельно снимать психофизическое напряжение, открытого проявления эмоций социально приемлемыми способами; формировать умение действовать по правилу и инструкции, развивать воображение детей, способность к анализу и развитие мышления, памяти, внимания;

## **Раздел 4. Формирование социальных навыков.**

Теория: Социально приемлемые нормы и правила поведения. Представления о ценности и роли дружбы в жизни человека. Понятия «дружба» и «настоящий друг».

Коммуникативные способности и навыки. Представления детей о сущности понятий «прощение», «сотрудничество».

Практика: Овладение навыками группового сплочения. Овладение способами разрешения конфликтных ситуаций, преодоления упрямства и примирения. Формирование социальных навыков.

## **Раздел 5. Формирование нравственного сознания и поведения.**

Теория: Позитивное отношение к жизни, к другим людям. Понятия «добро» и «зло». Доброе отношение к окружающим людям. Адекватную самооценку своего поведения.

Практика: Развивать навыки самоконтроля своего поведения и деятельности, эмпатию, способность понимать состояния других людей и сочувствовать  
 Развитие умения адекватно реагировать на эмоциональные состояния других людей, нести ответственность детей, ориентировать на внимательное, заботливое отношение к другим людям, сотрудничество с ними.

### Календарный учебный график.

#### Первый год обучения (5-6)лет

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1					1	Знакомство. Установление контакта.		
2					1	Групповая сплоченность.		
3						Диагностика.		Тестирование
4					1	Времена года(общение с природой)		
5					1	Мой ласковый и нежный зверь (общение с животными)		
6					1	Мои зеленые друзья (общение с растениями)		
7					1	Мои умные помощники(глаза, уши, рот, нос, руки)		

8					1	Язык жестов и движений		
9					1	Язык чувств(наши эмоции)		
10					1	Кто такой «Я» (мой автопортрет)		
11					1	Я сам (ощущение собственной значимости)		
12					1	Я хочу (мои чувства и желания)		
13					1	Никого роднее мамы в целом мире нет.		
14					1	Дружная семья (взаимоотношения с родными)		
15					1	Как мы ходили в магазин (поведение и общение и общественных местах)		
16					1	На улице (поведение и общение в транспорте)		
17					1	<b>Диагностика.</b>		Тестирование
18					1	Я и другой: мы разные		
19					1	Дружба (давай никогда не ссориться)		
20					1	День рождения (как принимать гостей, подарки, веселиться вместе)		

21					1	Мы улыбаемся		
22					1	Что такое хорошо и что такое плохо (хорошие и плохие поступки)		
23					1	Давай никогда не ссориться		
24					1	Дурные привычки(отношение к вредным привычкам)		
25					1	Умей расслабиться		
26					1	Будь внимателен (развитие внимательности)		
27					1	Как поступить? (умей контролировать свои поступки)		
28					1	Не хочу быть плохим (формирование понятий «нельзя, «надо»)		
29					1	Секрет волшебных слов (приветствие, благодарность)		
30					1	Давай поговорим.		
31						За столом (правила хорошего тона)		
32						Внешность (внешний облик )		
33						Маленькие рыцари и дамы		
34						Маленькие рыцари и дамы		

<b>35</b>						Играем вместе		
<b>36</b>						Диагностика		Тестирование

### Календарный учебный график.

#### Первый год обучения (6-7)лет

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1</b>					<b>1</b>	<b>Знакомство</b>		
<b>2</b>						Групповое сплочение		
<b>3</b>						<b>Диагностика.</b>		Тестирование
<b>4</b>					<b>1</b>	<b>Школа эмоций</b>		
<b>5</b>					<b>1</b>	Мимика		
<b>6</b>					<b>1</b>	<b>Пантомимика.</b>		
<b>7</b>					<b>1</b>	Мое настроение.		

8					1	Улыбка делает чудеса.		
9					1	«В царстве положительных эмоций»		
10					1	«Морское путешествие».		
11					1	Сильный человек –это человек с сильной волей.		
12						Сила воли- умей терпеть		
13					1	Учимся контролировать свое поведение.		
14					1	Будь уверен в себе.		
15					1	Мы все знаем, все умеем.		
16					1	<b>Диагностика</b>		Тестирование
17					1	Герои русского фольклора, какие они?		
18					1	Герои русского фольклора, какие они?		

19					1	Внимание.		
20					1	Внимание.		
21					1	Память.		
22					1	Память.		
23					1	Мышление.		
24					1	Мышление.		
25					1	Развитие навыков сотрудничества.		
26					1	Ссориться не будем		
27					1	Поговорим.		
28					1	Развитие эмпатии		
29					1	Дружба- это помощь		
30					1	Кто такой настоящий друг.		
31					1	Какие чувства мешают дружить		
32					1	Учимся понимать чувства других людей		

<b>33</b>					<b>1</b>	Как помочь грустному человеку.		
<b>34</b>						Поступки свои, поступки товарищей.		
<b>35</b>						Легко ли быть учеником.		
<b>36</b>						<b>Диагностика</b>		<b>Тестирование</b>

## Приложение:

### Содержание занятий: (5-6лет)

1.	<b>Знакомство. Установление контакта.</b> 1.Упражнение «Самое интересное летом». 2.Упражнение «Я-маленький, я-большой!». 3.Упражнение «Я-расту». 4.Игра «Интервью». 5.Упражнение «Ручеек радости».
2.	<b>Групповое сплочение.</b> 1.Рисование на тему: «Как я провел лето». 2.Игра «Пчелы». 4.Упражнение «Театр». 5.Упражнение «Ручеек радости».
3.	<b>Диагностика.</b> Методика «Лесенка». Выявление общего отношения к себе, и конкретной самооценки ребенка.  Показатель: отсутствие или наличие разрыва между собственной оценкой ребенка и его оценкой глазами педагога, сверстников, мамы.
4.	<b>Времена года.</b> 1.Загадки о временах года.

	<p>2.Беседа «Времена года».</p> <p>3.Игра-инсценеровка «Гав-гав».</p> <p>4.Рассматривание картин В.Поленова, Л.Остроухова «Золотая осень».</p>
5.	<p>«Мой ласковый и нежный зверь».</p> <p>1. 1.Игры-имитации: «Лиса, волк, медведь».</p> <p>2.Загадки о диких животных.</p> <p>3.Подвижная игра: У медведя во бору».</p> <p>4.Игра: «Угощение».</p> <p>5.Дидактическая игра :«Животные, которые живут в моем доме».</p>
6.	<p><b>«Мои зеленые друзья».</b></p> <p>1.Игра-драматизация «Веселые овощи».</p> <p>2.Дидактическая игра «Загадки об овощах».</p> <p>3.Подвижная игра «Огуречик».</p> <p>4.Игра-драматизация «Сказка-сон»</p>
7.	<p><b>«Мои умные помощники».</b></p> <p>1.Дидактическая игра «Радио».</p> <p>2. Упражнение «Запомни эмоцию».</p> <p>3. Упражнение «Запомни движение».</p> <p>2.Упражнение «Кто больше знает имен».</p> <p>5.Дидактическая игра: «Чего не стало».</p>
8.	<p><b>Язык жестов и движений.</b></p> <p>1.Игра-имитация: «Кто лучше покажет позу».</p> <p>2.Беседа о жестах и движениях.</p> <p>3.Игра-имитация: «Правила гигиены».</p> <p>4.Этюды на имитацию выразительных движений «Раздумье», «Я не знаю»,</p>

	«Золотые капельки», «Грязь», «Северный полюс».
9.	<p><b>«Язык чувств».</b></p> <p>1. Игра –драматизация: «Спрятанная котлета».</p> <p>2. Этюды на выражение различных эмоциональных состояний «Мальчик Марк», «Лисенок боится», «Поссорились померились».</p> <p>3. Чтение стихотворение Н.Померанцева «Разное настроение».</p> <p>4. Дидактическая игра: «Настроение».</p>
10.	<p><b>«Кто такой «Я»».</b></p> <p>1. Творческая игра «Узнай, кто это».</p> <p>2. Беседа «Мой реальный рост».</p> <p>3. Дидактическая игра «Мой портрет».</p> <p>4. Рисование на тему «Мой портрет».</p>
11.	<p><b>«Я сам».</b></p> <p>1. Дидактическая игра: «Мой день».</p> <p>2. Подвижная игра «Развеселим дедушку».</p> <p>3. Этюды на осознание собственных эмоциональных и мышечных ощущений».</p> <p>4. Сюжетно-ролевая игра: «Забавные гномики».</p>
12.	<p><b>«Я хочу».</b></p> <p>1. Беседа «Моя мечта».</p> <p>2. Творческая игра «Я волшебник».</p> <p>3. Рисование на тему: «Животное, которое я хотел бы иметь дома».</p> <p>4. Игра-инсценировка «Зайчики и волк».</p>
13.	<p><b>«Никого роднее мамы в целом мире нет».</b></p> <p>1. Беседа «Чем можно порадовать маму».</p>

	<p>2.Дидактическая игра «Грязи- нет и пыли- нет».</p> <p>3.Игра-драматизацияб: «Найди свою маму».</p> <p>4.Этюд: «Любящий сын», «Маме улыбнись».</p>
14.	<p><b>«Дружная семья».</b></p> <p>1.Беседа «Папин портрет».</p> <p>2.Беседа «Дедушкин и бабушкин портрет».</p> <p>3.Чтение стихов А.Костецкий «Бабушка», Е.Трутнев «Наша бабушка».</p> <p>4.Рисование на тему «Моя семья».</p> <p>5.Этюд «Бабушка заболела».</p>
15.	<p><b>«Как мы ходили в магазин».</b></p> <p>1.Рассказ Б. Рисича «В магазине самообслуживания».</p> <p>2.Дидактическая игра «Где что можно купить».</p> <p>3. Дидактическая игра «Магазин игрушек».</p>
16.	<p><b>«На улице».</b></p> <p>1.Беседа «Как вести себя на улице».</p> <p>2.Дидактическая игра «Наш город».</p> <p>3.Игра- драматизация «Правила уличного движения».</p> <p>4.Творческая игра «Автобус».</p> <p>5.Беседа на тему: «Что делать, когда потерялся».</p>
17.	<p><b>Диагностика.</b></p>
18.	<p><b>«Я и другой: мы разные».</b></p> <p>1.Дидактическая игра «Мы- разные».</p> <p>2.Упражнение «Что не так».</p> <p>3.Упражнение «Спиной друг к другу».</p> <p>4.Игра-беседа «Кто мы».</p>

19.	<p><b>«Дружба».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Что такое дружба».</li> <li>2.Подвижная игра «Не намочи ноги».</li> <li>3.Этюды «Кто виноват», «Странная девочка».</li> <li>4.Игра-драматизация по рассказу Л.Толстого «Два товарища».</li> <li>5.Рисование на тему «Мой лучший друг».</li> </ol>
20.	<p><b>«День рождения».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Сюжетно-ролевая игра «В гостях».</li> <li>2.Этюд «Подари подарок».</li> <li>3.Сюжетно-ролевая игра «Праздник именинников».</li> <li>4.Игра «День рождения Незнайки».</li> </ol>
21.	<p><b>«Мы улыбаемся».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Беседа «Учимся радоваться природе».</li> <li>2.Этюды: «Солнышко», «Небо», «Цветы и трава», «Птицы».</li> <li>3.Подвижная игра «Веселый танец».</li> <li>4.Дидактическая игра «Кто больше знает небылиц».(по отрывку из стихотворения К.Чуковского «Путанница»).</li> </ol>
22.	<p><b>«Что такое хорошо, и что такое плохо».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Сюжетно-ролевая игра «Два жадных медвеженка» (по мотивам венгерской народной сказки «Лиса и медведь».</li> <li>2.Этюды «Хвастливый заяк», «Конкурс лентяев», «Задавака».</li> <li>3.Инсценировка стихотворения С.Михалкова. «Бараны».</li> <li>4.Подвижная игра «Смелые мышки».</li> </ol>
23.	<p><b>«Давай никогда не ссориться».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Дидактическая игра «Не поделили игрушку».</li> </ol>

	<p>2.Подвижная игра «Танцоры и музыканты».</p> <p>3.Беседа «На меня в обиде мама».</p> <p>4.Этюд «Котята».</p>
24.	<p><b>«Дурные привычки».</b></p> <p>1.Беседа «Какие бывают привычки».</p> <p>2.Игра-драматизация «Девочка чумазая».</p> <p>3.Дидактическая игра «Не обзывайся»</p> <p>4.Чтение стихотворения А.Барто «Девочка-ревушка».</p>
25.	<p><b>«Умей расслабиться».</b></p> <p>1.Упражнение «Разговор с морем».</p> <p>2.Упражнение «На берегу».</p> <p>3.Игра «Мы по ягоды пойдем».</p> <p>4.Упражнение «Отдыхаем».</p>
26.	<p><b>«Будь внимателен».</b></p> <p>1.Игра «Кто лучше слышит».</p> <p>2.Игра «Это правда или нет?».</p> <p>3.Упражнение «Плавает, летает, рычит».</p> <p>4.Упражнение «Хамалеон».</p> <p>5.Игра «Запрещенное движение».</p>
27.	<p><b>«Как поступить».</b></p> <p>1.Сюжетно-ролевая игра « Как побороть страх».</p> <p>2.Чтение стихотворения «И.Демьянова «Трусов Федя», «Счастливая ошибка», «Страх».</p> <p>3.Игра «Так или не так».</p> <p>4.Упражнение «Я хочу».</p>

	5.Этюд «Хорошее настроение».
28.	<p><b>«Не хочу быть плохим».</b></p> <p>1..Дидактическая игра «Таня простудилась».</p> <p>2.Игра «Хочу одеваться правильно».</p> <p>3.Чтение стихов И.Демьянова «Почему короткий день», К.Тонгрыкулиева «Петухи».</p> <p>4.Этюды «Стыдно», «Ябеда».</p> <p>Игра- инсценировка «Мостик».</p>
29.	<p><b>«Секрет волшебных слов».</b></p> <p>1.Творческая игра «Страна вежливости».</p> <p>2.Игра-упражнение «Пожалуйста».</p> <p>3.Игра-драматизация «Добрый день» по стихотворению А.Кондратьева.</p> <p>4.Игра-драматизация «Вежливое слово» по стихотворению В.Мошковой.</p>
30.	<p><b>«Давай поговорим».</b></p> <p>1.Беседа «Как вести себя во время разговора».</p> <p>2.Чтение стихотворения Г.Остера «Советы непослушным детям» и А.Кондратьева «Перебивалка».</p> <p>3.Дидактическая игра «Телефонный разговор».</p> <p>4.Игра «Доброе слово лечит а худое калечит».</p> <p>5. .Дидактическая игра «Умей извиниться».</p> <p>6.Разыгрывание ситуаций «Мальчик и мама», «Девочка и прохожий», «Мальчик едет в автобусе», «Девочка пришла в магазин».</p>
32.	<p><b>«Мальчик и девочка».</b></p> <p>1 «Упражнение «Знакомство».</p> <p>2.Подвижная ига «Луна».</p>

	<p>3.Этюды «Пуговица», «Тяжелая сумка».</p> <p>4. Беседа «С кем бы я хотел дружить».</p> <p>5.Дидактическая игра «Защитники девочек».</p>
33.	<p><b>«Внешность».</b></p> <p>1.Дидактическая игра «Кто что носит».</p> <p>2.Мини-конкурс «Модница».</p> <p>3.Сюжетно-ролевая игра «Наши прически».</p> <p>4.Беседа «Наша одежда».</p>
34.	<p><b>«Маленькие рыцари и дамы».</b></p> <p>1.Беседа «Наши отношения».</p> <p>2.Игра –драматизация «Спящая красавица».</p> <p>3.Рисование на тему «О мальчиках и девочках» (по стихотворению С.Маршака».</p> <p>4.Подвижная игра «Цветы и пчелки».</p>
35.	<p><b>«Играем вместе».</b></p> <p>1.Подвижная игра «Надень и попляши».</p> <p>2.Упражнение «Приглашение на танец».</p> <p>3.Игра «Найди свою пару».</p> <p>4.Игра-соревнование «Самый сильный и ловкий».</p>
36.	<p><b>Диагностика.</b></p>

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ (6-7 лет)

### Содержание занятий (6-7 лет).

№	Азбука общения
1.	<b>Знакомство. Установление контакта.</b> -Упражнение «Приветствие» -Беседа «С кем я дружил летом». -Работа со сказкой О. Хухлаевой «Незабудка». -Упражнение «Волшебник».
2.	<b>Групповая сплоченность.</b> -Упражнение «Сочиним историю» -Игра «Пчелы». -Упражнение «Аплодисменты по кругу». -Игра «Дракон кусает свой хвост». -Техника безопасности.
3.	<b>Диагностика.</b> Выявление общего отношения ребенка к себе и его конкретную

	самооценку. Методика «Лесенка».
4.	<p><b>Школа эмоций.</b></p> <p>- «Путешествие в мир эмоций.»</p> <p>-Упражнение «Разбуди эмоцию».</p> <p>-Игра «Стулья».</p> <p>-Рисование на тему «Веселая картинка»</p>
5.	<p><b>Мимика.</b></p> <p>-Упражнение «Животное».</p> <p>-Работа с пиктограммой</p> <p>-Упражнение «Назови эмоцию».</p> <p>-Психогимнастика.</p>
6.	<p><b>Пантомимика.</b></p> <p>-Игра «Собери пиктограмму»</p> <p>-Игра «Ау».</p> <p>-Упражнение «Расколдуй животное».</p> <p>-Этюд на выразительность мимики «Вкусные конфеты», «Золотые капельки», «Северный полюс».</p>
7.	<p><b>Мое настроение.</b></p> <p>- Упражнение « Угадай мое настроение».</p> <p>-Диагностика «Дерево настроения»</p> <p>-Упражнение «Солнышко».</p>
8.	<p><b>Улыбка делает чудеса.</b></p> <p>-Упражнение «Подари мне комплемент».</p> <p>-Игра «Зеркало».</p>

	<p>-Беседа «Способы повышения настроения»</p> <p>-Упражнение «Расколдуй девочку».</p>
9	<p><b>«В царстве положительных эмоций»</b></p> <p>- Упражнение «Билетики с пиктограммами»</p> <p>-Драматизация эпизода из сказки «Жар-птица».</p> <p>- Упражнение «Башня любви».</p> <p>-Рисование ладошками «Веселое солнышко».</p>
10.	<p><b>«Морское путешествие».</b></p> <p>-Работа со сказкой О.Хухлаевой. «Маленький медвежонок».</p> <p>- Упражнение «Взятие крепости».</p> <p>- Упражнение «Пиратский корабль».</p> <p>-Игра «Превратимся в динозавров».</p> <p>-Рисование «послания».</p>
11.	<p><b>Сильный человек-это человек с сильной волей.</b></p> <p>-Мысленная картинка на тему « Сильный человек»</p> <p>-Работа со сказкой «Сказка о двух братьях и сильной воле» О. Хухлаевой</p> <p>-Упражнение «Якалки».</p> <p>- Упражнение «Кто последним встанет».</p>
12.	<p><b>Сила воли- уметь терпеть.</b></p> <p>- Упражнение «Хочуколки»-</p> <p>-Упражнение «Щекоталки».</p> <p>-Рисование на тему «Человек с сильной волей».</p> <p>-Беседа на тему «Когда мне удалось быть сильным»</p>
13.	<p><b>Учимся контролировать свое поведение.</b></p> <p>- Упражнение «Нарисуй такой же».</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Игра « Прыгай на счет 3»</li> <li>- Упражнение «Лабиринт».</li> <li>- Упражнение «Помоги рыбке съесть червяка».</li> <li>-Психогимнастика: «Петушки»</li> </ul>
14.	<p><b>Будь уверен в себе.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнение «Я-хочу, Я-могу, Я-умею.»</li> <li>-Игра «Порви круг».</li> <li>-Работа со сказкой О.Хухлаевой «Случай в лесу»</li> <li>-Рисование на тему «На ошибках учатся».</li> </ul>
15.	<p><b>Мы все знаем, все умеем.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Работа со сказкой О.Хухлаевой «Роза и ромашка».</li> <li>-Игра «Головомяч».</li> <li>-Рисование на тему «Мои достоинства». Упражнение «</li> </ul>
16.	<p><b>Диагностика.</b></p> <p>Методика изучения коммуникативных умений «Рукавичка».</p> <p>Тест на различение эмоциональных состояний.</p>
17- 18..	<p><b>Герои русского фольклора, какие они?.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Конкурс «на самую страшную Баба Ягу».</li> <li>-Упражнение «У Бабы Яги заболели зубы».</li> <li>-Упражнение «У Бабы Яги нет друзей».</li> <li>-Упражнение «Забывчивая Баба Яга».</li> <li>-Игра «Танец Бабы Яги».</li> <li>-Рисование на тему: Баба Яга в гостях в студии «Солнышко».</li> </ul>
19- 20..	<p><b>Внимание.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Упражнение «Поставь заплатку».</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнение «Дорисуй».</li> <li>--Игра «Волшебное исчезновение».</li> <li>- Упражнение «Найди спрятанную фигуру».</li> <li>- Упражнение «Зачеркни лишнюю фигуру», «Покажи по порядку».</li> <li>-Игра «Живое неживое».</li> <li>-Игра «Обезьянки».</li> <li>-Игра «Ухо-нос».</li> <li>- Упражнение «Как раскрасить».</li> </ul>
21-22.	<p><b>Память.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнение «Нарисуй фигуры».</li> <li>-Упражнение « Сложи фигуры».</li> <li>-Игра «Парные картинки», «Ответь без ошибок», «Похлопай в ладоши».</li> <li>-Игра «Вспомни что тогда было».</li> <li>- Упражнение «Послушай фразу и запомни», «Запомни 10 слов».</li> <li>- Упражнение «Назови пару», «Продолжай», «Запомни рисунок»,</li> <li>- Упражнение « Повтори фразу».</li> </ul>
23-24.	<p><b>Мышление.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения на формирования умения классифицировать предметы по заданным свойствам. «Рассади цветы на поляне», «Рассели бабочек».</li> <li>-Игра «Сбежавшая тень».</li> <li>-Игра «Найди ошибку».</li> <li>- Упражнение «Третий лишний».</li> <li>-Игра «Кому?»</li> <li>-Упражнение «Найди 5 отличий».</li> <li>- Упражнение «Игра «Ассоциации».</li> <li>-Игра «Ты солнце я луна».</li> </ul>

	- Упражнение «Назови лишний предмет».
25.	<b>Развитие навыков сотрудничества.</b> -Беседа «Правила общения». -Работа со сказкой О.Хухлаевой «Сказка про Енота». -Игра «Тропинка».
26.	<b>Ссориться не будем».</b> - Упражнение «Массаж от плеч до пояса». -Игра «Вулкан». - Упражнение «Рисунок на двоих». - Упражнение «Поссорились помирились».
27.	<b>Поговорим.</b> -Работа со сказкой О.Хухлаевой «Не хочу». -Игра «Встань на место». -Игра «Встань на место». - Упражнение «Вместе с друзьями». -Рисование на свободную тему.
28.	<b>Развитие эмпатии.</b> -Упражнение «Ты мне нравишься потому что....» -Упражнение «Общий круг». -Игра «Сотворение чуда», «Чем я могу тебе помочь?». -Игра «Войди в круг, выйди из круга». -Ролевая игра «Старенькая бабушка». -Работа со сказкой О.Хухлаевой «Про ежика Витю».

29.	<p><b>Дружба – это помощь.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Мысленная картинка на тему: «Дружба».</li> <li>-Упражнение «Помоги другому, или самая дружная пара».</li> <li>-Игра «Присядьте все, кто...»</li> <li>-Игра «Паровозик».</li> <li>-Упражнение на расслабление «Кого укусил комарик».</li> </ul>
30.	<p><b>Кто такой настоящий друг.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Мысленная картинка на тему «Настоящий друг».</li> <li>-Упражнение «Маша настоящий друг, потому что...»</li> <li>-Игра «Настоящий друг в нашей группе».</li> <li>-Упражнение «Мои другие друзья».</li> <li>-Рисование на тему «Мой лучший друг».</li> </ul>
31.	<p><b>Какие чувства мешают дружить.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Мысленная картинка на тему «Радость».</li> <li>-Беседа «Какие чувства мешают дружить».</li> <li>-Упражнение «Сердитый мальчик – веселая девочка».</li> <li>-Упражнение «Цветок дружбы».</li> </ul>
32.	<p><b>Учимся понимать чувства других людей.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Беседа «Как понять другого».</li> </ul>

	<p>-Мысленная картинка на тему: «Я сержусь».</p> <p>-Упражнение «Миша рассердился».</p> <p>-Упражнение «Мама рассердилась».</p> <p>-Упражнение «Грустная Маша».</p> <p>-Упражнение «Ласковое имя».</p>
33.	<p><b>Как помочь грустному человеку.</b></p> <p>-Мысленная картинка на свободную тему.(после описания «подписываем чувство».</p> <p>-Упражнение «Грустная Маша».</p> <p>-Игра «Веселые обезьянки».</p> <p>-Упражнение на расслабление «Обезьянки уснули».</p>
34.	<p><b>Поступки свои, поступки товарищей.</b></p> <p>-Работа с рассказом Носова «Заплата».</p> <p>-Игра «Головомяч».</p> <p>-Работа с венгерской народной сказкой «Два жадных медвежонка».</p> <p>-Упражнение «Спаси птенца».</p>
35.	<p><b>Легко ли быть учеником.</b></p> <p>-Любимая игра.</p> <p>-Упражнение «Чудо-дерево».</p> <p>-Игра «Ваню в школу провожать надо нам поколдовать».</p> <p>-Работа со сказкой И.Самойлова «Как Яшок поступал в Дом Учености».</p> <p>-Рисование на тему: «Я в школе».</p>
36.	<p><b>Диагностика.</b></p> <p>Методика изучения коммуникативных умений «Рукавички».</p>

Изучение готовности детей 4-7 лет к конструктивному взаимодействию. Вторая серия.
--

## 5. ЛИТЕРАТУРА

### ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие упражнения для детей старшего дошкольного возраста. – М., 2004.
2. Белкина В.Н., Васильева Н.Н., Елкина Н.В. Дошкольник: обучение и развитие. – Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
3. Герасимова А. Тесты по подготовке детей к школе. М-2008 г.
4. Гудзовская А.А., Сураева Г.З. Самоопределение. Книга для учащихся и их родителей. Учебное пособие по курсу «Основы жизненного самоопределения» для 1-го класса. - Самара, 1997.
5. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. 3-изд., испр. – СПб.: Союз, 1997
6. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. 2-е изд., дополн. И перераб. – СПб.: Речь, 2002.
7. Клюева Н.В., Касапкина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль: Академия развития, 1997.
8. Клюева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение. Дети 5 - 7 лет. 2-е изд., перераб. и дополн. – Ярославль. Академия развития 2001.
9. Крюкова С.В. Здравствуй, я сам! Тренинговая программа работы с детьми 3 - 6 лет. М.: 2007.
10. Кряжева Н.А. Мир детских эмоций. Дети 5 - 7 лет. Ярославль: Академия развития 2000.
11. Лютова Е.Х., Моница Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства) – СПб.: Речь 2002.
12. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. -М.: ТЦ "Сфера", 1999.
13. Панфилова М.А. Игротерапия общения: тесты коррекционные игры - М.: Гном и Д 2000.
14. Практическая психология для педагогов и родителей. – СПб.: Дидактика Плюс, 2000.

15. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста: Психологические исследования. – М.: Педагогика, 1986.
16. Развитие социальной уверенности у дошкольников: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: ВЛАДОС, 2002.
17. Семенак СИ. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. - М: АРКТИ, 2002.
18. Стожарова М.Ю. Формирование психологического здоровья дошкольников. Феникс. 2007г. Ростов на Дону.
19. Фурманов А.И. Детская агрессивность. Психодиагностика и коррекция. – Мн.: Ильин В.П., 1996.
20. Хухлаева О., Хухлаев О., Первушина И. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольника. – М.: Апрель–Пресс, Эксмо-Пресс, 2001.
21. Чистякова М.И. Психогимнастика - М., 1990.
22. Юдина Е.Г. Педагогическая диагностика в детском саду: пособие для воспитателей ДООУ. – Просвещение 2002.
23. Я – ты – мы. Методическое пособие по социально-эмоциональному развитию детей дошкольного возраста/авт. – сост. Князева. Опыт работы ДООУ России. – М., 1998.
24. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. – «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008г.

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 1968.
2. Выготский Л. С. История развития высших психических функций. Собр. сочинений в 6-ти томах. Т.3. - М., 1983.
3. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. - М: Академический Проект, 2000.
4. П. Мануйленко З.В. Развитие произвольного поведения у детей дошкольного возраста//Известия АПН РСФСР. - Вып. 14. -1948, С. 89-129.
5. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику. Учебное пособие. Часть 1.-Пенза, 1994.
6. Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка. - СПб.: «Речь», 2003.
- Н.Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах.- М.- Воронеж, 1998.
7. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. - М.: Педагогика, 1989.
8. Бурменская Г.В., Карабанова О.А, Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое

- консультирование. Проблемы психического развития детей. -М.:Изд-во МГУ, 1990.
- 9.Никитина Н.Н. Приемы нравственной активизации личности. - Ульяновск, 1996.
- 10.Учимся общаться с ребенком: Руководство для воспитателя детского сада / В.А. Петровский, А.М. Виноградова, Л.М. Кларина и др. - М.: Просвещение, 1993.
- 11.Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. - М.- Ставрополь, 2003.
- 12.Ильина М.Н. Подготовка к школе. Развивающие упражнения и тесты. -С-Пб.,1999.
- 13.Культурологическое образование детей дошкольного возраста: Методическое пособие. - Выпуск 1.: Концепция и программное обеспечение. - Ульяновск: ИПК ПРО, 1997.
14. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. - М.: «Генезис», 1999.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ.

#### «ШКОЛА ЭМОЦИЙ»

Задачи:

1. Тренировать выразительность мимики и пантомимики у дошкольников.
2. Развивать умение детей адекватно использовать невербальные средства.
3. Развивать умение детей определять характер музыкальных произведений и соотносить со своими эмоциональными переживаниями.

Материал:

Пиктограммы эмоций. Звукозапись грустной и веселой музыки. Коробка с наклеенными на нее пиктограммами. Силуэтное изображение учителей Мимики и Пантомимики.

Ход занятия

~

— Здравствуйте, ребята! *(Педагог обходит детей и с каждым здоровается, глядя поручкам.)*

— Сегодня мы с вами пойдем в школу, только не в ту, где учатся писать и читать, а в Школу эмоций. В этой «школе» нас встретят две учительницы: Мимика и Пантомимика. Они будут учить нас общаться. При помощи чего, как вы думаете? *(При помощи мимики и жестов.)* Итак, отправляемся в эту необыкновенную школу: возьмитесь за плечи друг друга и идите за мной, закрыв глаза. *(Педагог подводит детей к «Школе».)*

— Ну вот мы и пришли. Нас уже встречают. Как вы думаете, кто это? *(Педагог показывает на Мимику — пиктограммы.)* Конечно, Мимика. А это, как вы уже догадались, Пантомимика. Учителя школы эмоций предлагают с ними поиграть в «Испорченный телевизор». Для этого нам нужно сесть в круг, закрыть глаза. Одному из вас с помощью мимики и пантомимики я покажу какую-нибудь эмоцию, а вы затем по кругу будете друг друга «будить» и показывать ту же эмоцию, которую показала я (кто как поймет).

*Дети выполняют "игру два-три раза с эмоциями радости, удивления, страха.*

— А теперь давайте поговорим, какая эмоция была в «телевизоре» в первый раз? Вы считаете — радости. Ну, почему вы так решили? Конечно, в мимике радости рот в полуулыбке, глаза чуть-чуть прищурены, в жестах голова запрокинута назад.

—А во второй раз мы показали... Конечно, эмоцию удивления! Опишите ее. *(Шея вытянута, руки разведены в стороны, глаза округлены, рот приоткрыт.)* Совершенно с вами согласна. А третья эмоция? *(Страха.)* Опишем ее. *(Голова втянута в плечи, брови поднимаются вверх, глаза расширены, рот раскрыт.)* Отлично.

—Ну а теперь наши учителя предлагают поиграть в «Звучащие жесты». Вы сейчас послушаете разные по характеру мелодии, а затем мы поделимся друг с другом ощущениями.

*Включается звукозапись грустной и веселой мелодии.*

—Итак, какие чувства возникали у вас, когда вы слушали первую мелодию? *(Хотелось плакать, грустить.)* А вторая мелодия какие чувства у вас вызвала? *(Хотелось прыгать, веселиться, смеяться.)* Давайте теперь попробуем изобразить эти мелодии с помощью жестов. На веселую мелодию мы будем с вами хлопать в ладоши и притопывать ногами, а на грустную — щелкать пальцами. Итак, приготовились. Начинаем!

*Педагог включает звукозапись, где чередуются грустная и веселая мелодии. В течение приблизительно 5 минут дети слушают и выполняют движения.*

—Молодцы! Хорошо справились! Ну а теперь посмотрите, что приготовили наши учителя — небольшой сюрприз. Как вы думаете, что же это может быть?

*Педагог показывает детям красиво оформленную коробку с наклеенными на них пиктограммами и изображениями животных. В случае затруднения детей в ответах педагог просто открывает коробку и показывает, что в ней находится.*

—Посмотрите, это же наши пиктограммы. А нужны они нам для того, чтобы каждый из вас на выbranную пиктограмму изобразил подходящее к ней животное. А игра, в которую мы будем играть, так и называется « Животное ».

*Педагог раздает на выбор каждому из детей по пиктограмме, дети какое-то время обдумывают, а затем показывают с помощью мимики и пантомимики подходящее к пиктограмме животное. Другие же дети*

*должны по мимике и жестам угадать его. Например, к эмоции радости — обезьяну, удивления — курицу, страха — зайца, гнева — льва и т. п.*

—А теперь давайте все вместе поговорим, почему вы выбрали именно этих животных к пиктограммам? *(Дети аргументируют свой выбор.)*

Вот и подошло к концу наше сегодняшнее приключение в Школе эмоций. Понравилось вам? Хорошо, а теперь, чтобы нам вернуться к своим обычным делам и занятиям, мы встанем в круг, закроемся в улитку и пожелаем друг другу что-нибудь

Карточки с пиктограммами (радости, грусти, удивления, гнева, страха, стыда).

Изображение Жар-птицы, звукозапись морского прибора.

Ход занятия

— Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами отправляемся в царство положительных эмоций. А для этого мы сделаем вот что... Я вам раздам билетки с пиктограммами, и вы изобразите нам ту эмоцию, которая у вас изображена, а затем опишете ее.

—Вот хорошо. А теперь посмотрите, нас встречает Жар-птица. Она нам предлагает обыграть сказку. Вы ее сейчас внимательно послушаете, а потом мы ее обыграем.

—«В царском саду росла яблоня с золотыми яблочками. Стала на эту яблоню прилетать Жар-птица и клевать яблочки. Царь приказал своим сыновьям сторожить яблоню. На третью ночь караулить выпало Ивану-царевичу. Вот притаился он и стал ждать... В полночь прилетела Жар-птица и села на яблоню. Дивится Иван-царевич: вся-то она из золота, глаза у нее хрустальные, и сияют перышки так, что в саду стало светло как днем. Выпрямился Иван-царевич и схватил Жар-птицу за хвост, но она вырвалась из его рук и улетела, а в руках у Ивана-царевича осталось всего одно перо из ее хвоста. Поднял он руку с пером — засияло, засветилось все вокруг, и пошел Иван-Царевич во дворец. Все, кто встречался ему по дороге, останавливались и изумлялись дивному свету от золотого пера Жар-птицы».

—Ребята, в этой сказке нужно больше всего выделить эмоции радости, удивления и удовольствия. Давайте распределим роли и начнем.

*Педагог читает сказку повторно, а дети изображают эмоции, которые переживал Иван-царевич и люди, которые встречались ему на пути.*

—Итак, ребята, какие эмоции изображали мы с вами в сказке? Правильно. Эмоции радости, удивления и удовольствия.

—А теперь мы с вами в Царстве положительных эмоций отправимся на

«Башню любви». Я назову то, что я люблю больше всего, и протяну руку ладонью вверх, а вы по очереди будете называть свои любимые вещи и положите руки на мою руку. Начнем! Я люблю больше всего читать интересные книги.

*Дети делятся своими мыслями и выстраивают «Башню любви».*

— Посмотрите, я нашла очень интересную коробку и свиток бумаги. Что это может быть? Так, в коробке я нашла гуашевые краски желтого цвета в баночках, поддон, губки и тряпочки, а на ватмане нарисован желтый круг. А где же кисточки? Ребята, какое на строение у вас возникает, когда вы смотрите на желтый круг? И у меня тоже возникает веселое солнечное настроение. На что похож этот круг? На солнце, только без лучиков. Как же нам нарисовать эти лучики? Мы сделаем это своими ладонями, вот так. *(Педагог показывает способ рисования лучиков солнца.)* А теперь бы...

*Дети по очереди макают ладони в поддон с желтой краской и «печатают» лучи солнца. Педагог предлагает одному из детей нарисовать солнышку веселую, улыбающуюся рожицу.*

—Вам нравится наше дружное солнышко? Я с вами согласна, что такое рисование подняло нам настроение.

—Молодцы! Нам с вами пора возвращаться обратно. Но я обещаю вам, что мы еще будем возвращаться в Царство положительных эмоций. Давайте все вместе закроем свои глаза и представим себе спокойное море, по которому мы возвращаемся домой.

—Вот и все на сегодня. Какие эмоции вы сегодня испытывали? С каким вы настроением уходите с занятия? Мне тоже было очень приятно общаться с вами. До свидания.

«ССОРИТЬСЯ НЕ БУДЕМ!»

Задачи:

1. Стараться повысить уровень групповой сплоченности.
2. Развивать умение детей договариваться, выходить из состояния конфликта.
3. Содействовать улучшению общения со сверстниками.

Материал:

Принадлежности для рисования. Звукозапись веселой и плавной музыки для звукового сопровождения рисования.

Ход занятия

—Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас будет интересное занятие, на котором мы поучимся никогда не ссориться.

—Для начала давайте немного разомнемся. Давайте встанем в круг друг за другом так, чтобы каждый из вас видел перед собой спину товарища. По команде начинайте делать массаж друг другу от меня и дальше, пока на мне он не закончится. Начинаем!

*Дети по кругу делают друг другу массаж от плеч до пояса.*

— Закончили. Давайте теперь опишем свои ощущения: кто что чувствовал?

*Дети говорят о том, какие чувства у них возникали, когда они делали массаж и когда им делали его. Сравнивают разницу ощущений.*

— Очень хорошо! А теперь рассаживайтесь в парах за столы. Я предлагаю вам сделать совместный рисунок. На двоих я вам дам только один листок, в котором вы нарисуете то, что вы хотите. Только нужно договориться со своим соседом, чтобы у вас тема рисунка была сходна. Задание всем понятно? Тогда начинаем.

*Педагог в процессе совместного рисования детей следит за тем, чтобы дети не конфликтовали.*

*В случае возникновения конфликта предлагает найти конструктивный способ выхода из него.*

—Очень интересные рисунки они гордились своими детьми. Вы смогли без конфликта придти к общей теме, договориться друг с другом. Это очень сложно, но вы с этим справились очень хорошо.

—Ребята, расскажите, пожалуйста, как вы договаривались друг с другом и что вы при этом чувствовали?

—А теперь мы поиграем с вами в игру «Вулкан». Сейчас мы выберем одного из вас, он будет «вулканом». *(Педагог выбирает ребенка, обычно конфликтного в повседневной жизни.)* Иди, Валера, садись в центр круга. Ты будешь имитировать сонный вулкан, затем он будет гудеть тихо, медленно поднимаясь, просыпаться. А мы, ребята, в этот момент будем помогать вулкану — будем гудеть. В самом конце, когда «вулкан» — Валера — окончательно проснется, он резко вскочит и поднимет руки вверх, выбросит все, что ему не нужно или мешает, и опять постепенно «заснет». Начинаем.

-Итак, ребята, чему же мы сегодня научились? Не конфликтовать в совместной деятельности (рисовании). А еще, конечно, научились сбрасывать не нужные, негативные эмоции и мысли. До встречи, ребята.

### «МЫ ВСЕ ЗНАЕМ И УМЕЕМ»

Задачи:

1. Формировать у дошкольников уверенность в собственных силах.
2. Помочь преодолеть неуверенность в себе, страх самостоятельных действий.
3. Способствовать преодолению нерешительности у дошкольников.
4. Развивать у детей умение вступать в контакт с другими людьми для совместных действий.

Материал:

Разноцветные колпачки для подгруппы детей.

Веревка, две стойки, игрушки по количеству детей.

Три поздравительные открытки.

Большой лист ватмана. Принадлежности для рисования.

Бодрая и спокойная музыка для звукового сопровождения занятия.

Сказка О. Хухлаевой «Случай в лесу».

Ход занятия

— Здравствуйте, ребята! У меня сегодня очень хорошее настроение, и я очень хочу поделиться им с вами.

Для этого вам необходимо всего лишь закрыть глаза

и повторить своему товарищу на ухо то, что вы услышите от другого.

*Педагог подходит к детям, стоящим в кругу, и шепчет одному из них пожелание хорошего настроения и удачи.*

—У вас прибавилось хорошего настроения? Ну что ж, тогда начнем наше увлекательное занятие, на котором мы будем сказочниками и волшебниками, творить самые необыкновенные чудеса и сочинять самые интересные истории. Для этого мы должны облачиться в волшебную одежду — надеть вот эти колпаки волшебников.

—Итак, мои дорогие волшебники, чтобы почувствовать себя настоящими чародеями, я предлагаю вам для начала сесть в круг по-турецки и поочередно продолжать фразу «Я могу...», говоря что-то хорошее о себе. Итак, начинаем.

*В случае затруднения одного из детей педагог предлагает другим детям помочь ему и подсказать продолжение фразы.*

—Замечательно, мои маги и волшебники, а теперь вам необходимо пройти первое испытание. Сегодня в детском саду праздник, и мы должны разнести поздравления заведующей, методисту и медсестре. Вот эти открытки, которые необходимо отнести и произнести поздравительную речь. Итак, кто пойдет? Я предлагаю пойти Наташе, Марату и Илье. *(Педагог сознательно выбирает стеснительных и неуверенных в себе детей.)*

—Пока наши парламентарии отправились поздравлять, мы с вами поиграем в игру, которая называется «Под веревку подлезай и игрушку доставай». Представьте себе ситуацию, в которой дом загорелся, а в нем осталась ваша любимая игрушка. Кроме вас ее никто не может спасти, вы должны подлезть под упавшую балку (веревку) и спасти своего любимца. Давайте построимся в 2 колонны и начнем наше «спасение».

*Дети под энергичную мелодию «спасают игрушки».*

—А вот и дети вернулись. Нам очень интересно, как все прошло. Давайте рассказывайте. Кто кого поздравлял и какие слова говорил? А самое главное, какие чувства вы испытывали, когда. Поздравляли?

*Дети делятся своими впечатлениями, рассказывают о переживаниях и волнении.*

— Молодцы, ну а теперь, чтобы немного отвлечься, послушайте сказку. Только слушайте ее внимательно, чтобы потом вы смогли ответить на вопросы.

*Педагог читает детям сказку О. Хухлаевой «Случай в лесу» про зайчонка, который мечтал быть сильным, смелым; как он всего боялся и не верил в себя, но смог преодолеть свой страх и поверил в свои возможности.*

— Вы все внимательно слушали сказку, мои волшебники. А теперь ответьте мне, пожалуйста, на вопросы: почему зайчонку было плохо и грустно? Какое правило запомнил зайчонок? Согласны ли вы с ним? Попадали ли вы в похожие ситуации и как с этим справлялись?

*Дети отвечают на вопросы воспитателя, делятся впечатлениями от услышанного и высказывают свою точку зрения.*

— Очень хорошо, ну а теперь в нашей школе волшебников последнее испытание: нам всем вместе необходимо на большом листе нарисовать один рисунок. Только этот рисунок необычный — он должен отвечать на вопрос: что значит «на ошибках учатся»? Сначала подумайте, как можно преодолеть возникшие трудности. Постарайтесь что-то вспомнить из своей личной жизни и только потом совместно нарисовать на общем листе.

*Обговаривание с детьми различных способов преодоления трудностей, рисование детей под спокойную музыку.*

— Давайте посмотрим, что же у нас получилось? *(Дети описывают рисунок.)* Очень интересный рисунок. Я предлагаю вывесить его в приемной, чтобы все родители смогли увидеть ваше творение.

— Ну а теперь наша школа волшебников закрывается. Вспомните, пожалуйста, что мы с вами узнали нового, что почерпнули для себя? *(Дети делятся впечатлениями от занятия, высказывают свои суждения по содержанию занятия.)*

— На сегодня это все, до свидания, ребята-волшебники. Не забывайте применять свои знания в обычной жизни.

«УМЕЙТЕ ПОНЯТЬ»

Задачи:

1. Формировать у детей оценочное отношение к поступкам.
2. Способствовать формированию эмпатии и рефлексии.
3. Снять психоэмоциональное напряжение.

Материал:

Рассказ А.Н. Толстого «Косточка», отрывок из сказки В. Катаева «Цветик-семицветик». Бумажные следы (8-10 шт.), мяч.

Ход занятия

— Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть. Сегодня я хочу познакомить вас с очень интересным письмом. Давайте рассаживайтесь на стульчики и слушайте внимательно: «Здравствуйте, ребята, я решил вам написать это письмо, потому что мне

очень хочется знать, правильно ли поступил тот мальчик, о котором я вам сейчас расскажу...»

*Далее педагог читает рассказ А.Н. Толстого «Косточка» и заканчивает чтение письма словами:*

—«Дорогие ребята, я жду от вас ответа: правильно ли поступил мальчик Ваня? Жалеть его или нет? Честный ли Ваня? Почему все засмеялись над Ваней? Как бы поступили вы? »

—Итак, ребята, нам предстоит ответить на множество вопросов из письма. У кого есть какие-то варианты, мы готовы вас выслушать.

*Дети высказывают свои варианты ответов, педагог фиксирует их на бумаге, чтобы «отправить ответ незнакомому мальчику».*

—Я очень рада, что у вас правильное отношение к поступку и его последствиям.

—А теперь с вами немного отвлечемся и поиграем в игру, которая называется «Шаги правды». Для этого нам необходим один желающий. Хорошо, Лиля, вставай вот сюда на самый первый след. Суть этой игры очень проста: дети будут называть какое-нибудь качество, которое есть у Лили. Если она соглашается со сказанным, то делает шаг вперед, если нет — остается на месте. Итак, начинаем.

*Игра проводится с 3-4 детьми. В процессе игры педагог следит за тем, чтобы дети прошли весь путь, оставаясь при этом честными.*

— Молодцы, очень хорошо. А теперь я предлагаю вам ненадолго отправиться в одну сказку, для многих

она может быть знакомой, для кого-то нет. Это сказка про девочку Женю, которая повстречала мальчика Витю. А что было дальше, вы сейчас узнаете.

*Педагог читает детям отрывок из сказки «Цветик-семицветик» до того момента, когда девочка увидела больную ногу Вити.*

—Продолжите, пожалуйста, сказку. Как поступила Женя? А как поступили бы вы? (*Дети высказывают свои суждения.*) Конечно же, доброта детских сердец обязательно сотворит чудо, и мальчик Витя выздоровеет.

—Ребята, у меня для вас есть еще одна игра. Она очень простая, но интересная. Для нее мы выстроимся вдоль стены, встав спиной к ней. Я буду кидать каждому из вас мяч, задавая вопрос «Кто ты?». Тот из вас, кто получит мяч, должен будет быстро ответить на вопрос и сделать шаг вперед. Например: «Я — ребенок, я — дочь, я — личность и др.». Если вы вдруг ошибетесь, то просто стоите на месте.

*Игра проводится 2-3 раза, после нее подводится итог, кому удалось продвинуться дальше всех.*

—Молодцы! Вы все очень хорошо играли.

—А теперь у меня для вас небольшой сюрприз — волшебные мячи. Сейчас каждый из вас будет то спущенным, то накачанным мячиком. Вспомнили?

*Выполняется психогимнастическое упражнение «Мячики» с чередованием напряжения и расслабления мышц туловища. Педагог во время выполнения детьми упражнения имитирует звук насоса, накачивающего мячики.*

— Вот и подошло к концу наше занятие. Расскажите, что вам запомнилось в нем, что понравилось?

*(Дети делятся впечатлениями от занятия.)* На сегодня все, до свидания.

«ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ...»

Задачи:

1. Формировать положительное самоотношение у дошкольников.
2. Предоставить возможность почувствовать эмоциональный комфорт неконтактным детям, развивать эмпатию.
3. Формировать у детей адекватную положительную самооценку, уверенность в себе.
4. Развивать самосознание и временную перспективу.

Материал:

Маленькие зеркала на подгруппу детей. Большое зеркало. Цветы по количеству детей. Фломастеры, бумага.

Звукозапись «Вальса цветов», космической музыки, спокойной музыки.

Ход занятия

— Здравствуйте, мои дорогие ребята. Я очень рада вас сегодня видеть.

*Педагог, здороваясь, слегка прикасается к каждому из детей.*

— Сегодня мы с вами отправляемся в волшебный мир под названием «Лучше не бывает». В нем отражаются все самые хорошие качества. Для того чтобы в него попасть, мы должны пройти через необычный коридор. Для этого вы встанете в 2 шеренги. Несколько детей, например Наташа, Илья, Лиза (*с заниженной самооценкой*), по одному будут проходить через этот волшебный коридор. Остальные — кто стоит в коридоре — будут дотрагиваться до них, поглаживать по голове, спине, рукам.

*Под спокойную мелодию дети выполняют игровое упражнение.*

—Замечательно, мы уже находимся в стране «Лучше не бывает» (*открываются зеркала на столах*). Посмотрите, в этой стране есть чудесная поляна зеркал. Я предлагаю вам представить себя «художниками» и посмотреть на себя в зеркало «чужими глазами», как будто вы собираетесь нарисовать того, кого видите в зеркале.

—А теперь попробуйте изменить свое выражение лица (*веселое, грустное, гримаса, с высунутым языком*).

—Что же вы видите в зеркале? Нравится ли вам выражение лица, отраженного в нем?

*Дети высказывают свои суждения.*

—Молодцы! А теперь я предлагаю вам подойти к большому зеркалу и рассмотреть себя с головы до ног. Нравится ли вам тот человек в зеркале, которого вы видите? Что в вас есть хорошего? (*Дети перечисляют.*) А теперь похвалите себя, скажите себе, глядя в зеркало, какие вы красивые, лучше вас нет на всем белом свете. (*Дети хвалят себя, высказываются о себе, своих достоинствах.*)

—А теперь давайте закроем глаза и представим себя цветами в поле. Ветер нас слегка раскачивает, мы тянем свои бутоны, листики к солнцу.

*Под мелодию «Вальс цветов» дети выполняют этюд. Каждому из детей выдается по цветку.*

— Ребята, а посмотрите, сколько цветов среди вас. Каждый по-своему красив. Только один цветок считает себя некрасивым, никому не нужным. Вы сейчас присядьте на цветочную полянку, а я вам расскажу одну историю.

*Педагог читает детям сказку, в которой ромашка считала себя уродливой по сравнению с красавицей розой, но потом поняла, что все цветы хороши по-своему.*

—Скажите, пожалуйста, почему ромашка смотрела с восхищением на розу? Что значит «все цветы хороши по-своему»? А можно ли эту фразу сказать про людей? (*Ответы детей.*)

—Очень хорошо, молодцы. А теперь я предлагаю вам собрать все цветы в вазу, взять фломастеры, бумагу и нарисовать свои достоинства. А затем о них нам рассказать.

*Под спокойную музыку дети рисуют и после рисования рассказывают о своих достоинствах.*

—Ребята, в волшебном мире «Лучше не бывает» есть машина времени. Давайте отправимся на ней... Куда вы хотите? В будущее. Тогда вперед —

возьмитесь за поручни (*имитация*), закройте глаза и в путь (*звучит космическая музыка полета*).

— Ну, вот мы и в будущем. Здесь вы уже все взрослые, и вас зовут не по имени, а по имени-отчеству. Вы даже ходите, как взрослые, и здороваетесь, как взрослые, пожимая руку и называя другу друга по имени-отчеству. Давайте попробуем изобразить себя взрослыми.

*Дети изображают взрослых, свободно перемещаясь по группе.*

— Вам понравилось быть в роли взрослого? Почему? (*Ответы детей.*)  
Теперь нам пора возвращаться из волшебного мира «Лучше не бывает». А поможет нам в этом все та же машина времени.

*Дети имитируют перемещение на машине времени под космическую музыку.*

— Итак, мы с вами снова в детском саду. Расскажите, пожалуйста, что из нашего путешествия вам запомнилось и понравилось и почему. (*Высказывания детей.*)

— На этом мы с вами расстаемся до следующего занятия. Всем до свидания.

## **Этюды на выражение внимания, интереса.**

### **СОБАКА ПРИНЮХИВАЕТСЯ**

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши наострились, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

### **ЧТО ТАМ ПРОИСХОДИТ?**

Мальчики стояли в тесном кружке и что-то делали, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них остановилась девочка. «Что там происходит?» - подумала она, но ближе подойти не решилась.

*Выразительные движения.* Голова поворачивается в сторону происходящего действия, пристальный взгляд. *Поза.* Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

### **СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ**

Командир сидит за столом и внимательно изучает карту. Он обдумывает план наступления на врага.

*Выразительные движения.* Левая рука опирается локтем о стол и поддерживает голову, наклоненную влево; указательный палец правой руки движется по воображаемой карте. *Мимика.* Слегка сощуренные глаза, нижняя губа закушена.

**Этюды на выражение удивления.**

### УДИВЛЕНИЕ

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник положил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодан выпрыгнула собака. *Мимика.* Рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

### КРУГЛЫЕ ГЛАЗА

Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы. Я зашел в подъезд и увидел, что бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок».

Ведущий предлагает показать, какие круглые глаза были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.

**Этюды на выражение удовольствия.**

### ЦВЕТОК

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

*Выразительные движения.* Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. *Мимика.* Глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

### ЛАСКА

Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трется головой о его руки.

### ВКУСНЫЕ КОНФЕТЫ

У девочки в руках воображаемый кулек с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и кладут конфеты в рот. По их лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд сопровождается музыкой Т.Кассерна «Медовые конфетки».

*Мимика.* Жевательные движения, улыбка.

### **Этюды на выражение страдания.**

#### **ОЧЕНЬ ХУДОЙ РЕБЕНОК**

Ребенок плохо ест. Он стал очень худым и слабым, даже муравей может повалить его с ног.

Это кто там печально идет?

До калитки дошел,

И печальную песню поет?

Но дальше идти он не смог!

Муравей пробежал,  
ел,

Он каши, он каши, он каши не

Повалил его с ног,

Худел, худел, болел, слабел!

И вот он лежит одинок,

И вот он лежит одинок,

Муравей повалил его с ног,

Муравей повалил его с ног!

Митя из дому шел,

.(Э.Машковская)

Дети по очереди показывают, какое худое лицо у Мити. Затем дети распределяют между собой роли бабушки, муравья и Мити. Обыгрывают.

#### **Я ТАК УСТАЛ**

Маленький гномик несет на плече большую еловую шишку. Вот он остановился, положил шишку у своих ног и говорит: «Я так устал, я очень устал». Звучит музыка Д.Тюрка «Я так устал».

*Выразительные движения.* Стоять, руки висят вдоль тела; плечи опущены.

#### **ОСТРОВ ПЛАКС**

Путешественник попал на Волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить плакс, но они продолжают реветь, (звучит музыка Д.Кабалевского «Плакса»),

*Мимика.* Брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

## Этюды на выражение страха.

### ЛИСЕНОК БОИТСЯ

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут.

*Выразительные движения.*- Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

### ГРОЗА

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкает молния. Грозно гремит гром. Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно. Звучит музыка М. Раухвергера «Гром». *Выразительные движения.* Голова запрокинута и втянута в плечи; глаза широко раскрыты; рот открыт; ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище.

## УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ УМЕНИЯ ЧУВСТВОВАТЬ НАСТРОЕНИЕ И СОПЕРЕЖИВАТЬ ОКРУЖАЮЩИМ.

### ФОТОГРАФИЯ.

Рассмотрите с ребенком свой семейный альбом. Показывая фотографии его самого и близких, расспрашивайте, какое настроение было у них при этом, что они чувствовали: удивление, испуг, радость, грусть и т. д. Там, где ребенок затрудняется, помогите ему, расскажите о ситуации, когда была сделана фотография. Упражнение позволяет ребенку развивать понимание чувств и эмоций, укрепляет семейные связи и привязанности.

### ТРЕНИРУЕМ ЭМОЦИИ.

Попросите ребенка: нахмуриться, как:

- осенняя туча;
- рассерженный человек;
- злая волшебница.

Улыбнуться, как:

- кот на солнце;
- само солнце;
- как Буратино;
- как хитрая лиса;
- как радостный ребенок;
- как будто ты увидел

чудо. Позлись, как:

- ребенок, у которого отняли мороженное;
- два барана на мосту;
- как, человек, которого ударили.

Испугайся, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу;
- заяц, увидевший волка;
- котенок, на которого лает

собака. Устань, как:

- папа после работы;
- человек, поднявший тяжелый груз;
- муравей, притащивший большую

муху. Отдохни, как:

- турист, снявший тяжелый рюкзак;
- ребенок, который много потрудился, но помог маме;
- как уставший воин после победы.

## КОЛЕЧКО.

Дети садятся в круг. Ведущий прячет в руках колечко. Ребенку предлагается смотреть внимательно на лица соседей и постараться угадать, кто из них получил в свои ладошки колечко от ведущего. Угадавший становится ведущим.

## ГЛАЗА В ГЛАЗА.

Дети разбиваются на пары, берутся за руки. Ведущий предлагает: " Гляди только в глаза и чувствуя руки, попробуй молча передать разные эмоции: " Я грустный, помоги мне! " " Мне весело, давай поиграем!" " Я не хочу с тобой дружить!" Потом дети обсуждают, в какой раз какая эмоция передавалась и воспринималась.

## КАК ТЫ СЕБЯ СЕГОДНЯ ЧУВСТВУЕШЬ?

Ребенку предлагаются карточки с изображением различных оттенков настроений. Он должен выбрать ту, которая в наибольшей степени похожа на его настроение, на настроение мамы, папы, друга, кошки и т. д.

## КЛАССИФИКАЦИЯ ЧУВСТВ.

Ребенок рассматривает те же карточки и раскладывает их по следующим признакам:

- какие нравятся;
- какие не нравятся.

Затем необходимо назвать эмоции, изображенные на карточках, поговорить, почему он так их разложил.

## ВСТРЕЧА ЭМОЦИЙ.

Использовать разложенные на 2 группы карточки и попросить ребенка представить, как встречаются разные эмоции: та, которая нравится, и та, которая неприятна. Ведущий изображает " хорошую", ребенок " плохую ". Затем они берут карточку из противоположной кучки и так меняются. Интересно понаблюдать изменение выражений лица при " встрече эмоций " - это может быть удивление, смех, отвращение и т. д.- и обсудить, как можно " помирить " эмоции.

2.2 Комплекс игр и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения.

### **«Торт».**

Положите ребенка на коврик. Вокруг - его сверстники или знакомые. Взрослый: «Сейчас мы из тебя будем делать торт». Один участник - мука, Другой - сахар, третий - молоко, четвертый - масло и т.д. Взрослый - повар, сейчас он приготовит великолепное блюдо. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука - «мука» руками «посыпает» тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко - «молоко» «разливается» руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар - он «посыпает» тело и немного соли - чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. Повар «замешивает» тесто, хорошенько разминая его. А теперь тесто кладется в печь и там поднимается - ровно и спокойно лежит и дышит, все составляющие его: и мука, и соль, и др. - тоже дышат, как тесто. Наконец тесто испеклось. Чтобы торт был красивым, надо его украсить кремовыми цветами. Все участники, прикасаясь к «торту», дарят ему свой цветок, описывая его. Торт необыкновенно хорош! Сейчас повар угостит каждого участника упражнения вкусным кусочком, если самому «торту» не жалко. *Замечание:*

1. Следите за выражением лица «торта», оно должно быть довольным, смех только поможет упражнению. 2. Вместо «торта» можно готовить все что угодно - курицу, блины, компот и т.д.

### **«Портрет».**

Ребенок садится напротив взрослого. Взрослый - художник. Все остальные - краски: синий, белый, красный, желтый, зеленый и другие цвета. «Сейчас я буду рисовать портрет». Художник прикасается рукой к овалу лица и говорит: «Сейчас я нарисую лицо». «Какую форму рисовать? - спрашивает он у ребенка, - такую же, больше, меньше?» Ребенок отвечает. «Какие будут глазки - большие, маленькие или оставим, какие есть?» При этом он обводит контур глаз. «Какого они будут цвета?» Ребенок называет. Если есть такая краска, художник прикасается к ней своей кистью (к участнику, выбравшему этот цвет) и переносит цвет на лицо ребенка. Затем в таком же порядке рисуются брови, нос, щеки, губы, уши, волосы. Постарайтесь «смешать краски» и перенести на ребенка частичку каждого участника упражнения. В конце все любят портретом.

*Замечание:* упорное нежелание ребенком сохранить свое собственное лицо и стремление многое в нем изменить говорит о том, что ребенок недоволен собой, хочет измениться.

### **«Театр прикосновений».**

Ребенка просят свободно лечь в позу звезды на коврик и закрыть глаза. Включается спокойная музыка. Все участники склоняются, и взрослый объясняет, что они должны нежно и осторожно, необычным образом

коснуться тела лежащего ребенка, показывая, как это делается. Можно одновременно прикоснуться одним пальцем ко лбу, а ладонью - к ноге, ребром ладони к животу, кулачком - к груди, локтем - к животу и т. д. Все одновременно начинают и заканчивают прикосновения. Затем лежащего оставляют на некоторое время в расслабленном состоянии.

Милые чистокрылышки, дорогие соседи, мы рады встречи с вами, мы никогда не забудем вас, будем стараться быть такими же добрыми, чистыми и нежными.

### *«Полет птицы».*

Всем нам часто снятся прекрасные сны. В них мы превращаемся в принцев и принцесс, зайчиков и белочек, понимаем язык птиц и зверей. Давайте сегодня попробуем превратиться в птицу. Мы узнаем секреты красоты и легкости, полетаем над землей, почувствуем свежесть ясного голубого неба. Оно очень похоже на море, тело в нем такое же легкое, гибкое, как в воде. Небо - это голубое царство великолепных птиц. Одна из самых красивых - лебедь: белая, как снег, с длинной гибкой шеей, золотистым клювом.

Поднимите подбородок вверх. Да, именно такая шея у лебедя! Выпрямите спинку, расправьте плечики. Вы прекрасны, такая шея у лебедя! Закройте глаза. Давайте подышим, как птицы. Вдох - выдох. После вдоха говорите про себя: «Я- лебедь», - потом выдохните (Зрза). Хорошо!

Шея лебедя вытянута, напряжена, спина гордая, прямая. Широко раскиньте руки - крылья, шире, плавно... Молодцы!

Согните чуть-чуть в коленях ноги, напрягите их и ...резко выпрямите...Глубокий вдох...и... о, чудо! Мы взлетели...Вдох-выдох (Зрза). Можете свободно взмахнуть крыльями. Тело, как пушинка, легкое, мы совсем его не чувствуем. Как радостно и свободно! Чистое голубое небо вокруг, приятная мягкая прохлада...тишина...покой... Вдох - выдох... (Зрза).

Под нами, как зеркало, блестит озеро. Можно присмотреться и увидеть в нем себя. Какая красивая гордая птица!.. Вдох - выдох. Мы плавно летим, нам нравится и совсем не страшно.

Спустимся пониже, еще ниже, еще ниже... Вот уже совсем близко поле, лес, дом, люди... И вот ноги легко коснулись земли... Вытянем шейку, расправим плечи, опустим крылья.

Замечательным был полет!

Пусть у кого-то не очень получилось. Не беда! И лебедь- красавец не сразу взлетел. Когда-то он был Гадким утенком, перенес много горя и

бедствий, над ним смеялись, его обижали, и никто не понимал. Но не страшно родиться Гадким утенком, важно хотеть быть Лебедем! Все прекрасное когда-нибудь сбывается. Нужно только очень-очень верить в себя!

### **Методы саморегуляции и снятие психоэмоционального напряжения у детей.**

Нередко родителей тревожит появление у детей несобранности, излишней активности, или напротив, замкнутости, робости, а часто агрессивности, плаксивости. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки внутреннего психоэмоционального напряжения, следствие какой-то «детской» проблемы, в которой взрослые еще не разобрались. Как помочь ребенку в такие моменты? Мы пытаемся научить его помогать самому себе, то есть знакомим с методами саморегуляции. Сначала ребенок выполняет упражнение вместе со взрослым, на наших занятиях, а затем - в самостоятельной деятельности в детском саду и, по отзывам родителей, дома. Дети успешно пользуются этими методами. Ребенок

многое может сам. А мы взрослые должны его понять и успокоить. Вот некоторые приемы.

*«Возьмите себя в руки».*

Ребенку говорят: " Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе 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 кулачки, крепко сцеди 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. Этому льва зовут как и тебя, у него твое имя, твои глаза, твои руки, ноги, тело. Лев - это ты!

*«Просыпайся, третий глаз!».*

Человек видит не только глазами. Мудрость и ум, выдержка и спокойствие могут проснуться в твоём третьем глазе. Вытяни указательный палец, напряги его

и положи на лоб между бровей над носом. Здесь твой третий глаз, глаз мудрости. Помассируй эту точку, приговаривая: " Просыпайся, третий глаз, просыпайся, третий глаз..." 6-10 раз.

*«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 встряхнул всю усталость, чуть - чуть осталось, повтори еще.

*«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!**

*«Заряд бодрости».*

«Сядь свободно. Вытяни вперед руки и приготовь два пальчика: большой и указательный. Возьмись ими за самые кончики ушей - один сверху, другой -снизу ушка. Помассируй ушки, приговаривая: «Ушки, ушки слышат все!» Десять раз в одну сторону и десять - в другую. А теперь опусти руки, стряхни ладошки. Приготовь указательный палец, вытяни руку и поставь его между бровей над носом. Помассируй эту точку столько же раз со словами: «Просыпайся, третий глаз!» Стряхни ладошки. Собери пальцы руки в горстку, найди в низу шеи ямку, положи туда руку и со словами: «Я дышу, дышу, дышу!» - помассируй ямку десять раз в одну сторону и десять раз в другую. Молодец! Ты видишь, слышишь, чувствуешь!»

Взрослый следит за силой нажима на важные точки жизнедеятельности и правильностью нахождения точек.

*«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 щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, 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».

**МЕТОДИКИ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ,  
ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИИ, ПРОИЗВОЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ  
ПОВЕДЕНИЯ И ГОТОВНОСТИ К КОНСТРУКТИВНОМУ  
ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

1. Изучение социальных эмоций и ценностных ориентации детей производится с помощью проективного теста «Домики» (О.А. Ореховой).

2. Уровень сформированности произвольной регуляции поведения дошкольников можно выявить с помощью следующих методик:

- Тест «Графический диктант».
- Тест «Домики».
- Тест «Палочки и крестики».
- Опросник на выявление агрессивности.

3. Готовность к конструктивному взаимодействию определяется с помощью Методики изучения коммуникативных умений.

**1. Тест «Графический диктант».**

*Цель:* оценка умения действовать по инструкции.

*Инструкция:* Подготовьте тетрадный лист в клеточку. На нем, отступив 4 клетки от края, поставьте 3 точки одна под другой, на расстоянии 7 клеток друг от друга (по вертикали).

Дайте ребенку карандаш и скажите: «Я буду говорить, в какую сторону и на сколько клеток провести линию. Проводи только те линии, о которых я буду говорить. Когда проведешь линию, жди, пока я не скажу, куда направить следующую. Каждую новую линию начинай там, где кончилась предыдущая, не отрывая карандаш от бумаги». (Проверьте, помнит ли ребенок, где правая рука.)

Первое задание — тренировочное. «Поставь карандаш на самую верхнюю точку. Внимание! Рисуй линию: одна клетка вниз. Не отрывай карандаша от бумаги. Теперь одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Дальше продолжай рисовать такой же узор сам».

Подскажите ребенку, если он не понял задания, исправьте допущенные им ошибки. При рисовании последующих узоров такой контроль снимается. Диктуя, нужно соблюдать достаточно длительные паузы, чтобы ребенок успевал закончить предыдущую линию.

На самостоятельное продолжение узора дается полторы-две минуты.

Последующая инструкция звучит так: «Теперь поставь карандаш на следующую точку. Внимание! Начали! Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Дальше продолжай рисовать этот узор».

И заключительный узор. «Поставь карандаш на последнюю точку. Внимание! Три клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Три клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Три клетки вверх. Теперь продолжай сам рисовать этот узор. Проанализируйте, как ребенок выполняет задание под диктовку и самостоятельно. Первый показатель свидетельствует об умении внимательно слушать и четко выполнять указания, не отвлекаясь на посторонние раздражители. Второй — о степей и самостоятельности ребенка.

Если ребенок справился со вторым и третьим узорами (тренировочный узор не оценивается) практически без ошибок или в одном из узоров встречаются отдельные ошибки — это говорит о хорошем уровне развития произвольной сферы.

Низкий уровень развития произвольной сферы — если ни один из двух узоров не соответствует диктуемому.

## 2. Тест «Домик»

**Цель:** оценка умения действовать по образцу.

**Инструкция:** Дайте ребенку чистый лист бумаги и карандаш, а затем попросите его посмотреть внимательно на образец (см. Приложение) и постараться, как можно точнее нарисовать такой же домик на своем листочке бумаги. Далее скажите: «Если ты что-то не так нарисуешь, то стирать резинкой нельзя, а надо поверх неправильного или рядом нарисовать правильно».

Когда вы убедитесь в том, что ребенок все понял, дайте ему команду начинать.

В процессе рисования наблюдайте за тем, как справляется ребенок с этим заданием: часто ли смотрит на образец; проводит ли воздушные линии над рисунком-образцом, повторяющие контуры картинки; сверяет ли сделанное с образцом или, мельком взглянув на него, рисует по памяти; отвлекается ли во время работы; задает ли вопросы и т.д.

Когда ребенок сообщит об окончании работы, предложите ему проверить, все ли у него верно. Если он найдет неточности в своем рисунке, он может их исправить. Самим не нужно вносить какие-либо коррективы в рисунок ребенка и не следует ничего подсказывать.

Для оценки используются показатели:

- 1) точность воспроизведения рисунка: посмотрите, есть ли на рисунке ребенка все детали (дым, труба, линия, изображающая основание домика, и т.д.);
- 2) сохранение размера всего рисунка или отдельных его деталей (считается ошибкой увеличение более чем в 2 раза);
- 3) правильное изображение элементов рисунка (колечек дыма, забора, штриховки на крыше и т.д.).

Ребенок 6 - лет довольно точно копирует этот рисунок, в отдельных случаях бывают небольшие ошибки, сниженные с неправильным изображением какого-либо элемента или наличием разрывов между линиями в тех местах, где они должны быть непрерывными.

### 3. Тест «Палочки и крестики»

*Цель:* определение уровня саморегуляции и самоконтроля.

*Инструкция:* Подготовьте для ребенка тетрадный лист в клеточку с полями и попросите его писать палочки и крестики так, как записано в образце, в течение 5 минут.

I+I+I-I+I+I-При этом

необходимо соблюдать следующие правила:

- 1) писать крестики и палочки точно в такой же последовательности, как в образце;
- 2) переходить на другую строчку только после знака « — »
- 3) нельзя писать на полях;
- 4) каждый знак следует писать в одной клеточке;
- 5) соблюдать расстояние между строчками — 2 клеточки.

Сначала разъясните и покажите все ребенку.

Признаком высокого уровня развития самоконтроля у ребенка является точное выполнение задания, без отвлечений, когда он сам находит и исправляет ошибки, старается ставить знаки аккуратно, не спешит скорее закончить работу, а пытается проверить написанное.

Если вы предполагаете, что ребенок не справится с таким сложным заданием, начните с более легкого, например, сначала только копирование одной палочки («I») или только «+», затем копирование ряда I+I+I+I+I, и так далее по мере усложнения.

Не забудьте похвалить ребенка, для него это сложная задача.

#### **4. Опросник на выявление агрессивности у дошкольников.**

**Цель:** выявление и оценка степени агрессивности детей и умения конструктивно разрешать сложные ситуации.

**Инструкция:** Задайте ребенку вопросы и попросите его дать ответ. Ответы желательно записать.

1. Тебе приходилось в жизни злиться?
2. Из-за чего ты чаще всего злишься?
3. Когда ты рассержен, что тебе хочется сделать? (Ответы типа: ударить, толкнуть, накричать - свидетельствуют об агрессивных тенденциях).
4. Что ты делаешь для того, чтобы не злиться, не сердиться? (С помощью этого вопроса взрослый может судить об умении детей конструктивно решать сложные ситуации, сознательно управлять своими эмоциями и поведением).

**Обработка результатов:**

Проводится качественный анализ высказываний детей

#### **5. Методика изучения коммуникативных умений**

**Цель:** изучение готовности детей 4-7 лет к конструктивному взаимодействию.

**Подготовка исследования:**

Приготовить силуэтные изображения рукавичек, 2 набора по 6 цветных карандашей.

**Проведение исследования:**

**Первая серия:** детям дают по одному изображению рукавички и просят

украсить их, но так, чтобы они составляли пару, были одинаковы. Поясняют что сначала надо договориться, какой узор рисовать, а потом приступать к рисованию. Дети получают по одинаковому набору карандашей.

*Вторая серия:* аналогична первой, но детям дают один набор карандашей, предупреждая, что карандашами нужно делиться.

Во всех сериях дети выполняют задание самостоятельно.

*Обработка результатов:*

Выявляются уровни развития коммуникативных умений, готовности конструктивному взаимодействию.

*Параметры оценки:*

1. Дети умеют договариваться, приходить к общему решению, уговаривают убеждают (от 1 до 3 баллов).
  2. Осуществление взаимного контроля: замечают друг у друга отступления от первоначального замысла, умеют договариваться (от 1 до 3 баллов).
  3. Положительно относятся к результату деятельности, своему и партнера (от 1 до 3 баллов).
  4. Осуществление взаимопомощи по ходу рисования (от 1 до 3 баллов).
  5. Умеют рационально использовать средства деятельности (делиться карандашами) (от 1 до 3 баллов).
- 13-15 баллов - высокий уровень 9-  
12 баллов - средний уровень 5-8  
баллов - низкий уровень

## **Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентации «Домики»**

*Цели и назначение:* измерение системы личностных отношений ребёнка, его социальных предпочтений и ценностей.

Тест Ореховой О.А. разработан на основе авторской модели эмоций в структуре личности и факте предпочтения эмоций как потребности и предназначен для детей в возрасте от 6 до 11 лет.

Методической основой теста «Домики» является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А. Эткинда. Эмоции представлены ребёнку в виде «жильцов» домиков, которые ребёнок раскрашивает, подбирая подходящий цвет. Используя цвет, ребёнок выражает своё отношение (эмоцию), не выходя за пределы своего актуального опыта. Тест позволяет произвести диагностику:

- шкалы духовных ценностей;
- степени дифференцированное™ - обобщённости эмоциональной сферы в области высших эмоций, имеющих социальный генезис;
- деятельностных ориентации, в том числе уровня сформированности эстетических и познавательных потребностей;
- предпочтений определённых видов деятельности (первая профессиограмма детей дошкольного возраста);
- личностных отношений и вариантов личностного развития.

*Расходные материалы:* ответный лист, шесть цветных карандашей: синий, зелёный, красный, жёлтый, коричневый, чёрный. Карандаши должны быть одинаковыми, без особых примет, окрашены в цвета, соответствующие цвету грифеля.

### ***Процедура исследования;***

Психологическая диагностика проводится в форме индивидуальных и групповых занятий (10 - 14 человек). В групповом варианте дети рассаживаются по одному. Перед каждым из них на столе находится набор карандашей и ответный лист. При выполнении раскрашивания нужно проследить, чтобы дети выполняли раскрашивание слева направо. Если ребёнок ошибся, и это стало очевидным, когда

исправить положение невозможно, психолог ставит стрелочку в направлении выполнения ребёнком работы. В этом случае в последующем меняется порядок приписывания баллов.

Если ребёнок, несмотря на просьбу психолога раскрашивать один домик одним карандашом, использует несколько цветов, нужно отметить, какой цвет был использован первым. Процедура исследования состоит из трёх заданий по раскрашиванию.

В первом задании ребёнок производит простое ранжирование цветов по степени предпочтения каждого цвета.

Во втором задании ребёнка просят подобрать подходящий цвет для домиков, в которых «живёт» ряд нравственных социальных категорий. Цвет служит мерой оценки, субъективной шкалой предпочтения к данной категории.

В третьем задании происходит подключение цвето- ассоциативного ряда эмоций ребёнка к различным видам деятельности. При раскрашивании последнего домика третьего задания ребёнок выбирает для себя социальный объект предпочтения самостоятельно, выбирает для него занятие и только потом раскрашивает в подходящий цвет, обозначая, таким образом, отношение к собственной ценности. Т.е., можно говорить о выборе ребёнком определённой **актуально переживаемой ценности** (духовной ценности, ценностной ориентации)

### ***Инструкция по раскрашиванию*** ( для детей 6-11 лет):

« Ребята! Сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Посмотрите, что лежит у вас на столах лист, который мы будем раскрашивать. На листе вы видите три задания, обозначенные римскими цифрами.

#### **1 задание**

Нужно раскрасить дорожку из шести клеточек. Посмотрите, какая она бесцветная, неинтересная. Взгляните на карандаши (возможна беседа: сколько карандашей, какого цвета ), какие разные, красивые цвета! Есть ли -среди них карандаш такого цвета, который нравится вам больше остальных? Не смотрите друг на друга. У каждого из вас этот цвет может быть своим. Карандашом, который вы выбрали, раскрасьте первую клеточку. Как красиво получилось!

Отложите карандаш в сторону, в этом задании он больше не понадобится. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Есть ли среди них ещё один карандаш, цвет которого нравится вам больше остальных? Возьмите его и раскрасьте следующую клеточку. Отложите карандаш в сторону..

Таким образом, нужно раскрасить все шесть клеточек. Необходимо проследить, чтобы раскрашивание производилось слева направо. Если ребёнок от-

казывается выбирать далее, можно стимулировать детей следующим образом:»  
Посмотри, карандашикам грустно, что их не выбрали».

В конце задания полубуйтесь, как хорошо получилось никакой красивой, разноцветной стала наша дорожка.

## **2 задание**

Второе задание отличается от первого. Посмотрите на лист. На что похожи эти фигуры? На домики. Здесь целая улица. Но она такая бесцветная, неинтересная. Нужно её раскрасить. Но прежде чем начинать раскрашивать, послушайте, как правильно это сделать.

На этой улице в домиках живут разные хозяева. Я скажу, кто живёт в каждом домике, а вы покрасьте этот домик в подходящий для этого хозяина цвет.

В первом домике живёт счастье. Выберите карандаш, цвет которого, вам кажется, подошёл бы этому хозяину. Раскрасьте первый домик. Молодцы! Карандаш не нужно откладывать. Домиков много, больше, чем карандашей, а их хозяева могут быть похожими.

*Список слов:* счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Все слова произносятся с чётким интонированием, для маленьких эмоционально окрашиваются. Если детям непонятно, что обозначает названное слово, нужно его объяснить. Необходимо избегать объяснения через понятия: счастье - это радость. Новые слова могут оказаться также непонятны детям. В объяснении лучше использовать предикаты, содержащие глагольные формы, и наречия, выражающие чувства и настроения.

### **Рекомендуемые пояснения.**

**Счастье** - когда нам весело, всё хорошо получается, и мы все довольны.

**Горе** - когда у человека случилось что-то плохое, и он сильно расстроился, ему очень горько.

**Справедливость** - когда всё по-честному, поровну, по правилам.

**Обида** - когда кого-то незаслуженно обидели, огорчили, обманули, что-то отняли.

**Дружба** - когда мы дружим, помогаем друг другу, защищаем друг друга.

**Ссора** - когда кто-то раздружился и ругается.

**Доброта** - когда кто-то делает хорошее людям, делится, не жадный, жалеет тех, кому плохо.

**Злоба** - когда кто-то сердится, обижает, хочет сделать другому плохо.

**Скука** - когда неинтересно, нечего делать, всё надоело, мамы дома нет.

**Восхищение** - когда мы любуемся чем-то очень красивым, нам очень радостно от этого, и мы чувствуем большое удовольствие.

Следует объяснить детям, что во втором задании домиков много, и хозяева могут быть похожими, а значит, и цвет домиков может быть одинаковым, поэтому карандаш после использования нужно положить к остальным. Таким образом, обеспечивается адекватный выбор цветов. После выполнения задания необходимо похвалить детей, полюбоваться, какой весёлой стала улица. Этим достигается позитивное отношение к процедуре исследования и психотерапевтический эффект.

### **3 задание**

Ребята, у нас осталось ещё одно задание. Чтобы его выполнить, нужно послушать ещё одно правило. Открою тайну. На этой улице живём мы. В каждом домике мы делаем что-то особенное, и в зависимости от того, что мы там делаем, этот домик нужно раскрасить в свой подходящий цвет.

**Обозначение домиков:** первый домик - наш сад (школа), во втором домике мы рисуем, в третьем мы танцуем, четвёртый домик,- музей, в пятом мы поём, в шестом -считаем, в седьмом - читаем, в восьмом - играем, в девятом - наблюдаем природу.

*Инструкция для раскрашивания последнего домика.*

Придумайте и поселите в этом домике своего хозяина, для кого вы бы раскрасили этот домик, придумайте и то, что он там делает. Выберите для своего хозяина подходящий цвет и покрасьте домик. Кто закончит раскрашивать, тихонько на ушко мне скажет, кто в этом домике живёт и что там делает тот, для кого вы раскрасили этот домик.

На ответном листе делается пометка, для кого был раскрашен домик и что делал его хозяин.

*Обработка полученных результатов:*

Применяется процедура шкалирования. Всем цветам 1 задания слева направо приписываются баллы от 6 в первом выборе до 1 балла в последнем. При сопоставлении цветовых выборов приписываются баллы социальным эмоциям и социальным объектам. Измеряется отношение ребёнка к каждому полюсу каждой социальной эмоции. Выявляется степень предпочтения (рейтинг) каждого полюса социальной эмоции или социального объекта для ребёнка. Значения коэффициентов шкалы личностных ценностей: От (-)1 до (-) 10 - асоциальные ценности. Например, наёмный убийца.

0. - нет выбора, ребёнок не называет, для кого он раскрасил последний домик;
1. - естественные потребности (пища, отдых, сон, простые действия);
2. - мир вещей, животные;
3. - игра;
4. - «я сам»;
5. - родные, друзья;
6. - явления окружающего мира, путешествия;
7. - учёба, труд, досуг;
8. - профессии;
9. - искусство, эстетика, наука;
10. - чувства человека.

Отрицательные значения коэффициентов приписываются в случае выбора асоциальных ценностей по данной шкале: «наёмный убийца» -8,° «овца работает» - 7.

В случае отражения в собственном выборе отрицательного отношения к тестовой ситуации ценность считается также отрицательной, так как служит реализацией негативного социального опыта со взрослыми и является показателем дезадаптации.

В случае сложных ценностей по типу: «играет на компьютере», «играет в футбол», «играет на фортепиано» коэффициент определяется следующим образом: в первом случае за ценность принимается «игра», так как прямое назначение компьютера ребёнком не вербализовано. Тогда принимается коэффициент 3. Во втором и в третьем случаях за ценность принимаются виды занятий: «футбол» - коэффициент 8, « фортепиано» - 9. Ценность

«Весёлый, играет в футбол» можно рассмотреть как полусумму:  $(8+10)/2=9$ .

При подсчёте общего балла для собственного выбора коэффициент ценности ребёнка умножается на полученный при сопоставлении цветового выбора балл(рейтинг).

Пример подсчёта баллов для собственных выборов детей:

1. Ценность «Едим» по шкале ценностей даёт коэффициент 1, рейтинг цвета - 4

- балла (третье место в цветовом градуснике). Тогда ценность составляет  $1 \times 4 = 4$  балла.
2. Ценность «Сочиняем музыку» даёт коэффициент 9, рейтинг цвета - 6 баллов (первое место в цветовом градуснике). Тогда ценность составляет  $9 \times 6 = 54$  балла.
  3. Ценность « Наёмный убийца» даёт коэффициент (-)8, рейтинг цвета - 6 баллов (первое место в цветовом градуснике). Тогда ценность составляет  $(-)8 \times 6 = 48$  баллов.
  4. Ценность «Весёлый, играет в футбол» даёт коэффициент  $(7+10)/2 = 8,5$ ; рейтинг цвета - 6 баллов ( первое место в цветовом градуснике).Тогда ценность составляет\*  $8,5 \times 6 = 51$  балл.

Таким образом, проведение методики по особой процедуре, в которой учитывается рейтинг актуально переживаемой ребёнком ценности (степень предпочтения), выраженный цветовым выбором, и коэффициент шкалы личностных ценностей, даёт возможность различать так называемую декларированную ценность, навязанную ребёнку социумом, но не принятую им, от собственно личностной, актуально переживаемой ребёнком на момент выполнения задания.

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей. Центр детского творчества г. Ульяновск.

Конспект открытого занятия.

Тема: «Морское путешествие»

«Азбука общения»

**СТУДИЯ РАННЕГО РАЗВИТИЯ**

Педагога дополнительного образования детей

Левендеевой Ольги Федоровны.

г. Ульяновск 2010 г.

## **ТЕМА: «МОРСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»**

**Цель:** Снять психофизическое напряжение, агрессивность и повысить настроение.

### **Задачи:**

*Образовательные:*

-Получение представления о способах снятия психофизического напряжения.

-Отрегулировать имеющуюся агрессию, разрядив ее.

*Развивающие:*

-Развивать умение самостоятельно снимать психофизическое напряжение.

*Воспитательные:*

-Развивать доброжелательность, умение творчески мыслить

-Корректировать нарушения общения со сверстниками, повышенную агрессивность.

### **Материал:**

Звукозапись морского прибоя. Сказка О. Хухлаевой «Маленький медвежонок». Комки смятой бумаги, стулья для крепости. Принадлежности для рисования. Пустая пластиковая бутылка.

### **План занятия:**

-Организационная часть.

-Практическая часть. (игры и упражнения)

2.Работа со сказкой О. Хухлаевой «Маленький медвежонок».

3.Упражнение «Взятие «приступом» крепость злых эмоций.

4.Разминка «Превратимся в динозавров».

5.Рисование писем- рисунков для других мореплавателей.

6.Этюд «мороженное».

-Подведение итогов.

## Ход занятия

1.

— Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем мореплавателями и отправимся на корабле в морское путешествие. В этом путешествии мы будем встречаться с различными препятствиями, которые нам придется преодолевать. Давайте закроем глаза и отправимся в путь.

*Дети слушают шум прибоя.*

2.— Ребята, пока мы с вами плывем, я предлагаю вам послушать сказку про маленького медвежонка.

*Педагог читает детям сказку о медвежонке, который всех обижал, со всеми дрался, и что из этого получилось.*

— Ребята, как вы думаете, почему медвежонок всех обижал? (Потому что ему казалось, что все хотят его обидеть.) А так ли было на самом деле? Конечно, не так! Почему дети в детском саду сказали медвежонку, что они не будут с ним дружить? Конечно, а из-за чего они так подумали? Я с вами согласна. Что помогло медвежонку подружиться со зверятами? Правильно. Скажите, что бы вы еще ему посоветовали?

*Дети дают медвежонку разнообразные советы.*

3.

— Ребята, мы приближаемся к острову, на котором стоит крепость. В ней прячутся самые злые эмоции. И их нам надо победить. Я буду изображать злые эмоции и прятаться за этой «крепостью» из стола, кубиков, а вы разрушайте ее, бросая в нее бумажные комочки.

*Дети берут «приступом» крепость.*

— Ура! Крепость взята! Победили дружба и доброта! Злые эмоции отступили. Какие ощущения у вас были при взятии крепости, а какие после?

4.

— Ребята, там вдалеке показался какой-то корабль, похожий на пиратский. Что нам делать?

*Дети предлагают возможные варианты действий: спрятаться, убежать, драться и др.*

— А может, мы их напугаем? Превратимся в динозавров и будем бегать, высоко подпрыгивая и издавая страшные крики.

*Дети изображают динозавров.*

— Молодцы, пиратский корабль изменил курс, а это значит, что наши «динозаврики» их напугали. Что вы чувствуете при этом? *(Дети описывают свои переживания и ощущения.)*

5.

— А сейчас я предлагаю вам оставить свои письма-рисунки для других мореплавателей. Для этого нам с вами нужно сесть на нашей «палубе» вот за эти столы. Я дам вам по листочку бумаги, и вы начнете рисовать — то, что вам хочется. По моему сигналу вы должны будете прервать рисование и передать свой рисунок соседу слева, который продолжит на нем рисовать что-то свое. Потом по сигналу опять передаете, и так до тех пор, пока ваш рисунок не вернется к вам. Итак, начинаем.

*Дети выполняют рисунки. Педагог следит за тем, чтобы не возникало конфликтных ситуаций, и вовремя корректирует поведение детей.*

— Теперь давайте поговорим о том, что каждый из вас нарисовал на наших общих рисунках.

*Дети рассказывают педагогу о том, что они нарисовали в каждом из рисунков. Совместно с детьми происходит обсуждение нарисованного.*

— Замечательно, теперь мы поместим наши рисунки, свернув их трубочкой, в нашу бутылку и отправим в море. Вот так.

6.

— Ребята, наше долгое путешествие заканчивается, и нам пора возвращаться на родной берег. Я предлагаю вам немного отдохнуть после долгого путешествия и поесть «мороженого».

*Дети выполняют этюд «Мороженое», в котором изображается таяние мороженого: от напряженного состояния рук и ног к постепенному их расслаблению.*

7.

— Ну вот, на сегодня наше путешествие подошло к концу. Я думаю, что оно для вас было интересным.

*Дети делятся впечатлениями, которые они получили от сегодняшнего занятия.*

## *Литература:*

- 1.Формирование психологического здоровья дошкольника./  
М.Ю.Стожарова.-Ростов-на-Дону: «Феникс»,2007.*
- 2.Лабиринт души: Терапевтические сказки. П/р Хухлаевой О.В.Хухлаева  
О.Е.,2008.*
- 3.Психологические игры./С.Хромова. ОООИздательство «Дом» 21  
век,2007.*
- 4.Практикум для детского психолога./Г.А.Широкова, Е.Г. Жадько.-Изд.5-  
е.-Ромтов-на-Дону: «Феникс»,2007.*

## **Самоанализ открытого занятия по теме: «Морское путешествие».**

### **1.Методика построения занятия.**

- вводная часть (создание позитивной установки).
- основная часть (работа по усвоению способов снятия психофизического напряжения).
- заключительная часть (подведение итогов).

### **2.Практическая образовательная ценность данного занятия:**

Повышенная раздражительность и агрессивность свойственны многим детям, независимо от их возраста и социального положения семьи. Современным детям достаточно часто приходится сталкиваться с насилием, разводом родителей, а главное-с недостаточным временем к их проблемам со стороны близких взрослых, вынужденных большую часть времени отдавать работе. Дети не чувствуют себя довольно защищенными в среде, в которой находятся, отсюда и раздражительность, и агрессивность.

Обычно ребенку сложно понять, что раздражение и гнев-чувства нормальные и допустимые, но их вовсе не обязательно проявлять в агрессии. Поэтому важной задачей является обучение ребенка адекватным способам выражения собственных чувств.

*-его воспитательное значение:* (занятие направлено на воспитание в детях доброжелательности, умение творчески мыслить).

*-формы, используемые на занятии:* индивидуальные задания, работа в группе;

*-методы, используемые на занятии:* наглядный, словесный, практический.

*-разнообразие видов деятельности:* игра, общение, упражнение, рисование.

*-степень вовлеченности в образовательный процесс:* на протяжении всего занятия дети были заинтересованы учебным материалом»;

*-учет возрастных особенностей:* на протяжении занятия подобранные упражнения не вызывали трудностей;

*-индивидуальный подход реализовался в выполнении индивидуальных заданий.*

**3. Предложения:** индивидуальная работа с детьми, испытывающими трудности.