

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД» КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Калининграда
центр развития ребенка – детский сад № 127

Программа рассмотрена и одобрена на
заседании педагогического совета МАДОУ
ЦРР д/с № 127 Протокол от 30.08.2018 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МАДОУ ЦРР д/с № 127
С.Ю. Гребеняук

30.08.2018

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ
«ИМПУЛЬС»
для детей 3 – 7 лет
(нормативный срок освоения 1 год)**

Нормативный срок реализации: 1 год

Разработчик: заместитель заведующего по ВМР Ваколук Е.А.

Калининград – 2018

Содержание:

1. Пояснительная записка	
2. Учебно-тематический план.....	6
3. Содержание курса	7
4. Ожидаемые результаты.....	9
5. Материально-техническое оснащение	10
6. Диагностика.....	10

Пояснительная записка

Возрастные особенности дошкольников, обусловленные пока ещё ограниченными возможностями в осознании и вербализации межличностных отношений, ставят психологов перед необходимостью использования различных методов и коррекционно-развивающих задач.

Известно, что в ходе взаимодействия с окружающими людьми происходит социализация ребёнка, усвоение им определённой системы ценностей, норм общечеловеческой культуры.

Кроме того, общение выполняет важнейшую роль в возникновении и развитии самосознания и самооценки.

В процессе общения ребёнок получает возможность с помощью взрослых и сверстников оценивать себя в разных сферах жизнедеятельности.

Гармоничное развитие личности ребёнка, успешность во взрослой жизни возможны при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Психическое здоровье - фундамент духовного развития. В последнее время отмечается рост пограничных нервно-психических расстройств у детей и подростков. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, что приводит к невротизации. Все эти личностные особенности детей обусловлены склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребёнку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

Одной из важнейших задач дошкольного периода является социализация ребёнка и важнейшая её часть - развитие коммуникативности ребёнка, то есть умения общаться со сверстниками и взрослыми.

Если ребёнка понимают и принимают, он легче преодолевает свои внутренние конфликты и становится способным к личностному росту. Это основное положение психолого-педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается вырастить из астры розу, а создаёт для каждого растения оптимальные условия для развития.

Актуальность

Общительность, потребность в эмоциональном контакте во многом зависит от того опыта, который сложился у человека. Если в семье, во дворе, в группе отношения напряжённые - ребёнок может уйти в себя и замкнуться. Всем

педагогам приходилось иметь дело с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как, застенчивость, замкнутость, нерешительность, робость, испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми.

Застенчивость, нерешительность и неуверенность в себе свойственна многим детям и взрослым. Наверное, её можно назвать наиболее распространённой причиной, осложняющей общение.

Последствия этих личностных особенностей могут быть удручающими:

- отказ от встреч с новыми людьми, ограничение круга друзей и знакомых;
- невозможность выразить своё мнение и отстоять свои права;
- боязнь людей, особенно тех, от которых исходит, по мнению ребёнка (или взрослого), какая-то эмоциональная угроза, и т.д.

Помочь малышу преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача и психолога, и воспитателей, и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Ведь с течением времени у застенчивого, нерешительного и неуверенного в себе ребёнка уже складывается определённый стиль поведения, он начинает замечать имеющийся "недостаток".

Очень часто трудности в общении испытывают дети с общим недоразвитием речи. Помимо того, что у них страдают высшие психические функции: память, внимание, мышление, задета и эмоционально - личностная сфера: недостаточная сформированность дифференциации эмоциональных состояний и саморегуляции; небольшой объём мимических средств (выразительных движений мышц лица) и пантомимических средств (выразительных движений всего тела), слабость артикуляции и тонкой моторики, - всё это снижает коммуникативные возможности детей. Дети осознают свой "дефект", и поэтому у них появляется негативное отношение к речевому общению, невозможность высказать своё мнение, повышенная ранимость и неуверенность в себе. А ведь общение со сверстниками становится всё более привлекательным для дошкольника среднего возраста, поскольку именно этот период сензитивен для формирования ситуативно-деловой формы общения с другими детьми.

Программа "Импульс" - это комплексные занятия, которые строятся в доступной и интересной для детей форме.

Цель программы:

- развитие социальных умений коммуникативной гибкости,
- создание чувства принадлежности к социуму, положительного эмоционального фона, умения понимать своё эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей,
- формирование "позитивного отношения к своему "Я",
- профилактика неврозов и невротических реакций, нарушений поведения, профилактика школьной дезадаптации.

Задачи программы:

1. Преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе, внутренне раскрепощаться.

2. Развить язык жестов, мимики и пантомимики, понять, что кроме речевых существуют и другие средства общения.
3. Познакомиться с эмоциями человека, осознать собственные эмоции и чувства, научиться распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.
4. Развивать навыки совместной деятельности в коллективе; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу; осознавать свою собственную уникальность; формировать способность выражать словом свои чувства; понимать другого; уметь согласовывать свои действия с действиями партнёра.

Принципы реализации программы

В коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста мы руководствуемся следующими принципами:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Сроки реализации и возраст детей

Занятия рассчитаны на 1 год и проводятся с ноября по март месяцы включительно с детьми, как младшего дошкольного возраста, так и старшего дошкольного возраста. Октябрь, апрель - диагностика.

Ведущей формой работы являются занятия с элементами тренингов.

Для работы с детьми, имеющими личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе) применяется цикл из 38 занятий (38 занятий в младше-средней группе, 38 занятий в старше-подготовительной группе).

Продолжительность занятий 15-20 минут.

Занятия проводятся 1 раз в неделю с подгруппой детей, состоящей из 10-12 детей.

Рекомендации по проведению занятий

В нашем учреждении созданы все условия для проведения тренингов с детьми: занятия проводятся в специально оборудованном помещении, в котором все участники могут свободно располагаться и передвигаться. Во время занятий детям предлагается сидеть на мягких пуфах или на ковре в кругу, так как форма

круга создаёт ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей.

В начале и в конце занятия нами используется ритуальная игра для настроения детей. Почти каждое занятие завершается созданием ребятами какого-либо рисунка в индивидуальных альбомах. Детский рисунок - итог работы, который объединяет в себе все эмоции, впечатления, знания и умения, полученные в ходе тренинга.

Стиль ведения занятий должен быть эмоциональным и непринуждённым. К каждому ребёнку необходимо находить индивидуальный подход, и учитывать его личностные особенности. Специалист должен обладать профессиональными качествами, и в случае необходимости, всегда суметь выправить психологически неблагоприятную ситуацию. На занятиях регулярно используется музыкальное сопровождение танцевальной и релаксационной направленности, которое эффективно помогает снять мышечное и психоэмоциональное напряжение у воспитанников.

2. Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы "Импульс"

Содержит три раздела:

Раздел	Темы занятий		Время проведения
	Младше-средний возраст	Старше-подготовительный возраст	
"Я и эмоции"	Радость Удивление Страх Гнев Горе Наши эмоции	1.Азбука настроения 2. Отгадай эмоцию 3. Язык жестов и движений 4. Давайте жить дружно 5. Эмоциональное состояние 6.Игры,упражнения, этюды	1 н. ноября 2 н. ноября 3 н. ноября 4 н. ноября 1 н. декабря 2 н. декабря
"Я+Я"	Тайна моего имени Автопортрет Мой внутренний мир Мой любимый сказочный герой Мой ласковый и нежный зверь Мой волшебный дом Я знаю, я умею, я могу.	Автопортрет Узнай себя Я знаю, я могу Мои желания Волшебное зеркало Моя волшебная страна Я нужен	3 н. декабря 4 н. декабря 2 н. января 3 н. января 4 н. января 1 н. февраля 2 н. февраля
"Я и моё окружение"	Мы так похожи Мы такие разные Язык жестов и движений Давайте жить дружно Мальчики и девочки	Найди друга Мои друзья Мальчики и девочки Одна команда Перевоплощение Танцевальный марафон	3 н. февраля 4 н. февраля 1 н. марта 2 н. марта 3 н. марта 4 н. марта

	С кем я живу		
Итого:	38 занятий, 38 часов	38 занятий, 38 часов	

3. Содержание программы дополнительного образования «Импульс»:

I. "Я и эмоции"

Содержание этого раздела поможет понять взрослому эмоциональный мир ребёнка, лучше узнать его переживания в различных ситуациях; что его беспокоит и что радует.

Снять состояние эмоционального дискомфорта; сформировать у детей знания об эмоциональном мире человека и способах управления им.

Задачи 1-го раздела:

Младше-средний возраст

- углубить знания детей о базовых эмоциях радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса;
- учить детей различать эмоции по их схематическим изображениям;
- учить детей передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства мимики, пантомимики, интонации;
- развить у детей эмпатию (способность к сопереживанию).

Старше-подготовительный возраст

- закреплять полученные знания об эмоциях;
- расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая их сравнивать;
- продолжать способствовать открытому проявлению эмоций различными социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими).

II. "Я+Я"

Содержание этого раздела поможет ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения. Понять, что он, как и другие уникален и неповторим; преодолеть эмоциональные проблемы; развить уверенность в себе.

Задачи 2-го раздела:

Младше-средний возраст

- способствовать осознанию ребёнком своего имени;
- учить различать свои индивидуальные особенности (внешность, пол, походка);
- формировать адекватную самооценку;
- способствовать самопознанию ребёнка (обучение детей самонаблюдению, пониманию и принятию своих чувств);
- помогать ребёнку поверить в свои силы;
- гармонизировать потребность ребёнка в социальном признании.

Старше-подготовительный возраст

- способствовать психическому и личностному росту детей;
- продолжать формировать позитивное отношение к своему "Я";
- помогать ребёнку осознавать свои характерные особенности, предпочтения; способствовать пониманию того, что он, как и каждый человек уникален и неповторим;
- помогать детям отрегулировать имеющиеся у них неуверенность, тревожные состояния, страхи, которые препятствуют полноценному развитию детей;
- гармонизировать притязания ребёнка на социальное пространство его личности (права и обязанности).

III. "Я и моё окружение"

Содержание этого раздела поможет детям развить коммуникативные навыки, избавиться от чувства одиночества, понять индивидуальные особенности других людей, сформировать внимательное и доброжелательное отношение друг к другу.

Задачи 3-го раздела:

Младше-средний возраст

- расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими;
- дать детям дополнительные сведения о важности и значимости органов чувств, памяти, внимания, эмоций, жестов и движений в процессе общения;
- сформировать позитивное отношение к сверстникам;
- учить понимать собеседника по выражению лица, положению тела, жестам, проявлениям эмоций, а также выражать свои эмоциональные реакции, мысли и чувства;
- учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведения.

Старше-подготовительный возраст

- учить эмоционально воспринимать и понимать окружающих, а также выражать собственные чувства;
- дать детям представление о мужественности и женственности; о понимании своих возможностей при общении с партнёрами противоположного пола в различных ситуациях и игровой деятельности;
- сотрудничать и разрешать конфликтные ситуации.

Структура занятия состоит из четырёх этапов:

1. В подготовительную часть включаются несложные ритуальные упражнения, которые помогают детям позитивно настроиться на работу в группе, установить контакт.

2. В основную часть входят специальные упражнения, соответствующие цели и тематике занятия:

- развивающие игры-драматизации;
- сюжетно-ролевые;
- игры на развитие навыков общения;

- упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера;
- этюды;
- сочинение историй;
- беседы и рассказы;
- мини-конкурсы.

Творческая часть: рисование и обсуждение рисунков.

4. Ожидаемые результаты

Младше-средний возраст

Знать:

- различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении;
- о существовании индивидуальных особенностей своих сверстников;
- какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими, и какие недостатки этому общению мешают.

Уметь:

- понимать и описывать свои желания и чувства;
- осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
- различать определённые эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;
- сравнивать эмоции;
- контролировать свои эмоциональные реакции;
- оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения;
- уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
- вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;
- выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты.

Старше-подготовительный возраст

Знать:

- об относительности в оценке чувств;
- что такое "мужественность" и "женственность", понимать особенности общения с партнёрами противоположного пола;
- что означают их имена.

Уметь:

- понимать свою индивидуальность, свой внешний и внутренний мир;
- устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения;

- выражать свои чувства и понимать чувства других людей с помощью мимики, жестов, движений, пантомимики;
- рисовать пиктограммы, обозначающие различные эмоции;
- переносить доброту, чуткость, бескорыстие из мира животных в общении с людьми;
- общаться, несмотря на разницу желаний и возможностей, высказывать своё мнение о друзьях, замечая их хорошие и плохие поступки;
- оказывать помощь другим детям в трудной ситуации;
- изображать на рисунке своё внутреннее состояние.

5. Материально-техническое обеспечение программы дополнительного образования детей «Импульс»

включает в себя:

Пуфики или коврики по количеству детей или мягкие диваны, столы; массажные мячи и коврики; релаксационные коврики.

Специальная атрибутика:

волшебный сундук;

шапка-невидимка;

ковёр-самолёт;

волшебная палочка;

камень-талисман;

добрый и злой стулья;

микрофон;

театральная ширма.

Дидактический материал:

альбомы для рисования;

фломастеры не менее 12 штук;

фотографии-иллюстрации с изображением детей с различными эмоциональными состояниями;

схемы-эмоции.

Техническое оснащение занятий:

телевизор;

видеомагнитофон;

музыкальный центр;

цифровой фотоаппарат;

мультимедийный проектор.

6. Диагностика

Проводится в октябре месяце (за 1 месяц до начала занятий) и в конце учебного года в апреле месяце (после окончания курса программы).

Для обследования детей, родителей и воспитателей применяются:

Методика В.Г.Щур "Определение самооценки»

Проективная методика Г.Т.Хоментаскуса "Рисунок семьи", которая исследует уровень межличностных отношений ребёнка с родителями

Тест-опросник (ОРО), разработанный А.Я.Варгой и В.В.Столиным, представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними.

Тест-опросник В.Ф.Ряховского, который оценивает уровень общительности воспитателя (педагога), напрямую является важным показателем для успешной реализации нашей программы, так как воспитатель должен обладать коммуникативными навыками: быть примером для детей и помогать им преодолевать трудности в общении

Методы и приёмы обучения

Методы и приёмы развития слухового восприятия: музыкально-дидактические игры (тихо-громко, быстро-медленно, весело-грустно); словесные игры; музыкально-ритмические и релаксационные упражнения; танцевальная терапия; подвижные игры.

Методы и приёмы развития эмоциональной сферы: открытое проявление социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими).

Методы и приёмы развития коммуникативных способностей: рассматривание иллюстраций с последующим диалогом между взрослым и детьми; работа в парах и мини командах; вопросы и ответы при разыгрывании ситуаций или обсуждение чего-либо во время тренинга; задания, требующие от ребёнка развернутого ответа, собственного мнения, суждения.

Методы и приёмы развития культуры жеста, возможности выражать свои мысли и чувства при помощи мимики, пантомимики, движений, осанки, позы.

Список литературы.

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2008.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности.-М.: Просвещение, 2005.
3. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии.-М.:Просвещение, 2004.
4. Краснощёкова Н.В. Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего дошкольного возраста. Тесты. Игры. Упражнения.-Ростов н/Д.:Феникс, 2009.
5. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми.-М.: Детство-Пресс, 2008.
6. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность.-Ярославль: Академия развития, 2007.
7. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. - Ярославль: Академия развития, 2006.
8. Ключева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение: дети 5-7 лет, 2-е изд.-Ярославль: Академия развития, 2001.
9. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения.-М.: Просвещение, 2006.
10. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры.-М.: Владос, 2001.
11. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры.-М.: Детство-Пресс, 2000.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога.-М.: Владос, 2009.
13. Снегирёва Л.А. Игры и упражнения для развития навыков общения у дошкольников.-Миниск: Гамма, 2005.
14. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям. Тренинговые программы.-М.: Детство-Пресс, 2007.
15. Шипицина Л.М. Азбука общения: Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.-М.: Детство-Пресс, 2008.
16. Ежеквартальный научно-практический журнал. Психолог в детском саду, № 4-Обнинск, 2005.

МЕТОДИКА
ОПРЕДЕЛЕНИЕ САМООЦЕНКИ РЕБЁНКА
(автор В.Г.Щур)

Методика «Определение самооценки ребёнка»

Цель диагностики: выявление особенностей самооценки ребёнка.

Экспериментальный материал: шесть нарисованных лесенок, состоящих из пяти ступенек.

Ход проведения исследования и последовательная оценка результатов.

Ребёнку предлагаются лесенки из пяти ступенек, где верхняя ступенька – позитивная оценка, а нижняя – негативная. Экспериментатор просит отметить крестиком на каждом отрезке своё место «среди всех людей» по уровням, соответственно, «здоровья», «ума», «характера», «счастья», «красоты», «доброты».

Для дошкольника благоприятны завышенные самооценки с различных позиций по всем уровням (самый умный, самый красивый...). Низкие самооценки характеризуют наличие внутриличностных и межличностных конфликтов у ребёнка.

После выполнения первого задания ребёнку даётся следующее: он должен отметить условным обозначением (кружком, звёздочкой, крестиком другого цвета и т.п.) своё место по уровням с позиции мамы, папы, воспитателей, детей. Если другие значимые люди (по мнению ребёнка) оценивают его так же, как он оценивает себя, или дают более высокую оценку, - ребёнок защищён психологически, эмоционально благополучен.

Можно добавлять или изменять названия уровней (например: большой – маленький...).

Методика используется для сопоставления её результатов с оценкой данного ребёнка со стороны семьи и воспитателей детского сада.

МЕТОДИКА
ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ
РЕБЁНКА С РОДИТЕЛЯМИ
(автор Г.Т.Хоментаскас)

Проективная методика «Рисунок семьи»

Цель диагностики: исследование межличностных отношений ребёнка с родителями.

Экспериментальный материал: лист бумаги, простой карандаш или набор цветных карандашей.

Ход проведения исследования.

Если в рисунке семьи руки каждого (или одного) члена семьи неодинаковы, то можно предположить, что особенности характеризуют стиль общения конкретных членов семьи.

В процессе выполнения задания с ребёнком, рекомендуется обращать внимание на паузы, возвращения к уже нарисованным фигурам, исправления, чрезмерное штрихование, спонтанные высказывания.

Расстояние между фигурами отражает реальную эмоциональную дистанцированность каждого члена семьи по отношению к ребёнку, друг к другу (с точки зрения самого ребёнка).

Барьеры (члены семьи изображаются разъединёнными различными предметами) свидетельствуют об эмоциональной разобщённости, о конфликтности семейных отношений.

Порядок изображения. Наиболее информативно то, кого из членов семьи ребёнок изображает первым. Как правило, это либо наиболее эмоционально значимый член семьи, либо тот член семьи, которого ребёнок боится, но почитает. Уточнить, с каким эмоциональным отношением связано изображение первым того или иного члена семьи, позволяет анализ рисунка в целом. Если ребёнок рисует себя в непосредственной близости с изображённым первым членом семьи, который при этом тщательно прорисован, декорирован, можно предположить, что именно к нему ребёнок наиболее привязан. В том случае, когда ребёнок рисует себя в отдалении от первого изображённого члена семьи, нарисованного к тому же схематично или радуцированно, вообще не рисует себя или изображает последним, то, скорее всего, с этим членом семьи у него связаны наиболее отрицательные эмоции, на которых он сознательно или бессознательно акцентирует своё внимание. Если первым ребёнок изображает себя, скорее всего, он воспринимает себя как центр всего, он воспринимает себя как центр внимания, считает главным в семье. При такой ситуации его собственное изображение значительно отличается от других по степени детализированности, тщательности прорисовки, декорированности. В других случаях – если в рисунке есть показатели личностного неблагополучия ребёнка – необходимо уточнить, не выполняет ли такое изображение функцию компенсации. Изображение первыми различных предметов, а не людей рассматривается как уход, защита от неприятного задания. Это свидетельствует о неблагополучии в семейной ситуации или о недостаточном доверии ребёнка к экспериментатору. Если последней рисуется фигура матери, то чаще всего это говорит о негативном отношении ребёнка к ней. Изображение последними других членов семьи не интерпретируются как показатель таких отношений.

Состав семьи. Изображение всей семьи рассматривается как один из показателей благоприятной семейной ситуации, но может свидетельствовать о ней только в сочетании с другими показателями ненарушенных семейных отношений, об их конфликтности.

Изображение не входящих в семью детей рассматривается как проявление чувства одиночества в семье, недостатка внимания. Включение в рисунок не живущих в доме животных (как правило, пушистых и мягких) интерпретируется так же, как и расширение семьи за счёт детей. С той только разницей, что здесь можно предположить у ребёнка выраженную потребность в более тёплых эмоциональных отношениях, тогда как включение в рисунок детей свидетельствует, скорее всего, о потребности в общении на равных. Отсутствие изображения какого-нибудь члена семьи (или радуцированное его изображение) может быть связано с негативными эмоциями по отношению к нему, конфликтными отношениями ребёнка с ним. Часто в рисунке отсутствуют братья и сёстры, что связано с конкурентностью в отношениях с ними.

Если отсутствует изображение самого ребёнка, это указывает на эмоциональное неприятие ребёнка в семье, чувство отверженности у него.

Так же интерпретируется отсутствие изображения членов семьи (ребёнок рисует себя одного или с кем-нибудь другим, не входящим в семью).

Эти варианты различаются отношением ребёнка к такому отвержению. В случае отсутствия изображения ребёнка можно предположить, что он чувствует свою вину за то, что не принимается членами семьи. В другом случае ребёнок обвиняет семью, что приводит к весьма драматичной ситуации: ребёнок и злится, и обижается на своих родителей, и любит их. (Часто такая противоположность эмоций находит выход в агрессивных тенденциях, негативной демонстративности). Изображение различных фигур на разных сторонах листа или на разных листах рассматривается как показатель враждебности между «разъединёнными» членами семьи.

Отказ рисовать семью (при условии хорошего контакта экспериментатора с ребёнком) свидетельствует о чрезмерном эмоциональном напряжении ребёнка в связи с семейной ситуацией, тенденцией к вытеснению этих отношений.

Величина фигур. Неадекватно большое изображение какого-нибудь члена семьи может свидетельствовать о его доминантности. Такое доминирование может вызывать у ребёнка

отрицательное отношение, и тогда в рисунке встречаются другие показатели такого отношения (например, штриховка этой фигуры).

Неадекватно большое изображение ребёнком самого себя интерпретируется как чувство своей значимости. Однако, если в рисунке есть указания на неблагополучную семейную ситуацию, личностные трудности ребёнка, то скорее всего, изображение свидетельствует о потребности ребёнка в признании своей значимости.

Изображение себя неадекватно маленьким свидетельствует о нарушенных семейных отношениях, эмоциональной зависимости, чувстве неуверенности у ребёнка, о потребности в заботе.

Изображение неадекватно маленьким какого-нибудь члена семьи, рассматривается как показатель нарушенных отношений ребёнка с ним, испытываемых по отношению к нему отрицательных эмоций.

Выражение лиц нарисованных членов семьи может быть отражением чувств ребёнка к ним или представления ребёнка о том, как они к нему относятся.

Поправки. Стирание нарисованных фигур, возвращение к их доработке, свидетельствует о значимости для ребёнка того или иного члена семьи. Однако эта значимость может быть как положительной, так и отрицательной. Если доработки не привели к улучшению результатов, то это, как правило, свидетельство отрицательного, конфликтного отношения, вызывающего эмоциональное напряжение.

Позы перед рисованием той или иной фигуры также рассматриваются как показатель конфликтности отношения ребёнка с данным членом семьи.

Расположение фигур на линии основания, проведение линий под рисунком могут рассматриваться как симптомы тревожности ребёнка. В некоторых случаях так же может быть проинтерпретировано и преобладание в рисунке вещей (по сравнению с людьми).

Дополнительная информация. Дополнительную информацию о семейных отношениях можно получить, предложив ребёнку раскрасить рисунок семьи. Совпадение цветов при раскрашивании расценивается как показатель эмоционально близких отношений ребёнка с данным членом семьи.

Приложение 3

ТЕСТ – ОПРОСНИК РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ (ОРО) (авторы: А.Я.Варга, В.В.Столин)

Тест-опросник родительского отношения (ОРО)

Представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними.

Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребёнку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребёнка, его поступков.

Опросник состоит из пяти шкал:

Шкала 1. «Принятие –отвержение» Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребёнку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребёнок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребёнка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребёнком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребёнка плохим, не приспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребёнок не добьётся успеха в жизни из-за низких

способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребёнку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребёнку и не уважает его.

Шкала 2. «Кооперация» Социально желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах ребёнка, старается во всём помочь ребёнку, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребёнка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребёнка, старается быть с ним на равных. Родитель доверяет ребёнку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.

Шкала 3. «Симбиоз» Отражает межличностную дистанцию в общении с ребёнком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребёнком. Содержательно эта тенденция описывается так - родитель ощущает себя с ребёнком единым целым, стремится удовлетворить потребности ребёнка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребёнка, ребёнок ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребёнок начинает автономизироваться волей обстоятельств, так как по своей воле родитель не представляет ребёнку самостоятельности никогда.

Шкала 4. «Авторитарная гиперсоциализация» Отражает форму и направление контроля за поведением ребёнка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении данного родителя отчётливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребёнка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребёнку во всём свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявления своеволия ребёнка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребёнка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

Шкала 5. «Маленький неудачник» Отражает особенности восприятия и понимания ребёнка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении данного родителя имеются стремления инфантилизировать ребёнка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребёнка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребёнка кажутся родителю детскими, несерьёзными. Ребёнок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребёнку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребёнка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

Текст-опросник

(отвечать – да «+», нет «-«)

1. Я всегда сочувствую своему ребёнку.
2. Я считаю своим долгом знать всё, что думает мой ребёнок.
3. Я уважаю своего ребёнка.
4. Мне кажется, что поведение моего ребёнка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребёнка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребёнку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребёнка от трудностей жизни.
8. Мой ребёнок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребёнку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребёнку приносит ему большую пользу.

11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребёнку.
12. Мой ребёнок ничего не добьётся в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребёнком.
14. Мой ребёнок часто совершает такие поступки, которые кроме презрения, ничего не стоят.
15. Для своего возраста мой ребёнок немножко незрелый.
16. Мой ребёнок ведёт себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребёнок впитывает в себя всё дурное как «губка».
18. Моего ребёнка трудно научить хорошим манерам при всём старании.
19. Ребёнка следует держать в жёстких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребёнка приходят к нам в дом.
21. Я принимаю участие в своём ребёнке.
22. К моему ребёнку «липнет» всё дурное.
23. Мой ребёнок не добьётся успеха в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребёнок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.
25. Я жалею своего ребёнка.
26. Когда я сравниваю своего ребёнка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.
27. Я с удовольствием провожу с ребёнком всё свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребёнок растёт и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребёнку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребёнок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспособливаться к ребёнку, а не только требовать этого в жизни.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребёнка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребёнка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребёнка.
35. В конфликте с ребёнком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребёнком.
38. Я испытываю к ребёнку дружеские чувства.
39. Основная причина капризов моего ребёнка – эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребёнком.
41. самое главное, чтобы у ребёнка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребёнок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения своего ребёнка.
44. Мой ребёнок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребёнка.
46. Мой ребёнок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребёнка – сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребёнку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.
51. Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребёнка.
52. В моём ребёнке больше недостатков, чем достоинств.

53. Я разделяю интересы своего ребёнка.
54. Мой ребёнок не в состоянии чего-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.
55. Мой ребёнок вырастет не приспособленным к жизни.
56. Мой ребёнок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребёнка.
58. Нередко я восхищаюсь своим ребёнком.
59. Ребёнок не должен иметь секретов от родителей.
60. Я невысоко мнения о способностях моего ребёнка и не скрываю этого от него.
61. Очень желательно, чтобы ребёнок дружил с теми детьми, которые нравятся его родители.

Ключ

Шкала 1. «Принятие-отвержение»:

3,4,8,10,12,14,15,16,18,20,24,26,27,29,37,38,39,40,42,43,44,45,47,49,52,53,55,56,60.

Шкала 2. «Образ социальной желательности поведения»: 6,9,21,25,31,34,35,36.

Шкала 3. «Симбиоз»: 1,5,7,28,32,41,58.

Шкала 4. «Авторитарная гиперсоциализация»: 2,19,30,48,50,57,59.

Шкала 5. «Маленький неудачник»: 9,11,13,17,22,28,54,61.

При подсчёте тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ «верно».

Приложение 4

ТЕСТ

ОПРЕДЕЛЕНИЯ ОБЩЕГО УРОВНЯ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

(автор В.Ф.Ряховского)

Тест «Оценка общительности педагога»

Инструкция: «Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас её ожидание из колеи?

2. Вызывает ли у Вас смятение и неудовольствие выступать с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос?)
7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу, и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счёт Вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменном форме, чем в устной?

Оценка ответов: «Да» - 2 очка, «Иногда» - 1 очко, «Нет» - 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемая.

Приложение 5

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

Раздел 1. «Я и эмоции»

Занятие № 1 «Радость»

Цель: расширять представления об эмоции «радость»; учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

Ритуальное приветствие.

Психолог. Посмотрите на эту картинку (демонстрируется изображение весёлой девочки). Какое настроение у этой девочки?

Дети. Радостное.

Психолог. А теперь попробуйте изобразить радость на своём лице. Что для этого нужно сделать?.. (*Ответы детей.*) А вот как можно нарисовать схему изображения радости (*демонстрируется пиктограмма «радость»*).

Послушайте, как отвечали на вопрос «Что такое радость?» ваши ровесники:

• Радость-это когда все радуются. Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая-это когда у одного, а большая-когда у всех.

- Радость-это когда праздник.
- Радость-когда никто не плачет.
- Радость-это я! Потому что мама говорит: «Ты моя радость!»

Психолог. А что такое «радость» для вас? Как вы понимаете это слово?

Дети отвечают.

Игра-ассоциация «На что похожа радость».

Психолог. А теперь присаживайтесь. Закройте глаза. Вспомните какую-нибудь свою радость, какой-то радостный день. Представьте, на что была похожа эта ваша радость. На какой цветок? Животное? Музыку? Запах? Звук? (*Ответы детей.*)

Этюд «Ласка». Представьте себе мальчика, которому подарили котёнка. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого малыша. Котёнок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о руки.

Давайте представим себя на месте этого мальчика. «Возьмите» в руки этого пушистого котёнка. Погладьте его. Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Погладьте его. Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Чувствуете, как котёнок отвечает на вашу ласку? (*Дети выполняют задание.*)

Этюд «Первый снег».

Психолог. Много дней шёл мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдёт гулять. Он подошёл к окну и замер от радостного изумления. Всё вокруг было покрыто белым-белым снегом. В саду стало чисто, просторно, красиво. Теперь можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться! (*Выразительные движения: откинуть назад голову, приподнять брови, улыбнуться.*) Давайте теперь попробуем проиграть эту историю. (*Дети выполняют задание.*)

Психолог. Скажите, вы теряли когда-нибудь свои игрушки, варежки, носовые платки? А теряли ли вы когда-нибудь хорошее настроение?

Игра «Что может поднять тебе настроение». Скажите, что может поднять ваше настроение? Может быть, весёлая шутка, хорошая передача по телевизору, цветы, цирк, книга, рисование, воздушный шарик или, быть может, таблетки, уколы? А теперь пусть каждый нарисует, что помогает ему вернуть хорошее настроение, что может его легко развеселить. Рядом нарисуйте себя с весёлым выражением лица.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Удивление»

Цель: расширить представления детей об эмоции удивления; учить понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства.

Ритуал приветствия.

Психолог. Я предлагаю вам вспомнить и рассказать об удивительных вещах, которые вам встречались, или об удивительных случаях, которые с вами происходили. (*Рассказы детей.*)

Психолог. А теперь попробуйте изобразить на своём лице удивление. Как вы думаете, оно будет длиться долго, или уже удивление мгновенно возникает и быстро исчезает?

Ответы детей.

Психолог. Посмотрите на пиктограмму «удивление». Что происходит с нашими лицами, когда мы удивляемся? Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Давайте передадим это прикосновение по кругу. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. У вас замечательно получилось! Вы обратили внимание на то, что каждый из вас удивлялся по-своему? И всё же, несмотря на разницу, в выражениях удивления всегда есть что-то очень похожее. Что общего в том, как вы изображали удивление? *(Ответы детей.)*

Игра-ассоциация «Удивление». Закройте глаза и попробуйте представить себе, на какой звук похоже удивление? На какой цвет? Запах? Цветок? Животное? *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Живая шляпа». Теперь послушайте историю «Живая шляпа».

Мальчик Дима гулял во дворе. Вдруг он услышал, как мама зовёт его, стоя у открытого окна:

- Дима, пора домой, обед уже на столе. Дима попрощался с друзьями и пошёл домой. На дороге он увидел шляпу и решил её поднять, но шляпа как будто угадала, что хочет сделать мальчик, и отпрыгнула в сторону. Дима очень удивился.

Попробуем разыграть эту историю. Кто хочет быть Димой? Мамой? Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой? *(Дети разыгрывают сценку, психолог закрепляет мимические навыки.)*

Рисунок «Удивлённый человек». Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь.

Дети. Рот широко открывается и вытягивается сверху вниз. Глаза широко распахиваются. Брови ползут вверх.

Психолог. Запомните это. Нарисуйте такое же лицо вашему человечку. Не забудьте нарисовать волосы, туловище, нос, уши, одежду. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечек и чему он удивляется. *(Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Страх»

Цель: расширять представления детей об эмоции «страх»; учить понимать свои чувства и чувства других; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; способствовать снятию страхов детей, повышению уверенности в себе.

Ритуал приветствия.

Психолог. Посмотрите на эту пиктограмму. Какое настроение здесь изображено?

Дети отвечают.

Психолог. Сегодня мы поговорим о страхе. Как вы думаете, что такое страх? *(Ответы детей.)*

Игра «Расскажи свой страх». Когда я была такой, как вы сейчас, то очень боялась злых собак. А с вами такое случалось? Поднимите тогда руку. А кто чего ещё боялся? Расскажите! *(Дети по очереди рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий – психолог каждый раз просит поднять руку тех, с кем случалось что-то подобное. Психолог следит, чтобы сюжеты рассказов были разными, обговаривает все возможные детские страхи: темноты, одиночества, животных, смерти, чужих людей, злых сказочных героев.)*

Игра «Гуси-лебеди». Встаньте свободно. Представьте, что вы гуляете на лужайке, собираете цветы, наблюдаете за бабочками. Но вдруг звучит сигнал тревоги: умолкает музыка. Это значит, что летят гуси-лебеди, и вам необходимо спрятаться от них за стульчики. *(Дети выполняют задание.)* Какое чувство вы переживали, когда прятались от гусей?

Дети отвечают.

Игра-ассоциация «Страх». Закройте глаза. Представьте, на какой цвет похож страх? Какой звук? Животное? Растение? *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Момент отчаяния». А сейчас послушайте ещё одну историю. Представьте себе мальчика, который с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только что сошли с поезда и идут по перрону. Мальчик отстал от родителей. Он не знает, что делать: мамы и папы нигде нет.

Давайте разыграем эту историю. Распределим роли...*(Выразительные движения для мальчика: голова наклонена вперёд и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.)*

Рисунок «Мой страх». Дети выполняют задание с последующим объяснением своих страхов в кругу.

Игра «Жмурки». Для начала нам необходимо выбрать ведущего, ему мы завяжем глаза. Остальные дети будут бегать по комнате, издавая весёлые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося, водящий должен угадать, кто это, и только после этого он может снять повязку. *(Психолог следит, чтобы ребёнок долго не «жмурился» в поисках игроков, подсказывает детям «поддаться».)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Гнев»

Цель: расширять представление об эмоции «гнев»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; учить преодолевать негативные настроения.

Ритуал приветствия.

Психолог. Продолжим знакомство с различными настроениями. Послушайте отрывок из стихотворения «Мойдодыр» К. Чуковского.

...Вдруг из маминой из спальни,
Кривоногий и хромой,
Выбегает умывальник
И качает головой:
«Ах ты, гадкий, ах ты, грязный,
Неумытый поросёнок!
Ты чернее трубочиста,
Полюбуйся на себя...

Какими словами можно описать настроения Мойдодыра?

Дети отвечают.

Психолог. Именно это настроение мы будем изучать сегодня. Давайте рассмотрим пиктограмму «гнев». Расскажите, что вы видите? *(Брови нахмурены, похожи на перевёрнутую букву «Г», рот открыт, растянут в стороны, зубы сжаты так, что видны два ряда зубов.)*

Вспомните, когда, при каких обстоятельствах у вас было такое же настроение *(Рассказы детей.)*

Игра «Ругаемся овощами». Когда у людей злое настроение, они могут ссориться, ругаться друг с другом. И я предлагаю вам поругаться, но не плохими словами, а...овощами: «Ты-огурец», «А ты-редиска» и т.д. *(Дети выполняют задание.)*

Игра-ассоциация «Злость». Садитесь поудобнее. Давайте на минутку закроем глаза и представим, на какой цвет, запах, цветок, животное похожа злость. Расскажите о ваших ассоциациях. *(Рассказы детей.)*

Игра «Тигр на охоте».

Психолог. Среди животных, на которых похожа злость, гнев, можно назвать тигра. Давайте выберем «тигра». За нашим тигром встанут остальные дети-тигрята. Тигрята должны подражать движениям ведущего и не выскакивать вперёд, иначе они получают шлепок. Тигр должен очень медленно выставлять вперёд одну ногу с пятки на носок, , вытягивать одну когтистую лапу, потом выставлять вторую ногу, вторую лапу, подгибать голову, выгибать спину и медленно, осторожно красться к добыче. Сделав три таких скачка, он группируется, поджимает к груди лапу и голову, приседает, готовясь к решающему прыжку, затем резко прыгает, издавая громкий крик: «Ха!» Тигрята делают все это одновременно с тигром. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Садитесь поудобнее, я вам расскажу одну историю, а потом мы её разыграем.

Этюд «Гневная гиена». Представьте себе гиену, которая стоит возле пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьяна. Гиена ждёт, когда обезьянка обессилеет от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она её съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке, и всё время повторяет:

Я страшная гиена,

Я гневная гиена,

От гнева на моих губах

Всегда вскипает пена.

Итак, сколько человек нам понадобится, чтобы разыграть эту историю?

Дети. Все!

Психолог. Выберем гиену, обезьянку, остальные будут помощниками, выручающими бедную обезьянку. Подумайте, как надо изображать злобную гиену? *(Выразительные движения: усиленная жестикуляция. Мимика: сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.)* А как изобразить испуганную обезьянку? *(Раскрытые широко глаза и рот, растянутый в стороны.)*

Рисунок «Злой человек». А теперь нарисуйте в своих альбомах человечков со злым, сердитым выражением лица. *(При необходимости психологу следует ещё раз повторить описание особенностей мимики.)* Покажите своих человечков друг другу. *(Дети выполняют задание.)*

Упражнение «Уходи, злость, уходи!» Сегодня мы с вами всё занятие говорили про злость. А в конце занятия я предлагаю прогнать от нас это настроение. Ложитесь на ковёр по кругу. Закройте глаза. Со всей силы крикните: «Уходи злость, уходи!» Можете при этом постучать ногами и руками по полу. *(Дети выполняют задание.)* А теперь по моей команде ложитесь в позу «звёзды», широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежите, слушая музыку.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Горе»

Цель: расширять представления об эмоции «горе»; учить их понимать свои чувства и чувства других; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные настроения.

Ритуал приветствия.

Психолог. Посмотрите на пиктограмму, изображающую горе. Расскажите, что вы видите. *(Брови слегка приподняты, внешние уголки рта опущены вниз; уголки глаз тоже направлены вниз.)*

Вспомните, когда вам было грустно. Расскажите об этих случаях. *(Рассказы детей.)*

Игра-ассоциация «Горе». Присаживайтесь на ковёр. Закройте глаза и подумайте, на что похожи горе, грусть, печаль: на какой звук, цвет, запах, растение, животное. *(Включается кассета с записью грустной мелодии.)* Откройте глаза. Что вы представляли? Расскажите об этом. *(Ответы детей.)*

Этюд «Северный полюс». Садитесь поудобнее. Я расскажу вам одну удивительную историю, а потом мы попробуем её разыграть.

У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик, оторвала один из его лепестков, подбросила его вверх и сказала:

*Лети, лети лепесток,
Через запад на восток,
Через север, через юг,
Возвращайся, сделав круг.
Лишь коснёшься ты земли-
Быть по-моему вели.
Вели, чтобы я была на Северном полюсе!*

И женя тут же как была в летнем платьице, с голыми ногами, одна-одинёшенька, оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов.

Давайте мы с вами попробуем теперь изобразить эту девочку Женю. Представьте, что вы берёте в руки волшебный цветик-семицветик, отрываете лепесток и загадываете желание оказаться на Северном полюсе (*зачитывается стихотворение*). И вот вы уже на Северном полюсе. Как можно изобразить, что вам холодно, одиноко, грустно? (*Выразительные движения: колени сдвинуты так, что одно колено прикрывает другое; руки около рта; дышать нужно на пальцы. Мимика: брови сдвинуты к переносице, внешние уголки опущены вниз; уголки рта тоже опущены вниз.*)

Рисунок «Грустный человек».

Психолог. Один человек рассказал мне, что, когда он путешествовал по свету, он попал однажды на волшебный остров, где живут одни плаксы. И мы сейчас попробуем такой остров создать. Пусть каждый из вас нарисует в своём альбоме печального человечка, у которого могут даже капаться слёзы. (*Дети рисуют.*)

Психолог. Покажите своих человечков друг другу. Какой удивительный остров плакс у нас получился! Я вам желаю никогда не попадать на этот остров.

Упражнение «Дружба начинается с улыбки». Вставайте в кружок. Возьмитесь за руки, давайте прогоним грустное настроение и подарим друг другу самую добрую улыбку. (*Дети выполняют задание.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Наши эмоции»

Цель: продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса; закреплять полученные на предыдущих занятиях знания и умения; расширять представления об эмоциях; продолжать развивать эмпатию, воображение; развивать выразительность речи и движений; развивать умение определять настроение по схемам, мимике, движениям, жестам.

Ритуал приветствия.

Психолог. Ребята, давайте с вами вспомним, какие настроения мы изучили.

Дети. (Радость, удивление, страх, гнев, горе.)

Психолог. По чему мы можем определить настроение человека?

Дети (По его лицу.)

Психолог. Я сейчас покажу вам карточки с изображениями различных настроений, а вы попробуйте угадать их и назвать. (*Дети выполняют задание.*)

Игра «Кривые зеркала». Давайте поиграем. Вам необходимо разбиться на пары. Один из вас становится «зеркалом», а второй будет в это зеркало смотреться. «Зеркалу» я дам карточку, на которой изображено какое-то настроение. Ему необходимо будет изобразить это настроение, при

этом не называя его. Зеркало у нас необычное, а кривое, потому оно искажает лицо того, кто в него смотрится, и должно изобразить другое настроение. *(После того, как пара изобразит настроение, остальные дети угадывают его по мимике; затем в игре участвует другая пара.)*

Упражнение «Слушаем музыку».

Психолог. А теперь садитесь поудобнее. Я включу вам музыку. Слушайте её внимательно, постарайтесь определить настроение музыки (радостное). Посмотрите, у меня на столе разложены разноцветные кусочки ткани. Выберите те кусочки, которые подходят к настроению «радость». Я вам немного подскажу: выбранная вами ткань может по цвету совпадать с каким-то предметом. Например, жёлтое тёплое солнце несёт людям радость. *(Аналогичное упражнение проводится с мелодией грустного характера.)*

Каждое настроение имеет свой вкус и запах. Угадайте, о каком настроении напоминают вам эти продукты? Например, горький лук.

Дети. Злость.

Психолог. Кислый лимон.

Дети. Грусть.

Психолог. Сладкий виноград.

Дети. Радость.

Психолог. Молодцы, ребята!

Игра «Профессии». Вы знаете, что взрослые люди чаще всего где-то работают. И у них тоже бывает разное настроение. И это мы сейчас попробуем изобразить. Встаньте свободно и выразительными движениями своего тела и выражением своего лица покажите мне весёлого танцора, удивлённого дирижёра, злого дворника, грустного художника, испуганного водителя. *(Дети выполняют задание.)*

Рисунок «Разные человечки».

Психолог. Мы сегодня очень много говорили о настроениях: угадывали их, изображали на своём лице и своими движениями. Самое время эти настроения зарисовать.

Откройте свои альбомы. Мы будем создавать портреты. Возьмите по одному кружку, обведите его пять раз. Обводите кружки, оставляя между ними достаточно места. Эти кружки мы будем превращать в лица человечков с разными настроениями. Следите, чтобы настроения не повторялись. Используйте карандаши разного цвета. *(Дети выполняют задание.)*

Покажите работы друг другу. Наше занятие окончилось.

Ритуал прощания с группой.

Раздел 2 «Я+Я»

Занятие № 1 «Тайна моего имени».

Цель: способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени.

Ритуал приветствия.

Психолог. А вы знаете, что означают ваши имена? *(Рассказывает детям, заранее подготовив необходимый материал про значения имён.)*

Игра «Эхо». Сейчас мы поиграем в новую игру. Тот, кто сидит справа от меня, должен будет назвать своё имя и прохлопать его в ладоши, вот так: «Ви-ка, Ви-ка». А мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем своё имя прохлопывает Викина соседка справа-Ира, а мы снова повторяем. Таким образом, все по очереди назовут и прохлопывают своё имя. *(Дети по очереди называют и прохлопывают своё имя-сперва по одному, затем все вместе.)*

Игра «Маленькое имя». А теперь давайте представим себе, что вы вдруг стали маленькими. Мы будем бросать друг другу мяч, называя имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, должен

будет принять позу маленького ребёнка. Все остальные повторяют его позу и хором называют его имя.

(Когда все дети поучаствуют в игре, можно обсудить, что чувствовали при этом дети, почему был выбран именно тот или иной возраст «маленького ребёнка».)

Психолог. Не знать, как зовут своих родных, знакомых, друзей, - невежливо. Именно поэтому люди всегда помнят их имена и не ленятся приветливо их называть, здороваясь, прощаясь или обращаясь с просьбой. Давайте каждый из вас назовёт имя своего друга. *(Ответы детей.)*

Игра «Объясни имя». Итак, у каждого человека есть имя. Есть оно и у сказочных персонажей, а у животных есть кличка. Я сейчас вам буду называть имя героя из сказки или кличку животного, а вы попробуйте объяснить, почему их так зовут.

Психолог. Незнайка.

Дети. Его так назвали, потому что он ничего не знает.

Психолог. Белоснежка.

Дети. Она белая, как снег.

Психолог. Снегурочка.

Дети. Она сделана из снега.

Психолог. Синеглазка.

Дети. Это девочка с синими глазами.

Психолог. Курочка Ряба.

Дети. Она пёстрая, рябая.

Психолог. Молодцы, ребята!

Игра «Ласковое имя». А теперь давайте встанет в круг. Вспомним, как ласково зовут вас дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадёт, назовёт одно или несколько своих ласковых имён. Важно, кроме того, запоминать, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдёт в обратную сторону. Нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто первый раз бросил вам, и произнести его ласковое имя. *(Дети по кругу перебрасывают друг другу мячик, называя свои ласковые имена. Затем игра повторяется в обратном порядке.)*

Конкурс «Кто знает больше имён». Сейчас мы разделимся на две команды и проведём конкурс. Называть можно не только свои имена, но и имена своих родных, знакомых, друзей. Победит та команда, которая вспомнит и назовёт больше имён. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Сегодня мы говорили про ваши имена, вы слышали много вариантов вашего имени, эти знания пригодятся вам. Сейчас мы оформим личную визитную карточку. Здесь должны быть красиво написаны имя, фамилия и что-нибудь важное о вас.

Например: Аня Соловьева, девочка из группы «Гномик».

(Визитку можно украсить узорами по краю листа.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Автопортрет»

Цель: помочь детям понять собственную индивидуальность.

Ритуал приветствия.

Психолог. Скажите, а если бы вам довелось заглянуть в колодец (конечно же, при этом вас должен держать за руку кто-нибудь из взрослых), что бы привиделось вам? *(Ответы детей.)*

Игра «Радио». Итак, сегодня мы с вами говорим о том, как мы выглядим. И я предлагаю вам новую игру. Знаете ли вы, как называют человека, которого мы слышим по радио? Правильно, диктором. Сегодня по радио диктор будет разыскивать детей нашей группы. Он будет кого-нибудь описывать, а мы по его рассказу узнаём, кто же потерялся. Сначала

диктором буду я. Слушайте: «Внимание! Внимание! Потерялась девочка. На ней красный свитер, в косичках белые банты. Она хорошо поёт песни. Кто знает эту девочку?»

Дети. Знаем, это Ира!

Психолог. Правильно, угадали.

А теперь диктором будет кто-то из вас. *(Во время игры психолог следит, чтобы дети перечисляли характерные черты своих товарищей: как они одеты, чем любят заниматься, как относятся к друзьям...)*

Игра «Ветер дует на...». Итак, диктор рассказал про каждого из вас. Это пригодится вам в следующей игре. Сначала выберем ведущего. Ведущий начинает игру словами «Ветер дует на...». Например: ветер дует на того, у кого светлые волосы, - значит, все светловолосые собираются вместе. *(Задания могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого есть сестра», «кто любит животных», «кто любит лето» и т.д. Можно выбрать ведущим кого-то из детей.)*

Психолог. Мы хорошо подвигались, а теперь присаживайтесь на коврик, отдохните, а я вам расскажу про девочку Катю.

«Сидит девочка Катя и смотрит на себя в зеркало. Рассуждает: «У меня два глаза, два уха, две руки, две ноги, а язык один и нос тоже один». «Почему это у меня всего по двое, а язык один и нос тоже один?» - спрашивает Катя свою бабушку. А бабушка отвечает ей: «А потому, милая внучка, чтоб ты больше видела, больше слушала, больше делала, больше ходила, меньше болтала и курносый нос свой куда не надо не совала».

Психолог. Дети, а вы как думаете? Правильно бабушка ответила Кате? Давайте и мы посмотрим на себя в зеркало. А у вас тоже так? Два уха, два глаза, один нос, один рот? *(Дети рассматривают себя в большом зеркале, смотрят друг на друга.)*

Рисунок «Мой портрет». А теперь раскройте свои альбомы и нарисуйте себя. Постарайтесь передать цвет волос, одежды. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Мой внутренний мир»

Цель: учить детей описывать свои желания, чувства; учить осознавать свои физические и эмоциональные ощущения; развивать внимание детей к себе, своим переживаниям.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами поближе познакомимся с миром, который находится внутри вас. Ваши переживания, настроения, желания – всё это и есть ваш внутренний мир.

Упражнение» Слушаем себя». Давайте сядем поудобнее, расслабимся и закроем глазки. Послушаем, что происходит вокруг..., что происходит внутри каждого из вас. Внимательно прислушайтесь к своим ощущениям... Что каждый из вас сейчас чувствует, чего хочет? Что вы слышали? *(Дети делятся своими впечатлениями.)*

Игра «Свет мой, зеркальце, скажи!». А теперь у нас следующее задание. Попробуйте посмотреть на себя со стороны, а потом расскажете о себе: своём внешнем облике, поведении, желаниях... *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Молодцы! Продолжаем наше занятие.

Игра-разминка «Ветер дует на...» Давайте поиграем в игру «Ветер дует на...». Когда я буду произносить слова задания, все, к кому эти слова относятся, бегом собираются в кружок. Итак, мы начинаем: «Ветер дует на того, кто любит рисовать..., кто хотел бы иметь собаку или кошку, а мама не разрешает..., кто любит ходить в цирк или кукольный театр..., кому нравится получать подарки..., кто любит есть конфеты...» *(Дети выполняют задание. Затем проводится краткое обсуждение игры.)*

Игра «Знакомство-представление». Сегодня на занятии мы много говорили о вашем внутреннем мире, мы также много узнали о желаниях и настроениях других. Теперь нас ждёт

новая игра. Необходимо разбиться на пары, внимательно посмотреть на своего партнёра, вспомнить всё, что вы знаете о нём или что он сам рассказывал о себе. А затем познакомьте нас со своим партнёром, представьте его нам. Расскажите о нём то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих.

Рисунок «Мне это нравится». А сейчас давайте немного порисуем. Постарайтесь припомнить самое замечательное переживание, которое стало возможным благодаря вашим глазам, то есть вы можете нарисовать то, что вы когда-либо видели, и это вам очень понравилось. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Мой любимый сказочный герой»

Цель: способствовать самовыражению ребёнка; продолжать учить средствами жестикуляции и мимики передавать наиболее характерные черты персонажа сказки.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, я рада вас видеть. Садитесь поудобнее.

Присказка

*Начинаются наши сказки,
Заплетаются наши сказки.
На море-океане, на острове Буяне.
Там берёзонька стоит,
На ней люлочка висит,
В люльке зайка крепко спит.
Как у зайки моего
Одеяльце шёлково,
Перинушка пухова,
Подушечка в головах.
Рядом бабушка сидит,
Зайке сказки говорит.
Сказки старинные
Не короткие, не длинные:
Про кошку,
Про ложку,
Про лису и про быка,
Про кривого петуха...
Про гусей-лебедей,
Про смыхлёных зверей...
(Русская народная сказка)*

Это присказка, а сказки? Сказки дальше пойдут.

Игра «Хоровод сказочных героев». Назовите сказки, которые читают вам дома.

Дети. «Волшебник Изумрудного города», «Приключения Незнайки и его друзей», «Колобок», «Сказка о царе Салтане», «Красная Шапочка», «Карлсон, который живёт на крыше», «Царевна-лягушка», «Три толстяка», «Три поросёнка», «Дядя Фёдор, пёс и кот», «Финист-ясен сокол»...

Психолог. Вспомните, какие сказочные герои живут в этих сказках, но не называйте их. Мы сейчас поиграем. Один ребёнок встанет в центр круга и изобразит какого-либо сказочного героя. Остальные должны сначала отгадать, а затем изобразить этого же героя. *(Дети по*

очереди изображают своих любимых сказочных героев, остальные пытаются угадать, кого задумал водящий.)

Психолог. Послушайте загадки о сказочных героях и попробуйте их отгадать.

На сметане мешен,
На окошке стужен,
Круглый бок, румяный бок
Покатился...

Дети. Колобок.

Психолог.

Бабушка девочку очень любила,
Шапочку красную ей подарила.
Девочка имя забыла своё.
А ну, подскажите имя её.

Дети. Красная Шапочка.

Психолог.

Носик круглый, пяточком,
Им в земле удобно рыться,
Хвостик маленький крючком,
Вместо туфелек-копытца.
Трое их-и до чего же
Братья дружные похожи.
Отгадайте без подсказки,
Кто герои этой сказки?

Дети. Три поросёнка.

Психолог.

Лечит маленьких детей,
Лечит птичек и зверей,
Сквозь очки свои глядит
Добрый доктор...

Дети. Айболит.

Психолог.

Возле леса, на опушке
Трое их живут в избушке.
Там три стула и три кружки,
Три кровати, три подушки.
Угадайте без подсказки,
Кто герои этой сказки?

Дети. Три медведя.

Психолог.

Что за странный
Человек деревянный
На земле и под водой
Ищет ключик золотой?
Всюду нос суёт он длинный.
Кто же это?..

Дети. Буратино.

Психолог.

Вместе с Карлсоном
Прыгал с крыш

Шалунишка наш...

Игра «Любимый сказочный герой». А теперь попробуйте вспомнить свою самую любимую сказку, любимого сказочного героя, на которого вам хотелось быть похожим. Конечно, это может быть и герой мультфильма. Попробуйте превратиться в этого сказочного героя. Затем по очереди представьтесь от имени героя. Например, «Я-Золушка», а потом войдите в круг и подвигайтесь, как двигается ваш герой, немного поживите его жизнью. Затем остальные могут задавать необычные вопросы «Золушке»: «Золушка, какие цветы ты больше всего любишь? Что ты ешь на завтрак? Что видишь во сне?» *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Итак, все показали своих героев, а теперь давайте посмотрим внимательно друг на друга и попытаемся найти сходство каждого ребёнка с его героем. *(Дети выполняют задание. Затем следует краткое обсуждение проведений игры.)*

Психолог. Итак, каждый из вас назвал и изобразил своего любимого героя. А сейчас я вам предлагаю сочинить сказку, в которой все эти герои будут жить. Пусть каждый придумает по 1-2 предложения, но так, чтобы эти предложения связывались между собой. *(Дети выполняют задание.)*

Рисунок «Мой любимый сказочный герой». Мы с вами много говорили сегодня о сказках и сказочных героях. А теперь закройте глаза и ещё раз представьте себе какого-нибудь сказочного героя. Постарайтесь запомнить, как он выглядит. Откройте глаза и нарисуйте этого сказочного героя в своём альбоме. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Мой ласковый и нежный зверь».

Цель: закреплять знания детей о внешнем виде, повадках животных; продолжать воспитывать чувство заботы о животных, сострадание к бездомному животному; продолжать учить детей подражать характерным жестам, движениям, позам, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналогии в человеческом поведении; развивать воображение детей, выразительность их движений.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Садитесь поудобнее, я включу вам аудиозапись, а вы постарайтесь догадаться о чём пойдёт речь сегодня *(звучит запись голосов животных)*. Да, мы поговорим сегодня о животных. Голоса каких животных вы слышали? *(Ответы детей.)*

Игра «Придумаем клички животным с картинки». А теперь давайте вспомним, как выглядят некоторые животные. В центре стола разложены картинки, перевернутые изображениями вниз. Каждый из вас по очереди должен будет взять по одной картинке, рассмотреть её и назвать животное. А теперь вам нужно придумать ему имя, у животных оно называется кличкой. Кличку необходимо подбирать, опираясь на внешние данные и на внутренние качества животного. Например, посмотрите на эту картинку. Здесь нарисован кот, которого можно назвать и Пушок (потому что он пушистый), и Черныш (потому что мех у него чёрного цвета), и Мурлыка (ведь наверняка он мурлычет чудные песенки), и Шустрик (потому что ему всё интересно, он быстро бегаёт за ленточкой). *(Далее дети выполняют задание, психолог может помочь в определении черт животных для выбора его клички.)*

Игра «Большой-маленький». А сейчас мы вспомним, как двигаются животные. Для этого вам необходимо разбиться на пары. Один из пары будет изображать взрослое животное, другой – его детёныша. Давайте вспомним, что может делать взрослое животное?

Дети. Ласкать детёныша; учить добывать себе еду, если это дикое животное; жалеть, наказывать.

Психолог. Всё верно. А детёныш отвечает своим поведением на эти действия. *(Дети работают в парах, изображая по заданию психолога различных животных.)*

Игра «Я и животное».

Психолог. А теперь давайте немного пофантазируем. Представьте, что к нам в комнату по очереди друг за другом входят разные животные. Они невидимые, видеть их могут только я в своих волшебных очках. Я называю животное, а вы представляете, что оно оказалось рядом с вами, и реагируете на него. Например, я говорю: «змея». Наверняка, это животное, которого вы боитесь, или, по крайней мере, опасаетесь. И поэтому нужно сделать испуганное лицо, поджать ноги, чтобы нечаянно не наступить на неё. *(Далее психолог называет животных. Это могут быть: кошка, собака, жираф, ёж, хомячок, лев, лиса и др.)*

Игра «Изобрази животное».

Психолог. А теперь закройте глаза и представьте себе любое животное. Рассмотрите его хорошенько – как оно выглядит, как двигается. Теперь мы будем по очереди показывать движения животного, не называя его. Остальные дети должны угадать, что это за животное. *(Дети выполняют задание.)*

Игра «Сказочная зверюшка».

Психолог. Сейчас я попрошу вас представить себе далёкие планеты, на которых обитают невиданные странные животные. Затем, дети, представьте себе, что появился зоопарк, где можно посмотреть на этих необыкновенных животных. И каждый из вас может придумать и создать какое-нибудь невиданное животное для этого зоопарка. Оно может быть настолько странным и необычным, насколько вы пожелаете.

Рисунок «Сказочная зверюшка». *(Когда рисунки готовы, дети показывают их друг другу.)*

Психолог. Наше занятие подходит к концу. Сегодня мы много говорили о животных. Как и людям, животным приятно, когда им говорят ласковые слова, даже если это животное, на ваш взгляд, злое или страшное. Вспомните любое животное и скажите ему ласковое слово. Например, я скажу льву: «Ты такой сильный и смелый!» *(Высказывания детей.)*

Расскажите, что вам особенно запомнилось? Что нового вы узнали о животных?

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Мой волшебный дом».

Цель: преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; развитие внимания и интереса к партнёрам по общению; развитие самосознания и индивидуальности; снижение психоэмоционального напряжения.

Ритуал приветствия.

Игра «Строители». Психолог предлагает каждому ребёнку построить себе дом, используя предметы, находящиеся в помещении (мягкие модули, большие кубики и т.п.). После выполнения задания детям задаются вопросы:

- «Удобно ли тебе будет жить в этом доме?»;
- «Где ты разместишь приехавших к тебе гостей?»;
- «Кто будет жить в этом доме кроме тебя?» и т.д.

По окончании беседы детям предлагается построить большой общий дом.

Упражнение «Стройка». Движениями показывать как – кладут кирпичи, носят в ведре цемент, красят, пилят, забивают гвозди и т.д.

Упражнение «Робот в доме».

Психолог. Представьте, что к вам с другой планеты в ваш волшебный дом прилетел инопланетянин и предложил научить вас и показать, как на их планете изобретают роботов...

Дети делятся на пары. Один из детей, входящих в пару, будет использовать роль изобретателя, другой-робота. «Робот» ищет спрятанный предмет, движется по указанию «изобретателя» прямо, влево и т.д. Затем, дети меняются ролями. Упражнение повторяется. После того, как каждый ребёнок побывает в разных ролях, психолог спрашивает: «Кем больше понравилось быть – изобретателем или роботом? Почему?»

Рисунок «Мой волшебный дом». (После выполнения задания дети обсуждают рисунки друг друга, задают вопросы, делятся впечатлениями).

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 7 «Я знаю, я умею, я могу!».

Цель: закреплять приобретённые ранее знания и умения детей; развивать представления детей о себе и о своих отличиях от других; формировать у детей адекватную самооценку; продолжать учить детей позитивным способностям общения со сверстниками и развивать навыки совместной деятельности.

Ритуал приветствия.

Игра «Я и другие».

Психолог. Я предлагаю вам выполнить одно очень интересное задание. Посмотрите на своего соседа справа, а потом расскажите нам о нём, о том, что в нём есть хорошего, подчеркните его положительные черты. А после скажите, от чего ему надо избавиться, чтобы стать ещё лучше. (Дети выполняют задание.)

Игра «Колдун».

Психолог. Вы хорошо говорили друг о друге, а теперь давайте помолчим. Представьте, что вас заколдовал колдун, так, что вы потеряли способность говорить. На вопросы, которые будем задавать я и другие дети, вы можете отвечать только жестами. С помощью наших вопросов вы постараетесь рассказать историю о том, как вас заколдовали. Вспомните, что с помощью движений рук можно показать размер и форму предметов, своё настроение. (Дети по очереди выполняют задание.)

Игра «Я знаю, я умею, я могу!»

Психолог. Мы с вами уже многому научились, стали старше и умнее. Давайте вспомним, что мы уже знаем. Вставайте в круг. Мы будем кидать мяч друг другу. Я первая кидаю мяч со словами:

«Я знаю пять (шесть-семь-по количеству детей в подгруппе) имён девочек...» (мальчиков; названий настроений; ласковых слов; отличий животного от человека; способов порадовать родителей и т.п. мяч передаётся на каждое новое слово, таким образом, каждый из вас говорит одно слово и кидает мяч соседу. По такому же принципу выстраивается цепочка ответов «Я умею», «Я могу».

Рисунок «Наша группа».

Психолог. А теперь я предлагаю вам на одном большом листе бумаги нарисовать нашу группу. Каждый рисует то, что хочет. (Дети выполняют задание.)

Ритуал прощания с группой.

Раздел 3. «Я и моё окружение».

Занятие № 1. «Мы так похожи».

Цель: формировать у каждого ребёнка чувство принадлежности к группе; расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйтесь, дети! Задумывались ли вы над тем, что, несмотря на всё разнообразие человеческих лиц, иногда мы встречаем двух почти одинаковых людей? Как их называют? (Двойняшки, близнецы.) Но похожими между собой могут быть не только двойняшки, но даже мы с вами. Не верите? Посмотрите друг на друга и скажите, чем вы схожи с соседом справа. Вы можете называть черты сходства во внешности, в поведении, увлечении. (Дети отвечают.)

Психолог. Ну вот, вы и убедились, что черты сходства можно найти между любыми людьми.

Игра «Ассоциации». А теперь я хочу усложнить задание. Закройте глаза и представьте себе тот цветок или животное, на которое, как вам кажется, вы похожи. *(Включается музыка.)* Рассмотрите его получше, а теперь откройте глаза и расскажите нам, кого вы представляли себе и почему. *(дети выполняют задание.)*

Игра «Подарок». Вы хорошо выполнили это задание, поэтому я могу вас пригласить в парк развлечений, где нас ждут удивительные приключения. В этот парк входят не по билету – при входе нужно сделать подарок другим людям. Ребята, кто любит получать подарки? А кто дарить? А кто что больше любит? *(Ответы детей.)*

Сегодня мы поиграем в игру, которая позволит вам и дарить, и получать подарки, только выдуманные. Но я думаю, что выдуманные подарки почти так же интересны, как и настоящие. Итак, давайте представим себе, что мы стали всемогущими. И можем подарить любой подарок соседу справа. Посмотрите на него внимательно, попробуйте угадать, какой подарок ему хотелось бы получить больше всего.

А теперь по очереди «подарим друг другу наши подарки». Не забывайте при этом смотреть товарищу в глаза. А тот, кто получит подарок, конечно, не забудет поблагодарить. *(После того как дети «подарят друг другу подарки», можно спросить их, какие подарки им понравились больше и почему, что было приятнее: дарить или получать.)*

Игра «Мыльные пузыри». Итак, мы вошли в Парк. Смотрите, навстречу нам выходит клоун, который выдувает мыльные пузыри. *(Психолог-ведущий имитирует выдувание мыльных пузырей, а дети произвольно двигаются по комнате, сталкиваются и кружатся, изображая полёт этих пузырей. Во время свободного движения читается стихотворение.)*

Мыльные пузыри

Осторожно-пузыри-пузыри...

- Осторожно, какие!

- Ой, смотрите!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

(Э. Фарджен)

(После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол.)

Игра «Комната смеха». А теперь мы отправимся в комнату смеха. Кто-нибудь из вас бывал в комнате смеха? Там стоят кривые зеркала, которые могут расширить или сузить изображение, удлинить или укоротить, или же совсем искривить его. Смотреть на себя в такие зеркала бывает обычно очень смешно. Сейчас каждый из вас станет кривым зеркалом. *(Психолог задаёт детям тип зеркала.)*

Один из вас зайдёт в нашу «комнату смеха» и по очереди будет подходить к каждому зеркалу и делать перед ним какое-либо движение. А «зеркало» попробует его отразить. Побеждает то «зеркало», которое сумеет отразить «посетителей» смешнее всего. Потом в комнате смеха у нас побывает каждый.

(Все дети по очереди выполняют роль «посетителя». После игры проводится небольшое обсуждение.)

Психолог. Ну, сразу видно, что смеяться и веселиться вы все умеете и любите, и этим вы тоже похожи друг на друга.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Мы такие разные».

Цель: учить различать индивидуальные особенности детей в группе; учить определять свои вкусы и предпочтения по отношению к играм, занятиям, животным и сравнивать их со вкусами других людей.

Ритуал приветствия.

Психолог. Сегодня на нашем занятии мы поговорим о том, какие мы все разные.

Игра «Башенка из игрушек». У меня а столе лежат картинки с изображениями различных игрушек и других предметов. Пусть каждый из вас по очереди возьмёт набор картинок и выложит и какую башенку: в первом окне на её вершине будет находиться ваша самая любимая игрушка, в окне пониже – менее любимая и т.д.

(По завершении упражнения психолог помогает детям сделать вывод, что у каждого из них получилась своя башенка, т.е. дети выбирали игрушки по своему личному предпочтению.)

Игра «Мы такие разные». Вставайте в круг. Я буду задавать вопросы, а тот ребёнок, о котором пойдёт речь, сделает шаг вперёд.

Психолог. Кто у нас самый высокий?...самый маленький?

У кого самые светлые волосы?...тёмные волосы?

У кого на голове есть бант?

У кого на одежде нет пуговиц?

У кого в одежде присутствует красный (синий, жёлтый) цвет?

(После игры психолог обращает внимание детей на то, что они снова смогли убедиться в наличии у каждого из них чего-то такого, чего нет у других.)

Игра «Спиной друг к другу». А теперь давайте проверим, насколько хорошо вы умеете запоминать особенности внешности друг друга. Для этого вам необходимо разбиться на пары и встать спиной друг к другу. Я разрешаю вам на минутку развернуться и посмотреть друг на друга. Затем один из пары будет описывать внешность своего партнёра – какие у того волосы, глаза, нос, одежда...*(В конце игры психолог отмечает лучших игроков, которые смогли запомнить и назвать наибольшее число деталей внешности и одежды своего партнёра по игре. Затем психолог вместе с детьми обсуждает на примере 1-2 пар играющих, чем они отличаются друг от друга.)*

Игра «Знакомство-представление».

Психолог. Мы сегодня много говорили о том, какие мы разные. Вы много узнали и о себе, и о других детях. Теперь я дам вам новое задание. Разбейтесь на пары. Познакомьте нас со своим партнёром, представьте его всем нам. Расскажите о нём то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих, постарайтесь вспомнить что-то необычное, свойственное только ему...*(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Надеюсь, что после нашего занятия вы поняли, какие люди разные, каждый со своими привычками, внешностью, поведением.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Язык жестов и движений».

Цель: расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими; дать детям дополнительные сведения о значении жестов, движений в процессе общения.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, дети. Я очень рада вас видеть. Скажите, с помощью чего вы можете общаться с другими людьми? *(С помощью слов, речи.)*

Психолог. А есть ещё один способ объяснения с человеком: без слов, с помощью движения рук, тела, взгляда. Как вы думаете, можно ли узнать, о чём думал, что чувствовал писатель, художник или композитор, читая, рассматривая или слушая их произведения? Попробуйте угадать настроение, слушая музыку *(звучит мелодия).*

Дети отвечают.

Игра «Через стекло». Давайте и мы поучимся разговаривать без слов. Сейчас вы разделитесь на пары. Каждая пара по очереди попробует перед нами сказать что-то без слов.

Представьте, что между вами стекло, через некоторое не проникают звуки, и вам нужно объясниться с помощью движений рук.

(Темы для разговора детям можно предложить:

- *«Выходи на улицу гулять, поиграем в футбол» - «Я сейчас поём и выйду»;*
- *«Принеси мне стакан воды, я хочу пить» - «Я не знаю, где стакан»;*
- *«Надень шапку, на улице холодно» - «Я не буду надевать, я не замёрзну» и т.п.*

Дети также могут сами придумать своё сообщение. После игры надо выяснить, насколько точно и правильно дети поняли друг друга, и обсудить, что они чувствовали при передаче сообщений, легко ли им было.)

Упражнение «Артисты пантомимы».

Психолог. А вы знаете, что без слов можно не только разговаривать друг с другом, но и изображать различные предметы? Давайте попробуем это сделать. *(Детям предлагается изобразить предметы: часы с кукушкой, горящую свечу, мигающую лампочку, горячий утюг; людей различных профессий: дирижёра оркестра, парикмахера за работой, повара, готовящего обед, зубного врача, выдёргивающего зуб, шофёра, чинящего автомобиль.)*

Игра «Кто я?».

Психолог. Вы уже умеете разговаривать без слов, и мы можем поиграть в игру-загадку. Я предлагаю вам подумать и изобразить что-то или кого-то движениями рук, тела, взглядом (например: поезд, чайник, дерево, собаку, птицу, самовар и т.д.). Остальные должны отгадать изображаемый предмет. *(После правильного ответа психолог спрашивает, по каким признакам ребёнок догадался, что загадан именно этот предмет.)*

Игра «Заколдованный ребёнок». А теперь – новая игра. Сначала выберем водящего. Представьте себе, что этого ребёнка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает только жестами. Указательным пальцем он может показывать на различные предметы и указывать направления: шкаф, стол, внизу, вверх, там. Задайте нашему заколдованному ребёнку какой-нибудь вопрос, а он пусть ответит на него без слов. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Давайте жить дружно»

Цель: развивать групповую сплоченность; преодолевать трудности в общении; формировать позитивное отношение со сверстниками; учить детей взаимопомощи, взаимовыручке.

Ритуал приветствия.

Психолог. У вас есть настоящие друзья? Как вы думаете, что значит выражение «настоящий друг»?

Дети отвечают.

Психолог. А вот можно ли сказать про вас, что вы все «хорошие друзья», мы и проверим сегодня. В дружбе обязательно все помогают друг другу.

Игра «Путанка». Нам необходимо выбрать одного водящего. Он встанет спиной к остальным детям. Все игроки выстраиваются в шеренгу, берутся за руки и начинают «запутываться», но обязательно не разжимая рук. Задача водящего – распутать всех с тем же условием, не разжимая рук. Настоящие друзья делают всё вместе, сообща.

Игра «Поварята». Все встают в круг-это кастрюля. Сейчас мы будем готовить суп. Пусть каждый придумает, чем он будет (мясом, картошкой, морковкой, луком, капустой, петрушкой, солью и т.д.). *(Психолог выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя должен впрыгнуть в круг. Игра продолжается до тех пор, пока все «продукты» не окажутся в «кастрюле».)*

Психолог. Посмотрите, ребята, какое у нас вкусное блюдо получилось, просто объедение.

Каждый человек вкладывает в дружбу какую-то частичку себя: кто-то – доброту, кто-то – весёлость, кто-то – заботу о других.

Игра «Психологическая лепка». Сейчас вы попытаетесь стать частью целого, а именно – одной общей скульптуры. Я попрошу вас «слепить» из своих тел одну общую фигуру (*можно на ковре*): морскую звезду (ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т.д.) – и показать, как она движется. Запомните: вы должны не только «слепить» фигуру, но и оживить её, двигаясь плавно и слаженно, не нарушая её целостности. (*Дети по заданию психолога образуют «скульптурную композицию» и в таком виде проходят по комнате, стараясь двигаться слаженно и не нарушить целостность группы.*)

Упражнение «Договорись взглядом».

Психолог. Хорошие друзья понимают друг друга с полуслова, иногда им стоит только посмотреть друг на друга, и они поймут, о чём хотел сказать другой. Вот и мы сейчас попытаемся это сделать. Рассаживайтесь по кругу. Вам необходимо найти себе пару при помощи одного взгляда, без слов. Когда вы услышите мой хлопок, поменяйтесь местами с выбранным партнёром. Старайтесь, чтобы никто у нас без пары не остался. (*Дети выполняют задание.*)

Игра «Не намочи ноги» (*игру можно провести в виде соревнования*). Условно разделим нашу комнату на две части: сушу и болото. Через болото можно перейти по этим дощечкам (*психолог выкладывает на пол дощечки*), но только в паре. Найдите себе пару. Каждой паре необходимо по этим дощечкам-мостикам перейти на другой берег. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Второй каждый раз передаёт дощечку вперёд, а первый кладёт её и осторожно переступает на неё и т.д. Победит та пара, которая дружно и быстро доберётся до края болота. (*Дети разбиваются на пары и выполняют задание.*)

Игра «Доброе животное». Встаньте в круг и возьмитесь за руки. Мы-одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. (*Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей.*) *А теперь подышим вместе. Вдох-вместе делайте шаг вперёд. Выдох-шаг назад. Вдох-вместе делайте два шага вперёд. Выдох-два шага назад. Послушайте, как чётко и ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук-делайте шаг вперёд, стук-шаг назад. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе.*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Мальчики и девочки».

Цель: учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении; развивать навыки общения мальчиков с девочками.

Ритуал приветствия.

Психолог. А как вы думаете, каким должен быть мальчик, с которым детям хотелось бы дружить?

Дети отвечают.

Психолог. А какой должна быть девочка, с которой детям хотелось бы дружить?

Дети отвечают.

Психолог. А теперь, девочки, давайте предоставим мальчикам возможность проявить смелость, ловкость.

Игра «Петушки». Я приглашаю мальчиков принять участие в весёлом соревновании. Мне понадобятся два игрока. Им нужно будет встать друг напротив друга и, прыгая на одной ноге, хлопать друг друга ладонью по ладони. Не устоявший на одной ноге считается проигравшим. Проигравшие по очереди выбывают из игры. В конце игры остаётся один – победивший всех остальных. (*Дети выполняют задание.*)

Психолог. Девочки, давайте поздравим победителя и поаплодируем ему. А сейчас мы проведём конкурс среди девочек. Девочки наши должны быть изящными, грациозными, и мы с мальчиками это сейчас проверим.

Упражнение «Приглашение на танец». Наши девочки будут танцевать. Но, чтобы им было легче это сделать, им будут немножко помогать наши мальчики. Итак, мальчики приглашают девочек на танец. *(Педагог объясняет и показывает детям, как это надо делать мальчики кланяются, приглашают жестами девочек на танец, а девочки грациозно приседают, благодаря мальчиков за приглашение.)*

Разбейтесь на пары: мальчик с девочкой. Возьмитесь за руки. *(Звучит музыкальное сопровождение. Дети танцуют.)* Музыка закончилась. Поклонитесь друг другу. Мальчики, отведите девочек на место. Теперь, мальчики, выбирайте девочку, которая танцевала лучше других.

Игра «Лужа».

Психолог. Я подготовила для вас игру, в которой мальчики научатся помогать девочкам, а девочки-благодарить мальчиков за их помощь.

Садитесь на стульчики. *(Психолог, переходя от одного ребёнка к другому, говорит: «Иду, иду, иду, дружка себе найду!» Затем останавливается перед одним из детей и спрашивает: «Хочешь играть со мной? Тогда пойдём вместе». Психолог берёт ребёнка за руку, и они вместе идут дальше, декламируя: «Идём, идём, идём, дружка себе найдём!» Постепенно психолог собирает в одну цепочку всех детей. Все образуют круг.)*

Игра «Найди свою пару». А теперь-новая игра. Встаньте парами: девочка с мальчиком. Посмотрите на своего партнёра. Как только зазвучит музыка, вы свободно будете двигаться по группе уже без пары. Как только музыка прервётся, все девочки и мальчики должны как можно скорее найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успеют найти друг друга и взяться за руки, будут победителями. *(Игру можно повторить 3-4 раза.)*

Итак, что нового вы узнали сегодня о мальчиках и девочках? Каким должен быть мальчик? девочка? *(Ответы детей.)* Нарисуйте в своих альбомах мальчика и девочку.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «С кем я живу».

Цель: помочь каждому ребёнку почувствовать себя любимым и принимаемым другими членами его семьи; продолжать учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

Ритуал приветствия.

Беседа «Что такое семья?» А вот чьи вы – это мы сегодня и попробуем выяснить. Сегодня наш разговор пойдёт о вас и о ваших семьях. Как вы думаете, что такое семья? *(Ответы детей.)* Да, семья-это близкие друг другу люди, они живут вместе и помогают друг другу.

Упражнение «Кто кому кто?» Посмотрите на эту картинку: здесь изображена большая семья. *(Демонстрируется картинка «Семья».)* Давайте разберёмся, кто в этой семье кому и кем доводится. Каждому из вас я дам карточку, на которой изображены отдельные члены семьи. Вы должны будете сказать, кто кому кем приходится. Например, в этой семье два мальчика: они друг другу – братья; бабушке девочка доводится внучкой. *(Дети выполняют аналогичные задания.)*

Давайте поближе познакомимся с каждым членом семьи. А начнём мы это знакомство с мамы. С чем можно сравнить мамину улыбку?

Дети отвечают.

Психолог. От маминой улыбки нам становится очень хорошо, радостно, светло и тепло, как от солнышка. А сами вы улыбаетесь своей маме? *(Ответы детей.)*

Беседа «Чем порадуем родителей?» Я предлагаю вам послушать одно стихотворение:

Мой день

Утром я проснулся сам,
Утром я оделся сам,
А потом умылся сам,
Съел свой завтрак тоже сам.
Днём я прогулялся сам
И домой вернулся сам.
Дома поиграл я сам,
Книжку почитал я сам,
Вечером разделся сам,
Спать улёгся в тишине...
Увидел звезду в окне.
Не скандалил и не хныкал.
Вот и всё.
Спасибо мне!

Дети, расскажите, как вы ведёте себя дома и что умеете делать самостоятельно. Узнал ли кто-нибудь из вас в этом стихотворении себя? Объясните, плохо или хорошо вёл себя мальчик в стихотворении, и как бы вели себя вы, понравится ли ваше поведение маме или папе, если вы будете такими, как этот мальчик? Как вы можете порадовать маму? Папу? *(Ответы детей.)*

Игра «Мы очень любим».

Психолог. Семья-это люди, которые любят друг друга. Вставайте в кружок. Выберем ведущего, он встанет в центр круга. А остальные представят, что они-мама, папа, бабушка, дедушка-словом, те, кто очень любит нашего ведущего. Он будет нам по очереди кидать мячик, а мы – называть его ласковыми словами.

А теперь вспомните ситуации, когда вы своей семьёй бывали в интересном месте или, может, вы отмечали какой-нибудь праздник, а может, это был самый обычный день, но вам вместе было хорошо, уютно. *(Рассказы детей.)*

Рисунок «Особый день моей семьи».

Психолог. В своих альбомах нарисуйте этот день, подумайте, чем будут заняты на картинке члены вашей семьи, какое настроение будет на их лицах. Покажите рисунки друг другу, поделитесь своими впечатлениями.

Что нового вы узнали на сегодняшнем занятии? Что вам особенно запомнилось?

Ритуал прощания с группой.

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ

Раздел 1 «Я и мои эмоции»

Занятие 1 «Азбука настроения»

Цель: закреплять умения детей определять эмоциональные состояния людей; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.

Ритуал приветствия.

Игра «Я очень хороший». Детям предлагается повторять фразу «Я очень хороший» вслед за психологом с разной громкостью несколько раз: шёпотом, громко, очень громко.

Игра «Азбука настроения».

Психолог раздаёт детям картинки разных животных и людей с разными эмоциональными чувствами. Детям предлагается определить эти эмоциональные состояния.

При обсуждении задания психолог уточняет у детей, какое эмоциональное настроение нравится детям и почему?

Игра «Покажи чувство». Дети выходят по одному в круг и показывают с помощью мимики, жестов, движений любое чувство. А все остальные дети должны отгадать это чувство.

Игра «Прочитай письмо». Психолог-«почтальон» приносит письма, но не обычные, а зашифрованные: в каждом письме мимически изображено по 2-3 эмоциональных состояния, их надо расшифровать. Каждому ребёнку вручается конверт, и дети друг за другом рассказывают, что они «прочитали» в своих письмах. *(Когда дети хорошо научатся сочинять рассказы по коротким письмам, можно увеличить количество изображений, а также можно предложить самим сочинять и писать письма друг другу.)*

Рисунок «Мое настроение». После выполнения задания ребята, сидя в кругу, обсуждают свои рисунки.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Отгадай эмоцию».

Цель: продолжать учить детей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; учить передавать его с помощью мимики, речи, рисунка.

Ритуал приветствия.

Игра «Изобрази животное с определённым эмоциональным состоянием». Каждый ребёнок по кругу изображает любое животное с помощью жестов, мимики, движений с любым эмоциональным состоянием. Все остальные дети должны отгадать животное и его чувство.

Игра «Попугай». Психолог произносит фразу: «Я иду гулять». Все остальные дети должны повторить эту фразу по кругу, но с разными чувствами. Они должны догадаться, кто с каким чувством произнёс эту фразу.

Игра «Закончи предложение».

- Когда ребёнок упал и разбил коленку, он чувствует...

- Его мама чувствует...

- Воспитатель чувствует...

- Когда ребята не хотят играть с мальчиком или девочкой, то они чувствуют...

Игра «Баба-Яга». Дети стоят в кругу. Кладётся обруч – внутри «Баба-Яга». Дети бегают вокруг круга и дразнят: «Баба-Яга, костяная нога, с печки упала, ногу сломал, пошла в огород, испугался народ, побежала в баньку, испугала зайку. *(Выбранная из детей «Баба-Яга» бегает по кругу и пытается коснуться ребят верёвочкой. Кого коснётся – тот «замирает» на месте.)*

Давайте все дружно покажем злую Бабу-Ягу... Вам нравится злая «Баба-Яга»? *(Ответы детей.)* А теперь покажем добрую «Бабушку-Ягу». Давайте придумаем для неё ласковые слова. *(Ответы детей.)*

Рисунок «Добрая Баба-Яга».

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Язык жестов и движений»

Цель: закрепить с детьми знания о культуре жеста; научить владеть своими мыслями и чувствами при помощи мимики, жестов, движений.

Ритуал приветствия.

Игра «Походки».

Психолог. Сейчас вы будете ходить как разные люди или животные. Итак, я даю вам задание – показать, как ходит маленький пушистый котёнок. вспомните, как он двигается, и попробуйте изобразить его. *(Варианты походок: походить, как старый дедушка, как слон, как клоун в цирке, как заяц и т.д.)*. Дети могут придумать свои варианты, а остальные должны угадать, кого изображают. А теперь попробуйте представить себе, что нас заколдовал волшебник и превратил каждого в какую-нибудь игрушку.

Игра «Игрушки».

Психолог. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились: в куклу, мишку, машинку, мячик или во что-нибудь другое. Может быть, вам удастся почувствовать, как ваш хозяин играет с вами, как он берёт вас на руки, любит свою игрушкой. Постарайтесь запомнить эти ощущения. А теперь откройте глаза. Давайте попробуем догадаться, кто в какую игрушку только что превращался. *(По очереди в центре внимания оказывается каждый ребёнок.)*

Игра «Расскажи сказку без слов».

Психолог. Сейчас мы побываем в Молчаливом Театре. Здесь все актёры не говорят, а только показывают движения. Мы будем без слов показывать сказку «Репка». Давайте распределим роли и вспомним сказку. А наши зрители посмотрят этот спектакль и потом расскажут, всё ли им было понятно. *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Это я! Это моё!». *(Детям предлагается показать историю без слов.)*

Ребёнок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя ребёнка). «Чьи это игрушки?» и т.п. Мальчик отвечает жестом. (Выразительные движения: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть...

Этюд «Тише!»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котёнок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» (Выразительные движения: шею вытянуть вперёд, указательный палец приставить к самим губам, брови поднять вверх.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Давайте жить дружно!».

Цель: формировать чувство принадлежности к группе; помогать каждому ребёнку чувствовать себя более защищено, преодолевать трудности в общении.

Ритуал приветствия.

Психолог. Послушайте стихотворение:

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Мы ведь не осинки,

Мы ведь не рябинки.

Вовы, Клавы, Мишеньки-

Это же не вишенки!

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Мы ведь не листочки,

Мы ведь не цветочки,

Голубые, аленькие-

Мы ребята, маленькие!

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Потому, что дружно в нём,

Мы одной семьёй растём!

Оттого и говорят:

В этом доме детский сад.

(В.Товарков)

Психолог. Вы прослушали стихотворение о том, как дружно живут в детском саду дети. А вы – дружные ребята, помогаете ли вы друг другу? Не обижаете ли вы других? Если «да», то я хочу проверить правдивость ваших слов, если «нет», то давайте, выполним задание.

Игра «Передай мячики».

Психолог. Встаньте в круг. Вам необходимо будет как можно скорее передавать мяч из рук в руки и ни в коем случае не уронить его. Тот, кто уронит мяч, выбывает из игры. (*Дети выполняют задание.*) Усложним нашу игру: повернитесь спиной в круг и, убрав руки за спину, передавайте мяч соседу. (*Дети выполняют задание.*) А теперь то же самое сделайте с закрытыми глазами. (*Дети выполняют задание.*)

Игра-рисунок «Рукавички».

Психолог. В дружбе очень важно уметь договариваться друг с другом. Ведь даже лучшие друзья иногда спорят друг с другом, но никто не обижается, так как они умеют найти общий

язык. Мы тоже будем учиться тому, как нужно договариваться. Я по всей комнате разложу пары рукавичек с одинаковым орнаментом, но не раскрашенные. Вы поднимете одну рукавичку, найдёте свою «пару», сядете вместе за стол и с помощью трёх карандашей разного цвета постараетесь как можно быстрее раскрасить рукавички совершенно одинаково. *(Психолог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются; оказывает детям необходимую помощь.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Эмоциональные состояния»

Цель: дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей.

Ритуал приветствия.

Вариант 1. Детям предлагают продемонстрировать весёлого, печального, испуганного, сердитого, удивлённого мальчика (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

Вариант 2. Детям предлагают назвать и изобразить героя сказки или мультфильма, который был весёлым, грустным, испуганным, сердитым, удивлённым.

(Эмоциональное состояние героя называют по мере выполнения задания.)

Психолог предлагает детям ответить на вопросы:

- Когда человек удивляется?
- Когда человек получает удовольствие?
- Когда бывает стыдно?
- Когда бывает страшно?
- Когда человек злится?
- Когда бывает радостно?
- Когда у человека горе?
- Как вы думаете, почему детям больше нравятся книжки с картинками?
- Что произойдёт с человеком, если он увидит на берёзе груши?
- Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?
- Как ты думаешь, почему покраснела девочка, когда ей сделали замечание?
- Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?
- Что чувствует собака, когда другая собака утащила у неё кость?
- что почувствует человек, если у него пропадёт любимое животное?

Рисунок – ситуация. Детям предлагается вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывали: страх, радость, удивление, горе, злость. В последствие происходит обсуждение детских рисунков.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Игры, этюды, упражнения»

Цель: развитие воображения, выразительности движений, закрепление основных эмоций.

Ритуал приветствия.

Игра «Джинн».

Психолог. Предлагаю всем нам отправиться на станцию «Исполнения Желаний». Нас будут встречать Джинны. Нам необходимо выбрать того, кто будет исполнять роль Джинна. Остальные превращаются в бутылку, в которой живёт Джинн. Встаньте в круг, поднимите вверх руки и направьте их к центру. «Джинн» становится в центр круга. После волшебных слов «Крибле!Крабле!Бумс!», которые произнесут все дети хором, им нужно будет

расступиться и выпустить Джинна. Он выбегает и просит, чтобы дети загадали три желания, которые он должен выполнить. Желания должны заключать в себе изображение какого-то настроения с использованием выразительных движений. *(На роль Джинна избирается затем другой ребёнок.)*

Игра «Встреча эмоций». Теперь мы попадаем на станцию «Сортировочная». Здесь нам необходимо будет рассортировать, разложить карточки с изображениями различных настроений на две группы: приятные и неприятные. *(Дети выполняют задание.)*

Теперь я предлагаю вам представить, как встречаются разные настроения: то, которое вам нравится, и то, которое неприятно. Я предлагаю выйти вперёд паре детей, пусть они возьмут по одной карточке из разных групп и, повернувшись друг к другу лицом, изобразят настроения: один – «хорошее», другой – «плохое». *(Затем выходит другая пара. Дети-зрители и психолог наблюдают изменения выражений лиц при встрече эмоций – это может быть удивление, смех и т.д. – и вместе придумывают, как можно «помирить» эмоции.)*

Игра «Полярные эмоции». Итак, мы с вами поговорили о том, что настроение бывает хорошим и плохим. Теперь мы можем сделать остановку на следующей станции – «Двух волшебниц». Здесь живут две волшебницы: одна злая, другая – добрая. Каждому из вас я раздаю листы с изображениями волшебниц и их узорчатых ковриков. Вам необходимо подумать и раскрасить все, соотнося цветовую гамму с образами этих двух волшебниц, особенностями их характера, настроением. *(На своих листочках дети раскрашивают предметы, обозначающие полярные понятия:*

- изображения, обозначающие полярные понятия;
- волшебный ковёр доброй волшебницы и волшебный ковёр злой колдуньи;
- зонтик, уснув под которым, увидишь добрые, весёлые сны, и зонтик, уснув под которым, увидишь только страшные сны.
- *Затем дети объясняют свой выбор цвета.)*

Игра «Зеркало». Следующая остановка в нашем путешествии - станция «Зеркальная». Вам необходимо разбиться на пары и встать друг к другу лицом. По моей команде один ряд детей должен будет показать настроение, а другие члены пары – отразить его. *(Затем дети меняются местами. Так проигрываются все изученные эмоции.)*

Рисунок «Поезд эмоций». Наше путешествие подходит к концу, и сейчас мы нарисуем поезд, на котором путешествовали. Поезд рисуется так:

- впереди поезда паровоз;
- за паровозом друг за другом прицеплены три вагона;
- в каждом вагоне по два пассажира – человека;
- у каждого своё настроение.

Вспомните, какие настроения мы изучали, и перенесите их изображения на лица пассажиров. *(Дети рисуют. Затем психолог вместе с детьми обсуждает получившиеся картинки.)*

Ритуал прощания с группой.

Раздел 2 «Я+Я»

Занятие 1 «Автопортрет»

Цель: учить детей различать свои индивидуальные особенности (внешность, лицо, походку, пол и т.п.).

Ритуал приветствия.

Упражнение «Выбери картинку». Давайте посмотрим в зеркало, и получше рассмотрим себя. А теперь посмотрите: у меня на столе разложены картинки. На этих картинках изображены разные дети. Внимательно их рассмотрите и покажите изображение того ребёнка, на которое вы

больше всего похожи. *(Дети выполняют задание, затем происходит обсуждение, где дети объясняют свой выбор.)*

Игра «Дотронься до...» А теперь давайте поиграем в новую игру. Вы все одеты по-разному. И когда я скажу: «Дотронься до... синего, вы внимательно посмотрите друг на друга и, обнаружив в одежде у кого-то синий цвет, дотроньтесь до него рукой. *(Цветовая гамма в команде меняется, психолог следит, чтобы дети дотрагивались до каждого участника. Затем предлагается дотронуться до того, кто самый высокий или низкий, у кого самые светлые волосы и т.д.)*

Беседа «Кто я?» Психолог предлагает детям рассказать о себе, как о другом человеке. Например: «Этого человека зовут... Он любит... У него есть друзья... и т.д.

Игра «Ласковушки».

Психолог. Каким ласковыми именами вас называют родители? *(Дети по кругу передают мяч и называют себя ласковыми словами).* В каких случаях это происходит? Как вы себя чувствуете, когда к вам обращаются ласково? Что вам хочется сделать в ответ на ласковое слово?

Психолог. Давайте встанем в круг, возьмёмся за руки и скажем друг-другу «ласковушки».

Игра «Презентация». Каждому ребёнку предлагается раскрыть свои творческие способности: спеть песню, станцевать, рассказать стихотворение, анекдот, смешную историю из жизни и т.д.

Рисунок «Автопортрет».

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Узнай себя»

Цель: развивать позитивное представление о своём «Я»; помочь ребёнку обрести уверенность в своих силах.

Ритуал приветствия.

Игра «Незнайка».

Психолог. Представьте, что каждый из вас – «Незнайка». Я буду задавать вопросы, а вы только пожимайте плечами и разводите руками.

Примерные вопросы:

- Вы сегодня завтракали в детском саду?
- На улице холодно?
- У вас есть тёплая одежда?
- Какая?
- Какого цвета небо?
- Вам нравятся рыбки в аквариуме?
- Вы сегодня хорошо себя вели?
- Вы сегодня пойдёте гулять? И т.д.

Игра «Телепередача». Ребёнок превращается в маму или папу. Приходит на «телепередачу» и рассказывает о своём сыне (дочери), т.е. о себе.

Игра «Гадкий утёнок». Дети встают в круг-они семья, знакомые гадкого утёнка. Каждый представляет себя. Один ребёнок встаёт в круг – он «гадкий утёнок». Дети, стоящие в кругу выражают вербально своё отношение к «гадкому утёнку» словом «Фу!». Затем психолог говорит о том, что наступила ночь. Все дети укладываются спать. «Гадкий утёнок» смотрит на психолога и повторяет движения. Психолог: «Утёнок стал расти, стал стройным, красивым, мужественным и превратился в прекрасного лебедя. Наступил день, все проснулись. И лебедь гордо произносит: «Я лебедь!» Все дети должны проявить восхищение и выразить своё желание быть другом лебедю.

Игра «Я умею!». Дети, загибая каждый палец своей руки, перечисляют свои умения.

Рисунок «Я люблю больше всего...». *(После завершения задания происходит обсуждение рисунков детей).*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Я знаю, я могу!»

Цель: помочь ребёнку увидеть в себе положительные стороны, почувствовать, что он понимаем и ценим другими.

Ритуал приветствия.

Игра «Я умею...» Дети по кругу перечисляют и называют положительные стороны своего соседа. Дети по кругу передают мяч со словами – «Я умею...»; «Я не умею, но хочу научиться...».

Игра «Я знаю...» Дети стоят в кругу и кидают мяч друг другу со словами – «Я знаю, ты можешь...» (например: красиво танцевать, рисовать и т.п.). Мяч передаётся на каждую фразу.

Игра «Ёжик». Один ребёнок сворачивается «клубочком» и становится «ёжиком». Психолог вместе с остальными детьми прикасается нежными движениями к нему со словами: «Ёжик, ёжик, ты у нас добрый, хороший, ласковый, и совсем не колючий. Открой и покажи нам свои красивые, умные глазки». Затем другой ребёнок становится «ёжиком» и т.д.

Игра «На кого я похож?» Дети садятся в круг. Выбирается один ребёнок, который выходит в центр круга, а остальные задают вопросы: - «На какое животное он похож?», «На какой цветок?», «На какое дерево?» и т.д.

Дети, выбрав себе пару, рисуют портреты друг друга. (*Обсуждение, почему тот или иной участник выбрал именно этого ребёнка*).

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Мои желания»

Цель: развить позитивное представление у детей о своём «Я», помочь преодолеть эмоциональные проблемы, развить уверенность в себе, эмоциональное напряжение.

Ритуал приветствия.

Игра «Кто я?» Дети сидят в кружок на ковре. Выбирается, по желанию ребёнка, который выходит за дверь. Все остальные дети совместно с психологом на листе бумаги отвечают на вопрос: «Какой Коля?», обговаривая его положительные качества. Затем все вместе просим ребёнка вернуться и психолог произносит: «Коля, мы с детьми думаем, что ты у нас... (психолог зачитывает все положительные качества ребёнка.) Игра продолжается и за дверь выходит следующий ребёнок.

Игра «Разыщи радость». Дети по очереди называют все вещи, события, явления, которые приносят им радость: дела, которые удаётся делать хорошо; любимые места; любимые мультфильмы; сказки).

Игра «Хваста». Дети сидят на стульях. Психолог просит превратиться в хвастунишек. Каждый ребёнок по очереди выходит в круг и хвастается. (Например: «У меня красивое платье; Я лучше всех умею танцевать» и т.д.).

Игра «Стул любви». *Психолог.* Этот стул не простой, это стул любви. Кто первым хочет посидеть на нём и получить от окружающих тепло, ласку и любовь? Садится ребёнок и закрывает глаза. А остальные дети тихонько подходят к нему, и нежно гладят его по спинке, волосам, рукам. А затем на цыпочках разбегаются. Ребёнок открывает глаза и говорит о своих ощущениях.

Игра «Моё желание». Представь, что ты нашёл волшебную палочку, которая исполняет все желания. Что бы ты, попросил у неё? (*Обсуждение ответов детей.*)

Рисунок «Моё желание». (*Обсуждение рисунков.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Волшебное зеркало»

Цель: обогатить опыт самопознания, формирование адекватной самооценки.

Психолог раздаёт детям маленькое зеркало и просит посмотреть на себя «чужими» глазами так, как будто вы «художники» и собираетесь нарисовать его, кого видите в зеркале. Дети рассказывают о себе, как о другом человеке.

Ритуал приветствия.

Игра с зеркальцем. Психолог просит детей изменить выражение лица. Пусть оно будет и весёлым, и грустным, и смешным, и умным.

Игра с большим зеркалом.

Психолог. Рассмотрите себя в большое зеркало. Нравится ли вам человек в зеркале? Что именно вам в нём нравится? Найдите и скажите нам свои привлекательные качества. Похвалите себя. Скажите: «Ох, какой же я, красивый, на всём свете не найдёшь такого замечательного ребёнка!»

Рисунок «Моё отражение в волшебном зеркале». (Детям предлагается изобразить себя по особенному, по волшебному. Далее происходит обсуждение рисунков.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Я нужен...».

Цель: сплочение группы, повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Скала». *Психолог.* Встаньте прямо, поставьте ступни ног параллельно, на небольшом расстоянии друг от друга. Голова, шея, плечи – прямые, но не напряжены. Покачайтесь с носка на пятку, плавно прижимая пятки к полу. Напрягите мышцы ног, живота и груди. Ощутите себя неподвижными, как скала. Я подойду к каждому из вас и попытаюсь слегка толкнуть в плечо. Напрягись, сопротивляясь толчку. Расслабьтесь и пройдитеесь. Вы чувствуете уверенность в своих силах, большую устойчивость.

Игра «Ладочки». Психолог предлагает детям разделить на пары. Дети, входящие в пару, поворачиваются друг к другу лицом, соединяют ладочки и движутся под музыку, преодолевая пуфики, стулья, пролезают сквозь обруч, идут по узкому «мостику» и т.д.

Упражнение «Я знаю». Дети встают в круг и передают друг другу мяч со словами одобрения: «Я знаю, ты можешь... (хорошо дружить, быстро бегать и т.п.)». При возникновении затруднений, психолог предлагает свою помощь.

Ролевая гимнастика. Психолог предлагает детям улыбнуться, как ласковое солнышко; изобразить кота, греющего под солнечными лучами; нахмуриться, как осенняя туча; изобразить разъярённого льва, готового к прыжку; попрыгать, как кузнечик, как кенгуру; изобразить походку уверенного в себе человека.

Рисунок «Моя ладонь».

Ритуал прощания с группой.

Раздел 3 «Я и моё окружение»

Занятие № 1 «Мои друзья»

Цель: снятие напряжённости, эмоциональное раскрепощение детей; преодоление барьера отчуждённости; развитие общительности. Способствовать закреплению внутренней установки «Я-хороший» через открытие в себе и других положительных сильных сторон, развивать рефлексивность, сплочённость группы.

Ритуал приветствия.

Игра «Приятное слово». Дети сидят в кругу на ковре. Психолог предлагает каждому ребёнку сказать приятное слово своему соседу.

Игра «Как меня видит другие». Дети сидят на ковре. Психолог выбирает по желанию ребёнка, который выходит за дверь. Все остальные дети вместе с психологом называют положительные качества этого ребёнка. (психолог записывает на листе). Затем все дети и психолог зачитывает произнесённые детьми фразы.

Игра «Спина к спине». Дети движутся по группе в разных направлениях, как только психолог назовёт: «Рука в руке!» дети должны объединяться по два человека и соединиться между собой руками. Игра продолжается, только теперь дети соединяются между собой ногами, плечами, носами, лбами и др. Дети должны постоянно менять партнёра, два раза подряд с одним и тем же человеком соединятся, нельзя.

Игра «Ветер дует на...» Дети сидят на стульчиках. Психолог: «Ветер дует на того, кто любит животных». Дети должны быстро встать в одну шеренгу. Вопросы могут быть самыми различными.

Игра «Подарок». Дети сидят на стульях. Психолог: «Ваш друг уезжает в далёкое путешествие. Он уже сел в поезд. Вам хочется на прощание сделать ему подарок, но в вагон не пускают. Подарок надо преподнести перед окном с помощью мимики и жестов. Каждый ребёнок с помощью жестов и мимики показывает свой подарок.

Игра «Найди друга». Все дети стоят в кругу. Один ребёнок выходит в круг, ему завязывают глаза. Все остальные дети идут по кругу, на слова психолога: «Раз, два, три-замри!» дети останавливаются. Ребёнок с завязанными глазами подходит к одному из детей, и с помощью рук должен узнать и найти друга. Затем они оба обнимаются. Игра продолжается, в круг встаёт следующий ребёнок.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Мои друзья»

Цель: эмоциональное раскрепощение детей; преодоление барьера отчуждённости; развитие общительности.

Ритуал приветствия.

Игра «Чьи ладошки приходили к тебе в гости». Дети сидят на ковре. Выбирается один ребёнок – водящий, который подходит к каждому из детей и ощупывает их руки, стараясь запомнить – какие они? Затем этот ребёнок садится на стул и закрывает глаза. Один из детей кладёт свои руки на руки водящего. Водящий должен отгадать, чьи ладошки приходили в гости.

Игра «Хрюкните те, кто...». Психолог задаёт детям вопросы, на которые дети должны ответить «хрюканьем». (Например: «Хрюкните те, кто имеет сестру...»).

Игра «Калейдоскоп». Все дети становятся полукругом и надевают водящему (ребёнку) цвет, который каждый из них предпочитает. Затем водящий отворачивается, игроки меняются местами. Водящий должен вспомнить, какому игроку, какой цвет нравится. (Вместо цвета можно называть животное, цветок, книгу и др.).

Игра «Подари камешек». Ребята, возьмите из коробки по одному камешку и подарите его тому, кому захотите, но обязательно со словами: «Я дарю тебе этот камешек, потому что ты самый...». Тем детям, которым ничего не досталось, камешки дарит психолог, но обязательно отмечая при этом лучшие качества ребёнка, которому он дарит подарок.

Рисунок «Мой друг». (После выполнения задания происходит обсуждение рисунков).

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Мальчики и девочки».

Цель: учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении; развивать навыки общения мальчиков с девочками.

Ритуал приветствия.

Беседа с детьми. Психолог. «А какой должна быть девочка, с которой детям хотелось бы дружить?» (Дети отвечают...).

Игра «Петушки». Психолог: «А теперь, девочки, давайте предоставим мальчикам возможность проявить смелость, ловкость». Я приглашаю мальчиков принять участие в весёлом соревновании. Мне понадобятся два игрока. Им нужно будет встать друг напротив друга и, прыгая на одной ноге, хлопнуть друг друга ладонью по ладони. Не устоявший на одной ноге считается проигравшим. Проигравшие выбывают из игры. В конце игры остаётся один, победивший всех остальных. (*Дети выполняют задание.*) Психолог: «Девочки, давайте поздравим победителя и поаплодируем ему. А сейчас мы проведём конкурс среди девочек. Девочки наши должны быть изящными, грациозными и мы с мальчиками это сейчас проверим.

Упражнение «Приглашение на танец». Наши девочки будут танцевать. Но, чтобы им было легче это делать, им будут немножко помогать наши мальчики. Итак, мальчики приглашают девочек на танец. (Психолог объясняет и показывает детям, как это надо делать: мальчики кланяются, приглашают жестами девочек на танец, а девочки грациозно приседают, благодаря мальчиков за приглашение.) Разбейтесь на пары, мальчик с девочкой, возьмитесь за руки. (Звучит музыкальное сопровождение, дети танцуют). Музыка закончилась. Поклонитесь друг другу. Мальчики, отведите девочек на место. Теперь, мальчики выбирайте девочку, которая танцевала лучше других.

Игра «Найди свою пару». Психолог: «А теперь-новая игра. Встаньте парами: девочка с мальчиком. Посмотрите на своего партнёра. Как только зазвучит музыка, вы свободно будете двигаться по группе уже без пары. Как только музыка прервётся, все девочки и мальчики должны как можно скорее найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успеют найти друг друга и взяться за руки, будут победителями». (Игру можно повторить 3-4 раза).

Психолог: Итак, что нового вы узнали сегодня о мальчиках и девочках? Каким должен быть мальчик? Девочка? (*Ответы детей*).

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Одна команда»

Цель: сплочение группы, развитие коммуникативных навыков.

Ритуал приветствия.

Игра «Через стекло». Дети передают ситуации с помощью жестов, мимики: «Ты забыла надеть шарф, а на улице холодно»; «Принеси мне стакан воды, я хочу пить»; «Ты хочешь со мной порисовать?»; «У меня болит горло»; «Я хочу есть»; «Я съел кислый лимон»; «Я несу тяжёлые сумки»; «Я на речке ловлю рыбу на удочку»; «Я строю из кирпичей дом».

Игра «Говорящие зеркала». Дети стоят в кругу – они «зеркала». Выбирается водящий, который берёт в руки зеркальце. Водящий подходит к каждому ребёнку и произносит: «Свет, мой зеркальце скажи, да всю правду доложи...» Каждый ребёнок должен назвать положительное качество водящего.

Игра «Слепой». «Слепому» завязывают глаза, он ходит по кругу, садится на колени любому ребёнку и старается его рассмешить, чтобы угадать его имя. Если это ему удаётся, то «слепым» становится угаданный ребёнок. Игра продолжается.

Коллективный рисунок «Дорисуй». Дети сидят на ковре кругом. Один ребёнок начинает рисовать, как только психолог скажет «Стоп!», он должен передать рисунок следующему участнику. После того, как дети закончат рисовать, психолог уточняет: «Можно ли придумать этому рисунку название? Смогли ли вы поддержать и продолжить тему соседа?».

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Перевоплощение»

Цель: учить детей понимать взаимоотношения людей по жестам, позе, мимике; развивать воображение, зрительную память; повышать уверенность в себе.

Ритуал приветствия.

Игра «Иностранец». Из детей выбирается «Иностранец». Дети объясняют ему с помощью жестов, мимики, движений, кто они, где живут, рассказывают про детский сад, про свою семью. Дети прощаются с «Иностранцем».

Игра «Перевоплощение». Дети показывают движения: первые шаги ребёнка; глубокого старика; пьяного мужчину; разъярённого льва; красивую женщину; военного и т.д.

Игра «Капризуля». Выбирается девочка – «капризуля», которая говорит, что она ничего не умеет, не знает, а только плачет целыми днями. Дети, давайте сделаем «капризуле» комплимент и каждый из вас скажет, что он умеет делать (дети высказываются по кругу).

Психолог: «Капризуля», мы будем твоими друзьями, только ты перестань плакать и вместе с ребятами ты обязательно всему научишься. Ребята у нас добрые и тебе обязательно помогут, если у тебя не будет что-нибудь получаться. Высказывания детей... «Капризуля» смеётся, обещает, что будет дружить со всеми детьми, и больше не будет капризничать.

Рисунок «Кем я стану, когда вырасту». (*Рисунки детей обсуждаются.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Танцевальный марафон»

Цель: двигательное раскрепощение, снятие эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия.

«Свободный танец - разминка». Участники выполняют любые танцевальные движения под современную музыку.

«Зеркальный танец». Психолог предлагает детям встать в пары. Он начинает танец, выполняя несложные движения под музыку. Задача детей – повторить их, как в зеркальном отражении.

Танец «Четыре стихии». Под музыкальное сопровождение дети двигаются, танцуют. Когда они услышат слова «Вода» - вытягивают руки вперёд; слово «Земля» - опускают руки вниз; слово «Воздух» - поднимают руки вверх; слово «Огонь» - руки в стороны.

Игра «Музыкальный стульчик».

Рисунок «Танец души». (*Обсуждение рисунков детей.*)

Ритуал прощания с группой.