

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 9»**

ПРИНЯТО

Педагогическим Советом МАДОУ № 9

Протокол № 4

«30» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ №9

_____ Т.Г.Измайлова

Приказ № 308

от «02» сентября 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
социально-гуманитарной направленности
«Благополучие»**

возрастная категория обучающихся: 6 -7 лет
срок реализации: 9 месяцев (36 часов)

Разработчик
Калмыкова А. А., педагог-психолог

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик	
Пояснительная записка	3
Учебно-тематический план	8
Содержание программы	8
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
Календарный учебный график	16
Материально-технические условия	16
Оценочные материалы	17
Методическое обеспечение	17
Список литературы	18
Приложение	19-26

Раздел 1. Комплекс основных характеристик

Пояснительная записка

Ритм современной жизни, занятость родителей (законных представителей), трансформация образовательных программ и требований дошкольного образования, видоизменение социального статуса ребенка (предстоящее поступление в школу), изменение социального окружения и многое другое — вот те проблемы, с которыми приходится сталкиваться современному ребенку. Дети более чувствительны, чем взрослые, и, как следствие, они оказываются более незащищенными, чаще начинают испытывать тревогу, беспокойство.

Детский сад можно рассматривать как наше общество в миниатюре. Здесь находят отражение многие процессы, характерные для всего социума в целом. В последние годы по данным диагностики происходит увеличение количества дошкольников с высоким уровнем тревожности. Проблема повышенного уровня тревожности (одного из показателей эмоционального неблагополучия личности) рассматривается многими известными психологами: А.М. Прихожан, И.В. Вачковым, А.И. Захаровым и др.

Тревожность — одна из индивидуальных психологических особенностей личности, которая проявляется в повышенной склонности к опасениям, беспокойству, переживаниям и имеющая негативную эмоциональную окраску.

Высокая тревожность оказывает отрицательное, дезорганизующее влияние на результаты любой деятельности дошкольников. Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них. Дети с нормальным уровнем тревожности адекватно реагируют на успех и неудачу в своей деятельности. Ребенок, не испытывающий тревоги и беспокойства, будет значительно меньше зависеть от других людей, от их расположения и заботы, что будет способствовать его психологическому здоровью.

Тревожный ребенок постоянно находится в подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром. Мир воспринимается как враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера, эта черта приводит к формированию заниженной самооценки. Такой человек, терзаемый постоянными сомнениями, не способен на серьезные жизненные достижения и, как следствие, социально дезадаптивен.

Можно сказать, что данная проблема актуальна и требует своего разрешения, так как может привести к формированию поколения неуверенных, тревожных, трудно адаптируемых в жизни людей.

Существуют **два основных подхода к преодолению тревожности**. В одном из них упор делается на формировании у дошкольника конструктивных способов поведения в трудных для него ситуациях, а также на овладении приемами, позволяющими справиться с излишним волнением, тревогой.

В другом центральное место занимает работа по укреплению уверенности ребенка в себе, развитию позитивной самооценки и представлений о себе, забота о личностном росте. Наибольший эффект возможен при сочетании этих двух подходов.

Необходимость оказания психокоррекционной помощи и поддержки таким обучающимся является одной из самых важных задач, которые педагогу-психологу приходится решать в детском саду. Указанные причины побудили нас разработать дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу социально-гуманитарной направленности «Благополучие», направленную на снижение тревожности у обучающихся старшего дошкольного возраста (6-7 лет) (далее — ДООП).

Обучающиеся старшего дошкольного возраста (далее — обучающиеся) получают возможность сопоставить свое поведение с поведением сверстников, проявить себя, раскрыть внутренний личностный потенциал, позволяющий понять себя и другого, избавиться от тревоги и страхов, пережить радость открытия своего «Я» в лучшем проявлении. Это связано с развитием самооценки, так как они оценивают других, особенно сверстников, полнее и правильнее, чем себя, поэтому, сравнивая себя с другими, они осознают свои

особенности, свою уникальность, понимают, что у каждого есть ценные качества личности, которые следует любить и развивать (через проблемные ситуации, психологические этюды, ситуации выбора). Проговаривая и пытаясь проанализировать свои действия и поступки в тот или иной момент, обучающиеся научаются различать эмоции и чувства. Это помогает регулировать их, преодолевать негативные, что со временем может существенно повлиять на общее эмоциональное и психическое здоровье.

Что такое чувства? Самое простое определение: чувства - это то, что мы чувствуем. Это наше отношение к тем или иным вещам (объектам). Существует и более научное определение: чувства (высшие эмоции) - особые психические состояния, проявляющиеся социально обусловленными переживаниями, которые выражают длительные и устойчивые эмоциональные отношения человека к вещам.

Чем чувства отличаются от эмоций? Ощущения - это наши переживания, которые мы испытываем через органы чувств, а их у нас пять. Ощущения бывают зрительные, слуховые, тактильные, вкусовые и ощущения запахов (наше обоняние). С ощущениями все просто: раздражитель - рецептор - ощущение.

В эмоции и чувства вмешивается наше сознание - наши мысли, установки, наше мышление. На эмоции влияют наши мысли. И наоборот - эмоции влияют на наши мысли.

Мы в ответе за свои чувства, от нас зависит какими они будут.

Проговаривая перед сверстниками свой выбор, обучающийся приобретает уверенность в своих силах, учится отстаивать свои ценности, что способствует сознательному усвоению правил жизни, к которым он пришел сам, через варианты собственных предположений, усвоению тех понятий, которые вытекают из анализа ситуаций.

Таким образом, создаются условия для накопления обучающимися эмоционально-образных представлений среди себе равных. Без этого происходит атрофия потребности в эмоциональном контакте с другими, что самым отрицательным образом сказывается на развитии гуманистических качеств растущей личности.

Цель: снижение уровня тревожности у обучающихся с помощью коррекционно-развивающих занятий.

Задачи:

познакомить обучающихся с приемами и методами определения своего тревожного состояния и овладения своим волнением;

научить использовать упражнения и игры, предназначенные для снятия психо-эмоционального напряжения;

способствовать перестройке особенностей личности обучающегося, его самооценки и мотивации;

создавать условия для повышения статуса в группе сверстников с тревожными проявлениями;

оказать квалифицированную консультативную помощь родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам снижения уровня тревожности;

консультировать воспитателей по специфике работы с тревожными обучающимися.

ДООП составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. с последующими изменениями;

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р);

Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3);

Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад № 9»;

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАДОУ № 9.

ДООП имеет социально-гуманитарную направленность, ориентирована на повышение статуса обучающегося и уверенности в себе, развитие позитивной самооценки и представлений о себе через использование коррекционно-развивающих занятий.

Педагогическая целесообразность ДООП состоит в том, что в ней используется принцип активного вовлечения обучающихся к реализации целей. Организуя систематическую совместную деятельность, педагог-психолог формирует у обучающихся конструктивные способы поведения в трудных для него ситуациях, способствует овладению приемами, позволяющими справиться с излишним волнением, тревогой. Кроме того, укрепляется уверенность обучающегося в себе, развиваются позитивная самооценка и представления о себе.

Актуальность ДООП в том, что она направлена на снижение уровня тревожности у обучающихся, позволяет проявить себя, раскрыть внутренний личностный потенциал, понять себя и другого, избавиться от тревоги и страхов, пережить радость играть в интересные незнакомые игры, приступить к новым видам деятельности. У обучающихся повысится уровень самооценки, нивелируются проблемы в общении. Будет оказана квалифицированная консультативная помощь родителям (законным представителям) обучающихся, педагогам.

ДООП построена в соответствии с современными принципами и требованиями ФГОС ДО:

Общие психолого-педагогические принципы

Принцип личностно-ориентированного и деятельностного подхода основан на признании развития личности в деятельности, а также того, что активность самого дошкольника в рамках игровой деятельности является движущей силой развития.

Принцип оптимистического подхода в коррекционно-развивающей работе с обучающимися предполагает организацию «атмосферы успеха» для каждого ребенка, веры в его положительный результат, утверждение этого чувства в ребенке, поощрение его малейших достижений.

Принцип опоры на положительное в ребенке, на сильные стороны его личности. Выявляя в ребенке положительные стороны и опираясь на это, делая ставку на доверие, взрослый помогает ему овладеть новыми способами познавательной деятельности и поведения, переживать радость, внутреннее удовлетворение.

Принцип комплексного использования методов и приемов развивающей деятельности. Использование в работе совокупности средств, методов и приемов, учитывающих индивидуально-психологические особенности ребенка, состояние социальной ситуации, уровень материально-технического и методического обеспечения образовательной деятельности.

Конфиденциальность – это важнейшее условие работы с группой обучающихся и взрослых.

Добровольное участие. Процесс самосовершенствования предполагает добровольное участие. Личностный рост нельзя осуществить в принудительном порядке.

Срок реализации ДООП - 9 месяцев (36 часов) и состоит из 3-х этапов:

1 этап – подготовительный:

Первичная психологическая диагностика обучающихся с целью определения уровня тревожности, самооценки, их эмоционального состояния на основе анализа имеющихся методик

2 этап – практический:

проведение коррекционно-развивающих занятий;

консультирование воспитателей МАДОУ № 9 работе с обучающимися, имеющими высокий уровень тревожности;

консультирование родителей по вопросам высокой тревожности, низкой самооценки, негативного эмоционального состояния их детей;

отслеживание достижений обучающихся;

трансляция опыта педагога-психолога по данной теме для заинтересованных лиц.

3 этап – обобщающий:

итоговая психологическая диагностика уровня тревожности, самооценки, эмоционального состояния обучающихся;

анализ сотрудничества педагогов и родителей (законных представителей);

разработка методических рекомендаций по снижению уровня тревожности, повышению самооценки, улучшению эмоционального состояния обучающихся.

Возраст обучающихся: 6-7 лет.

Наполняемость подгрупп: по 5-6 обучающихся одновременно.

Режим занятий: 1 час в неделю с каждой подгруппой. Длительность занятий соответствует возрасту обучающихся (подготовительная к школе группа – 30 мин.), в соответствии с расписанием, утвержденным приказом по МАДОУ № 9. Всего предусмотрено 36 коррекционно –развивающих занятий, кроме этого отводится время на мониторинг (сентябрь –1,2 неделя; май – 3,4 неделя).

Форма обучения: очная, подгрупповая; индивидуальная.

Участники: обучающиеся подготовительной к школе группы, у которых отмечаются проявления тревожности (далее - обучающиеся); родители (законные представители) и воспитатели.

Целевые группы

№	Название группы	Формы работы	Результат
1.	Обучающиеся	Коррекционно-развивающие занятия, построенные на беседах, дидактических играх и релаксационных упражнениях, элементов индивидуальной и совместной изобразительной деятельности, направленные на преодоле-	Овладение обучающимися методами мышечного расслабления; навыками самоконтроля, уверенного поведения в тревожащей ситуации; снижение уровня тревожности, повышение самооценки; улучшение от-

		ние тревожности	ношений со сверстниками, педагогами, родителями
2.	Воспитатели	Участие в консультациях, тренингах «Взаимодействие с тревожными обучающимися»; индивидуальные консультации; беседы с родителями (законными представителями)	Снижение количества напряженных ситуаций в группе; уменьшение количества тревожных обучающихся; улучшение отношений с родителями обучающихся; повышение педагогической компетенции
3.	Родители	Участие в родительских собраниях, индивидуальных консультациях по проблемам взаимодействия с тревожными обучающимися; заочные консультации педагога-психолога для родителей по данной проблематике	Повышение уровня заинтересованности проблемами своего ребенка; улучшение взаимоотношений с ними; повышение уровня педагогической компетентности родителей; повышение качества взаимоотношений с воспитателями
4.	Педагог-психолог	Координация работы по снижению уровня тревожности обучающихся; проведение коррекционно-развивающих занятий с ними; консультаций и тренингов с воспитателями и родителями	Освоение новых форм работы с обучающимися, воспитателями, родителями; повышение уровня владения ИКТ; улучшение микроклимата в группах, семьях обучающихся

Методы и методики реализации ДООП

Игротерапия - сюжетно-ролевые игры, игры и упражнения на эмоции и эмоциональный контакт, коммуникативные игры; игры, направленные на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения; дидактические игры;

телесно-ориентированные методы, психомышечная тренировка (совместная деятельность, составление рассказов, театрализованные игры); элементы сказкотерапии;

рисуночные методы;

психогимнастические игры и этюды;

релаксационные методы (упражнения на мышечную релаксацию, снижающую уровень возбуждения, напряжения);

дыхательная гимнастика; мимическая гимнастика; двигательные логоритмические упражнения,

использование художественной литературы.

Виды деятельности: беседы, рисуночный тест, дидактические игры, практические и творческие задания, психологические этюды и упражнения, элементы изобразительной и театрализованной деятельности.

Особенности проведения коррекционно-развивающего занятия

Структура коррекционно-развивающего занятия включает в себя следующие элементы:

1. Проведение с небольшой подгруппой обучающихся одновременно (5 человек);
2. Ритуал приветствия (установление контакта, игровые задачи, игры и упражнения, направленные на положительное отношение к занятию, педагогу-психологу, сверстникам, на сплочение и эмоциональный настрой);
3. Основная часть (совместная деятельность (развитие речи, изобразительная деятельность, социализация); техники, снижающие психомышечное напряжение (психологи-

ческие этюды и упражнения, слушание музыки и звуков природы, элементы театрализованной деятельности);

4. Ритуал прощания (упражнения на выражение эмоционального состояния обучающихся, рефлексия).

Приведенная схема не является жестко обязательной и может изменяться.

Ожидаемые результаты:

В результате освоения ДООП «Благополучие» обучающиеся **должны знать:**

нормы и правила поведения, принятые в обществе,

личностные качества людей: доброта, злость, жадность, благодарность, лень, капризность, сочувствие, забота и т.д.;

узнавать по пиктограмме и называть эмоциональные состояния: радость-восторг, грусть, гнев-ярость, удивление, испуг, растерянность, спокойствие;

проявлять элементы рефлексии;

должны уметь:

рассказать о своем настроении;

стремиться управлять своим поведением;

понимать и учитывать не только свои чувства и желания, но и чувства других,

устанавливать отношения со взрослыми и сверстниками.

быть способными к формированию адекватной реакции на различные жизненные ситуации.

Реализация ДООП поможет снизить уровень тревожности обучающихся, повысит уровень представлений о собственной ценности, уверенности в собственных силах, способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми, а также развить волевые навыки и самостоятельность, научиться умению снимать психо-мышечное напряжение; будет способствовать повышению педагогической компетентности педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся с высоким уровнем тревожности.

Положительная динамика проявится в улучшении нервно-психического состояния обучающихся; повышении уровня эмоциональной устойчивости; совершенствовании навыков общения; развитии уверенного поведения; формировании умения выражать свои эмоции, мысли, чувства, впечатления, используя речевые средства; приобретении обучающимися способностей выполнять такие виды деятельности, которые раньше вызывали у них затруднения.

Контроль за реализацией ДООП осуществляет педагог-психолог, который проводит коррекционно-развивающие занятия, наблюдает и отслеживает динамику изменений, происходящих у обучающихся в ходе всего курса занятий по данным первичной и итоговой психологической диагностики.

Формы контроля: протоколы обследований, анкеты, анализ продуктивной деятельности, наблюдения, творческие задания, квест-игра, психологическая диагностика обучающихся в начале и конце реализации ДООП.

Учебно-тематический план

На первичную и итоговую психологическую диагностику обучающихся отводятся по две недели в начале и в завершении работы (проведение теста, наблюдения)

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Работа с воспитателями подготовительной к школе группы «Взаимодействие с тревожными детьми»	2	0,5	1,5	Анкеты, протоколы
2.	Работа с родителями: родительское собрание «Тревожность и ее причины в детском возрасте»	1	0,5	0,5	Анкеты, протоколы
3.	Коррекционно - развивающая работа с обучающимися				
	Знакомство с миром чувств и эмоций. Формирование саморегуляции, волевых навыков, самостоятельности	36	5,8	30,2	Наблюдения, творческие задания, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.1	Знакомство	1	-	1	Наблюдение, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.2	Эмоция «Интерес»	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.3	Чувство «Испуг»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.4	Чувство «Любопытство»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.5	Эмоция «Грусть»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.6	Чувство «Радость»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.7	Эмоция «Страх»	2	0,4	1,6	Беседа, наблюдение, опрос
3.8	Чувство «Усталость», «Лень»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.9	Чувство «Гордость»	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, опрос
3.10	Чувство «Злость», «Гнев»	2	0,4	1,6	Беседа, анализ продуктивной деятельности,

					оп-рос
3.11	Чувство «Забота», «Спокойствие»	2	0,4	1,6	Беседа, наблюдение, оп-рос
3.12	Эмоция «Вина»	1	0,2	0,8	Беседа, наблюдение, оп-рос
3.13	Чувство «Сочувствие «	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.14	Черта характера «Капризность»	1	0,2	0,8	Беседа, наблюдение, оп-рос
3.15	Чувство «Благодарность»	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.16	Эмоция «Скука»	2	0,2	1,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.17	Эмоция «Удивление»	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.18	Чувство «Мечтательность»	1	0,2	0,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.19	Эмоция «Обида»	2	0,2	1,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.20	Чувство «Доброта»	2	0,2	1,8	Беседа, наблюдение, оп-рос
3.21	Эмоция «Жадность»	2	0,2	1,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.22	Чувство «Любовь»	2	0,2	1,8	Беседа, анализ продуктивной деятельности, оп-рос
3.23	Итоговое занятие. Квест-игра	1	-	1	Творческие задания
	Всего	36	5,8	30,2	

Содержание ДООП

Коррекционно-развивающие занятия			
№	Тема	Цель занятия	Содержание занятия
1	Занятие 1. «Знакомство»	Отработка способов знакомства, формирование позитивного эмоционального настроения; обучение снятию напряжения в незнакомой обстановке, развитие доброжелательности, воображения	Упражнение «Давайте познакомимся» Игра «Угадай, кого не стало?», «Поиграем-помечтаем» Рисование «Моя мечта»; рассматривание рисунков Этюды «Три желания» Игра «Если бы я был волшебником, чтобы я сделал для людей...» Упражнение на расслабление «Качели»
2	Занятие 2. «Интерес»	Знакомство с эмоцией «интерес»; создание условий для развития интереса и любознательности; умения выражать задуманное в рисовании; развитие воображения, обучение навыкам саморегуляции, снятию телесных зажимов	Беседа «Так много в мире есть чудес, все вызывает интерес» Этюд «Что там происходит?»; «Кузнечик»; «Собачка принохивается» Игра «Секретики вдвоем» Рисование «Инти-инти-интерес...» Упражнение на расслабление «Лягушата»
3	Занятие 3,4. «Испуг»	Знакомство с состоянием человека «испуг», обучение распознаванию и пониманию этого состояния, снятию напряжения в незнакомой обстановке обучение навыкам саморегуляции, снятию телесных зажимов	Беседа «Если без друзей в лесу остаться, можно очень испугаться» Сценки по сюжетам Обсуждение ситуаций Прослушивание разнообразных звуков, обсуждение Этюды «Испугайся, как...», «Покажи, что ты чувствуешь, если» Чтение рассказа Рисование по отрывку песенки Тренинг эмоций Упражнение на расслабление
4	Занятие 5,6. «Любопытство»	Знакомство с чувством «любопытство» в окружающем, обучение умению общаться, делиться своими мыслями и идеями, внимательно выслушивать собеседников; развитие творчества, воображения	Беседа «Хочу все знать» Этюд «Любопытный» Обсуждение ситуаций Анализ рассказа В.Волкова «Вежливый дедушка» Игра «Превращение из любопытного в любознательного» Упражнение на расслабление «Волшебный сон»
5	Занятие 7,8. «Грусть»	Знакомство с эмоцией «грусть», распознавание и понимание этого состоя-	Беседа «Почему мы грустим?» Упражнение «Клубочек» Инсценировка стихотворения Н.

		ния; обучение приемам, как справляться с этим; развитие доброжелательности, воображения	Григорьевой «Один дома» Слушание отрывка П. Чайковского «Болельщик», беседа Упражнение «Оцени поступок», «Как помочь мальчику» Два этюда, этюд «Наша Таня» Минутки смеха Рисование «Смешинка про запас» Упражнение на расслабление «Солнечный зайчик»
6	Занятие 9,10. «Радость»	Знакомство с чувством «радость», с различными проявлениями радости, обучение умению делиться своей радостью с другими; развитие доброжелательности, воображение, фантазии	Беседа «Успех, здоровье, дружба, радости - поводы для радости» Этюд «Золотые капельки», «Встреча с другом» Упражнение «Когда радуются дети?», «Кабы не было зимы» Игра «Разыщи в себе радость» Чтение В.Сухомлинского «Как спаслась ласточка?» Рисование «Нарисуй радость» Решение веселых задач Ситуация «Нечаянная радость» Танцевальный час Упражнение «Сухой дождь»
7	Занятие 11,12. «Страх»	Знакомство с эмоцией «страх», поиск социально-приемлемых форм выражения агрессивных переживаний при страхе, помощь в снятии напряжения; развитие доброжелательности, воображения	Беседа о страхах «Хоть я трусом не зовусь, но чудовища боюсь» Этюды «Потерялся», «Собака нападает» Обсуждение ситуаций Упражнение «Полезен ли страх?» Чтение рассказа Л.Н.Толстого «Мышка на прогулке» Конкурс Боюсек Игра «Мы с тобой в норке» Упражнение «Не боюсь тебя я, гусь!» Упражнение на расслабление под фонограмму морского прибоя
8	Занятие 13,14 «Усталость», «Лень»	Знакомство с чувством «усталость»; создание условий для развития эмпатии, проявления нежности, внимания и участия; обучение пониманию состояния другого; выражения настроения в движениях	Беседа «Ничего, что ноет тело, но зато...» Этюд «Я так устал» Чтение и обсуждение стихотворения «Я очень устал» Дискуссия «Чем отличаются усталость и лень?» Ситуация «Посмеемся и отдохнем»

			<p>Чтение сказки «Трудолюбивый и ленивый»</p> <p>День «Игрушкина больница»</p> <p>Выпуск буклета «Ура труженикам!»</p> <p>Упражнение на расслабление «Кулачки»</p>
9	Занятие 15 «Гордость»	Знакомство с чувством гордости за собственные достижения, чтобы внешний план морали (нравственность, патриотизм) стал внутренним, принятым образом жизни	<p>Беседа «Не нужно гордости стыдиться, когда у вас есть чем гордиться»</p> <p>Этюд «Добрый мальчик»</p> <p>Анализ ситуации «Ты у меня самый-самый»</p> <p>«Тихая игра»</p> <p>Чтение рассказа Л.Толстого «Лебеди»</p> <p>Упражнение «Чем могут гордиться дети и взрослые?»</p> <p>Рисование «Я умею и могу»</p> <p>Упражнение на расслабление «Кошечка»</p>
10	Занятие 16,17. «Злость», «Гнев»	Знакомство с чувствами «злость», «гнев»; развитие умения понимать и описывать свое внутреннее состояние; предложение различных способов снятия напряжения и выплескивания негативных эмоций; развитие доброжелательности, воображения	<p>Беседа «Почему мы злимся?»;</p> <p>«Известно всем из века в век: не злостью славен человек», рассматривание иллюстрации</p> <p>Этюды «Гневный гном», «Поссорились петушки»</p> <p>Закончи предложение: «Я злюсь, когда...»</p> <p>Игра «Позлись и улыбнись»</p> <p>Советы выхода из злости</p> <p>Игра «Прогоним Карабаса»</p> <p>Рисование Бабулечки Ягулечки (доброй и веселой)</p> <p>Упражнения «Апельсин», «Мешочек гнева», «Гадание на гнев»</p> <p>Упражнение на расслабление «Успокойся и соберись»</p>
11	Занятие 18, 19. «Забота», «Спокойствие»	Знакомство с чувством «забота»; состоянием человека «спокойствие»; создание условий для развития эмпатии, проявления нежности, внимания и участия; обучение пониманию состояния другого; выражения настроения в движениях	<p>Беседа «Зачем нужна забота?», «Людам забота как воздух нужна – стать здоровее поможет она»</p> <p>Этюд «Кукла заболела»</p> <p>Обыгрывание сценок</p> <p>Разрешение проблемных ситуаций Упражнение «Когда я вырасту, я стану заботиться»</p> <p>Игра «Кто о нас заботится?»</p> <p>Беседа по картине «Спокойствие</p> <p>Обсуждение ситуации в стихотворении «Мой братик»</p>

			<p>Спокойная игра –какие бывают герои мультиков по характеру?</p> <p>Дыхательные упражнения «Послушай дыхание», «Воздушный шарик»</p> <p>Упражнение на расслабление</p>
12	Занятие 20. «Вина»	<p>Знакомство с эмоцией «вина», обучение выражению своих чувств, умению соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации; помощь в снятии напряжения, развитие воображения, доброжелательности</p>	<p>Беседа «Сумел провиниться – сумей и повиниться»</p> <p>Этюд «Провинившийся»</p> <p>Обсуждение ситуаций</p> <p>Чтение рассказа В.Сухомлинского «А сердце тебе ничего не приказало?»</p> <p>Рисование по рассказу Л.Толстого «Косточка»</p> <p>Упражнение на расслабление</p>
13	Занятие 21. «Сочувствие»	<p>Знакомство с чувством «сочувствие», продолжение закрепления навыков общения; обучение умению разделять негативные события и эмоции другого человека</p>	<p>Беседа «Боль уходит за ворота, когда сочувствует вам кто-то..»</p> <p>Ситуация «Сочувствие и доброта»</p> <p>Упражнение «Кому вы больше сочувствуете? Федоре? Рассеянному с ул. Бассейной?»</p> <p>Рисование на тему песенки «Пропала собака»</p> <p>Упражнение на расслабление «Качели»</p>
14	Занятие 22. «Капризность»	<p>Знакомство с чертой характера «капризность», упражнение умения озвучивать свои просьбы и объяснения, обучение выбору реальной альтернативы для получения желаемого без создания негатива для окружающих</p>	<p>Беседа «Узнаешь ли ты капризулю?»</p> <p>Этюды «Возьми себя в руки», «Морские волны», «Замри»</p> <p>Тренировка мимики</p> <p>Анализ проблемных ситуаций</p> <p>Тренинг выхода из каприза</p> <p>Творческое задание «Рисуем хорошее настроение»</p> <p>Упражнение на расслабление «Волшебный сон»</p>
15	Занятие 23. «Благодарность»	<p>Знакомство с чувством «благодарность»; развитие навыков общения; создание условий для позитивной энергии детей, достижения гармонии с окружающим; развитие воображения, обучение навыкам снятия телесных зажимов</p>	<p>Беседа «Что такое благодарность?», «Спасибо деду за Победу»</p> <p>Этюд «Посещение больного»</p> <p>Чтение рассказа «Два пирожных»</p> <p>Игра «Я буду благодарным»</p> <p>Изготовление открытки</p> <p>Упражнение на расслабление «Штанга»</p>
16	Занятие 24,25 «Скука»	<p>Знакомство с негативной эмоцией «скука», обуче-</p>	<p>Беседа «Долог день до вечера...»</p> <p>Игра «Скучно, скучно так си-</p>

		ние выражению своих чувств, умению соотносить поступок и эмоцию с помощью мимики, жестов, поведения, интонации; помощь в снятии напряжения	<p>деть» Этюд «Скучно» Игра «Зеркало» Час веселья «Смешинка в рот попала» Пальчиковая гимнастика «У меня есть 5 пальцев» Изготовление плаката «Давай прогоним скуку» Знакомство с пословицами Изготовление игрушки в технике оригами, обыгрывание Игра «Веселый мячик» Упражнение на расслабление</p>
17	Занятие 26. Удивление	знакомство с эмоцией «удивления»; воспитание стремления к узнаванию окружающего мира; закрепление мимических навыков	<p>Знакомство с эмоцией удивления Этюд «Живая шляпа» Тренировка мимики «Удивление» по пиктограммам Игра «Волшебный сундучок» Прогулка по кабинету с увеличительным стеклом Рисование «Удивленные человечки» Упражнение на расслабление</p>
18	Занятие 27. Мечтательность	Знакомство с эмоцией «мечтательность», формирование умения общаться, делиться своими мыслями и идеями, внимательно выслушивать собеседников; развитие творчества, во-ображения	<p>Беседа «Чтоб мечты своей добиться, нужно к этому стремиться» Игра-пантомима «Кем быть» Игра «Секретики детства» Упражнения «Сегодня я мечтаю..», «Чудеса на небе» «Если бы я был волшебником, чтобы сделал для людей?» Рисование «Мечта на ладошке» Упражнение на расслабление</p>
19	Занятие 28,29. «Обида»	Знакомство с эмоцией «обида», создание условий для укрепления эмоциональной сферы, повышения самооценки; обучение умению договариваться, приходить к общему решению; способам снятия напряжения; развитие доброжелательности, справляться с отрицательными эмоциями, не подавляя их, направлять в новое, рациональное русло	<p>Беседа «Я хочу себе помочь, уходи, обида, прочь» Этюд-сценка Игра «Хорошо-плохо» Упражнения-помощники «Если тебя обидели» Беседа по стихотворению «Как обиделись гномики» Упражнение «Поссорились-помирились» Рисование «Уходи, обида, прочь» Упражнение «Волшебный мешочек с обидами» Упражнение на расслабление</p>

20	Занятие 30, 31. «Доброта»	Знакомство с типом поведения «доброта»; развитие навыков общения; создание условий в окружении позитивной энергией, достижения гармонии с окружающим; развитие воображения, обучение навыкам саморегуляции, снятию телесных зажимов	Беседа «Что такое доброта?» Рассматривание иллюстрации Этюд «Поможем Пятачку» Упражнение «Добрый мальчик» Чтение рассказа «Пламечко» Упражнение «Как помочь зайке и мишке» Конкурс на самый добрый вопрос Игра «Добрый друг» Обсуждение пословиц о доброте Ситуация «Кто зреет и спеет?» Упражнение на расслабление
21	Занятие 32,33. «Жадность»	Знакомство с негативной эмоцией «жадность», проявление внимания к своим близким и дорогим людям; поощрение умения делиться с друзьями; обучение снятию напряжения, развитию доброжелательности, воображения	Беседа «Хорошо быть жадным?» Этюд «Не покажу» Чтение и инсценирование стихотворений Упражнение «Какая девочка лучше всех?» Обсуждение смысла пословицы, ситуации Чтение и анализ сказки «Царь и вечерняя заря» Рисование по отрывку стихотворения Упражнение на расслабление «Загораем»
22	Занятие 34,35. «Любовь»	Знакомство с чувством «любовь»; продолжать развивать навыки общения; наполнить окружение детей позитивной энергией, достижения гармонии с окружающим; обучать навыкам саморегуляции, снятию телесных зажимов	Беседа – размышление о любви Упражнение «Как можно сказать о том, что любишь ..» Этюд «Я посылаю тебе любовь» Игра «Пересядьте все, кто...» Рассматривание иллюстраций сказки «Красавица и чудовище», беседа Рисование «Ладонь, полная солнца» Час сюрпризов «И я посылаю вам свою любовь» Танцевальный час Упражнение на расслабление
23	Итоговое занятие 36		Квест игра

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 36

Количество учебных дней: 36 (Приложение № 1)

Формы контроля основных достижений воспитанников представлены в учебно-тематическом плане, проводятся в ходе коррекционно-развивающих занятий.

Входной контроль осуществляется в форме первичной психологической диагностики;

текущий контроль включает в себя наблюдения, опросы, выполнение практических заданий;

итоговый контроль повторно проведение методик и тестов первичной психологической диагностики, итоговое занятие в форме квест-игры.

Календарный учебный график является обязательным приложением к ДООП, утверждается приказом заведующего по МАДОУ № 9.

Материально-технические условия. Кабинет оборудован в соответствии с требованиями СанПиН. Его размер позволяет ставить стулья в круг и проводить подвижные игры (допускает быструю перестановку мебели; содержит рабочую, спортивную, игровую зоны, зону для обсуждения).

В помещении отсутствуют препятствия, отгораживающие участников друг от друга.

На столах размещается изобразительный, раздаточный материалы, технические средства. Они удобны для размещения листов бумаги, ватманов по ходу коррекционно-развивающих занятий.

Учтено требование к освещенности, возможности проветривания помещения.

Имеются ноутбук, наглядно-демонстрационный материал, дидактические игры.

Оценочные материалы и формы контроля

Первичная психологическая диагностика осуществляется в ходе работы с использованием специальных методик «Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)» (Приложение № 2), теста на определение уровня самооценки «Лесенка» (Приложение № 3), графической методики «Кактус» (Приложение № 4), социометрической пробы «День рождения» (Приложение № 5), «Социометрический опросник» (Приложение № 6);

Текущий контроль включает беседы, дидактические игры, практические и творческие задания.

После итоговой психологической диагностика проводится квест-игра.

Методическое обеспечение.

Дидактические игры (**словесные игры**)- «Угадай, кого не стало?», «Поиграем-помечтаем»; «Если бы я был волшебником, что бы я сделал для людей?», «Разыщи в себе радость», «Секретики вдвоем», «Превращение из любопытного в любознательного», «Хорошо-плохо», «Кто о нас заботится?»;

Художественные произведения:

стихотворения Н. Григорьевой «Один дома», «Мой братик», В. Квитко «Жадный пес», «Кто кого обидел?»

рассказы: Л.Толстой «Мышка на прогулке», «Случай в песочнице», «Лебеди», «Косточка»; В.Волков «Вежливый дедушка», В.Сухомлинский «Как спаслась Ласточка», В.Сухомлинский «А сердце тебе ничего не подсказало?», «Для чего руки нужны?», сказка «Трудолюбивый и ленивый», «Два пирожных», К. Онисимова «Пламечко», сказка «Царь и вечерняя заря», «Сказка о любви»

Наглядный материал – демонстрационный материал «Чувства. Эмоции» Л.Б.Фесюковой.

Технические средства и оборудование: компьютер, принтер (для проведения диагностики, работы с интернетом); «сухой бассейн», «сухой душ»; «сенсорная тропа» с разными поверхностями; пузырьковая колонна; сенсорное панно «Звездное небо»; «зеркальный домик»; «набор массажных рукавичек», 7 пуфиков, 2 кресла-груша, кубик-кресло; диванчик

Материалы: краски, карандаши, фломастеры, маркеры (для рисования); корсажная лента, бумага для рисования разных форматов, цветов и оттенков, кисти разных размеров, ножницы, клей, скотч и пр.

Список литературы

1. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. «Практический психолог в детском саду: пособие для психологов и педагогов». – М. Мозаика-Синтез, 2016. - 146 с.
 2. Годовникова Л.В. «Коррекционно-развивающие технологии в детском саду». /авт.-сост. Л.В. Годовникова [и др.]. – Волгоград. Учитель, 2013. - 187 с.
 3. Денисова Н.Д. «Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет». /Сост.: Н.Д. Денисова – Волгоград. Учитель, 2012. – 205 с.
 4. Лесина С.В., Попова Т.Л., Списаренко Т.Л. «Коррекционно-развивающие занятия: комплекс мероприятий по развитию воображения, занятия по снижению детской агрессии». – Волгоград. Учитель, 2013. - 164 с.
 5. Никулина Ф.Х. «Формирование познавательной сферы у детей 5-7 лет» /Авт.-сост.: Ф.Х. Никулина – Волгоград. Учитель, 2012. – 144 с.
 6. Панфилова М.А. «Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры». – М.: Гном и Д, 2000. - 160 с.
 5. Рогов Е.И. «Настольная книга практического психолога в образовании». – М.: Владос, 1995. - 529 с.
 6. Фесюкова Л.Б. Серия «Беседы по картинкам» Чувства. Эмоции». – М.:ТЦ Сфера, 2014. – 20 к.
 7. Янчук М.В. «Игротренинги с использованием сенсорных модулей. Старшая и подготовительная группы». – Волгоград: Учитель, 2012. - 127 с.
- <https://www.psychologies.ru/standpoint/pochemu-progovarivanie-emotsiy-pomogaet-spravitsya-s-depressiey/>

Приложение № 1

Расписание индивидуальной работы (коррекционно-развивающих занятий, коммуникативных тренингов) по ДООП «Благополучие» с 15.09.2024 по 15.05.2025

День недели	Содержание деятельности
Понедельник	15.30-16.12.00 - по подгруппам

Приложение № 2

Тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)

Цель: Определение уровня тревожности с помощью специального проективного теста тревожности.

Экспериментальный материал: 14 рисунков размером 8,5х11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни обучающегося ситуацию. Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.

Проведение исследования. Рисунки показывают обучающемуся в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив рисунок, педагог-психолог дает инструкцию.

Инструкция

Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»

Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»

Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»

Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»

Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»

Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»

Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Собирание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»

Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»

Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание повторяющихся выборов у обучающегося в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы не задаются.

Выбор обучающимся соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются в специальном протоколе.

Образец: Имя	Возраст	Дата:	2022 г
Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Весел лицо	Печальное лицо
1. Игра с младшими детьми	Ему надоело играть		+
2. Ребенок и мать с младен- цем	Гуляет с мамой, люблю гу- лять с мамой	+	
3. Объект агрессии	Его хотят ударить стулом. У него грустное лицо		+
4. Одевание	Он пойдет гулять. Надо обу- ваться	+	
5. Игра со старшими детьми	Потому что у него дети	+	
6. Укладывание спать в одиночестве	Я всегда беру спать игрушку		+
7. Умывание	Потому что он умывается	+	
8. Выговор	Мама хочет уйти от него		+
9. Игнорирование	Потому что тут малыш		+
10. Агрессивность	Потому что кто-то отбирает игрушку		+
11. Собираание игрушек	Мама заставляет его, а он не хочет		+
12. Изоляция	Они не хотят играть с ним		+
13. Ребенок с родителями	Мама и папа гуляют с ним	+	
14. Еда в одиночестве	Пьет молоко, и я люблю нить	+	

	МОЛОКО		
--	--------	--	--

Протоколы каждого обучающегося подвергаются количественному и качественному анализу.

Количественный анализ

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности обучающиеся подразделяются на 3 группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Качественный анализ. Каждый ответ анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта обучающегося в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Обучающиеся, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать наивысшим ИТ; делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ. Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок – взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).

Приложение № 3

Методика «Лесенка»

Данная методика предназначена для выявления системы представлений обучающегося о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

Цель исследования: определить особенности самооценки обучающегося (как общего отношения к себе) и его представлений о том, как его оценивают другие люди.

Материал и оборудование: нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

Процедура исследования: Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с обучающимся с использованием определенной шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

Проведение теста: Обучаемому дают лист с нарисованной на нем лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял он объяснение. В

случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

Анализ результатов: Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку обучающийся сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети (размещает себя на верхние ступеньки). Положение на любой из нижних ступенек говорит об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам у обучающихся, и связано с холодным отношением к ним, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребенок, который приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведет. Дети не могут быть хорошими постоянно и не могут соответствовать всем притязаниям взрослых, выполнять все их требования, таким образом, дети в этих условиях начинают сомневаться в себе, в своих силах и в любви к ним родителей. Также не уверены в себе и в родительской любви дети, которыми вообще не занимаются дома. Следовательно, крайнее пренебрежение ребенком, как и крайний авторитаризм, постоянная опека и контроль, приводят к сходным результатам. Конкретно об отношении родителей к ребенку и их требованиях говорят ответы на вопрос о том, куда их поставят взрослые - папа, мама, воспитательница. Для нормального, комфортного самочувствия, которое связано с появлением чувства защищенности, важно, чтобы кто-то из взрослых поставил ребенка на самую высокую ступеньку. В идеале, сам обучающийся может поставить себя на вторую ступеньку сверху, а мама (или кто-то другой из родных) ставит его на самую высокую ступеньку.

Исследование самооценки с помощью методики «Лесенка»

Обучающемуся показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа обучающегося, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама». Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если он не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д. Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Способ выполнения задания	Тип самооценки
1. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала»	Неадекватно завышенная самооценка
2. После некоторых раздумий ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет недостатки и промахи, объясняет их внешними, независящими от него, причинами	Завышенная самооценка

ми, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть немного его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный»	
3. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности.

Приложение № 4

Методика «Кактус»

Позволяет увидеть состояние эмоциональной сферы ребенка, отметить наличие агрессивности, ее направление, интенсивность.

Материал и оборудование: лист бумаги А-4, простой карандаш.

Процедура исследования: Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой наблюдение за ребенком в ходе рисования им.

Проведение теста: Ребенку дают лист: «На листе бумаги нарисуй на нем кактус – такой, какой ты себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Анализ результатов: при обработке результатов принимаются во внимание данные, свойственные всем графическим методам: пространственное расположение и размер рисунка, характеристики линий, нажим карандаша. Кроме того, учитываются показатели, характерные именно для той методики: характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный и т.д.); характеристика иголок (размер, расположение, количество).

В рисунке могут проявиться следующие качества ребенка:

Агрессия – наличие иголок. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга иголки показывают высокую степень агрессивности.

Импульсивность – отрывистость линий, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, центр листа.

Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.

Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков, интересные формы.

Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – использование ярких цветов, «радостные» кактусы.

Тревога – использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки прерывистыми линиями.

Женственность – наличие украшений, цветов, мягких линий и форм.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интровертированность – на рисунке изображен один кактус.

Стремление к домашней защите, наличие чувства одиночества – дикорастущие, «пустынные» кактусы.

После завершения рисунка ребенку задаются вопросы:

1. Этот кактус домашний или дикий?

2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?

3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?

4. Кактус растет один или с какими-то растениями по соседству? Если растет с соседом, что это за растение?

5. Когда кактус подрастет, как он изменится (иголки, размер, отростки)?

Следует помнить об осторожности в выводах после обработки данного теста. Кроме учета изобразительных навыков, детских стереотипов возрастных особенностей, на образ рисунка возможно влияние ситуации, если дома имеется кактус определенной формы, или недавно рассматривали энциклопедии о пустынях и т.д.

Этот тест, как и другие графические методики, эффективен только в комплексе с основными, классическими методами.

Приложение № 5

Социометрическая проба «День рождения»

Этот тест предназначен для детей дошкольного возраста, когда необходимо провести исследование отношения ребенка к детям и взрослым.

Инструкция. «Давай поиграем с тобой в твой день рождения. Большой круг – это стол, на котором находится торт со свечками. Свечек столько, сколько будет лет. Мы их нарисуем. Вокруг стола расположены маленькие кружочки – это стулья. Выбери стул, на который ты сядешь. Давай его отметим звездочкой или снежинкой. (ответ ребенка позволяет отметить сформированность половой идентификации: мальчики выбирают звездочку, девочки – снежинку). Кого хочешь посадить рядом с собой? А с другой стороны?» (около кружочка пишется имя, а в кружочке – порядок выбора). Ребенок называет имена людей, игрушки, животных.

Их располагаем в порядке называния или усаживаем на «стульчики», которые предлагает ребенок. После 4 выбора предложить повторяющийся вопрос: «Ты будешь еще кого-то сажать или уберем (зачеркнем стульчики)?». (Ответ ребенка дает нам возможность предположить его потребности в общении).

Когда ребенок заполнит все 10 «стульчиков», задаем вопрос о необходимости добавить «стульчики»: «Если хочешь еще кого-то посадить, мы можем добавить (дорисовать) их». Есть дети, которые имеют потребность дорисовывать «стульчики» в промежутках, иногда даже заполняют второй ряд.

Анализ результатов

1. Потребность в общении:

а) желает общаться в широком кругу – использует все «стульчики» или просит добавить новые;

б) желает общаться, но с близкими людьми, в ограниченном кругу – «убираются» (зачеркиваются) «стульчики»;

в) несформированная потребность в общении – выбор игрушек, предметов, животных.

2. Эмоциональные предпочтения в общении: близкие, доверительные, приятные отношения – люди располагаются рядом с «именинником».

3. Значимость социальных окружений:

- а) количественное преобладание взрослых, детей, предметов – наличие опыта общения с ними;
- б) преобладание какой-то группы (семья, детский сад, школа, двор и т.д.);
- в) половое преобладание в общении – наличие мальчиков и девочек, женщин и мужчин.

Предлагая ребенку данную игру, мы прикасаемся к его личному миру. Следует помнить о доверительном контакте с ним. В тест погружают постепенно: вначале лучше побеседовать о дне рождения, нарисовать атрибуты дня рождения, поиграть в рисунки. Если стулья будут разной величины, сможем проанализировать выбор ребенком собственного места, тенденции на лидерство (крупный «стул») или неуверенность (маленький «стул»).

В случае, если социальная проба не даст необходимую информацию, можно повторить игру, предложить нарисовать еще стол: для взрослых (если за предыдущим столом располагались только дети) или для детей (если за предыдущим столом располагались только взрослые) или стол для людей (если за предыдущим столом располагались только игрушки, предметы, животные). Новый стол начинаем вновь с торта, свечек, со звездочки или снежинки и задаем уже знакомые вопросы.

Приложение № 6

Социометрический опросник для детей

Данный опросник используется в работе с обучающимися старше 5 лет для исследования эмоциональных предпочтений, выявления референтной группы, популярных и непопулярных детей, значимых воспитателей.

Опросник состоит из 5 частей, содержит по 10 вопросов и исследует отношения со сверстниками, отношения в семье, с воспитателями, референтной группой.

Результаты оформляются в социограмму.

I. - отношения со сверстниками

- 1. С кем обычно играешь?
- 2. С кем тебе нравится играть больше всего?
- 3. Если бы тебе предложили назвать тех детей, кого нужно перевести в другую группу, кого бы ты назвал?
- 4. Если бы тебя перевели в другую группу, кого бы ты взял с собой?
- 5. Если бы тебя угостили тремя конфетами, кого бы ты угостил?
- 6. С кем из детей ты бы хотел сидеть рядом?
- 7. С кем из детей ты бы не хотел сидеть рядом?
- 8. Кого из детей ты бы хотел пригласить на день рождения?
- 9. Кого из детей ты бы не хотел пригласить на день рождения?
- 10. С кем из детей ты хотел бы жить по соседству?

II. - отношения в семье

- 1. С кем ты любишь играть дома?
- 2. С кем ты не любишь играть дома?
- 3. С кем ты любишь заниматься дома?
- 4. С кем ты не любишь заниматься дома?
- 5. С кем ты любишь дома смотреть телевизор?
- 6. С кем ты не любишь дома смотреть телевизор?
- 7. С кем ты любишь гулять?
- 8. С кем ты любишь вместе обедать?
- 9. Если бы у тебя были 2 билета в цирк, с кем бы ты пошел?

10. На кого в семье ты бы хотел быть похожим?

III. - отношения с воспитателями

1. С кем из воспитателей тебе интересно на занятиях?
2. С кем из воспитателей тебе не интересно на занятиях?
3. С кем из воспитателей тебе интересно на прогулке?
4. С кем из воспитателей тебе не интересно на прогулке?
5. На кого из воспитателей ты бы хотел, чтобы были похожи другие педагоги?
6. На кого из воспитателей ты бы хотел быть похожим?
7. Кто из воспитателей самый добрый?
8. Кто из воспитателей самый строгий?
9. Кому из воспитателей ты расскажешь о своих неприятностях?
10. С кем из воспитателей ты бы хотел пойти на экскурсию?

IV. - значимая роль воспитателей

1. Тебе хочется побыть около воспитателя или поиграть с ребятами?
2. На экскурсии в автобусе ты сядешь рядом с воспитателем или с ребятами?
3. На занятии, если ты не понял вопрос, ты спрашиваешь у воспитателя или у товарища?
4. Если ты отмечаешь день рождения всей группой, ты пригласишь воспитателя?
5. Если тебя воспитатель просит помочь, ты выполняешь просьбу с радостью или тебе безразлично?
6. Если у тебя происходит радостное событие, ты расскажешь об этом воспитателю или промолчишь?
7. Тебе нравится, когда тебя хвалит воспитатель или тебе безразлично?
8. У воспитателя день рождения, ты бы хотел подарить ему цветы, или хочешь, чтобы это сделал кто-то другой?
9. Если в транспорте ты случайно встретил воспитателя, ты подойдешь к нему?
10. Ты бы хотел быть похожим на своего воспитателя?

V. - отношения в референтной группе

1. Когда тебе грустно, кого ты хочешь видеть рядом с собой?
2. Когда тебе грустно, кого ты не хочешь видеть рядом с собой?
3. Когда тебе весело, кого ты хочешь видеть рядом с собой?
4. Кому ты расскажешь о своем секрете?
5. Кому ты не расскажешь о своем секрете?
6. С кем ты хотел бы заниматься любимым делом?
7. С кем ты не хотел бы заниматься любимым делом?
8. С кем ты поделился бы конфетой?
9. На кого ты бы хотел быть похожим?
10. На кого ты не хотел бы быть похожим?

Коррекционно-развивающие занятия

Занятие 1. «Знакомство»

Упражнение «Давайте познакомимся»

Игра «Угадай, кого не стало?», «Поиграем-помечтаем». Сочини свою версию мультфильма «Ну, погоди» - как помирить героев, «Снежная королева» - как научить людей видеть хорошее и т.д.

Рисование нетрадиционными техниками «Моя мечта на ладошке» (обвести на листе бумаги ладошку, придумать фон, изобразить свою мечту; рассматривание рисунков)

Этюды «Три желания» (каждый ребенок с помощью мимики и жестов изображает свои три мечты-желания, а дети их угадывают)

Игра «Если бы я был волшебником, что бы я сделал для людей?»

Упражнение на расслабление «Качели» - (дети стоят, как бы на качелях: ноги слегка расставлены, вес тела переносят с ноги на ногу).

Занятие 2. «Интерес»

Беседа «Так много в мире есть чудес, все вызывает интерес». Рассматривание иллюстрации: куда смотрят дети? Что они хотят увидеть? Посмотрите на их лица. Интересно ли детям? Какой прибор помогает им увидеть звезды? Закончи предложение: «Мне интересно, когда...»

Этюд «Что там происходит?» (дети стоят в тесном кругу, что-то рассматривают, наклонив головы. За кругом девочка, она думает: «Что же там происходит?», подойти не решается, поворачивает голову, наклоняет корпус, делает удивленные глаза); «Кузнечик» (ребенок гуляет по лесу и видит кузнечика, подкрадывается, протягивает руки и хочет поймать в ладошку его, а он – прыг... и нету!); «Собачка принохивается» (охотничья собака, увидев дичь, сразу застывает в нарядной позе: уши наострила, нос втягивает незнакомый запах...)

Игра «Секретики вдвоем» (доверительно...где работают твои родители? Если бы ты был дома один, кого бы ты ждал больше всего? Если бы у тебя были 2-3 билета в цирк, кого бы ты взял с собой на представление? Ты бы смог отдать билет брату(сестре), если бы не хватало билета? С кем ты дружишь? Почему? С кем бы хотел дружить? Во что больше всего любишь играть? С кем любишь играть?)

Рисование нетрадиционными техниками «Инти-инти-интерес...» рисуем свой «интерес»

Упражнение на расслабление. «Лягушата» (Вот понравится лягушкам – тянем губы прямо к ушкам! Потяну и перестану, и нисколько не устану!

Занятия 3,4. «Испуг»

Беседа «Если без друзей в лесу остаться, можно очень испугаться». Рассматривание иллюстраций: что случилось в лесной лужайке? Кто кого испугался больше? Что мальчик расскажет дома? Какой будет у мальчика корзинка? Закончи предложение «Я могу испугаться, если...»

Сценки по сюжетам (педагог-психолог читает, дети инсценируют)

Вышла мама уточка поучить утят:

Вы плывите, ути-ути, плавно, в ряд,

Плыви, плыви, утеныш, не бойся, не утонешь!....

Мимо пес большой бежит, он и лает, и рычит,

Вот цыплята испугались, и по саду разбежались.....

Филин буквы «Ф боится, днем со страху спать ложится!»

Обсуждение ситуаций. Как выйти из положения, если ты испугался и виноват в том, что случайно: разбил зеркало (чашку, вазу); пролил чай (сок, суп); оторвал пуговицу на одежде, сломал игрушку.

Этюд «Покажи, что ты чувствуешь, если... (один дома, заблудился, первый раз пойдешь в школу)»

Чтение рассказа. «Беленький щенок, нашей Жучки сынок, во дворе увидел ёжика. Хотел с ним поиграть. А еж иголки распустил и щенка уколол. Мама Жучка щенка пожалела, лапку облизала и сказала: Умей друзей выбирать не колючих, а таких, как ты, пушистых».

Этюды «Испугайся, как...» (ребенок, заблудившийся в лесу; ежик, увидевший медведя; котенок, к которому лает огромная собака)

Исполнение все вместе песенки «На медведя я, друзья, выйду без испуга,

Если с другом буду я, а медведь - без друга!»

Рисование по отрывку этой песенки

Упражнение на расслабление

Говорит попугай попугаю: Я тебя, попугай, попугаю!

Девочки и мальчики, теперь вы попугайчики,

Быстро все на пальму сели, друг на друга поглядели.

Головами повертели, на лиану полетели,

Крылья хорошо иметь, прыгать можно и лететь!

Занятие 5,6. «Любопытство»

Беседа «Хочу все знать». Рассматривание иллюстрации: что делает мальчик? Почему он подсматривает и подслушивает? Хорошо ли это? Закончите предложения: «Мне любопытно, что...». Чем отличается любопытство и любознательность? Почему говорят: «У любопытного весь мир в ладонях, а любознательному весь мир открывается»

Этюд «Любопытный». Мальчик увидел мужчину с сумкой и пошел за ним. Очень ему хотелось узнать, что в этой сумке. Мужчина сел на лавочку и заснул. Мальчик открыл сумку и увидел овощи. Он разочарованно махнул рукой и пошел домой.

Оцените поступок мальчика.

Обсуждение ситуаций. Как вы поступите: мама и папа ссорятся: папа что-то шепчет на ушко маме; бабушка что-то прячет в свой шкаф; мама сообщает вам свою тайну и просит никому не говорить

Анализ рассказа В.Волкова «Вежливый дедушка»

Рядом с нашей школой строят дом. Когда я проходила мимо, из подъезда вышел вежливый на вид дедушка. У него в руках был пакет с молоком. «Девочка, - сказал он, - тут кошечка окотилась, хочешь посмотреть котят? Пойдем, покажу, они в коробке, за углом». Мне было любопытно посмотреть котят, и я пошла с ним. Но вдруг из-за угла вы-

глянул мальчик. «Нет там никаких котят, - закричал он. – Врет он! Он хочет тебя заманить! Беги отсюда!» Дедушка выронил пакет и побежал. Я тоже быстро побежала в школу и рассказала учительнице. Она сказала: Молодец, что убежала, я сейчас сообщу в полицию».

Игра «Превращение из любопытного в любознательного» (задания детям: узнай на ощупь предметы из волшебного мешочка, отгадай на вкус; придумай 3 вопроса человеку, с которым хочешь познакомиться)

Упражнение на расслабление. Впереди у вас волшебный сон. Ресницы опускаются. Глаза закрываются...Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем. Наши руки отдыхают, ноги тоже отдыхают, губы чуть приоткрываются – все чудесно расслабляется

Занятие 7,8. «Грусть»

Беседа «Почему мы грустим?» Рассматривание иллюстрации: отчего грустит девочка? Какое у нее выражение лица? Грустит ли с девочкой собачка? Бывают ли у вас похожие ситуации? Что вы чувствовали? Как успокаивались?

Упражнение «Клубочек»

Инсценировка стихотворения Н. Григорьевой «Один дома»

Маме с папой нужно срочно за покупкой в магазин.

И теперь я знаю точно, буду целый час один.

На доске рисую мелом, всем известно наперед,

Что когда ты занят делом, незаметно час пройдет.

Слушание отрывка П. Чайковского «Болезнь куклы», беседа

Упражнение «Оцени поступок». Как поступить, если встретишь на улице заплаканного ребенка....

Упражнение «Как помочь мальчику»

Два этюда: с фотографией, с зонтиком

Закончи предложение «Мне грустно, когда»

Минутки смеха. Пение частушек.

Рисование нетрадиционными техниками «Смешинка про запас».

Упражнение на расслабление. «Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладошками: на лбу, на носу, на щеках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги...он забрался за шиворот? Погладь его и там. Он не озорник – он любит и ласкает тебя. А теперь лучику надо идти дальше. Возьми его в ладошки, вытяни вверх и вперед. Выпусти зайчика, проводи его».

Занятие 9,10. «Радость»

Беседа «Успех, здоровье, дружба, сладости. Так много поводов для радости». Рассматривание иллюстрации: Как думаете, в каком настроении возвращается мальчик из школы? Скажите, а бабушка уже видела его отметки? Как она выражает свою радость?

Этюд «Золотые капельки» (дети подставляют ладошки теплему летнему дождю. Какой приятный дождик! Как все радуются), «Встреча с другом» (Мальчик расстался с другом на все лето. Его отправили к бабушке. Но вот он вышел на улицу, а навстречу – его друг. Они обрадовались, улыбаются, обнимаются).

Закончи предложение «Радость приходит ко мне, когда»

Упражнение «Когда радуются дети?»

Упражнение «Кабы не было зимы, были бы все в печали»

Игра «Разыщи в себе радость». (У взрослого в руках цветные заготовки со словами «спасибо». Дети называют радостного, веселого героя сказок или мультфильма и получают «подарок»).

Чтение рассказа В.Сухомлиńskiego «Как спаслась Ласточка?»

«Летела Ласточка высоко в небе. Заметил Ласточку хищный Коршун и погнался за ней, чтобы поохотиться. Вот-вот настигнет Ласточку. Жалобно пискнула Ласточка. Это она заплакала от горя. А потом вспомнила, что в гнезде ее ждут маленькие птенцы: голые, беспомощные. Ждут они и могут ее не дожидаться. «Кто же будет кормить моих маленьких птенчиков, если я погибну? Нет, не догонит меня хищный Коршун!» Стрелой полетела Ласточка и спряталась в гнезде. Обрадовались птенцы, радостно запищали.

Что помогло Ласточке спастись?»

Рисование нетрадиционными техниками «Нарисуй радость»

Решение веселых задач

Шесть веселых поросят у крыльца в ряд стоят.

Тут один улегся спать – поросят осталось.....

У детишек-шалунишек, девочек и мальчиков,

Знаем мы на каждой ручке пять веселых пальчиков... а на двух руках?

Ситуация «Нечаянная радость»

Танцевальный час.

Упражнение «Сухой дождь» (Дети идут по кругу, держа в руках ленточки, приговаривая: В небе гром, гроза, закрывай глаза! Дождь прошел, трава блестит, в небе радуга стоит. Поскорей, поскорей выбегай из дверей, по траве босиком, прямо в небо прыжком...)

Занятие 11,12. «Страх»

Беседа о страхах «Хоть я трусом не зовусь, но чудовища боюсь» - рассматривание иллюстрации. «Чего испугался малыш? Может, ему показалось? Что нужно сделать мальчику?

Закончите предложение «Я боюсь, когда...»

Этюды «Потерялся» ребенок отстал от родителей и потерялся, стоит растерянный и не знает, что ему делать, куда идти; «Собака нападает» - мимо детей проходит мужчина с собакой, она на поводке, но громко лает и хочет достать до их ног. Дети испугались и замерли на месте. Обсуждение ситуаций.

Упражнение «Полезен ли страх?» - когда осторожно себя вести, а когда бороться со страхом.

Чтение рассказа Л.Н.Толстого «Мышка на прогулке»

«Мышка вышла гулять. Ходила по двору и пришла опять к матери.

- Мамоchка, я двух зверей видела. Один страшный, а другой добрый.

Мама-мышь сказала: Скажи, какие звери?

Мышка говорит: один страшный, ходит по двору, ноги у него черные, хохолок на голове красный, глаза круглые, а нос крючком. Когда я мимо шла, он открыл пасть, ногу поднял и стал громко кричать. Я от страха не знала, куда бежать.

- Это петух. – сказала мышь. – Он зла никому не причинит, его не бойся. А кто другой зверь?

- Другой лежал на солнышке и грелся. Шейка у него белая, лапки серые, сам лижет свою белую грудку и хвостиком чуть помахивает, на меня глядит.»

Что сказала мама-мышка. Кого надо бояться?

Конкурс Боюсек. Усаживаю детей в круг и рассказываю, чего я боюсь; затем передаю эстафетный клубочек по кругу, и все дети признаются в своих страхах. В заключение дети встают, берутся за руки, проговаривают хором:

Страх-страх-страшилка, Брысь, брысь, брысь
И в смешинку пре-вра-тись! Все дети в подарок получают веселые картинки
Игра «Мы с тобою в норке» - спрятавшись под покрывалом, придумать рассказ
«Что я чувствовал?»

Упражнение «Не боюсь тебя я, гусь!»

Упражнение под фонограмму шума морского прибоя:

Мы – бесстрашные волки морские. Ходят волны кругом вот такие,
Вот такие большие, как дом!

Мы бесстрашные волки морские, смело в бурное море плывем!

Поплывем мы в далекие страны, где блестящие звезды видны,

Где на ветках сидят обезьяны

И гуляют большие слоны!

Занятие 13,14. «Усталость», «Лень»

Беседа «Ничего, что ноет тело, но зато ты сделал дело»: рассматривание иллюстраций, беседа: чем заняты мальчики? А для чего подбеливать деревья? Какое чувство испытывают ребята? Они, конечно, устали... Как им можно отдохнуть?

Закончите предложение «Я устаю, когда...»

Этюд «Я так устал». Маленький гномик несет на плече большую еловую шишку. Вот он остановился, положи ее на землю и говорит: «Я так устал, я очень устал»

Чтение и анализ стихотворения:

На один лишь только день

Поселилась в доме лень.

Вверх тормашками весь дом!

Удивительный погром:

Половик свернулся змейкой,

Платья, брюки под скамейкой...

Что случилось в доме? Как выгнать «лень»?

Дискуссия «Чем отличаются усталость и лень?»

Ситуация «Посмеемся и отдохнем». Чтение шуточных стихов о буквах:

Буква С устала, села, спать, бедняжка, захотела

До упаду У устала – всю квартиру убирала.

Чтение рассказа «Для чего руки нужны?» Е.Пермяка

Петя с дедушкой были большими друзьями. Обо всем разговаривали. Спросил как-то дедушка внука: -А для чего, Петенька, людям руки нужны? – Чтобы в мячик играть!

- А еще для чего? – чтобы ложку держать!

- А еще для чего? – чтобы кошку гладить!

- А еще для чего? – чтобы камешки в речку бросать...

Весь вечер отвечал Петя дедушке. Правильно отвечал, только он по своим рукам судил. Не по маминым, не по папиным, не по трудовым рабочим рукам, которыми вся жизнь, весь белый свет держатся.

Ответы на вопросы:

Что значит: Хлеб ржаной, батон и булки не добудешь на прогулке? – бывает ли усталость приятной? Бывает ли что труд приносит радость?

Сказка «Трудолюбивый и ленивый» Жил-был трудолюбивый человек, а по соседству ленивый. Трудолюбивый очень любил работать, а ленивый целый день на печи лежал. Однажды одна старушка попросила переночевать у ленивого, а он отвечает:

Отстань! Если хочешь переночевать, иди к соседу. И закрыл дверь.

Пошла старушка к трудолюбивому: «Пусти переночевать!»

Заходи, садись за стол.

Поблагодарила его старушка и села за стол. Стал трудолюбивый гостью ужином угощать. Поела старушка и спать легла. Утром стала бабушка в путь собираться и говорит трудолюбивому:

Все, что ты начнешь делать с утра, будешь делать до вечера.

После поблагодарила его и ушла. Стал трудолюбивый собирать урожай, а урожай все не заканчивается. Только поздним вечером вернулся трудолюбивый с огорода.

В этот же день он устроил ужин и пригласил ленивого. Как узнал ленивый, откуда столько еды у трудолюбивого, сразу побежал домой. Он быстро приготовил ужин и сел у окна ждать старушку. Вот увидел он старушку и пригласил в дом, накормил, напоил, спать уложил.

Утром старушка ему говорит: «Все, что ты начнешь делать с утра, будешь делать до вечера». Сказав это, она попрощалась и ушла.

Ленивый быстро побежал в поле и присел отдохнуть, и так он просидел до самого вечера, ничего не собрав.

Беседа по содержанию сказки:

Каким был один из соседей? А второй? Что делал трудолюбивый сосед? А ленивый?

Как отблагодарила старушка трудолюбивого соседа? А ленивого? Чему учит нас эта сказка?

День «Игрушкина больница». Все вместе чиним игрушки, подклеиваем книги.

Изготовление буклета «Ура труженикам!»

Упражнение на расслабление

Руки на коленях, кулачки сжаты.

Крепко с напряжением пальчики прижаты

Их сильнее сжимаем, опускаем, разжимаем....

Занятие 15. Гордость

Беседа «Не нужно гордости стыдиться, когда у вас есть чем гордиться» Где стоят ребята-спортсмены? Как они заслужили свои места на пьедестале? Какие чувства испытывают дети? Радуются ли они успехам друг друга?

Этюд «Добрый мальчик»

Анализ ситуации «Ты у меня самый – самый...»

«Тихая игра» - диалог по стихотворению «Мама занята немножко»

Чтение рассказа Л.Толстого «Лебеди»

Лебеди стаяй летели из холодной страны в теплые земли. Они летели через море. Они летели день и ночь, и другой день, другую ночь, они летели, не отдыхая, над водой. На небе был полный месяц, и лебеди далеко внизу видели синеющую воду. Все лебеди утомились, махая крыльями; но они не останавливались и летели дальше. Впереди летели старые, сильные лебеди, сзади – те, которые были моложе и слабее. Один молодой лебедь летел позади всех. Силы его слабели. Он взмахнул крыльями и не мог лететь дальше. Тогда он распустил крылья и пошел вниз. Он ближе и ближе опускался к воде, а товарищи все дальше и дальше улетали, белая в лунном свете. Лебедь опустил на воду и сложил крылья. Море всколыхнулось под ним и покачало его. Стая лебедей чуть виделась белой чертой на сером небе. И чуть слышно было в тишине, как как шуршали их крылья. Когда они совсем скрылись из виду, лебедь загнул назад шею и закрыл глаза. Он не шевелился. Только море поднимало и опускало его.

Перед зарей легкий ветерок стал колыхать море. И вода плескала в белую грудь лебедя. Лебедь открыл глаза. На востоке алела заря, а месяц и звезды стали бледнее. Лебедь вздохнул, втянул шею и взмахнул крыльями по воде. Он поднимался все выше и выше и полетел один над колыхающимися волнами.

Может ли молодой лебедь гордиться своим поступком?

Упражнение «Чем могут гордиться дети и взрослые?»

Рисование «Я умею и могу»

Упражнение на расслабление «Кошечка»

Точит кошка коготки, сидя на окошке,

Ах, какие же они острые у кошки!

Ах, какие у нее мягонькие лапки,

В этих лапках до поры дремлют цап-царапки.

Кошка спит.

Занятие 16,17. «Злость», «Гнев»

Беседа «Почему мы злимся?»; рассматривание иллюстрации, беседа: что делает мальчик? Почему он такой злой? Как остановить мальчика?

Этюды «Гневная гиена»: «Я страшная гиена, я гневная гиена.

От гнева на моих губах всегда вскипает пена».

«Поссорились петушки»: двое детей сцепляют за спиной пальцы рук, становятся на одну ногу и, слегка подпрыгивая, толкают друг друга плечами.

Закончи предложение: «Я злюсь, когда»

Игра «Позлись и улыбнись»: предлагаю детям - позлись, как дракон, Бармалей, сердитый мальчик; улыбнись, как мама, солнышко, Золушка, радуга.

Печальные случаи из-за злости и ссор

Советы выхода из злости: когда начинаете злиться спокойно подышите; послушайте тихую музыку, поиграйте с мягким мячиком, нарисуйте свое настроение, полистайте книгу сказок, поиграйте в игру «разрывание бумаги».

Игра «Прогоним Карабаса»

Рисование нетрадиционными техниками «Бабулечки Ягулечки (доброй и веселой)»

Упражнение «Мешочек гнева», «Апельсин»

Игра «Гадание на гнев»

Упражнение «Успокойся и соберись». Успокойся. Встань на одну ногу, а другую согни в колене, руки опусти по швам. Ты – стойкий оловянный солдатик на посту, ты честно несешь свою службу. Посмотри по сторонам: кто чем занят, нужна ли кому твоя помощь. А теперь поменяй ногу и посмотри еще внимательнее. Отлично! Ты- настоящий защитник!

Занятие 18, 19. «Забота», «Спокойствие»

Беседа «Зачем нужна забота?». Рассматривание иллюстрации: что делают дети? Наверное, бабушка заболела? Отчего бабушка быстро поправится: от лекарств или заботы внуков? Нужно ли продолжать заботиться о бабушке, когда она поправится?

Этюд «Кукла заболела» (кукла (медвежонок, Карлсон) в руках у ребенка, он укачивает игрушку, обнимает)

Обыгрывание сценок: уход за цыплятами, баюканье малыша

Закончи предложение: «Мне нравится заботиться о»

Решение проблемных ситуаций

Игра «Кто о нас заботится?»

Все болезни лечит врач, он уколе – ты не плачь!
 Веселей смотри вокруг: детский врач ребятам друг.
 Люди каких профессий еще заботятся о нас? (Чтобы у нас был дом, о нас заботят-
 ся..... Чтобы в городе был порядок, заботятся... Чтобы на Земле был мир, заботятся....)
 Обсуждение ситуации в стихотворении «Мой братик»
 Ночью прилетел к нам аист, и с тех пор я вечно маюсь:
 Перевернут был вверх дном наш спокойный тихий дом.
 Принес аист малыша – крикуна и глупыша.
 Говорят: «Твой это братик!», нет, с меня довольно - хватит!
 Дернул он меня за нос – и опять потоки слез!
 Может, дать братишке сдачи? Но опять он громко плачет..
 Может, вы его возьмете, дорогие дяди, тети?
 В общем, братик ничего....хотя и хватит одного!
 Рассматривание иллюстрации «Кто самый спокойный?»
 Игра «К нам в гости пришли герои мультфильмов» - кто самый шаловливый?
 спокойный? Сердитый? Веселый?
 Упражнение на расслабление. (Напряженье улетело, и расслаблено все тело. Буд-
 то мы лежим на травке, на зеленой мягкой травке... греет солнышко сейчас... руки теплые
 у нас....жарче солнышко сейчас....ноги теплые у нас...дышится легко....ровно... глибо-
 ко...)

Занятие 20. «Вина»

Беседа «Сумел провиниться – сумей и повиниться», рассматривание иллюстра-
 ции, беседа: что произошло? Опишите детей. Как вы думаете, им жаль растение? Чувст-
 вуют ли дети свою вину? Или боятся разговора с родителями?

Этюд «Провинившийся».

Мальчик Андрей случайно сломал пульт телевизора. Он испугался, что мама его
 накажет, и сказал, что пульт сломал младший брат. Его наказали. Андрей стал чувствовать
 себя виноватым дважды...Ему стыдно.

Обсуждение ситуаций. Друг на занятии взял твои фломастеры без разрешения. Он
 виноват: что ты будешь делать: расплачешься? Закричишь на него? Молча отберешь?
 Вежливо попросишь?

Чтение рассказа В.Сухомлинского «А сердце тебе ничего не велело?»; рисование
 по рассказу

«Андрейка пришел из школы и увидел заплаканную маму. Он положил портфель
 и сел за стол. Ждет обеда.

-А папу увезли в больницу, - сказала мама. –Заболел наш отец.

Она ждала, что сын заволнуется, начнет задавать вопросы. Но мальчик оставался
 спокойным, невозмутимым

Мама с удивлением посмотрела на Андрейку.

- А нам завтра в лес идти., - сказал Андрей. – Завтра воскресенье. Учительница
 велела, чтобы мы все пришли в школу в семь часов утра.

- Ну, и куда же ты пойдешь завтра?

- В лес. ... Учительница ведь велела.

- А сердце тебе ничего не велело? – спросил мама и заплакала...»

Как мальчику исправить свою вину?

Рисование по рассказу Л.Толстого «Косточка»

Упражнение на расслабление.

Руки на коленях, кулачки сжаты.

Крепко с напряжением пальчики прижаты.

Пальчики сильнее сжимаем, опускаем, разжимаем....

Занятие 21. «Сочувствие»

Беседа «Боль уходит за ворота, когда сочувствует вам кто-то.... ». Рассматривание иллюстрации: Что случилось с мальчиком? Как ему выражают сочувствие? Помогут ли друзья мальчику? Высохнут ли его слезы?

Ситуация «Сочувствие и доброта»

Мальчики во дворе затеяли игру в прятки.

- Юрка, бежим скорее, заберемся в тот небольшой ящик, - там нас никто не найдет.

Юра из всех сил побежал к ящику, но споткнулся и упал, расшиб ногу. Он громко заплакал. Андрей подбежал к нему:

- Успокойся, пожалуйста, потерпи, сейчас я позову твоего папу, все будет хорошо.

Из подъезда вышел Юрин папа: Сынок, возьми себя в руки. Ты же мужчина, покажи, что там у тебя? Пустяки! Пойдем домой, промоем ранку, смажем коленку – и все пройдет, а пока не падай духом!

Дети делают вывод, что мальчик ощущал боль. – Кто помог Юре почувствовать себя лучше?

Какие слова утешения использовали Андрей и папа Юры?

Как вы понимаете слова папы «возьми себя в руки»?

Когда вам больно, кто вам помогает почувствовать себя лучше?

Как можно назвать людей, которые приходят на помощь?

Как можно назвать поступки людей, которые спешат на помощь? (благородные, добрые дела)

Упражнение «Кому вы больше сочувствуете?» (старухе из сказки Пушкина о золотой рыбке; колобку, которого встретила лиса; сестрице Аленушке или братцу Иванушке, Дюймовочке, которая встретила с кротом?)

Рисование на тему песенки «Пропала собака»

Упражнение на расслабление «Качели» (дети стоят, как бы на качелях: ноги слегка расставлены, вес тела переносят с ноги на ногу).

Занятие 22. «Капризность»

Беседа. Как мы можем узнать капризного ребенка? Приятно ли смотреть на него (быть рядом с ним)? Случается, ли вам капризничать?

Этюды: «Возьмите себя в руки», «Стойкий солдатик», «Морские волны», «Замри»

Тренировка мимики

Анализ проблемных ситуаций: Мама дочке в магазине не купила игрушку...сын не хочет ложиться спать...внук не помогает бабушке убирать игрушки

Беседа по стихотворению

Плачет девочка Настюша,

Никого не хочет слушать.

Только топает ногами

И грозит любимой маме.

Слезы катятся из глаз:

«Я прошу в последний раз,

Мне он так необходим,

Не расстанусь в жизни с ним.

Он красивый, он хороший

На другие не похожий,

Позавидуют девчонки,
Он ведь яркий, тонкий, звонкий
Самый лучший в мире он,
Я хочууу такой смартфон!»

Тренинг выхода из каприза (смыть каприз, обнять себя, погладить по голове, потопать ногами, покричать в капризный мешочек или стаканчик для крика, побить подушку, посмотреть в зеркало и улыбнуться, поиграть в любимую игрушку, подуть на ленточки, отдохнуть в уголке уединения, спеть).

Творческое задание «Рисуем хорошее настроение»
Упражнение на расслабление «Волшебный сон»
Реснички опускаются, глазки закрываются.
Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем!
Жарче солнышко сейчас, ноги теплые у нас.
Все чудесно расслабляется... нам понятно, что такое состояние покоя

Занятие 23. «Благодарность»

Беседа «Что такое благодарность?». Рассматривание иллюстрации: дети поздравляют или благодарят ветерана? Как лучше: только словами выражать благодарность или делами? Закончите предложение: «Я благодарен, когда...»

Этюд «Посещение больного» (Девочка заболела. К ней пришла подруга. Она принесла фрукты, цветы. Поправляет одеяло, подушку, желает выздоровления)

Чтение рассказа «Два пирожных». «Мама вошла в комнату и сказала: «Помогите мне, дочки, вымыть посуду». В это время старшая сестра, Наташа, читала книгу о путешествиях по Африке, а младшая, Оля, лепила из пластилина булочки и крендельки. Мыть посуду им не хотелось. Но Оля решила так: «Сначала я помогу, а потом весь вечер лепить буду». И пошла на кухню.

«Я тоже сейчас приду, только когда дочитаю, сказала ей вдогонку Наташа и добавила: Такая интересная книга, прямо не оторвешься.

Немного погодя Оля вернулась в комнату за Наташей: Чего не идешь? Мы с мамой уже почти всю посуду перемыли.

А меня здесь нет. Я путешествую вдоль реки Конго. Вокруг меня пальмы, тропики, попугаи. – и Наташа перевернула страницу.

Постояла Оля около сестры, вздохнула и опять ушла на кухню. Минут через 20 она принесла чистые тарелки, убрала их в буфет и принялась за лепку.

Ну вот я и дома, - закрывая книгу проговорила Наташа и вдруг рассмеялась. – Чем это ты губы вымазала? - Кремом. Я два пирожных съела. Одно за себя, другое – за тебя. Похвасталась Оля. - Зачем за меня? - нахмурилась Наташа.

Мама велела. Она сказала, что неизвестно, когда ты из Африки вернешься. А пирожное с кремом может испортиться».

Кто в этом рассказе неблагодарный? А благодарный? Как бы вы изменили концовку рассказа?

Игра «Я буду благодарным».
За что люблю я воробья?
За то, что он такой, как я:
Когда приходят холода,
Не улетает никуда. (что можно сделать для зимующих птиц?)
Изготовление открытки
Упражнение на расслабление
Мы готовимся к рекорду, будем заниматься спортом.
Штангу с пола поднимаем, держим, держим ... и бросаем.

Наши мышцы не устали и еще послушной стали.
Нам становится понятно- расслабление приятно.

Занятие 24,25. «Скука»

Беседа «Долог день до вечера, коли делать нечего» рассматривание иллюстрации, беседа: в каком настроении девочка? Почему она скучает? Разве ее не радуют игрушки и книжки? А вы часто скучаете? Давайте прогоним скуку и покажем девочке, как мы весело живем!

Игра «Скучно, скучно так сидеть». Дети сидят на стульчиках, у противоположной стены ряд стульев на один меньше.

Скучно, скучно так сидеть, друг на друга так глядеть;

Не пора ли пробежаться, нам местами поменаться?

Дети бегут к стульчикам, кому не хватило – выходят из игры. (2-3 раза)

Этюд «Скучно» (с помощью жестов и мимики показать состояние скуки).

На льдине жил один пингвин скучал пингвин, грустил пингвин.

Кукла ехала в машине и в коробочке спала, заскучала в магазине, слезла с полки и ушла.

Один щенок был одинок, ходил он неприкаянно.

Кто ничего не изучает, тот вечно хнычет и скучает

Закончите предложение «Мне скучно, когда...»

Игра «Зеркало»

Час веселья «Смешинка в рот попала»

Задачи-шутки (Ты да я, да мы с тобой. Сколько нас всего? Росло 4 березы, на каждой по два яблока. Сколько всего яблок?)

Игра «Солнечный зайчик» с помощью зеркала

Игра «Ребенок -елка». Все дети украшают одного ребенка подручными средствами и водят хоровод)

Игра «Руки-чудесницы» (дети хлопают в ладоши, щекочут, обнимают, машут, аплодируют и т.д.)

Игра «Необычный бег»

Пальчиковая гимнастика «У меня есть 5 пальцев»

Изготовление буклета «Давай прогоним скуку»

Знакомство с пословицами и беседа на их понимание: Выпил чайку, забыл про тоску. Чай пить - приятно жить.

Изготовление игрушки в технике оригами, обыгрывание

Упражнение на расслабление «Надуваем шарик» Вот как шарик надуваем, а рукою проверяем (вдох). Шарик лопнул, выдыхаем, наши мышцы расслабляем. Дышится легко, ровно, глубоко

Занятие 26. Удивление

Беседа «Удивленью есть причина –слон катается в машине». Кого увидела девочка? Что выражает ее лицо? Почему вы думаете, что девочка удивилась? А если бы вы увидели на улице слона? Покажите свое удивление

Упражнение «Закончи предложение» Я удивляюсь, когда....

Этюд «Живая шляпа», «Удивился», «Круглые глаза»

Разрешение проблемной ситуации

Прогулка по кабинету с увеличительным стеклом. Кто лучше всех покажет свое удивление.

Час сюрпризов «Кто удивит и порадует» - поиск маленьких сюрпризов, запрятанных в кабинете (горячо-холодно)

Игра «Эхо»

Рисование «Волшебный рисунок другу» - дети процарапывают стеклом рисунок на специально подготовленной бумаге

Упражнение на расслабление. Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать. Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать. Есть у нас игра такая: очень легкая, простая! Замедляется движение, наступает расслабление!

Занятие 27. Мечтательность

Беседа «Чтоб мечты своей добиться, нужно к этому стремиться». О чем думает мальчик? Почему вы так думаете? А что нужно делать мальчику, чтобы добиться своей мечты?

Игра-пантомима «Кем быть» - изобразить свои любимые профессии, а детям – отгадать

Упражнения «Сегодня я мечтаю...» (придумать мечты на ближайшее будущее), «Чудеса на небе» (рассматриваем из окна облака, разгадываем их тайны)

Игра «Поиграем-помечтаем» - придумать новый конец сказки по выбору детей

Игра «Секретики детства» - складываем из листа бумаги кораблик, пускаем его в тазике с водой. Загадывают мечту-путешествие

Упражнение «Если бы я был волшебником, чтобы сделал для людей?»

Рисование «Мечта на ладошке»

Упражнение на расслабление «Я мечтаю о щенке»

Я купил бы щенка – в белых пятнах бока,

Я его бы гулять целый день выводил.

Я бы тайны мои все ему подарил

И поил бы его молоком...

Что нужно сделать, чтобы мечта мальчика осуществилась?

Занятие 28,29. «Обида»

Беседа «Я хочу себе помочь, уходи, обида, прочь». Рассматривание иллюстрации: почему двое детей играют, а один стоит в стороне? Какое у него настроение? Почему слезы на глазах? За что мальчик мог обидеться на друзей?

Игра «Хорошо-плохо». Рассматриваем и обсуждаем с детьми обиду, рассказывая подобные ситуации. Например: «Случай в песочнице».

Катя и Маша играли в песочнице. Они строили город, в котором будут жить со своими любимыми игрушками. Кате хотелось построить большой город, а Маше – маленький. Они начали спорить. Кате это надоело, и она разрушила постройку. Маша обиделась. Отошла от песочницы и стоит в сторонке. А Катя начала строить свой город одна».

Нужно ли помогать девочкам в такой ситуации? Как может себе помочь Маша? Всегда ли стоит обижаться во время споров? Вспомните случаи, когда вы обижались. На кого? Удавалось ли вам самим справиться с обидой? А что лучше: самому себе помочь или ждать помощи?

Давайте скажем хором: «Я хочу себе помочь, уходи, обида, прочь!».

Упражнения-помощники «Если тебя обидели»

Не обращай внимания на глупого дразнилку, ведь умный ребенок такого не скажет.

Отойди от обидчиков и просто быстро походи, немного пробегись, попрыгай на одной ноге, подыши, глубоко вдыхая носом и выдыхая ртом.

Умой лицо, руки, шею прохладной водой.

Если рядом есть деревья – прислонись лицом или ладонями к стволу. Если дерево теплое – оно твой друг. Чаще всего – это дуб, береза, тополь.

Если есть талисман, можно с ним пошептаться

Давайте послушаем вот такое стихотворение

– Кто кого обидел первый? – Он меня. – Нет, он меня!

– Кто кого ударил первый? – Он меня. – Нет, он меня!

– Вы же раньше так дружили... – Я дружил. – И я дружил.

– Что же вы не поделили? – Я забыл. – И я забыл.

Из-за чего могли поссориться мальчики? Почему они обиделись друг на друга? Почему друзья забыли причину ссоры?

Рисование «Уходи, обида, прочь»

Упражнение на расслабление.

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, проста:

Замедляется движение, исчезает напряжение.

И становится понятно: расслабление – приятно!

Занятие 30, 31. «Доброта»

Беседа «Что такое Доброта? Это сердца высота»: рассматривание иллюстрации, что делает девочка? Можно ли назвать ее поступок добрым? Весь бутерброд нужно отдать котенку? А как бы поступили вы?

Этюд «Поможем Пятачку». Винни-Пух, Пятачок, Ослик Иа и Сова идут на праздник. У всех, кроме Пятачка, есть воздушные шарики. На глаза у него наворачиваются слезы....

Чтение рассказа О.Онисимовой «Пламечко»

Жила-была Свечка. И у нее был маленький сынок – Пламечко. Он был озорник и проказник, и ему очень хотелось иметь друга.

Давай дружить! – крикнул Пламечко Паучку, который жил в уголке. – Давай! – отвечал Паучок.

Поиграем в догонялки, – предложил Пламечко. – С удовольствием, – откликнулся Паучок.

Но только он попытался дотронуться до Пламечко, как, конечно же, обжег себе лапку. – Извини, Пламечко, но я не смогу дружить с тобой, – сказал Паучок.

– Давай дружить! – крикнул Пламечко маленькой девочке, которая жила в их доме.

– Мама учила меня держаться подальше от огня, – ответила девочка и ушла в другую комнату.

– Солнышко, солнышко! Давай дружить! – Ты слишком далеко от меня, дружок! Слишком далеко.

Пламечко огорчился. Ему стало грустно. И вдруг налетел ветерок.

– Пламечко, – сказал он, – я умею играть на дудочке. Хочешь послушать? – Хочу! – обрадовался Пламечко.

Ветерок заиграл, а Пламечко слушал, слушал и стал тихонечко танцевать.

- Ты прекрасно танцуешь, - похвалил его Ветерок. - А ты красиво играешь на дудочке, поиграй еще!

С тех пор ветерок и Пламечко стали друзьями. Вы, конечно, видели, как танцует Пламечко. И, если вы очень-очень прислушаетесь, то услышите, как играет Ветерок.

Почему Пламечко и Ветерок подружились? Почему не смогли стать друзьями Пламечко и Паучок, Пламечко и девочка, Пламечко и Солнышко?

Конкурс на самый добрый вопрос. (как можно помочь пожилому человеку? Как сделать так, чтобы еды и игрушек хватило на всех? и т.д.)

Игра «Добрый друг» Дети под музыку по кругу передают мяч, а когда музыка заканчивается, ребенок говорит о добрых делах и поступках его друга:

Станьте, дети! Станьте в круг!

Станьте, дети! Станьте в круг!

Я твой друг и ты мой друг!

Добрый, верный друг!

Упражнение на расслабление. Руки на коленях, кулачки сжаты.

Крепко с напряжением пальчики прижаты.

Пальчики сильнее сжимаем, опускаем, разжимаем....

Занятие 32,33. «Жадность»

Беседа «Хорошо быть жадным?», рассматривание иллюстрации, почему девочка держит в руках так много игрушек? Что думают об этом ее друзья? Что бы вы сказали этой девочке, если бы встретились с ней.

Закончи предложение: «Я иногда жадничаю потому, что...»

Чтение и инсценирование стихотворения «Жадный пес» В.Квитко

Жадный пес дров нанес, воды наносил, тесто замесил.

Пирогов напек, спрятался в уголок, и съел сам- ам-ам-ам!

Пошел котик по дорожке, Купил Бореньке сапожки,

Пошел котик на торжок – купил котик пирожок.

Пошел котик на улочку, купил котик булочку.

Самому ли съесть? Бореньке снести?

Я и сам укушу, да и Бореньке снесу.

Упражнение «Какая девочка лучше всех?»

Обсуждение смысла:

поговорки (Кто скуп и жаден, тот в дружбе не ладен),

ситуации («Мама дала тебе 2 конфеты. Как ты поступишь? – съешь сам? Одной угостишь друга? Одну конфету отдашь маме, другую – другу?»)

«Мама угостила сыновей шоколадками. Саша тут же съел и сказал «спасибо». А Ваня разделил шоколад на кусочки и угостил остальных членов семьи».)

Чтение и анализ сказки «Царь и вечерняя заря»

Жил царь. Он был богаче всех царей на свете. Амбары его ломились от добра. Сундуки были полны золота и драгоценных камней. У него были в конюшне красивые быстрые кони. В садах – большой урожай фруктов, в реках и озерах – много рыбы.

Однажды вечером он залюбовался на вечернюю зарю. Солнце красиво, постепенно, уходило за край горизонта. Все люди радовались этой красоте. Только царь не был рад...ведь заря принадлежал всем, а не ему одному....от этой мысли он заболел и умер.

Каким был царь? А что еще может принадлежать не одному человеку, а всем людям?

Рисование нетрадиционными техниками по отрывку стихотворения:

Пес шагал по переулку, он жевал большую булку.

Подошел щеночек, попросил кусочек.

Упражнение на расслабление «Загораем»

Сидим на стуле. Ноги опущены. Мы прекрасно загораем, ноги выше поднимаем. Держим, держим... напрягаем... загорели! Опускаем! (резко опустили ноги). Ноги не напряжены и расслаблены.

Занятие 34,35. «Любовь»

Беседа – размышление о любви. Что такое любовь, как вы понимаете? А где живет Любовь? Приложите руки к сердцу: ведь именно там живет Любовь. Как вы чувствуете, что вас любят?

Любовь состоит из трех частей: из заботы, радости и внимания. Если мама о нас заботится, нас всех кормит, стирает и гладит вам одежду, она нас любит. А вот бабушке труднее о нас заботиться, о ней мы уже сами должны позаботиться, но какое у нее лицо, когда вы к ней приезжаете? Радостное? – да. Это значит, что она вас любит.

Так же, если вы что-то хорошее делаете для бабушки, вы ее любите. Что вы уже хорошего делали для бабушки?

Любовь - нужна каждому из нас, как вода для растений. (предложить вспомнить про эксперимент: один цветок поливали, другой - нет).

Этюд «Я посылаю тебе любовь» в кругу передать выражение любви с помощью мимики, пластичных движений и т.д.

Игра «Пересядьте все, кто...» (любит читать, заниматься спортом, ухаживать за животными, есть мороженое, плавать, гулять по зимнему лесу и т.д.)

Сказка о любви.

Сказка о любви

Однажды весной Матушка-природа посеяла семена. Вскоре на пригорке выросла большая поляна цветов. Они были прекрасны: розовые, красные, желтые, синие, фиолетовые, оранжевые, пурпурные... Целое царство разноцветья! Цветы были очень красивые.

Только один цветочек был маленьким и скромным. Другие цветы вытеснили малышку на самый край и вытянулись ровным строем, создав над малюткой плотную стену тени. Так что теперь малютке и вовсе стало трудно расти, и тянуться к солнышку. Она становилась все тоньше, меньше и грустнее...

Малышка попросила:

Матушка-природа! Задыхаюсь я в этой тени.... Сорняки не дают мне поднять головку.... Помогите мне!

Не грусти, моя хорошая, я пошлю тебе любовь, она поможет!

Вскоре к Малютке прилетела маленькая Пчелка.

Здравствуй, красавица, - прожужжала она.

Здравствуй, Пчелка! - малютка замерла.... «Я красивая!» И ей показалось, что у нее самой выросли крылышки, и она вот-вот полетит.

Можно мне попить твой нектар?

— Ну, конечно, моя Пчелка! Конечно!- почти закричала от радости Малютка.

Пчелка стала прилетать к ней каждый день. Она заботливо опыляла цветочек. А потом садилась на тонкие лепестки и рассказывала обо всем, что происходит в мире. Как солнышко садится за горизонт, надевая на плечи алый платок. Как ласково треплет листочки легкий весенний ветерок. Как весело танцуют бабочки над лугом.

Малютка внимательно слушала каждое слово пчелки и мечтала поскорее вырасти, перерасти своих соседок и увидеть всю эту красоту своими глазками. А в благодарность, Малютка нежно укутывала пчелку своими лепестками и баюкала ее.

Пчелка и цветочек очень подружились. Малютка каждый день с нетерпением ждала, когда прилетит рой пчел на луг. А пчелка с таким же нетерпением ждала, когда вновь сможет опуститься на нежные розовые лепестки малютки.

Прошло немного времени. Выросла малютка. У нее уплотнился стебель, листики стали больше и сильнее, а лепестки собрались в чудный бутон. Теперь малютка радостно встречала утренние лучи солнца. А вечером с легкой грустью провожала их взглядом.

Пчелка все так же прилетала к ней каждый день, и они долго беседовали друг с другом. Теперь цветочек стали замечать и другие пчелки, и они с удовольствием питались вкуснейшим нектаром. А соседки-цветы теперь смотрели на малютку с уважением и удивлялись, какой красавицей она стала. Они теперь не затеняли солнышко, а наоборот, раздвигались в сторону, чтобы поделиться с малюткой теплом и светом.

Вот так искренняя любовь, вера и поддержка помогли малютке вырасти, встать на один уровень с другими цветами и расцвести!

Ответы на вопросы.

А каким делает человека любовь? (обаятельным, красивым. Человек, в душе которого любовь – приятно выглядит, у него выражение радости и покоя на лице и милая улыбка на губах).

Добрые слова - корни.

Добрые мысли - это цветы.

Добрые дела - плоды.

Любящие сердца - сады.

Где находится этот сад? В сердце любящего человека.

Займитесь о своем саде, не позволяйте ему зарастать сорняками, наполняйте его солнечным светом, добрыми словами и добрыми делами.

Рисование «Ладонь, полная солнца» - ребенок обводит правой рукой левую ладонь, придумывает фон, затем изображает мечту.

Час сюрпризов «И я посылаю вам свою любовь». Приготовлены небольшие сюрпризы, спрятанные в кабинете. Дети находят их по сигналу «горячо-холодно».

Танцевальный час. Под известные мелодии дети танцуют с яблоком, игрушкой, воздушным шариком, с мячиком между лбами и т.д.

Упражнение на расслабление.

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая:

Замедляется движение, исчезает напряжение.

И становится понятно- расслабление приятно!

Итоговое занятие 36. Квест-игра

1 этап

Сегодня мы с вами отправимся в удивительное путешествие в мир добра и приключений! Мы встретимся с со сказочными героями, побываем в удивительных местах, будем выполнять разные интересные задания! И все это для того, чтобы уметь заботиться, оказывать сочувствие, знаки доброты и любить друзей. Перед тем, как отправиться в путь, давайте уточним названия команд, девизы.

Правила нашего квеста: выполнять задания и получить как можно больше Смайликов. При нарушении правил, команда будет получать штрафные очки.

Настало время выдать вам «именные» браслеты, которые нужно носить в течение всего квеста. Капитаны команд получают маршрутную карту, которая поможет передвигаться и не заблудиться. В карте указаны все остановки с определенными заданиями. Важно помнить - время ограничено! После выполнения заданий нужно успеть вовремя на «Серебристый самолет», который доставит вас снова сюда, в начало нашего пути. Я желаю вам удачи! Вперед, к приключениям!

2 этап

Станция: «В гостях у волшебницы»

1 задание - Интеллектуальная викторина:

Инструкция: объяснить смысл пословицы

Сила – хорошо, а ум лучше.

Бояться волков – быть без грибков.

Долог день до вечера, коли делать нечего

Златься — стареют, смеяться — молодеют

Вместе - тесно, а врозь – скучно.

Кончил дело – гуляй смело.

Слезами горю не поможешь.

Кто тихо говорит, тот всегда спокоен

2 задание – Угадай эмоции.

Инструкция: нужно угадать эмоции у Колобка (в подтверждение - стихи).

1. Ее трясет, глаза горят. Сама пряма, как гвоздь!

Кидается на всех подряд. Что же это?.. (злость)

2. С этой эмоцией реже встречаться мне бы хотелось,

Вам должен признаться очень уж грустно,

Когда она с нами. О чем говорю я сейчас?.. (о печали)

3. Поможет, утешит, подскажет. Такая ее работа.

Поддержит, услышит, расскажет. Это, конечно... (забота)

4. Горы я готов свернуть, вся работа мне под силу,

Но нужно в руках себя держать, чтобы голову не потерять... (любовь)

5. Сядет к уху и нашептывать начнет, что сегодня лишь она одна

Весь с тобою вечер проведет, грустно и тревожно, то... (вина)

6. Небо с овчинку, свет не мил. Накатила тяжесть вскоре.

Черен воздух! Нету сил! Вот оно какое... (горе)

7. Это эмоцию я испытаю, когда на прогулке друзей повстречаю,

Или отвечу на «пять» свой урок,

Или рекорд вдруг поставить я смогу!.. (радость)

8. Укротитель к тигру в клетку входит запросто нередко.

Мне в себе всегда хотелось воспитать такую... (смелость)

9. Обида, ярость, раздражение. А рык стоит, ну словно лев.

И никакого нет сомненья напал на человека... (гнев)

10. Плохой советчик, говорят, парализует если, крах.

И отрицательный заряд в себе несет дрожащий ... (страх)

Для обеих команд

Хочется всех обнимать, целовать.

И для других делать все вновь и вновь!

Сеять добро и людей понимать.

Знаете, чувство какое? ... (любовь)

Станция: «В гостях у Мудреца»

1 задание – дискуссия Устами младенца.

Инструкция: Участники команды вместе усаживаются за «круглый стол» и начинают дискуссию – обсуждение вопросов:

1. что такое добро и зло

2. что такое хорошее настроение

3. почему нужно вести себя хорошо

4. как помочь себе быть спокойным и уверенным

5. что я чувствую, если грущу

2 задание – Изобрази эмоции со звуком

Инструкция: обучающиеся повторяют, показывают эмоции, которые им представляют. Важно при этом придумать соответствующий звук для эмоции. Эмоции: удивление, радость, печаль, скромность, злость, задумчивость, страх, счастье.

Станция: «В гостях у Феи»

1 задание – «Как поступить правильно»

Инструкция: обучающиеся показывают картинки с изображением плохих и хороших поступков, определяют, как поступить лучше и почему.

2 задание – «Победи своего дракончика»

Инструкция: обучающиеся выполняют различные упражнения, снимающие напряжение: мнут второе изображение со злым дракончиком, выполняют физминутку, ярко раскрашивают первое изображение дракончика, релаксируют, приглашают его в игру, угощают дракончика сладостями и т.д.

Станция: «В гостях у Гномика»

1 задание – «Волшебная картинка»

Инструкция: обучающиеся встают вокруг стола и совместными усилиями придумывают и создают на большом листе свою Волшебную страну с нетрадиционных техник рисования под спокойную музыку. Отвечая на вопросы психолога, они коротко рассказывают о своей придуманной Волшебной стране и ее обитателях.

2 задание – «Разноцветная дискотека»

Инструкция: Обучающиеся танцуют под разную по темпу музыку, которая сменяет друг друга, и запоминают, каким цветом обозначается темп музыкального отрывка. Затем меняются только цвета без музыки. Задача - танцевать в соответствующем темпе.

Станция «В гостях у Эльфа»

1 задание – «Доброе сердце»

Инструкция: обучающиеся выполняют оригами - сердце из цветной бумаги и дарят друг другу.

2 задание – «Сказка на свой лад»

Инструкция: команда придумывает сказку про хорошие поступки, как грустный (испуганный, обидчивый, виноватый) герой исправляет свои ошибки и становится веселым, смелым, спокойным и уверенным. В сказке используются сделанные оригами сердечки.

После пройденных заданий обучающиеся «превращаются» в «Серебристые самолетики» и «возвращаются» в музыкальный зал.

3 этап

Подведение итогов: награждение.

Подшло к концу приключение! Вы все нас очень порадовали, каждый проявил себя, показал свою смекалку, юмор, творчество, уверенность и умение дружить! Я очень вами горжусь! Уверена, вам понравилось такое необычное путешествие. Желаю отличного настроения, много улыбок, радости, успехов и счастья!

Для рефлексии обучающиеся выбирают листок определенного цвета и клеят его на силуэт роскошного дерева: зеленый – очень понравилось, желтый – понравилось, желто-зеленый – было немного скучно, серый – не понравилось.

