ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ПРИКУБАНСКИЙ»

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУДО ЦДТ «Прикубанский»
Протокол № 2
от «25» мая 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский»
Н. Н. Щеглова-Лазарева
Приказ № 225-ОД
от «25» мая 2023г.

ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА
Подписано цифровой подписью: ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА
Дата: 2023.10.12 14:18:02 +03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Академия эмоций»

Уровень программы: *ознакомительный*

Срок реализации программы: 1 год; 72 часа

Возрастная категория: *от 6 до 9 лет*

Состав группы: *до 10 человек*

Форма обучения: очная

ID-номер программы в Навигаторе: *10789*

Автор-составитель:
Осипова Елена Николаевна,
педагог дополнительного образования

Краснодар, 2023

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемы результаты»

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (с изменениями на 21 июля 2020 года).
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от31 марта 2022 г. № 678-р.
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного

образования детей» (с изменениями и дополнениями).

10. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242).

11. Приказ Минобрнауки России от 22 декабря 2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

12. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2020 г.

14. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования муниципального образования город Краснодар «Центр детского творчества «Прикубанский».

15. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

16. Положение о порядке организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

17. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

1.2. Направленность программы. социально – гуманитарная

1.3. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Новизна программы опирается на приоритетность психологической комфортности и эмоционального благополучия детей, основанная на снижении тревожности, развитии эмоциональной сферы и социальной компетентности, позволяющая детям знакомиться с собственными эмоциями, изучать их. Это дает им возможность впоследствии стать хозяевами своей душевной жизни и не позволять эмоциям, особенно негативным, овладевать ими: руководить словами, мыслями, поступками, чувствами, искажать общение с другими людьми. Если человек знаком с собственными эмоциями, то он может их сдерживать, не выражать, подвергать отбору, усиливать, исходя из своих намерений в конкретной ситуации.

Актуальность программы определена тем, что проблема развития эмоционального интеллекта и эмоциональное здоровья детей в последние годы приобрела особую актуальность.

Исследования современных ученых: М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, Ф. Хонкинса и других, показали, что дети 6-9 лет не всегда адекватно могут выразить свои мысли, чувства, ощущения, понять других, что является препятствием для установления полноценного контакта со сверстниками и взрослыми. В играх часто демонстрируют агрессивность, в общении - низкую степень понимания эмоционального состояния других людей. Неспособность понимать свои и чужие эмоции, правильно оценивать реакции окружающих, а также неумение регулировать собственные эмоции при принятии решений приводят ко многим жизненным неудачам.

Педагогическая целесообразность программы «Академия эмоций» заключается в том, что развитие эмоционального интеллекта детей дошкольного и младшего школьного возраста является приоритетным при организации и реализации образовательного процесса.

Программа направлена на развитие эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста, выявление основных эмоционально-личностных проблем: агрессивности, беспокойства, безразличия, демонстративности, замкнутости, конфликтности, неуверенности, невнимательности, тревожности,

страхов, формирование психоэмоциональной устойчивости, позитивных черт личности.

Дети научатся осознавать себя, свои эмоции и потребности, спокойно и конструктивно воспринимать критику, понимать эмоции и потребности окружающих, а также причины их возникновения, доброжелательно и эффективно взаимодействовать с окружающими, что повлияет на повышение самооценки детей, улучшит их социализацию и снизит конфликтность.

1.4. Отличительная особенность данной программы.

Отличие программы «Академия эмоций» от уже существующих состоит в том, что она позволяет через групповую работу, учитывающую специфику младшего школьного возраста, обучить детей социально приемлемым способам самоутверждения и самовыражения, полноценному общению, положительному восприятию себя, адекватному поведению в соответствии с окружающими условиями и событиями, поддержанию положительного эмоционального фона, оптимистического настроя, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

1.5. Адресат программы: обучение по программе осуществляется с детьми в возрасте 6 – 9 лет с разным уровнем интеллектуального развития, имеющими разную социальную принадлежность, пол и национальность.

1.6. Наполняемость группы: 8-10 человек.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» https://p23.навигатор.дети/.

Ребенок может быть зачислен на обучение по программе, в течение всего учебного года.

1.1.5. Уровни программы, объем и сроки ее реализации.

Уровень освоения программы ознакомительный.

Объем программы:

Общее количество часов, запланированное на весь период обучения, необходимое для освоения программы – 72 часа.

Срок освоения программы – 1 год.

1.1.6. Форма обучения:

Форма обучения: очная.

В программе предусмотрено использование дистанционных и комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы при сетевой и комбинированной формах реализации.

1.1.7. Режим занятий:

Общее количество часов в год – 72 часа.

Количество часов в неделю – 2 часа.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий для детей 6 – 9 лет не более 45 минут. Между занятиями предусмотрен перерыв не более 10 минут.

1.1.8. Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проводятся в сформированных группах детей одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный.

Виды занятий по программе определяются ее содержанием и предусматривают проведение тренингов, психологических игр и упражнений, выездных тематических занятий, экскурсий, встреч с интересными людьми и т.д.

В программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному.

При возникновении обоснованной необходимости, например, в период режима «повышенной готовности», программа «Академия эмоций» может реализовываться с использованием дистанционных технологий или с использованием электронного обучения.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Цель: создание условий для развития социального и эмоционального интеллекта, повышения психосоциальной устойчивости детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- познакомить с эмоциональным миром человека и способами управления им;
- формировать умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков;
- формировать умения принимать себя и других людей, при этом адекватно воспринимая свои и чужие достоинства и недостатки;
- формировать умения находить в трудных ситуациях силы внутри себя, делать выбор и принимать ответственность за свой выбор;

Личностные задачи:

- формировать общественную активность личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, сознательной дисциплину.
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества и т. д.);
- воспитывать аккуратность, усидчивость, добросовестное отношение к делу;

Метапредметные задачи:

- развивать связную речь, умение обосновывать свои суждения, строить простейшие умозаключения.
- развивать эмоциональную децентрацию, произвольную регуляцию поведения.
- способствовать формированию потребности в саморазвитии, самостоятельности.
- развивать умение сотрудничать с другими детьми.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Введение в программу. Инструктаж по ТБ. «Мои чувства и эмоции»	8	2	6	Первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестация. Текущий контроль
2.	«Чем люди отличаются друг от друга?»	6	1	5	
3.	«Какой я? Какой ты?»	6	1	5	
4.	«Я и моя семья»	6	1	5	
5.	«Я и мои друзья»	6	1	5	
6.	«Дружба»	6	1	5	
7.	«Как можно изменить чувства другого человека?»	6	1	5	
8.	«Сильный человек – это человек с сильной волей»	6	1	5	
9.	«Я учусь владеть собой»	12	2	10	
10.	«Школа – это трудный и радостный путь к знаниям»	6	1	5	
11.	Участие в мероприятиях по общей программе воспитательной работы Центра	4		4	
	Итого	72	12	60	

1.3.2. Содержание учебного плана.

Раздел 1. «Мои чувства и эмоции» - 8 часов.

Занятие 1. Разные чувства

Теория:

Введение в программу. Инструктаж по ТБ.

Разнообразие чувств у человека;

Практика:

Формирование навыка передачи разных чувств интонацией, пантомимикой, с помощью изобразительных средств.

Упражнение «Закончи предложение»

Игра «Шурум-бурум»

Игра «Море волнуется»

«Рисунок чувств»

Занятие 2. Страх. Испуг.

Теория:

Формирование у детей умения рассказывать о своем чувстве страха, учить оценивать свое эмоциональное состояние, самостоятельно справляться с чувством страха, узнавать об эмоциональном состоянии окружающих людей по мимике, интонации, движениям.

Практика:

Игра с мячом «Я боюсь, когда…»

Работа со сказкой «Верь в себя» (автор - О. Хухлаева)

Игра «Ручеек радости».

Занятие 3. «Как победить свой страх?»

Теория:

Знакомство детей с проявлениями чувства страха, его последствиями, с приемами избавления от страхов.

Практика:

«Кто живет в темной комнате».

Работа с текстом стихотворения А. Кушнир «Что в углу?»

Упражнение «Полезен ли страх?»

Упражнение «Грустная Темнота».

Рисование «Страх».

Занятие 4. «Гнев. С каким чувством он дружит?»

Теория:

Знакомство детей с проявлениями чувства гнева, причинами его возникновения, последствиями.

Практика:

Сказка «О мальчике Сереже, который всего боялся и потому кусался» (автор О. Хухлаева);

Упражнение «Угадай чувство по интонации».

Беседа «Отчего мы злимся?

Упражнения «Злые руки», «Пальцы поссорились, помирились»

Упражнение «Разозлились – одумались».

Упражнение «Колокол»

Занятие 5. «Как справиться со злостью?»

Теория:

Закрепление знаний детей о причинах возникновения чувства гнева; Знакомство со способами от реагирования гнева;

Развитие умения: оценивать свое эмоциональное состояние и настроение, управлять своим настроением, умение выражать эмоциональное состояние мимикой, жестами, голосом.

Практика:

Сказка «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (автор О. Хухлаева)

Упражнение «Волны», «Шурум-бурум».

Игра «Жужа»

Упражнения: «Тух-тиби дух», «Обзываемся овощами».

Игра «Ручеек радости»

Упражнение «Колокол»

Упражнение «Тренируем эмоции».

Занятие 6. Жадность. Щедрость.

Теория:

Развитие у детей умения выражать эмоциональное состояние мимикой, жестами, голосом;

Знакомство с чувствами: жадность, щедрость: их проявлениями, последствиями.

Практика:

Сказка «Два жадных медвежонка»;

Стихотворения «Жадина» (автор Я. Аким) , «Жадный пес», «Эгоист».

Упражнение «Подводные фантазии».

Упражнение «Тренируем эмоции».

Упражнение «Доброе животное».

Занятие 7. Стыд. Вина.

Теория:

Знакомство с чувствами: стыд, вина; их проявлениями; упражнять в умении рассказывать о своих чувствах и эмоциях, умении выражать эмоции жестами, мимикой, позой.

Практика:

Игра на тактильный контакт «Моечная машина»

Беседа «Когда нам бывает стыдно?»

Стихотворение «Мяч и Петя» (автор В. Лившиц);

Рассказ «Кто разбил графин?» (автор М. Ульянова);

Упражнение «Колокол»

Занятие 8. Обида.

Теория:

Знакомство с чувством – обида: его проявлениями, причинами возникновения;

Формирование навыка конструктивным путям выхода из трудных ситуаций; упражнять в умении рассказывать о своих чувствах и эмоциях, умении выражать эмоции жестами, мимикой, позой.

Практика:

Сказка «Как зайчик обиделся на свою маму» (автор О. Хухлаева)

Игра «Брось мяч и скажи свою обиду».

Упражнение «Попроси прощения».

Упражнение «Рисунки на спине».

Упражнение «Ты обиду не держи, поскорее расскажи»

Упражнение «Колокол».

Занятие 9. Доброта. Сочувствие.

Теория:

Формирование навыка проявлять внимание, заботу, выражать сочувствие всем окружающим людям на примерах положительных поступков и вызвать у детей желание подражать им.

Практика:

Сказка «Упрямые козы» (узбекская народная сказка).

«Сказка наоборот».

Решение проблемных ситуаций

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга – 6 часов.

Занятие 10. Качества людей.

Теория:

Анализ своего эмоционального состояния;
Знакомство с понятием «качества людей».

Практика:

«Два дерева».
«Снежная королева».
Упражнение «Рисунки на ладошке», «Колокол».

Занятие 11. Люди отличаются друг от друга своими качествами.

Теория:

Закрепление знаний детей о личностных качествах людей;
исследование своих качества, изучение своих особенности.

Практика:

Работа со сказкой «Туча» (автор – Н. Мишин)
Игра «Кто тебя позвал?»
«Мы похожи – мы отличаемся».

Раздел 3. Какой Я? Какой ТЫ? – 6 часов.

Занятие 12. Какой Я?

Теория:

Формирование осознания своей индивидуальности и уникальности во внешности, своих желаниях, предпочтениях, умениях, наличия у себя различных положительных качеств.

Практика:

«Неоконченные предложения».
Рисование «Какой я»
Игра «Мы с тобой похожи…».
Игра «Радио».

Занятие 13. Какой Ты?

Теория:

Формирование навыка находить положительные качества во всех людях.

Практика:

«Объяснялки».
Упражнение «Задай вопрос».
Упражнение «Найди игрушку».
Упражнение «Заяц-Хваста».

Раздел 4. Я и моя семья – 6 часов.

Занятие 14. Я и мои родители.

Теория:

Формирование представления о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге.

Практика:

«Кто я?».

рассказ «Два пирожных» (автор – Ю. Ермолаева)

Рисование на тему «Моя семья»

Занятие 15. Почему родители наказывают детей?

Теория:

Формирование осознания требований родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;

Знакомство со способами разрешения конфликтов с родителями

Практика:

сказка «Сказка о букашке Сашке» (автор – О. Хухлаева)

Игра «Ехал Грека…»

«Объясни пословицу».

Проигрывание ситуаций

«Ручеек радости»

«Колокол»

Занятие 16. Я люблю свою семью – семья любит меня.

Теория:

Расширение темы 14

Практика:

Игра «Хочу – не хочу».

Беседа «Порадовать родителей – как это просто!»

«Руки-волны»

Раздел 5. Я и мои друзья – 6 часов.

Занятие 17. Я люблю своих друзей. Друзья любят меня.

Теория:

Закрепление представления детей о культуре межличностного взаимодействия в группе сверстников,

Формирование умения выражать свои позитивные чувства друг к другу.

Практика:

«Массаж чувствами»

Работа со сказкой С. Михалкова «Как друзья познаются».

Рассказ детей «Я люблю своих друзей».

Инсценировка стихотворения из зарубежного фольклора «Котауси и Мауси»

Занятие 18. Умею ли я дружить?

Теория:

Знакомство с понятием – «умение дружить»;

Формирование навыка вести дискуссию: высказывать свое мнение, выслушивать мнения сверстников; упражнять в совместных действиях; в умении разрешать проблемную ситуацию.

Практика:

Упражнение «Я умею».

Упражнение «Спина к спине».

Упражнение «Одинаковые скульптуры».

Рассказ «Об Алёше».

Инсценировка стихотворения Б. Заходера «Приятная встреча»

Раздел 6. «Дружба» – 6 часов.

Занятие 19. Что такое «дружба»?

Теория:

Раскрытие понятия «дружба»,

Формирование навыка взаимоотношений со сверстниками, ценностного отношения к себе и окружающим, стремления дружить с окружающими.

Практика:

сказка «Незабудка» (автор О.Гавриченко)

Упражнение «Дружба – это…».

Упражнение «Мы дружные ребята».

Занятие 20. Дружба – это помощь.

Теория:

Расширение темы 19

Роль друзей в нашей жизни.

Практика:

Игра «Поиск сходств»

«Беседы по картинкам»

Упражнение «Добрый поступок для друга».

Чтение стихотворения Г. Ладонщикова «Дружу с мальчишкой»

Игра «Защити товарища»

Занятие 21. Кто такой настоящий друг?

Теория:

Закрепление понятия «дружба»,

Формирование навыка взаимоотношений со сверстниками, ценностного отношения к себе и окружающим, стремления дружить с окружающими; Роль друзей в нашей жизни

Практика:

Работа с рассказом В. Осеевой «Три товарища»

Игра «Найди друга».

Занятие 22. Какие чувства мешают дружить?

Теория:

Негативные чувства и поступки, мешающие позитивным отношениям между людьми,

Развитие навыка взаимодействия со сверстниками.

Практика:

Упражнение «Вспомним чувства».

Просмотр презентации «С кем из гномиков подружится девочка?»

Игра «Коровы, собаки, кошки».

Раздел 7. Как можно изменить чувства другого человека? – 6 часов.

Занятие 23. Как помочь грустному человеку?

Теория:

Формирование навыка опознавания эмоциональных реакций окружающих, способом снятия напряжения,

Упражнение в умении оказать эмоциональную поддержку сверстнику.

Практика:

Упражнение «Мимическая гимнастика».

Упражнение «Грустная Маша» («Грустный Саша»)

Игра «Кидаемся словами».

Занятие 24. Как помочь сердитому человеку?

Теория:

Расширение темы 23

Практика:

Работа со сказкой «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (О. Хухлаева);

Мысленная картинка «Я сержусь»

Упражнение «Мама рассердилась»

Упражнение «Ласковое имя».

Упражнение «Колокол»

Раздел 8. Сильный человек – это человек с сильной волей – 6 часов.

Занятие 25. Сила человека – это сила его воли.

Теория:

Знакомство с понятием «сила воли»;

Осознание детьми собственных возможностей;

Создание мотивации на положительное изменение себя;

Развитие умения владеть своими эмоциями, принимать решение.

Практика:

Упражнение «Мысленная картинка».

Работа со сказкой «Сказка о двух братьях и сильной воле» (автор - О. Хухлаева)

Упражнение «Щекоталки».

Упражнение «Хочукалки».

Занятие 26. Сила воли – уметь терпеть.

Теория:

Закрепление понятия «сила воли»;

Осознание детьми собственных возможностей;

Создание мотивации на положительное изменение себя;

Развитие умения владеть своими эмоциями, принимать решение.

Практика:

Упражнение «Мысленная картинка» на тему «Человек сильной воли».

Упражнение «Якалки».

Упражнение «Кто последним встанет».

Упражнение «Смехунчик».

Раздел 9. Я учусь владеть собой – 12 часов.

Занятие 27. Хорошие мысли всегда помогают мне.

Теория:

Закрепить понятие «настроение»;

Формирование представления о взаимосвязи, существующей между мыслями и настроением;

Формирование умения управлять своим настроением.

Практика:

Работа с рассказом «Памси грустит»

«Учим правило» «правило-секрет»:

Занятие 28. «Даже если…» - «В любом случае…»

Теория:

Формирование навыка управлять своим настроение, искать выход из трудных ситуаций.

Практика:

Упражнение «Подарим друг другу улыбку».

Работа с текстом «Вот если бы все было не так…»

Опыт «Сломалась игрушка»

Упражнение «Даже если…» - «В любом случае…»

Занятие 29. Выбор. Ответственность за свой выбор.

Теория:

Знакомство с понятиями «выбор», «ответственность за свой выбор»;

Формирование навыка прогнозировать ситуацию.

Практика:

Упражнение «Чашка доброты».

Работа с текстом «Памси выбирает»

Занятие 30. Звезда удачи.

Теория:

Знакомство с понятием «успех», условиями достижения успеха, составляющими успеха.

Практика:

Игра-упражнение «Догадайся, из какой коробки?»

Работа с текстом «Контрольная работа»

Работа с плакатом «Звезда удачи».

Занятие 31. Когда надо сказать «нет»?

Теория:

Знакомство с ситуациями, когда необходимо говорить «нет!», помочь детям осознать ответственность за свой выбор.

Практика:

Работа с текстом «Когда трудно сказать «нет!»

Упражнение-тренинг «Я смогу сказать «нет!», когда это нужно!»

Занятие 32. Я сам могу себе помочь.

Теория:

Закрепление полученных знаний;

Развитие у детей уверенности в себе;

Выработка у детей я самостоятельно помогать себе.

Практика:

Работа с текстом «Соревнования»

Упражнение-тренинг

Раздел 10.Школа – это трудный и радостный путь к знаниям – 6 часов.

Занятие 33. Трудности дороги к Знанию.

Теория:

Осознание детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Практика:

Упражнение «Мысленная картинка» на свободную тему

Упражнение «Моем стекла».

Упражнение «Мы - сильные»

Работа со сказкой. «Сказка о котенке Маше» (автор - О. Хухлаева)

Занятие 34. Трудности дороги к Знанию можно преодолеть.

Теория:

Осознание детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Практика:

Упражнение «Мысленная картинка»

Игра «Слушаем хлопки».

Инсценировка сказки о котенке Маше

Упражнение «Я преодолею трудности»

Релаксация «Котята спят».

Упражнение «Колокол»

Занятие 35. В стране Знаний.

Теория:

Осознание детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Практика:

«Школьные принадлежности».

«Школьные чувства».

«Учитель делает».

«Ученик делает».

Работа со сказкой «Сказка про Большого Воробья Иришку» (автор – О.Хухлаева)

«Кричалка» «Если буду терпеливым и упорным, я все смогу сделать!»

Занятие 36. Я школьник.

Мониторинг образовательных результатов.

Теория:

Осознание детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Практика:

«Самое-самое в школе».

«Чудо-дерево»

«Рисование себя в школе».

Раздел 11. Участие в мероприятиях по общей программе воспитательной работы Центра.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

1.4.1. Предметные результаты:

- умение выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениями;
- понимать эмоциональное состояние других людей, уметь выслушать собеседника, согласовывать с ним свои предложения, уступить, убедить;
- спокойно отстаивать свою точку зрения, при этом проявлять уважительное отношение к интересам других людей,

1.4.2. Личностные результаты:

- развитие у детей эмоционального интеллекта, познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению;
- формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве, стремиться оказывать действенную взаимопомощь, обратиться и принять помощь взрослого и других детей, активно взаимодействовать с членами группы, решающими общую задачу.

1.4.3. Метапредметные результаты

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- развитие эмоционального интеллекта, умение применять его в коммуникативной, социальной практике;
- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график

1. Дата начала обучения - 01.09.2023

2. Дата окончания обучения - 31.05.2024

3. Количество учебных недель - 36

4. Количество учебных дней – 36

5. Количество учебных часов: всего – 72.

(Детальный график - Приложение №1)

2.2. Условия реализации программы

2.1.1. Материально-техническое обеспечение - освоение программы «Академия эмоций» требует наличия учебного кабинета, оснащенного специализированной учебной мебелью, необходимой для организации занятий и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, компьютер, сеть Интернет, посредством которых участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по учебной дисциплине.

Информационное обеспечение:

Интернет-источники:

- https://rmc23.ru/ Региональный модельный центр дополнительного образования детей Краснодарского края
- https://p23.навигатор.дети/ Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края».

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное образование. Педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего

профессионального образования «Образование и педагогические науки». Или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания образовательных результатов: беседа, наблюдение, конкурсы, открытые и итоговые занятия, тренинги, конкурсы.

Формы фиксации образовательных результатов: грамоты, дипломы, протоколы диагностики, фото, свидетельство (сертификаты).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: отчеты, олимпиады, конкурсы.

Время проведения	Цель проведения	Формы мониторинга
Начальная (входная) диагностика		
По факту зачисления в объединение	Диагностика стартовых возможностей	Беседа, опрос, тестирование.
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, устный опрос, конкурсы, викторины, самостоятельная работа и т.д.
Итоговая диагностика		
В конце учебного года (с занесением результатов в	Определение степени усвоения учебного материала. Определение	Творческая работа, презентация творческих

диагностическую карту)	результатов обучения.	работ, тестирование.

2.4. Оценка планируемых результатов

Оценочные материалы.

Мониторинг предметных результатов. В соответствии с целями и задачами программы предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований учащихся. В качестве критериев диагностики по программе применена методика «Волшебная страна чувств» (автор Т.Д. Зинкевич-Евстегнеева).

Проведение диагностики позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы. В диагностических таблицах фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им программы.

Результаты оцениваются по трехбалльной шкале: 3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования бальной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров (Приложение № 2).

Система контроля знаний и умений учащихся представляется в виде учёта результатов по итогам выполнения заданий отдельных диагностических заданий.

Мониторинг оценки личностных результатов осуществляется педагогом дополнительного образования преимущественно на основе наблюдений во время образовательной деятельности.

Мониторинг метапредметных результатов. Система внутренней оценки метапредметных результатов включает в себя решение задач творческого и познавательного характера.

2.5. Методические материалы.

Методы обучения: беседы, демонстрация наглядных пособий, ролевые, дидактические, тренинговые игры, экскурсии, практикумы, просмотр учебных фильмов, конкурсы, самостоятельные работы творческого типа.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии.

Учебное занятие - основная форма организации образовательного процесса. На каждом занятии помимо обучающих задач реализуются воспитательные задачи.

Формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми, выставка, диспут, защита проектов, игра, конкурс, «мозговой штурм», наблюдение, открытое занятие, экскурсия, презентация.

Теоретические занятия могут проходить в дистанционном формате.

Воспитательная работа. Воспитание – это целенаправленное управление процессом становления личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Педагог решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации творческого потенциала ребенка, обеспечение активной социальной адаптации, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по преодолению собственных проблем.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебных занятий, так и в процессе подготовки и участия детей в массовых мероприятиях Центра. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и

добросовестного отношения к занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины. В работе с учащимися применяется широкий круг средств и методов воспитания:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
-высокая организация учебного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования

Воспитательная работа в рамках образовательного процесса осуществляется в соответствии с планом воспитательных событий МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» на 2023-2024 учебный год и «Программой воспитательной работы МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский»»

Профориентационная работа.

Большое внимание в программе уделяется формированию современных профессиональных компетенций, определенных в соответствии с «Атласом новых профессий 3.0», среди которых:

– системное мышление;
– мультиязычность и мультикультурность;
– работа в условиях неопределенности;
– экологическое мышление;
– межотраслевая коммуникация;
– и многое другое.

В процессе обучения по программе обучающиеся знакомятся с профессиями будущего, создают личную молекулу профессионального успеха.

Дидактические материалы:

- наличие наглядного материала (иллюстрации, плакаты);
- наличие демонстрационного материала.;

- учебно-методический комплекс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Академия эмоций» (приложение № 3)

Алгоритм учебного занятия:

I этап - организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии,

II этап - подготовительный (подготовка к восприятию нового содержания).

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

III этап - основной. В качестве основного этапа могут выступать следующие:

1 Усвоение новых знаний и способов действий.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

2. Первичная проверка понимания.

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

3. Закрепление знаний

Применяют тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно.

4. Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме.

IV этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, когнитивного).

2.6. Список литературы

Список литературы, использованной педагогом при написании образовательной программы:

1. Вэйнер М.Э. Профилактика, диагностика и коррекция недостатков эмоционального развития дошкольников. Учебно-методическое пособие. М.: педагогическое общество России, 2006. – 96 с.

2. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет / сост. Н.Д. Денисова. – Волгоград: Учитель, 2014. – 202 с.

3. Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей 6-7 лет: программа театрально-игровой деятельности, планирование, занятия /авт.-сост. Д.Г. Кайль. – Волгоград: Учитель, 2015. – 131 с.

4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2000. – 208 с.

5. Развитие внимания и эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет: разработки занятий, диагностические и дидактические материалы / сост. Ю.Е. Веприцкая. – Волгоград: учитель, 2011. – 123 с.

6. Семенака С.И. Учим детей доброжелательному поведению: Конспекты и материалы к занятиям с детьми 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2010. – 88 с.

7. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: Советы психолога родителям. – М.: Просвещение: АО «Учеб. лит.», 1996. – 111 с.

8. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – М.: Генезис, 2004. – 175 с.

Все представленные источники литературы хранятся в электронной библиотеке МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

Приложение № 1.

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Академия эмоций»
на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

№	Месяц	Неделя	Тема занятия	Количество часов	Форма контроля
1.	Сентябрь	1 неделя	Введение в образовательную программу. Инструктаж по ТБ. «Разные чувства и эмоции»	2	Входная диагностика (собеседование, тестирование)
2.	Сентябрь	2 неделя	«Страх. Испуг»»	2	Текущий контроль
3.	Сентябрь	3 неделя	«Как победить свой страх?»	2	Текущий контроль
4.	Сентябрь	4 неделя	«Гнев»	2	Текущий контроль
5.	Октябрь	1 неделя	«Как справиться со злостью?»	2	Текущий контроль

6.	Октябрь	2 неделя	«Жадность. Щедрость»	2	Текущий контроль
7.	Октябрь	3 неделя	«Стыд. Вина»	2	Текущий контроль
8.	Октябрь	4 неделя	«Обида»	2	Текущий контроль
9.	Ноябрь	1 неделя	«Доброта и сочувствие»	2	Текущий контроль
10.	Ноябрь	2 неделя	«Качества людей»	2	Текущий контроль
11.	Ноябрь	3 неделя	«Люди отличаются друг от друга своими качествами»	2	Текущий контроль
12.	Ноябрь	4 неделя	«Какой я?»	2	Текущий контроль
13.	Декабрь	1 неделя	«Какой ты?»	2	Текущий контроль
14.	Декабрь	2 неделя	«Я и мои родители»	2	Текущий контроль
15.	Декабрь	3 неделя	«Почему родители наказывают своих детей?»	2	Текущий контроль
16.	Декабрь	4 неделя	«Я люблю свою семью. Семья любит меня» Мониторинг образовательных результатов	2	Промежуточная аттестация
17.	Январь	1 неделя	«Я люблю своих друзей. Друзья любят меня»	2	Текущий контроль
18.	Январь	2 неделя	«Умею ли я дружить?»	2	Текущий контроль
19.	Январь	3 неделя	«Что такое дружба?»	2	Текущий контроль
20.	Январь	4 неделя	«Дружба-это помощь»	2	Текущий контроль

21.	Февраль	1 неделя	«Кто такой настоящий друг?»	2	Текущий контроль
22.	Февраль	2 неделя	«Какие чувства мешают дружить?»	2	Текущий контроль
23.	Февраль	3 неделя	«Как помочь грустному человеку?»	2	Текущий контроль
24.	Февраль	4 неделя	«Как помочь сердитому человеку?»	2	Текущий контроль
25.	Март	1 неделя	«Сила человека - это сила его воли»	2	Текущий контроль
26.	Март	2 неделя	«Сила воли - уметь терпеть»	2	Текущий контроль
27.	Март	3 неделя	«Хорошие мысли помогают мне»	2	Текущий контроль
28.	Март	4 неделя	«Даже если…»- «В любом случае…»	2	Текущий контроль
29.	Апрель	1 неделя	«Выбор. Ответственность за свой выбор»	2	Текущий контроль
30.	Апрель	2 неделя	«Звезда удачи»	2	Текущий контроль
31.	Апрель	3 неделя	«Когда надо сказать «нет»?»	2	Текущий контроль
32.	Апрель	4 неделя	« Я сам могу себе помочь»	2	Текущий контроль
33.	Май	1 неделя	«Трудности дороги к Знанию»	2	Текущий контроль
34.	Май	2 неделя	«Трудности дороги к Знанию можно преодолеть»	2	Текущий контроль
35.	Май	3 неделя	«В стране знаний»	2	Текущий контроль
36.	Май	4 неделя	«Я школьник»	2	

			Мониторинг образовательных результатов		
			Итого	72 часа	

Приложение № 2.

Диагностическая карта
мониторинг результативности обучения
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Академия эмоций»
за 20__- 20___ учебный год

№	Ф.И.О.	Психоэмоциональное состояние			Самооценка			Коммуникативные навыки			Общий балл		
		I	II	III	I	II	III	I	II	III	I	II	III
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													

	I	II	III
высокий			
средний			
низкий			

Диагностические методики

Методика «Волшебная страна чувств» (автор Т.Д. Зинкевич-Евстегнеева)
Цель: исследование психоэмоционального состояния.

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

Инструкция 1.

Ведущий: Далеко-далеко, а может быть совсем близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость, Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом… Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что они срывали крыши домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда – всю краску унес ветер.

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

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

Инструкция 2.

Ведущий: Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету его домика.

Здесь ведущий предлагает детям поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств. В результате мы узнаем, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

Инструкция 3.

Ведущий: Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри, вот карта страны чувств (*ведущий показывает силуэт человека*). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена. Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Если рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, очертание Италии похоже на сапог. Когда карта будет раскрашена, ведущий благодарит ребят.

Обработка результатов.

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее.

1. Все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков.
2. Адекватность подбора цвета при «заселении» чувств в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, не смотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, тем не менее, он является диагностичным.
3. Распределение цветов, обозначающих чувства, внутри силуэта человека. Причем целесообразно символически разделить силуэт на 5 зон:

Голова и шея (символизируют ментальную деятельность);

Туловище до линии талии, исключая руки (символизируют эмоциональную деятельность);

Руки до плеч (символизируют коммуникативные функции);

Тазобедренная область (символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний);

Ноги (символизируют чувство опоры, уверенность, а также возможность «заземления» негативных переживаний).

Исследуя полученную «карту», мы узнаем, какие чувства «живут» в разных частях тела. Например, чувства, «живущие в голове», окрашивают мысли. Если в голове «живет» страх, наверное, осуществлять умственную деятельность будет непросто. В руках «живут» чувства, испытываемые в контактах с окружающими. В ногах находятся чувства, которые дают человеку психологическую уверенность, или же (если в ногах поселились «негативные» чувства) человек имеет стремление «заземлить», избавиться от них.
6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния. 3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

ПРИЛОЖЕНИЕ

КАРТОЧКА ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ РЕБЕНКА «ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА ЧУВСТВ»

Ф. И. О._____

Дата:_____

Домики	Жители	Карта страны
1	2	3
	Радость	
	Удовольствие	
	Страх	

Методика «Определение самооценки» (методика Дембо-Рубинштейн).

Цель: изучение уровня самооценки черт характера.

Материал. На листе бумаги в клетку чертят две горизонтальные параллельные линии, между которыми расстояние в 10 клеток. С левого края чертят первую вертикальную линию (пробную), соединяющую обе горизонтали.

Инструкция.Ты знаешь, что есть разные люди, честные и лживые, добрые и злые, справедливые и не очень, трудолюбивые и ленивые, вежливые и грубые.

1. В самой верхней точке находятся те, кто считают себя самыми добрыми, в самой нижней – те, кто считают себя самыми злыми. Между ними – все остальные. Отметь точкой, куда бы ты поставил себя на этой вертикальной линии?
2. В самой верхней точке – самые щедрые люди, в самой нижней – самые жадные. Где находишься ты?
3. Честность.
4. Дружелюбие.
5. Справедливость.
6. Находчивость.
7. Трудолюбие.
8. Самостоятельность.
9. Заботливость.
10. Организованность.
11. Нравишься ли ты себе, какой ты есть?
12. Хотел бы ты стать еще лучше: вежливее, трудолюбивее, справедливее и т.д.?
13. Что нужно сделать, чтобы стать лучше?
14. Ты так уже делаешь?

Методика изучения коммуникативных умений (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

Цель: изучить уровень сформированности коммуникативных умений у детей. Описание методики: Подготовка исследования. Приготовить силуэтные изображения рукавичек, 2 набора по 6 цветных карандашей. Проведение исследования. Исследование проводится с детьми 5-7 лет. Первая серия. Двум детям одного возраста дают по одному изображению рукавички и просят украсить их, но так, чтобы они составили пару, были одинаковые. Поясняют, что сначала договориться, какой узор рисовать, а потом приступать к рисованию. Дети получают по одинаковому набору карандашей. Вторая серия. Аналогична первой, но детям дают один набор карандашей, предупреждая, что карандашами нужно делиться. Третья серия аналогична первой, а четвертая серия - второй. Но в них участвуют дети разного возраста. Во всех сериях дети выполняют задание самостоятельно. Обработка результатов. Анализируют, как протекало взаимодействие детей в каждой серии, по следующим признакам: 1. Умеют ли дети договариваться, приходить к общему решению, как они это делают, какие средства используют: уговаривают, убеждают, заставляют и т.д. 2.Как осуществляют взаимный контроль по ходу выполнения деятельности: замечают ли друг у друга отступления от первоначального замысла, как на них реагируют. 3. Как относятся к результату деятельности, своему и партнера. 4. Осуществляют ли взаимопомощь по ходу рисования. В чем это выражается. 5. Умеют ли рационально использовать средства деятельности (делиться карандашами во второй и четвертой сериях). Определяют, как зависят эти показатели от возрастного состава пар испытуемых. Делают выводы о сформированности коммуникативных умений у детей. Стимульный материал: силуэтные изображения рукавичек и т.п., 2 набора по 6 цветных карандашей.

Приложение № 3

Тема: Мои чувства и эмоции

Занятие 1. Разные чувства

Задачи: актуализировать у детей знания о разнообразии чувств у человека; учить передавать разные чувства интонацией, пантомимикой, с помощью изобразительных средств.

Материал:

- лист ватмана на мольберте;
- гуашевые краски или пастель.

Ход занятия:

1. *Вводная часть*

Упражнение «Закончи предложение»

Дети дают определения шести различным эмоциям и чувствам:

«Радость – это когда…»
«Печаль – это когда…»
«Страх – это когда…»
«Гнев – это когда…»
«Обида – это когда…»
«Стыд – это когда…»

2. *Основная часть*

Игра «Шурум-бурум»

Водящий загадывает некое чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись и, произнося только бессмысленные слова «шурум-бурум», передает это чувство. Дети разгадывают его.

Игра «Море волнуется»

Водящий начинает игру: « Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости (страха, стыда и т.д.) на месте замри». Далее водящим становится тот, кот создал наиболее выразительную фигуру.

3. *Заключительная часть*

«Рисунок чувств»

Детям предлагается на большом листе ватмана красками или пастелью нарисовать коллективный рисунок разных чувств. Дети самостоятельно выбирают цвет и способ изображения чувства.

Занятие 2. Страх. Испуг.

Задачи: упражнять детей в умении рассказывать о своем чувстве страха, учить детей оценивать свое эмоциональное состояние, самостоятельно справляться с чувством страха, узнавать об эмоциональном состоянии окружающих людей по мимике, интонации, движениям.

Материал:

- мяч среднего размера;
- текст сказки «Верь в себя» (автор О. Хухлаева);
- музыка «Звуки природы. Ручей»

Ход занятия:

1. Вводная часть

Приветствие «Я рад тебя видеть»

2. Основная часть

Игра с мячом «Я боюсь, когда…»

Мысленная картинка «Кто-то очень страшный». Психолог просит детей закрыть глаза, представить кого-то очень страшного, затем рассказать про него сказку.

Игра «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь – превращусь». Дети идут по кругу, держась за руки, и проговаривают хором эти слова. Когда психолог называет какого-либо страшного персонажа (Кощея, Бабу-Ягу, Человека-Паука и т.п.), детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Психолог выбирает самого страшного Кощея, он становится ведущим и продолжает игру.

Работа со сказкой «Верь в себя» (автор - О. Хухлаева)

Чтение сказки (см. приложение).

Беседа по содержанию сказки.

Вопросы для беседы:

- Чего хотелось Зайчонку больше всего на свете?
- Почему это у него не получалось?
- Какой же случай помог Зайчонку понять, что он смелый и сильный?
- Что почувствовал Зайчонок, когда понял это?

Проигрывание эпизода сказки. Дети по очереди играют роль Зайчонка в финальной сцене – становятся на стульчик посреди группы, а остальные хором кричат: «Верь в себя – и ты победишь!»

«Театр». Дети с помощью взрослого инсценируют стихотворение В. Семерина.

Страшный зверь

Прямо в комнатную дверь
Проникает страшный зверь!
У него торчат клыки
И усы топорщатся,
У него горят зрачки -

Испугаться хочется!
Хищный глаз косится,
Шерсть на нем лоснится…
Может, это львица?
Может быть волчица?
Глупый мальчик крикнул:
- Рысь!!!
Храбрый мальчик крикнул:
- Брысь!

3. Заключительная часть

Игра «Ручеек радости». Звучит аудиозапись «Звуки природы. Ручей». Психолог говорит, что в нашем ручейке течет радость. Дети выполняют действия, как в игре «Ручеек», при этом тот, кто выбирает себе пару, должен сказать какое-либо радостное слово.

Занятие 3. Как победить свой страх?

Задачи: продолжать знакомить детей с проявлениями чувства страха, его последствиями, познакомить с приемами избавления от страхов.

Материал:

- темная ткань;
- лист ватмана;
- краски;
- кисти.

Ход занятия:

1. Вводная часть

Приветствие «Я рад тебя видеть»

2. Основная часть

Мысленная картинка «Кто живет в темной комнате». Дети рассказывают группе свои «картинки», а затем показывают звуками и телом то существо, которое увидели.

Работа с текстом стихотворения А. Кушнир «Что в углу?»

Чтение стихотворения

Что виднеется в углу
С черной тенью на полу,
Непонятное, немое.
Не пойму и сам, какое
Человек или предмет?
Ах, скорей зажгите свет!
Вдруг оно сейчас подскочит,

Утащить меня захочет?
Вдруг, издав ужасный стон,
Побежит за мной вдогон?
Схватит, стащит одеяло…
Свет зажгли – мне стыдно стало
Я ошибся. Виноват.
Это дедушкин халат!

Беседа по содержанию стихотворения.

Вопросы для беседы:

- Чего испугался мальчик?
- Как удалось мальчику справиться со страхом?
- Можно ли сказать, что страх – это боязнь неизвестности?
- Как справиться с неизвестностью?

Упражнение «Полезен ли страх?»

Да! Если нет страха, то:

- можно упасть с балкона;
- впустить в квартиру вора;
- попасть под колеса машины;
- обвариться кипятком;
- затеять пожар в квартире.

Нет! Из-за вечного страха перед чем-либо:

- перестаем радоваться жизни;
- чувствуем себя неуверенно;
- чаще болеем;
- меньше узнаем окружающий мир;
- боимся знакомиться с людьми.

Что делать? Быть осмотрительным. Чаще улыбаться. Смеяться над ненужными страхами.

Упражнение «Грустная Темнота». Ведущий рассказывает детям о грустной Тетеньке Темноте, у которой совсем нет друзей. Ведь ночью все спят, а кто не спит, тот боится Темноты, норовит поскорее прогнать ее, свет включить. Далее дети по очереди укутываются темной тканью, принимая роль Тетеньки Темноты. Тетенька Темнота просит детей с ней подружиться, при этом она не умеет говорить словами (ведь ей не с кем было разговаривать!), а объясняется только звуками. Дети по желанию подходят к Темноте, гладят ее и говорят добрые слова.

Рисование «Страх».

3. Заключительная часть

Игра «Ручеек радости» (см. занятие 2).

Занятие 4. Гнев. С каким чувством он дружит?

Задачи: продолжать знакомить детей с проявлениями чувства гнева, причинами его возникновения, последствиями.

Материал:

- фотографии людей с мимикой злости;
- текст сказки «О мальчике Сереже, который всего боялся и потому кусался» (автор О. Хухлаева);
- лист ватмана на мольберте;
- изобразительный материал: цветные фломастеры (цветные карандаши)

Ход занятия:

1. Вводная часть

Приветствие.

Упражнение «Угадай чувство по интонации». Один из участников произносит фразу «Я иду гулять» с определенной интонацией. Остальные должны угадать, какое чувство при этом выражается.

2. Основная часть

Мысленная картинка «Что-то очень злое». Дети с закрытыми глазами рисуют мысленную картинку, затем рассказывают о ней.

Упражнения «Злые руки», «Пальцы поссорились, помирились»

Как выглядит злой человек? Рассматривание фотографий.

Беседа «Отчего мы злимся?»

Закончить предложение «Я злюсь, когда…»

Что происходит с человеком, когда возникает чувство гнева?

Что хочется сделать?

На что похожа злость?

Работа с текстом

Чтение сказки «О мальчике Сереже, который всего боялся и потому кусался». (автор О. Хухлаева).

Беседа по содержанию сказки.

Вопросы к беседе:

- Почему Сережа обижал детей (кусался)?
- Чего он боялся?
- Верно ли, что одноклассники хотели его обидеть?
- Какое чувство появлялось у Сережи первым? (Страх.)
- А вслед за страхом приходила… (Злость.)
- Как начинает вести себя ребенок, когда к нему приходит чувство гнева?
- Хорошо ли жить человеку с этим чувством? Если плохо, почему?
- Знаете ли вы, как помочь себе и своему другу избавиться от чувства гнева?

Об этом мы с вам поговорим на следующем занятии.
Рисование «Злость» (коллективное). Дети с помощью выразительных средств: линий, цвета изображают злость. Какого цвета злость? Нарисуй «злую» линию.
3. Заключительная часть
Упражнение «Разозлились – одумались». По сигналу «разозлились» дети напрягают тело, сжимают кулаки, по сигналу «одумались» - расслабляются и улыбаются.
Упражнение «Колокол»

Занятие 5. Как справиться со злостью?
Задачи: закреплять знания детей о причинах возникновения чувства гнева; познакомить со способами отреагирования гнева; развивать умения: оценивать свое эмоциональное состояние и настроение, управлять своим настроением, умение выражать эмоциональное состояние мимикой, жестами, голосом.
Материал:
- атласные ленты голубого цвета (по одной на двоих детей)
- иллюстрации с изображением злых персонажей (пособие «Азбука эмоций»);
- текст сказки «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (автор О. Хухлаева)
Ход занятия:
1. *Вводная часть*

Упражнение «Шурум-бурум». Водящий загадывает какое-нибудь чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только бессмысленные слова «шурум-бурум», передает это чувство. Дети разгадывают его.
Упражнение «Волны». Психолог называет детям разные чувства и предлагает с помощью лент показать «волны радости», «волны гнева», «волны страха» и др.
2. Основная часть
Рассматривание иллюстраций с изображением злых персонажей.
Что произойдет, если злость вырвется наружу?
Игра «Жужа»
Работа со сказкой «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (О. Хухлаева) *(приложение)*
Ролевая игра «Превращаем Танечку, превращаем Ванечку». Двое детей – Танечка и Ванечка – садятся на стульчики в центре группы и делают злые лица. Дети по очереди подходят к ним, гладят и говорят добрые слова до тех пор, пока Танечка и Ванечка не расколдуются и не улыбнутся.
Как самому справиться с чувством гнева? (перечислить способы отреагирования гнева: потопать ногами, постучать кулаками, глубоко

подышать)
Упражнения: «Тух-тиби дух», «Обзываемся овощами».
3. Заключительная часть
Игра «Ручеек радости»
Упражнение «Колокол»

Занятие 6. Жадность. Щедрость.
Задачи: развивать у детей умение выражать эмоциональное состояние мимикой, жестами, голосом; познакомить детей с чувствами: жадность, щедрость: их проявлениями, последствиями.
Материал:
- инструментальная музыка;
- текст сказки «Два жадных медвежонка»;
- шапочки-атрибуты (лиса, медвежата);
- «головка сыра» (из пластилина);
- атрибуты и предметы-заместители для проигрывания этюдов;
- текст стихотворения «Жадина» (автор Я. Аким)
Ход занятия:
Вводная часть
Приветствие.
Упражнение «Подводные фантазии». Дети под музыку свободно двигаются по комнате, движениями изображая морских животных.
Основная часть
Упражнение «Тренируем эмоции».
- нахмуриться, как осенняя туча, рассерженный человек, злая волшебница;
- улыбнуться, как кот на солнышке, Буратино, хитрая лиса;
- разозлиться, как два барана на мосту, ребенок, у которого отняли мороженое, человек, которого ударили;
- испугаться, как заяц, увидевший волка; котенок, на которого лает собака;
- устать, как человек, поднявший тяжелый груз; муравей, притащивший большую муху;
- отдохнуть, как турист, снявший тяжелый рюкзак; ребенок, который много трудился, но помог маме.
Работа со сказкой «Два жадных медвежонка»
Беседа
Дайте характеристику героям сказки:
- какие медвежата в сказке? (жадные, глупые)
- какая лиса? (хитрая, коварная, обманщица)
Как были наказаны медвежата за жадность?

Какой у сказки конец: веселый, грустный?

Плохое или хорошее качество – жадность?

Какое слово-наоборот можно подобрать к слову «жадность»? (щедрость)

Проигрывание эпизода сказки – лиса с медвежатами делят сыр.

Проигрывание этюдов на отображение отрицательных черт характера с последующим обсуждением:

а) «Жадный пес». Психолог читает стихотворение Василия Квитка. Ребенок имитирует действия, о которых говорится в стихотворении.

Жадный пес
Дров принес,
Воды наносил,
Тесто замесил,
Пирогов напек,
Спрятал в уголок
И съел сам -
Гам-гам-гам!

б) «Эгоист». Мама принесла к чаю два пирожных. Мальчик взял себе одно пирожное и
показал пальцем на два других: «А эти я съем вечером». Мама подумала: «Мой сын – эгоист».

г) «Жадный поросенок». Котенок встречает скулящего щенка. Щенок голоден, он потерял родителей. Котенок решает ему помочь. В этот момент мимо проходит толстый поросенок и жует большую булку. Котенок и щенок просят поросенка дать им кусочек булки. На что тот отвечает грубым хрюканьем. Тогда котенок хватает его за хвостик и поросенок с визгом убегает жаловаться своей маме.

Проигрывание желательного поведения (ситуации):

а) Ты принес в детский сад банан, а у твоего друга сегодня нет ничего вкусного. Как ты поступишь?

б) Мама принесла три апельсина: тебе и твоему брату (сестре). Как ты поделишь эти апельсины?

в) Ты принес в группу интересную красивую игрушку. Детям понравилась твоя игрушка, им хочется ей поиграть. Как ты поступишь?

г) Дети играют, а у одного ребенка нет игрушек.

Обсуждение после проигрывания ситуаций: что ты чувствовал, когда выполнял ту или другую роль.

Заключительная часть

Чтение стихотворения Я. Акима «Жадина» (приложение)

Упражнение «Доброе животное».

Занятие 7. Стыд. Вина.

Задачи: познакомить детей с чувствами: стыд, вина; их проявлениями; упражнять в умении рассказывать о своих чувствах и эмоциях, умении выражать эмоции жестами, мимикой, позой.

Материал:

- текст стихотворения «Мяч и Петя» (автор В. Лившиц);
- текст рассказа «Кто разбил графин?» (автор М. Ульянова);
- иллюстрации с изображением эмоций стыда, вины.

Ход занятия:

1. Вводная часть

Игра на тактильный контакт «Моечная машина»

2. Основная часть

Что такое стыд, вина? Проблемная ситуация.

а) Чтение стихотворения «Мяч и Петя» В. Лившиц (приложение)

б) Совместное обсуждение проблемной ситуации.

Рассматривание иллюстраций с изображением эмоций стыда, вины: мимика, поза.

Беседа «Когда нам бывает стыдно?»

- Отчего бывает стыдно?
- Что хочется сделать в этот момент?
- Для чего человеку нужно чувства стыда, вины?

Учимся честно говорить о проступке. Проблемная ситуация.

а) Чтение рассказа М. Ульяновой «Кто разбил графин?»

б) Совместное обсуждение проблемной ситуации:

- Что чувствовал Володя, когда скрывал свой поступок?
- Почему трудно признать свою вину?
- Как изменилось его настроение, когда он честно признался?
- Рассматривание иллюстраций с изображением эмоций: стыд, радость.

3. Заключительная часть

Игра «Море волнуется». Водящий (на первых порах это взрослый) начинает игру: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости (страха, стыда и т.д.) на месте замри!» Далее водящим становится тот, кто создал наиболее выразительную фигуру.

Упражнение «Колокол»

Занятие 8. Обида.

Задачи: познакомить детей с чувством – обида: его проявлениями, причинами возникновения; учить конструктивным путям выхода из трудных ситуаций; упражнять в умении рассказывать о своих чувствах и эмоциях, умении выражать эмоции жестами, мимикой, позой.

Материал:

- мяч среднего размера;
- текст сказки «Как зайчик обиделся на свою маму» (автор О. Хухлаева)
- бумага, изобразительные средства, музыкальные инструменты.

Ход занятия:

1. Вводная часть

2. Основная часть

Мысленная картинка на тему «Обида».

Игра «Брось мяч и скажи свою обиду». Дети стоят в кругу. Перед тем, как бросить мяч, каждый говорит слова: «Я обижаюсь, когда…». В случае, если кто-то из детей сильно бросает мяч-обиду, можно отметить, что «обида вместе с мячиком вылетает из тебя и теперь тебе будет гораздо легче».

Чтение стихотворения

Мы поссорились с подругой
И уселись по углам.
Очень скучно друг без друга!
Помириться нужно нам.
Я ее не обижала –
Только мишку подержала,
Только с мишкой убежала
И сказала: «Не отдам!»

Из-за чего поссорились девочки? Что чувствует каждая из них? Как девочки могут помириться?

Выслушав ответы детей, психолог предлагает послушать, какой способ примирения предлагает автор стихотворения. Так он закончил эту историю:

Дам ей мишку, извинюсь,
Дам ей мячик, дам трамвай
И скажу: «Играть давай!»

Психолог акцентирует внимание детей на том, что виновник ссоры должен уметь признать свою вину.

Упражнение «Попроси прощения».

Как сделать так, чтобы на тебя не обижались? Один из способов – попросить прощения. Но просить прощения нужно по-особому, используя для этого волшебные слова, взгляд, голос и движения.

Проигрывание ситуации «Наступили на ногу». Выбирается тот, кому наступили на ногу (он будет экспертом, оценивающим, насколько тот, кто просит прощения, достиг цели – его захотелось простить). Все по очереди просят у «эксперта» прощения. Психолог участвует в упражнении в качестве примера для подражания или, наоборот, в качестве примера, как не надо просить прощения. «Эксперт» выбирает того, кто лучше всех попросил прощения, и объясняет почему.

Работа со сказкой «Как зайчик обиделся на свою маму» (автор О.Хухлаева) (приложение):

- дети слушают сказку,
- придумывают окончание,
-инсценируют сказку.

Упражнение «Ты обиду не держи, поскорее расскажи»

В игре дети находят способы, как справиться с обидой:

- обиду можно рассказать;
- можно нарисовать, вылепить из пластилина, вырезать из бумаги;
- прокричать;
- простучать (например, на барабане).

Психолог: сейчас каждому из вас нужно выбрать свою обиду, которая с вами живет давно, придумать, как с ней можно расстаться, как от неё избавиться.

В распоряжении детей бумага, изобразительные средства, музыкальные инструменты.

На подготовку дается 5 минут, затем дети по очереди демонстрируют группе свой способ избавления от обиды.

3. Заключительная часть

Упражнение «Рисунки на спине». Дети встают парами. Один поворачивается к другому спиной и тот начинает водить указательным пальцем по спине, как бы рисуя. Затем меняются местами.

Упражнение «Колокол».

Занятие 9. Доброта. Сочувствие.

Задачи: учить детей проявлять внимание, заботу, выражать сочувствие всем окружающим людям; дать примеры положительных поступков и вызвать у детей желание подражать им.

Ход занятия:

1. Вводная часть

«Эмоциональная гимнастика». Детям дается задание – произнести скороговорку «Маленькая болтунья молоко болтала, болтала, да не выболтала» с выражением разных эмоциональных состояний: грустно, страшно, весело,

равнодушно.

2. Основная часть

Работа со сказкой «Упрямые козы» (узбекская народная сказка).

Психолог рассказывает детям сказку:

Жили когда-то на свете две упрямые козы. И вот однажды они встретились на узкой доске, перекинутой через глубокий арык. Вдвоем на доске не разойтись, кому-то надо уступить.

- Эй ты, посторонись с дороги! – закричала одна коза.

- Вот еще выдумала! Выходит я из-за тебя пятиться должна? – закричала в ответ другая.

- А почему бы тебе и не попятиться? – настаивала первая.

Долго спорили упрямые козы. А потом отступили каждая на три шага, нагнули головы и … Трах! Столкнулись лбами и обе свалились в воду.

Вопросы для обсуждения:

- Понравилось ли вам, как вели себя козы?
- Почему они оказались в воде?
- Что чувствовали козы, когда не могли разойтись на узкой доске?
- Почему их назвали упрямыми?

Инсценирование сказки.

Дети становятся в пары, и взрослый предлагает им изобразить «упрямых коз», не желающих уступить дорогу. Дети выражают на лице недовольство, хмурят брови, наклоняют головы вперед, начинают сердиться и толкают плечами друг друга.

«Сказка наоборот». Дети придумывают новое название сказки (например, «Вежливые, веселые, добрые козочки»). Решают самостоятельно проблемную ситуацию: две козочки встретились на узкой доске. Как быть? Кто уступит? Какие слова должны произнести козочки? Какое выражение лица при этом у них будет?

Вместе с взрослым дети выбирают самый удачный вариант сказки.

«Что такое сочувствие?» Взрослый рассказывает детям историю:

Мальчики во дворе затеяли игру в прятки. Игорь побежал к ящику, чтобы спрятаться в нем, но нечаянно споткнулся и ушиб ногу, громко заплакал. К нему подбежали Миша и Юра. Миша посмотрел и засмеялся: «Подумаешь, ерунда какая. Даже царапины нет, а ревет на весь двор!» А Юра произнес: «Больно? Потерпи немножко, не плачь», - и стал дуть на больное место.

Вопросы к детям:

- Чей поступок (Миши или Юры) вам понравился? Почему?
- Что вы скажете о поступке Миши?

Сочувствие – умение почувствовать то, что испытывает другой человек и вместе с ним пережить это чувство. В данной истории про кого из мальчиков мы можем сказать, что он умеет сочувствовать?
Давайте чаще проявлять сочувствие к окружающим нас людям. Никогда не будем смеяться над чужой бедой, а постараемся помочь, утешить.
Решение проблемных ситуаций.
Психолог предлагает детям разрешить следующие проблемные ситуации.
- Оля прищемила палец. Ей больно. Как можно утешить ее, что сказать?
- Малыш ушибся и заплакал. Как вы поступите?
- У Виталика сломалась машина, которую ему подарили. Он очень расстроен. Подумайте, как вы ему поможете, как успокоите?
- У воспитателя заболела голова. Скажите ей слова утешения. Как вы еще можете ей помочь?
Давайте выучим и запомним правило: если кто-то озабочен, помоги, чем можешь.
3. Заключительная часть
Упражнение «Рисунки на спине». Дети встают парами. Один поворачивается к другому спиной и тот начинает водить указательным пальцем по спине, как бы рисуя. Затем меняются местами.
Упражнение «Колокол».

2Тема: Чем люди отличаются друг от друга.
Занятие 10. Качества людей.
Задачи: учить детей анализировать свое эмоциональное состояние; познакомить детей с понятием «качества людей».
Материал:
- лист ватмана, на котором нарисованы два дерева без листьев;
- листья для деревьев, вырезанные из цветной бумаги (см. цветопись настроения);
- клеевые карандаши.
Ход занятия:
1.Вводная часть
«Два дерева». Детям предлагаются два дерева: «Радость» и «Печаль». Психолог предлагает детям выбрать цветной листочек, на который похоже их настроение, и повесить на дерево. (Цвет листьев дети выбирают сами, что позволяет взрослому диагностировать их настроения.)

Цветопись настроения:
- красный цвет – восторг;
- оранжевый – радость, веселье;

- желтый – мне приятно;
- зеленый – спокойное настроение;
- синий – грустное настроение, неуверенность;
- фиолетовый – тревожное настроение;
- черный – унылое настроение;
- белый – состояние страха.

Психолог обращает внимание на общий фон настроения (на каком дереве больше листьев?) Выясняет причину печали, грусти или тревоги, если такие переживания есть.

2. Основная часть

«Снежная королева». Психолог предлагает детям вспомнить сказку «Снежная королева»: «В этой сказке было зеркало, в котором все доброе и прекрасное, что есть в человеке, уменьшалось, а дурное и безобразное увеличивалось. Вспомните, сколько бед натворили осколки этого зеркала, попадая в глаза людям. Представьте: когда Кай и Герда выросли, они создали волшебные очки, которые помогали разглядеть хорошее в человеке, и даже такое, которое человек прячет от всех. Пусть каждый из вас примерит сейчас такие очки. Как это сделать? Просто представьте себе, что вы в очках, посмотрите сквозь них на каждого из детей и постарайтесь увидеть как можно больше хорошего в каждом. Может быть, вы увидите и то хорошее, что обычно не замечается».

Психолог первым «надевает очки» и показывает детям, как ими пользоваться. Можно провести коллективные обсуждения каждого из участников: вся группа «надевает очки» и называет «хорошести» одного из участников, затем другого.

В конце психолог предлагает «собрать» те слова, при помощи которых дети называли «хорошести» друг друга. Вводится понятие «качества» людей».

3. Заключительная часть

Упражнение «Рисунки на ладошке». Дети встают парами. По очереди «рисуют» указательным пальцем друг другу на ладошке.

Упражнение «Колокол».

Занятие 11. Люди отличаются друг от друга своими качествами.

Задачи: закреплять знания детей о личностных качествах людей; помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности.

Материал:

- заранее заготовленные вырезанные из бумаги детские ладошки (дети выполняют в группе с воспитателем: обводят карандашом по контуру свою ладошку, затем вырезают);
- текст сказки «Туча» (автор – Н. Мишин)

Ход занятия:

1. Вводная часть

Разминка «Качества людей». По описанию качества детям нужно догадаться, какое качество загадано и назвать его:

- человек, умеющий жить мирно, дружно, без ссор, (миролюбивый);
- человек, любящий своих друзей (дружелюбный);
- человек, любящий трудиться (трудолюбивый);
- человек, заботящийся о том, чтобы близким людям было хорошо, помогающий во всем (заботливый);
- человек, умеющий говорить ласковые, добрые слова (ласковый);
- человек, который всегда поступает честно, по правилам (справедливый).

«Назови свои три хороших качества». Каждый ребенок по очереди говорит о себе, называя три хороших качества.

2. Основная часть

«Мы похожи – мы отличаемся». Психолог приглашает двоих участников и обращает внимание группы на явные различия в их внешности. Затем он предлагает постараться найти у них три сходных качества и три различных. После этого пара испытуемых сменяется другой.

Работа со сказкой «Туча» (автор – Н. Мишин см. приложение)

Вопросы для обсуждения:

- В чем ошибались облака, думая о Туче? На что они обратили внимание? (на внешность – не заметили душу)
- Как можно доказать, что туча обладала благородством?
- Какими еще на ваш взгляд качествами обладала Туча?
- С кем из героев сказки у Тучи было больше всего похожих качеств и каких? (с Облачком – стремление помогать, умение жалеть окружающих и т.д.)

«Ладошки» На каждом пальце, вырезанной из бумаги ладошки, нужно написать, что-либо хорошее о себе: «Я красивый», «Я – сильный» и т.д. (Если дети затрудняются, пишет взрослый под диктовку ребенка.)

1. *Заключительная часть*

Игра «Кто тебя позвал?» Один из участников поворачивается спиной к остальным. Дети по очереди обращаются к нему. Водящий отгадывает, кто его позвал.

Упражнение «Колокол»

Тема: КАКОЙ Я? КАКОЙ ТЫ?

Занятие 12. Какой я?

Задачи:. помочь детям в осознании своей индивидуальности и уникальности во внешности, своих желаниях, предпочтениях, умениях, наличия у себя различных положительных качеств.

Материал:

- альбомные листы бумаги, на которых нарисован контур ромашки;
- цветные карандаши;
- музыка для релаксации.

Ход занятия:

1. Вводная часть

«Неоконченные предложения». Дети завершают фразы:

«Я злюсь, когда…»

«Я радуюсь, когда…»

«Я печалюсь, когда…»

«Я не люблю, когда…»

2. Основная часть

Игра «Радио». Дети встают в круг. Психолог «объявляет по радио»: «Внимание! Внимание! Потерялась девочка (мальчик). Вот ее (его) приметы: светлые, вьющиеся волосы, завязанные в два хвостика, голубые глаза, … носит … Помогите найти!»

Рисование «Какой я». Детям предлагается заполнить рисунками части ромашки: в центре – свой портрет, в лепестках: мой характер (смайликом или словом), я люблю, мои увлечения и интересы, я мечтаю, я хочу стать.

Рассматривание рисунков. Дети рассказывают о том, что нарисовали.

2. Заключительная часть

Игра «Мы с тобой похожи…». Дети по очереди бросают мяч друг другу, говоря при этом чем они похожи («мы с тобой похожи цветом глаз», «у нас с тобой одинаковые прически», «мы с тобой похожи тем, что любим рисовать»… и т.д.)

Упражнение «Колокол».

Занятие 13. Какой ты?

Задачи: учить детей находить положительные качества во всех людях.

Материал:

- рисунки детей, нарисованные на предыдущем занятии;
- игрушка маленького размера, помещающаяся в ладошку ребенка.

Ход занятия:

1. Вводная часть

«Объяснялки». Детям предлагается объяснить (дать определение) смысл личностных качеств людей:

- Честный человек – это …
- Добрый человек – это…
- Справедливый человек – это…
- Злой человек – это…
- Обидчивый человек – это…

Основная часть

Упражнение «Задай вопрос». Дети сидят в кругу, демонстрируют свои рисунки, сделанные на прошлом занятии. Психолог спрашивает детей: как вы считаете, хорошо ли вы знаете своих друзей? Посмотрите внимательно на детей, сидящих в кругу, на их рисунки. Подумайте, что вы можете рассказать о ком-либо из сидящих здесь детей? Какой он? Если тебе что-то непонятно в его рисунке или тебе что-то хочется о нем узнать, ты сейчас можешь его спросить об этом. По очереди каждый из участников задает вопросы.

Упражнение «Найди игрушку». Нужно спрятать небольшую игрушку в руке (кармане) одного из участников в отсутствие водящего. Дети называют водящему отличительные качества того, у кого спрятана игрушка. Когда водящий находит игрушку, он сообщает всем, какие именно сведения помогли ему в поисках.

Упражнение «Заяц-Хваста». Дети вспоминают сюжет сказки про Зайца-Хвасту и тетку Ворону. В сказке заяц стоял на пеньке перед другими зайцами и хвастался: «Я самый умный! Я самый смелый! Я самый хитрый!» А тетка Ворона потрепала его за ушко и запретила хвастаться. А потом собаки поймали Ворону и начали ее трепать, а Заяц помог ей освободиться. Так Ворона убедилась, что Заяц – не хвастун, а вправду молодец.

Детям предлагается побыть немного Зайцем-Хвастой. Нужно встать на стул – «пенек» - и громко сказать: «Я самый-самый …». Ребенок должен очень громко проговаривать свои положительные качества, а группа также громко повторять их: «Я смелый! – Ты смелый!» «Я красивый! – Ты красивый!» и т.п.

Можно сказать детям, что для того, чтобы все сбылось нужно не только громко кричать, но и направлять свои добрые чувства на водящего, протягивая в его сторону раскрытые ладошки.

После того, как все дети побывают «Зайцами», можно вместе поговорить о том, что многие вовсе не хвастались, а говорили правду о себе. Предложить каждому снова повторить свою фразу, исключая слова «самый-самый», и хором повторять за ним: «Ты умный, красивый и ласковый».

Заключительная часть

- Игровой массаж «Пау-паучина»

Пау-паучина (кисти рук и пальцы изображают паучков)
Паутинку шил. (кончиками пальцев выполнять круговые движения на спине партнера)
Вдруг закапал дождик – (легкие поколачивающие движения кончиками пальцев)
Паутинку смыл.
Выглянуло солнце (поглаживание спины ладошками)
Стало припекать.
Пау-паучина (кисти рук и пальцы изображают паучков)
Трудится опять. (кончиками пальцев выполнять круговые движения на спине партнера)
«Колокол»

3Тема: Я и моя семья

Занятие 14. Я и мои родители.

Задачи: формировать представление о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге.

Материал:

- альбомные листы бумаги на каждого ребенка;
- цветные карандаши.

Ход занятия:

1. Вводная часть

«Кто я?». Психолог задает вопросы, ребенок на них отвечает, называя себя по отношению к другим членам семьи:

- Кто ты для мамы (папы)?
- Кто ты для бабушки (дедушки)?
- Кто ты для сестры (брата)?

2. Основная часть

Беседа. Психолог, обращаясь к ребенку, просит его назвать свою фамилию. Кто еще носит такую же фамилию? (Дети называют членов своей семьи.)
Послушайте, как звучит слово «семья». «СЕМЬ Я»
Что означает первая часть - «семь»? (семь человек в семье)
Что означает вторая часть – «я»? (один отдельный человек со своим именем, своими привычками, желаниями, интересами… и пр.)
Чтение и обсуждение рассказа «Два пирожных» (автор – Ю. Ермолаева см. приложение)
Вопросы для обсуждения:

- Какие увлечения были у сестер Наташи и Оли?
- Как откликнулись дочери на просьбу мамы о помощи?

- Из-за чего нахмурилась Наташа?
- Как бы вы поступили на месте Наташи?
- Какое правило нарушила Наташа? (Помогай тому, кто нуждается в помощи.)

Вывод: иногда требуется пожертвовать своими интересами, ради интересов другого человека.

Рисование на тему «Моя семья». (Если кто-либо из детей затрудняется в рисовании людей, можно предложить нарисовать членов семьи в образах цветов или в образах животных.)

Рассматривание рисунков. Рассказы детей о своих рисунках.

3. Заключительная часть

«Погодный массаж»

«Колокол»

Занятие 15. Почему родители наказывают детей?

Задачи: помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.

Материал:

- текст сказки «Сказка о букашке Сашке» (автор – О. Хухлаева)

Ход занятия:

1. Вводная часть

Игра «Ехал Грека…» Дети сидят в кругу, руки держат вытянутыми за спиной. Психолог идет по внешнему кругу и один или вместе с детьми проговаривает: «Ехал Грека через реку, видит Грека - в реке рак. Сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку…» Когда произносится слово «цап!», дети быстро убирают руки вперед, психолог должен успеть схватить руки какого-либо ребенка, который становится водящим.

2. Основная часть

«Объясни пословицу». Детям предлагается объяснить смысл русских народных пословиц:

- От солнышка тепло, от матери добро.
- Нет лучше дружка, чем родная матушка.
- Мать поругает, мать и приласкает.

Беседа. Вопросы к беседе:

- Бывает ли такое, что родители ругают, наказывают своих детей?
- Почему так случается?
- Что при этом чувствуют дети?
- Как вы думаете, что чувствуют родители?

Работа со сказкой «Сказка о букашке Сашке» (автор – О. Хухлаева)

Чтение сказки. (см. приложение)

Беседа по содержанию сказки. Вопросы для беседы:

- Почему букашка Сашка думал, что мама его не любит?
- Как вы думаете, почему родители наказывают своих детей?
- Можно ли обойтись без наказаний?
- Закончите предложение «Если ребенок в чем-то провинился, нужно …»
- Закончите предложение «Когда я вырасту, а мои дети будут себя плохо вести, я …»

Проигрывание ситуации: «Сын (дочь) провинился – разбил вазу (подрался в детском саду с ребятами, сломал игрушку, порвал рубашку и т.п.). Мама возмущается, готова наказать сына (дочь)». Задача ребенка, находящегося в роли сына (дочери) объяснить маме свое поведение так, чтобы мама успокоилась.

3. Заключительная часть

«Ручеек радости»

«Колокол»

Занятие 16. Я люблю свою семью – семья любит меня.

Задачи: формировать представление о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге.

Ход занятия:

1. Вводная часть

Игра «Хочу – не хочу». Дети по команде психолога показывают без слов «Хочу спать – не хочу спать, хочу есть – не хочу есть, хочу играть – не хочу играть» и т.п.

2. Основная часть

Беседа «Порадовать родителей – как это просто!»

Вопросы для беседы:

- Как вы думаете, родители любят, когда вы их радуете?
- Вспомните, когда и как вам удалось порадовать своих родителей?

«Как показать свою любовь?» Психолог предлагает детям по очереди рассказать, как родители показывают своим детям свою любовь (какими словами, какими действиями). Затем предлагается рассказать, как дети показывают маме, папе, бабушке, дедушке свою любовь.

Совместное составление сказки «Не думай, что мы тебя не любим». Психолог рассказывает детям о том, что в одном лесу жил-был зайчик, которому казалось, что дома его никто не любит. Затем ведущий предлагает детям придумать и рассказать сказку про этого зайчика. (Придумывать можно по

кругу – каждый сидящий в кругу по очереди придумывает продолжение сказки, добавляя свое предложение к тексту.)

3. Заключительная часть

«Руки-волны» На спине у соседа дети изображают руками сначала спокойное море (мягкие ласковые руки), затем шторм (твердые напряженные руки) и снова спокойное море.

«Колокол»

4Тема: Я и мои друзья

Занятие 17. Я люблю своих друзей. Друзья любят меня.

Задачи: закреплять представления детей о культуре межличностного взаимодействия в группе сверстников, учить умению выражать свои позитивные чувства друг к другу.

Материал:

- запись песни В. Шаинского «Песня о дружбе»;
- текст сказки «Как друзья познаются» (автор С. Михалков»);
- текст стихотворения «Котауси и Мауси»

Ход занятия:

1. Вводная часть

«Массаж чувствами» Дети садятся «цепочкой» (в затылок друг другу), подушечки пальцев ставят на спину ребенка, сидящего впереди. По сигналу психолога они изображают подушечками пальцев различные чувства: радость, злость, страх, любовь и т.п.

2. Основная часть

Слушание песни В. Шаинского «Песня о дружбе».

Вопросы к детям после прослушивания песни:

- Кто с кем дружит в песне?
- Что нужно делать, чтобы дружба была крепкая, настоящая?

Работа со сказкой С. Михалкова «Как друзья познаются».

Чтение сказки. (см. приложение)

Беседа по содержанию сказки. Вопросы для беседы:

- Почему Бобр не захотел идти дальше вместе с Лисой и Кабаном?
- Почему Кабан сказал: «Ты иди первым, ты старше, тебе почет»?
- Помогла ли Лиса хоть чем-нибудь Бобру? Почему же она закричала: «Кабан, спасай Бобра, пропадет наш Бобер!»
- Хотели бы вы иметь таких друзей?
- Как поступают настоящие друзья?

«Я люблю своих друзей». Каждый из детей рассказывает о своем друге, положительных качествах его характера, почему ему нравится с ним дружить.

3. Заключительная часть
«Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение из зарубежного фольклора «Котауси и Мауси» (см. приложение)
«Ручеек радости»

Занятие 18. Умею ли я дружить?
Задачи: познакомить детей с понятием – «умение дружить»; упражнять детей в умении вести дискуссию: высказывать свое мнение, выслушивать мнения сверстников; упражнять в совместных действиях; в умении разрешать проблемную ситуацию.
Материал:
- мяч среднего размера (или любая мягкая игрушка)
Ход занятия:
1. Вводная часть
Упражнение «Я умею». Передавая мяч, друг другу по кругу дети говорят о том, что они умеют делать. После того, как все дети назовут свои умения, мяч берет психолог и говорит:
- Я умею дружить. А кто из вас тоже умеет дружить?
- Что означает умение дружить? Например, уметь рисовать - это значит правильно пользоваться карандашом, кистью, красками, уметь рисовать разные линии, фигуры, ровно закрашивать, правильно и красиво разместить рисунок на листе бумаги и т.д.
А что необходимо уметь, чтобы дружить?
Ведущий дает возможность детям подумать и высказать свое мнение. Наводящими вопросами помогает найти правильные ответы. Подводит итог дискуссии: уметь дружить – это значит: понимать другого, договариваться, сотрудничать т.е. выполнять вместе общее дело.
В следующих упражнениях мы потренируемся в этих умениях.
2. Основная часть
Упражнение «Одинаковые скульптуры». Выбираются двое водящих. Они выходят в центр круга, им завязывают глаза. Один из них должен принять любую позу, а другой, подойдя к «скульптуре» и ощупав её, должен составить представление о позе, в которой находится «скульптура» и повторить её.
Упражнение «Спина к спине». Дети парами встают спиной друг к другу и выполняют движения, которые предлагает ведущий:
- постоять, чувствуя спину друг друга;
- присесть;
- походить по комнате.

Рассказ «Об Алёше». Психолог рассказывает детям о мальчике Алёше, у которого были трудности в детском саду, в который он перешел недавно из другого детского сада, где остались его друзья. Однажды Алеша, придя из сада, домой, сказал маме: «Все, больше я в этот детский сад не пойду. Меня там никто не любит». Психолог предлагает детям высказать свои предположения о том, что же произошло с Алешей. Затем предлагает подумать над тем, как можно помочь Алеше.

Проигрывание ситуаций, предложенных детьми, как помочь Алёше найти друзей в новой группе.

3. Заключительная часть

«Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение Б. Заходера «Приятная встреча»

Встретились Бяка и Бука.
Никто не издал ни звука.
Никто не подал и знака –
Молчали Бука и Бяка.

И Бука подумал со скукой:
«Чего он так смотрит – букой?»
А Бяка подумал: «Однако
Какой он ужасный – Бяка!»

«Ручеек радости»

5Тема: Трудное чувство «Дружба»

Занятие 19. Что такое «дружба»?

Задачи: раскрыть понятие «дружба», формировать навыки взаимоотношений со сверстниками, ценностное отношение к себе и окружающим, развивать стремление дружить с окружающими.

Материал:

- мяч среднего размера;
- текст сказки «Незабудка» (автор О.Гавриченко)

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Упражнение «Брось мяч и назови ласковое имя того, кому ты бросил мячик».

2. *Основная часть.*

Упражнение «Дружба – это…». Дети сидят в кругу. Психолог предлагает по очереди каждому закончить начатое им предложение: дружба – это…

Работа со сказкой «Незабудка» (автор О. Гавриченко - приложение)

Вопросы для обсуждения:

- Почему Незабудке не удавалось подружиться с другими цветами на полянке?
- Как Незабудка все-таки сумела подружиться с цветами?
- Как они поступили с Незабудкой, когда увидели, что на поляне появился новый цветок??

- Можно ли сказать про цветы на поляне, что они дружные?
- Как должны поступать друзья, если видят, что другому трудно?
- Есть ли в вашей группе такие дети, какой была Незабудка?

Проигрывание ситуации, когда Незабудка появляется на поляне среди других цветов: давайте представим себя цветами на поляне, каждый из нас красивый цветок, мы дружные цветы, умеет вместе весело играть, помогаем друг другу, умеем оказать поддержку тому, кому трудно. И вот на нашей поляне появляется новый цветок (ребенок, желающий исполнять роль Незабудки, выходит в центр круга), которому немного страшно, робко, потому что он оказался среди незнакомых ему цветов. Он стесняется, у него вместо яркого цветка еще закрытый бутон. Давайте поможем ему почувствовать, что он оказался среди друзей, что его понимают, что на нашей поляне ему не грозит никакие опасности. Какими словами и действиями вы это покажите Незабудке?

Посмотрите, как изменилось состояние Незабудки! Она стояла с опущенной головой, стесняясь смотреть на другие цветы. А сейчас она с улыбкой смотрит на всех нас. Скажи нам, Незабудка, что ты почувствовала, когда другие цветы подходили к тебе, разговаривали с тобой, обнимали?

3. *Заключительная часть.*

Упражнение «Мы дружные ребята». Дети встают в круг, кладут друг другу руки на плечи и произносят: «Мы дружные ребята!

Не ссоримся совсем!
Мы дружные ребята!
Скажите это всем!»

Занятие 20. Дружба – это помощь.

Задачи: раскрыть понятие «дружба», формировать навыки взаимоотношений со сверстниками, ценностное отношение к себе и окружающим, развивать стремление дружить с окружающими; показать какую роль друзья играют в нашей жизни

Материал:

- мяч среднего размера;
- мячи небольшого размера по количеству детей;
- сюжетная картинка «Друзья» (Пособие «ЧУВСТВА. ЭМОЦИИ» Серия «Беседы по картинкам»)

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Игра «Поиск сходств»

Тот ребенок, у которого в руках находится мячик, должен перебросить его

другому участнику, назвав при этом черту своего сходства с тем, кому кидает предмет.

2. *Основная часть.*

Рассматривание сюжетной картинки «Друзья». Серия «Беседы по картинкам».

Вопросы для беседы:

- Что случилось с Сашей?
- Кто пришел его навестить?
- Как они подготовились к встрече с больным другом?
- Приятно ли такое внимание Саше?
- О чем они говорят?
- Будет ли Саша навещать друзей в трудную минуту?
- Вспомните, когда вы болели, вам хотелось ли увидеть своих друзей?
- Приходили ли они к вам?

Упражнение «Добрый поступок для друга». Дети по очереди рассказывают, о своих добрых поступках в отношении своих друзей или наоборот – добрых поступках друзей в отношении их.

Чтение стихотворения Г. Ладонщикова «Дружу с мальчишкой»

Я дружу с мальчишкой Борей.
Не ругаюсь с ним, не спорю,
В паре с Борькою хожу,
Крепко за руку держу.
Меньше всех он в группе нашей,
Видно ел он мало каши.
Потому я и свою
Боре кашу отдаю.

Боря лучше всех танцует,
Боря лучше всех рисует
Лошадей, ворон и коз…
Знает сказок целый воз.
Он веселый и послушный,
Подарил мне шар воздушный,
По бревну учил ходить…
Интересно с ним дружить.

3. *Заключительная часть*

Игра «Защити товарища»

Дети берут по одному мячу и становятся в круг. В центре круга два ребенка, один из которых пытается защитить второго (уберечь от попадания мячом). Количество бросков мяча равно количеству участников игры.

«Колокол»

Занятие 21. Кто такой настоящий друг?

Задачи: закрепить понятие «дружба», формировать навыки взаимоотношений со сверстниками, ценностное отношение к себе и окружающим, развивать

стремление дружить с окружающими; показать какую роль друзья играют в нашей жизни

Материал:

- текст рассказа В. Осеевой «Три товарища»;
- атрибуты для проигрывания ситуаций

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Игра «Найди друга». Дети встают в круг. Водящий с завязанными глазами находится внутри круга. Он говорит: «Я ищу своего друга (называет имя)» и начинает на ощупь искать, подходя и дотрагиваясь до каждого из играющих.

2. *Основная часть.*

Работа с рассказом В. Осеевой «Три товарища» (приложение)

Чтение рассказа.

Беседа по содержанию рассказа.

Вопросы к беседе:

- Что случилось у Вити?
- Как вы думаете, что он чувствовал?
- Пытались ли ребята ему помочь? Как?
- Помогла ли Вите помощь Коли, Миши?
- Кто из друзей выручил Витю? Как?

Проигрывание этюда «Три товарища» (сцена из рассказа)

Проигрывание ситуаций:

Дети собирают урожай, одна девочка набрала так много фруктов, что не может удержать их в руках. Как поступить?

Ты и твой друг хотите играть одной и той же игрушкой. Как поступить?

Твой друг попросил у тебя поиграть твою любимую игрушку и она у него сломалась. Как вы поступите?

Обсуждение проигранных ситуаций.

3. *Заключительная часть.*

Высказываясь по очереди дети, дети заканчивают фразу: «Я люблю своего друга, потому что..»

«Колокол».

Занятие 22. Какие чувства мешают дружить?

Задачи: показать, какими чувствами вызваны разные поступки человека, учить детей видеть последствия негативных чувств и поступков, мешающих позитивным отношениям между людьми, развивать навыки взаимодействия со сверстниками.

Материал:

- пособие «Азбука настроений»,
- презентация «С кем из гномиков подружится девочка?»

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Упражнение «Вспомним чувства». Каждый ребенок получает картинку с изображением того или иного чувства (пособие «Азбука настроений»). Затем он без слов, используя только мимику, демонстрирует свое чувство группе. Детям необходимо догадаться, какое чувство было изображено у него на карточке.

2. *Основная часть.*

Упражнение «С кем из гномиков подружится девочка?». На экране демонстрируются картинки с изображением плачущей девочки и гномиков с выражением разных эмоций: смеется, дразнится, удивляется, сочувствует. В ходе беседы дети высказывают предположения, с каким из этих гномиков сможет подружиться девочка и почему.

Упражнение «Какие чувства мешают дружить, а какие чувства помогают дружить?»

Детям предлагается разместить на одном мольберте карточки с изображением тем чувств, которые мешают дружбе; а на другом мольберте – карточки с изображением чувств, помогающих дружбе. Дети называют изображенные эмоции и чувства и объясняют, почему они выбрали ту или другую карточку.

Игра «Коровы, собаки, кошки». Психолог сообщает каждому участнику шепотом на ухо (чтобы не слышали остальные) какое животное тот будет изображать. Затем играющие начинают двигаться по комнате врассыпную при этом «разговаривают на языке» того животного, какое задание получили. Задача играющих – прислушиваясь к мычанию, лаянью и мяуканью, найти своих друзей, говорящих на том же языке.

3. *Заключительная часть.*

«Спасибо всем!». Дети встают в круг. Каждый по очереди выходит в центр круга и произносит фразу «Спасибо всем за интересную игру!» или «Я благодарю всех за интересные игры».

«Колокол»

6Тема: Как можно изменить чувства другого человека?

Занятие 23. Как помочь грустному человеку?

Задачи: учить детей опознаванию эмоциональных реакций окружающих, способам снятия напряжения, упражнять в умении оказать эмоциональную поддержку сверстнику.

Материал:

- мяч среднего размера

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Упражнение «Мимическая гимнастика». Дети стоят в кругу. Психолог предлагает разные ситуации, а дети должны показать мимикой состояние того или иного человека в этой ситуации:

- ты помог маме, какое стало лицо у мамы?
- ты сам навел порядок в своей комнате, какое у тебя лицо после этого?
- у тебя долго не получалось трудное задание и наконец ты его выполнил правильно, какое лицо у тебя при этом?
- ты испачкал новую скатерть (разбил новую вазу), какое у тебя лицо при этом?
- твои друзья играют во дворе, а тебя мама не отпускает к ним, потому что у тебя высокая температура, какое у тебя лицо?
- ты потеряла (потерял) любимую игрушку, что ты испытываешь?

2. *Основная часть.*

Упражнение «Грустная Маша» («Грустный Саша»)

Детям предлагается вспомнить какую-либо грустную ситуацию из своего опыта. Дети (желающие) рассказывают свои грустные истории. Вместе выбирают самую яркую историю на роль грустной Маши (грустного Саши). Грустная Маша (грустный Саша) садится на стул перед детьми, делает грустное выражение лица. Дети по очереди подходят с ней (к нему) и пытаются своими действиями или словами изменить грустное состояние на позитивное. Психолог помогает найти разные способы воздействия: сказать добрые слова, погладить, обнять, позвать поиграть, предложить свою помощь, рассмешить и т.д. Когда Маша (Саша) улыбнется, она (он) возвращается в круг.

Затем выбирается другая грустная ситуация.

3. *Заключительная часть.*

Игра «Кидаемся словами». Дети бросают мяч друг другу, сопровождая броски радостными словами (любовь, подарок, праздник, солнце и т.д.)

«Колокол»

Занятие 24. Как помочь сердитому человеку?

Задачи: учить детей опознаванию эмоциональных реакций окружающих, способам снятия напряжения, упражнять в умении оказать эмоциональную поддержку сверстнику.

Материал:

- текст сказкой «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (О. Хухлаева);
- мяч среднего размера.

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Игра на тактильный контакт «Моечная машина»

2. *Основная часть.*

Мысленная картинка «Я сержусь»

В процессе обсуждения делается вывод, что «сердитки» приводят к слезам, либо к кулакам, поэтому нужно помочь сердитому человеку избавиться от них.

Работа со сказкой «Как злость Ванечку и Танечку в плен поймала» (О. Хухлаева)

Чтение сказки (см. приложение)

Ролевая игра «Превращаем Танечку, превращаем Ванечку». Двое детей – Танечка и Ванечка – садятся на стульчики в центре группы и делают злые лица. Дети по очереди подходят к ним, гладят и говорят добрые слова до тех пор, пока Танечка и Ванечка не расколдуются и не улыбнутся.

Упражнение «Мама рассердилась».

Психолог говорит детям, что взрослые иногда сердятся, потом сами сильно от этого огорчаются, поэтому им нужно помочь избавиться от сердиток. Далее один ребенок играет роль мамы, которая рассердилась. На что она рассердилась, он придумывает сам. Остальные по очереди играют роль ребенка, который пытается снять «сердитки с мамы». В конце игры дети хором проговаривают: «Чтоб сердиться мама перестала, я ей слово доброе сказала, а потом сердечно приласкала».

3. *Заключительная часть.*

Упражнение «Ласковое имя». Детям предлагается поиграть в игру: стоя в кругу, перебрасывать мяч друг другу, называя при этом ласковое имя того, кому бросаешь мяч. При обсуждении делается вывод: очень трудно сердится, когда тебя называют ласково.

Упражнение «Колокол»

7Тема: Сильный человек – это человек с сильной волей

Занятие 25. Сила человека – это сила его воли.

Задачи: познакомить детей с понятием «сила воли»; способствовать осознанию детьми собственных возможностей; создание мотивации на положительное изменение себя; развивать умение владеть своими эмоциями, принимать решение.

Материал:

- текст сказки «Сказка о двух братьях и сильной воле» (автор - О. Хухлаева)

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Упражнение «Мысленная картинка». Психолог предлагает детям закрыть глаза и в течение 1-2 мин. представить себе сильного человека, рассмотреть его внимательно; как он выглядит, как поступает (что делает). Затем дети по очереди рассказывают о том, каким они представили себе сильного человека.

2. *Основная часть.*

Работа со сказкой «Сказка о двух братьях и сильной воле» (автор - О. Хухлаева)

Чтение сказки (см. приложение)

Беседа по содержанию сказки. Вопросы для беседы:

В чем сила человека? (Какого человека называют сильным?)

Почему сила воли важнее, чем физическая сила?

Как стать человеком с сильной волей?

Кто из вас умеет сдерживать свои неуместные желания?

Расскажите о тех случаях, когда вам удавалось справиться со своими неуместными (ненужными) желаниями.

Упражнение «Щекоталки». Дети садятся на стулья, ставят ступни ног на пол и замирают. Психолог медленно считает до десяти, проходит между детьми и легонько щекочет каждого. Детям необходимо сохранить неподвижность и не рассмеяться. Первый рассмеявшийся становится водящим..

Упражнение «Хочукалки». Психолог кончиком карандаша медленно рисует в воздухе какую-либо известную детям букву. Детям предлагается угадать букву, но не закричать тут же правильный ответ, а, преодолев свое «хочу выкрикнуть», дождаться команды психолога и ответ прошептать.

3. *Заключительная часть.*

«Колокол»

Занятие 26. Сила воли – уметь терпеть.

Задачи: закрепить понятие «сила воли»; способствовать осознанию детьми собственных возможностей; создание мотивации на положительное изменение себя; развивать умение владеть своими эмоциями, принимать решение.

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Упражнение « Мысленная картинка» на тему «Человек сильной воли».

2. *Основная часть.*

Упражнение «Якалки». Психолог предлагает детям отгадать несколько простых загадок. После каждой загадки он спрашивает: «Кто догадался?» Детям необходимо не выкрикнуть ответ с места, а немного потерпеть и по сигналу ведущего прошептать его хором.

Упражнение «Кто последним встанет». Психолог говорит: «Встаньте те, у кого есть цвет голубой (зеленый, желтый и т.д.). Детям необходимо проследить за встающими и постараться встать последним, но не задерживаться долго.
Упражнение «Смехунчик». Психолог просит детей представить, что они, очень серьезные, сидят на каком-нибудь занятии, а в группу прибежал Смехунчик и пытается всех рассмешить, занятию помешать. Выбирается водящий – Смехунчик, который пытается различными способами рассмешить группу. Если хотя бы один ребенок рассмеется, значит, победил Смехунчик, а рассмеявшийся ребенок теперь играет его роль.
Игра «Раз, два, три, фигура чувства замри». Дети свободно ходят по кругу, психолог называет какое-либо чувство (радость, грусть, удивление, испуг, обида, отвращение и т.д.), дети замирают, изображая его. Когда психолог подходит к ребенку, они обмениваются репликами, обыгрывая ситуацию (На кого ты обижен? Кого ты испугался? Чему ты радуешься? Что тебе не нравится? и т.д.).
«Когда мне удалось быть сильным» Дети вспоминают случаи, когда им удалось проявить силу воли, рассказывают их группе, а затем рисуют.

3. *Заключительная часть.*
   «Колокол»

8Тема: Я учусь владеть собой

Занятие 27. Хорошие мысли всегда помогают мне.

Задачи: закрепить понятие «настроение»; дать представление о взаимосвязи, существующей между мыслями и настроением; учить детей умению управлять своим настроением.

Материал:

- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- три стакана с водой;
- блестки;
- комок глины;
- плакат «Три настроения»;
- текст рассказа «Памси грустит» (начало);

Аудиозапись «Танец утят».

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

«Знакомство с Памси». Психолог говорит детям о том, что на занятиях будет присутствовать дракончик Памси и предлагает детям познакомится с ним. Сначала Памси рассказывает о себе: называет свое имя, говорит, что он хочет вместе с детьми научиться справляться с трудностями, которые нередко

возникают и портят настроение: часто не получается сделать что-то так, как хотелось бы, иногда бывает грустно без близких, бывает обидно и т.д.

2. *Основная часть.*

Работа с текстом «Памси грустит»

Чтение рассказа (начало) (см. приложение)

После чтения рассказа психолог берет три стакана с водой и говорит:

- Когда Памси чувствует себя хорошо, у него все получается, он всем доволен и всех любит. В это время его настроение похоже на чистую воду, и мысли у него ясные и «чистые» (показывает стакан с чистой водой).
- Когда в его голову приходят отличные идеи, то настроение бывает прекрасным, радостным и мысли становятся похожи на салют: они блестят и переливаются, как вода в этом стакане (бросает во второй стакан блестки и палочкой их размешивает).
- Но бывает, что его мысли грустны и непрятны, ему или плохо, или обидно. Тогда его мысли похожи на темную, мутную воду (бросает кусочек глины в третий стакан).

Обсуждение. Вопросы для обсуждения:

- Бывало ли у вас такое грустное настроение, как у дракончика Памси? Когда?
- Что вы чувствовали при этом?
- О чем вы думали?
- Как вы выходили из грустного состояния?
- Нужно ли ждать, когда пройдет плохое настроение?
- Что же нужно делать, чтобы оно прошло?

Чтение рассказа (окончание)

«Учим правило». Психолог открывает детям «правило-секрет»: наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение, думай о хорошем. Затем психолог приводит примеры мыслей, которые создают хорошее или плохое настроение, например:

Я плохой	Я справлюсь
Я не умею	У меня получится
Я не справлюсь (не справился)	Я научусь
Меня обидели	Все будет хорошо
Я боюсь	Я не буду бояться

3. *Заключительная часть.*

«Такие мысли мне мешают. Такие мысли мне всегда помогут». На полу цветными лентами (можно использовать большие обручи) обозначаются два круга: один - черного (синего, фиолетового) цвета – здесь находятся те мысли, которые нам мешают; другой – красного (оранжевого, желтого) цвета – здесь

мысли, которые нам всегда помогут. Дети встают в темный круг и произносят мысль «Я не умею». Затем психолог предлагает детям перейти в красный круг и изменить эту мысль на такую, которая поможет достичь успеха: «Я научусь». Таким образом, переходя из одного круга в другой, дети упражняются в изменении негативных мыслей на позитивные.
«Колокол»

Занятие 28. «Даже если…» - «В любом случае…»
Задачи: учить детей управлять своим настроение, искать выход из трудных ситуаций.
Материал:
- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- сломанная игрушка (или разорванная книга, разбитая чашка);
- текст рассказа «Вот если бы все было не так…»
Ход занятия:
1. *Вводная часть.*
Упражнение «Подарим друг другу улыбку». Психолог задает вопрос: «Можно ли грустить, когда улыбаешься?» и предлагает, подумав о грустном, улыбнуться. В результате дети делают вывод: когда улыбаешься, настроение меняется само собой, поэтому улыбка может помочь справиться с плохим настроением.
2. *Основная часть.*
Работа с текстом «Вот если бы все было не так…» (см. приложение)
Чтение рассказа (начало)
Обсуждение
После чтения дети обсуждают, как можно изменить описанную ситуацию. Психолог делает вывод, что бывают ситуации, которые нам не нравятся, которые мы не можем изменить, но зато мы можем изменить свое отношение к этим ситуациям.
Опыт «Сломалась игрушка»
Психолог показывает сломанную игрушку (разорванную книгу, разбитую чашку) и спрашивает:
- Может ли игрушка вновь стать целой?
- А если долго ждать?
- А если заплакать?
- А если закричать?
Вывод: ситуацию нельзя изменить, но можно изменить наше отношение к ней.
Чтение окончания рассказа.
Обсуждение.

При обсуждении рассказа психолог говорит детям о том, что у каждого из нас бывают ситуации, которые нас огорчают, однако не стоит надолго «застревать» на грустных мыслях. Вместе с детьми приходят к выводу – мы не можем изменить ситуацию, но можем сами выбирать о чем думать и как думать.

«Учим правило».

Для иллюстрации возможности выбора психолог просит детей вспомнить, как они собирают цветы на лугу (срывают только те, которые нравятся). И вводит правило: «Мысли нужно выбирать, как цветы – выбирай только красивые (положительные)». Затем он показывает два цветка, один из которых будет называться «Даже если…», а другой – «В любом случае…».

3. Заключительная часть.

Упражнение «Даже если…» - «В любом случае…»

Дети распределяются на группы по трое. Группы выполняют упражнение по очереди. Первый ребенок произносит название первого цветка6 «Даже если…», второй продолжает фразу, называя проблему: «… мне плохо, я невезучий, у меня нет папы…», третий называет второй цветок: «В любом случае…», психолог заканчивает: «… я что-нибудь придумаю, но плакать и грустить не буду, это бесполезно».

Каждая следующая группа предлагает новую, еще не названную проблему. Упражнение проводится до тех пор,

Занятие 29. Выбор. Ответственность за свой выбор.

Задачи: познакомить детей с понятиями «выбор», «ответственность за свой выбор»; учить детей прогнозировать ситуацию.

Материал:

- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- аудиокассета с музыкой для релаксации;
- рассказ «Памси выбирает».

Ход занятия:

1. Вводная часть.

Повторение. Психолог с помощью вопросов выявляет уровень усвоения предыдущего материала:

- Кто из вас пытался исправить свое плохое настроение?
- Кто может рассказать нам о том, как ему это удавалось сделать?

Упражнение «Чашка доброты».

Дети под музыку для релаксации выполняют задания психолога.

Психолог: «Сядьте удобно, прикройте глаза, дышите спокойно, ровно и глубоко. Расслабьтесь. Представьте себе белый экран, вообразите, что вы видите на нем свою любимую чашку. Раскрасьте ее так, как вам хочется. Еще раз внимательно рассмотрите чашку. Наполните ее до краев вашим любимым

напитком – это ваша доброта. Ваша чашка до краев наполнена вашей добротой. А сейчас представьте и постарайтесь мысленно нарисовать рядом с вашей чашкой другую, чужую. Она пустая. Отлейте из своей чашки в пустую. Рядом еще пустая чашка, еще и еще… Отливайте из своей чашки в пустые и не жалейте. А сейчас посмотрите снова в свою чашку. О! Она снова полна до краев! Что же с ней случилось? Почему так произошло? Ваша чашка волшебная. Вы можете отливать из нее, а она всегда будет полной. Эта чашка - твоя! Она наполнена твоей добротой! Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажем: «Это я! Меня есть чашка доброты!»

Обсуждение:

- почему чашка оставалась полной, хотя вы из нее отливали напиток в другие чашки? (Чем больше отдаешь доброты другим – тем больше доброты получаешь обратно).

Основная часть.

Работа с текстом «Памси выбирает -» (см. приложение)

Чтение рассказа (начало)

Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Что выбрал Памси вместо уроков?
- Сколько раз он выбирал вместо уроков что-то другое?
- Что был для него важнее: уроки или дрова; уроки или карандаши; уроки или игра с братом?
- Что произойдет в школе?
- Какую отметку получит Памси за домашнее задание?
- Что такое выбор?
- Пожалеет ли Памси о своем выборе?
- О чем ему нужно было подумать, чтобы сделать правильный выбор?

Чтение рассказа (окончание)

Обсуждение

- Правильный ли выбор делал Памси, выбирая карандаши, игру с братом, растопку камина вместо приготовления уроков?
- Что он получил за свой выбор?

В процессе обсуждения следует особо обратить внимание детей на последствия выбора – на то, что происходит, когда выбираешь и не задумываешься о том, что будет потом. Важно подвести детей к пониманию того, что мы всегда получаем то, что выбрали сами, а значит мы сами отвечаем за это.

2. *Заключительная часть.*

Учим правило.

Психолог предлагает детям запомнить правило « Выбирая, думай, что будет потом».

Затем задает вопросы:

Подумайте, что будет потом, если…

- не беречь игрушки, книги?
- дергать за хвост собаку?

- не выполнять домашнее задание?
- обижать других?

«Колокол»

Занятие 30. Звезда удачи.

Задачи: познакомить детей с понятие «успех», условиями достижения успеха, дать наглядное представление о составляющих успеха.

Материал:

- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- плакат «Три коробки»;
- текст рассказа «Контрольная работа»;
- плакат «Звезда удачи»;
- макет звезды, состоящий из двух половинок.

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Повторение.

Вспомнить, о чем говорили на предыдущем занятии. Предложить детям ответить на вопросы: --- Часто ли приходится делать выбор? (Вспомнить о ситуациях, в которых приходилось делать выбор.)

- Как сделать правильный выбор?
- Помогают ли «светлые» мысли сделать выбор?

Игра-упражнение «Догадайся, из какой коробки?»

Психолог демонстрирует на экране плакат «Три коробки». Объясняет: первая коробка – большая. В ней сложены ваши желания. Вторая – поменьше. В ней ваши выборы. Третья – маленькая. В ней то, что вы получаете в результате выбора. Затем предлагает детям определить, из какой коробки взяты следующие утверждения:

- хочу смотреть мультфильмы;
- съел много мороженого;
- заболело горло;
- не стал играть в компьютерные игры, потому что надо выполнить домашнее задание;
- получил двойку;
- родители довольны;
- друг поблагодарил

2. *Основная часть.*

Психолог: Кто знает, что означает слово «успех»? Каким другим словом можно заменить слово «успех»? («Удача»). Слово «удача» образуется от слова удается, т.е. получается.

Работа с текстом «Контрольная работа» (см. приложение)

Чтение рассказа (начало)

Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, какую оценку получит Памси?
- Почем вы так считаете?
- Достаточно ли только одной уверенности в успехе для того, чтобы его добиться?
- Что еще для этого нужно?

Чтение рассказа (окончание)

Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, чего не сделал Памси для того, чтобы успешно выполнить контрольную работу?
- Почем он получил плохую отметку? (Не готовился к контрольной.)
- Зачем нужны действия, дела, тренировка?
- А нужны ли хорошие мысли? (Да, нужны, но этого мало.)

Вывод: чтобы достичь хорошего результата, нужно верить в успех, но не только… Надо еще и добиваться этого усилиями и тренировками.

3. Заключительная часть.

Работа с плакатом «Звезда удачи».

Психолог показывает плакат «Звезда удачи» и макет звезды, состоящий из двух половинок, на одной написано – «Мысли», а на второй – «Дела». При их соединении на обратной стороне получается слово «Удача».

Вопросы к детям:

- Похожа одна половинка на звезду?
- А другая?
- А если соединить вместе?

Следует обратить внимание детей на то, что отдельно «Мысли» и «Дела» еще не составляют «Удачу». Успеха можно добиться, если есть и то, и другое.

Затем психолог объясняет, почему «Удача» изображена в виде звезды: когда что-то не удается, то нам кажется, что это уже никогда не получится, что удача далеко-далеко от нас, как звезда. Но стоит поверить и начать добиваться цели, как все получается.

- Чего вы когда-то не умели делать, чему хотели научиться и затем научились?
- О чем вы думали?
- Что для этого делали?

«Колокол».

Занятие 31. Когда надо сказать «нет»?

Задачи: учить детей говорить «нет!», когда это необходимо; помочь детям осознать ответственность за свой выбор.

Материал:

- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- текст рассказа «Когда трудно сказать «нет!»

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Повторение.

Дети, которым далось хотя бы раз добиться успеха, рассказывают об этом, используя знания, полученные на занятиях.

2. *Основная часть.*

Работа с текстом «Когда трудно сказать «нет!» (см. приложение)

✶ Чтение рассказа

✶ Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Что мешало Памси сказать «нет»?
- Бывали ли у вас в жизни ситуации, когда вам было трудно сказать «нет»?
- Что можно посоветовать Памси?
- Зачем нужно научиться говорить «нет», даже когда это нелегко?
- Откуда шел страх Памси?
- Как он сделал выбор? Верный ли это выбор?

Психолог предлагает детям рассказать о себе: от чего они хотели бы научиться отказываться, чему они хотели бы научиться говорить «нет!»

Упражнение-тренинг

Психолог говорит:

- Представьте, что кто-то пытается заставить вас сделать что-то неприятное, опасное, просто плохое. Что подсказывает вам ваш ум?

«Темные» мысли:

- Если я скажу «нет!», со мной не будут дружить.
- Если я откажусь, то они станут дразнить меня.
- А вдруг я останусь один, если скажу им «нет»?

«Чистые» мысли:

- Это мой выбор!
- Я могу победить свой страх!
- Это нужно сказать и я это сделаю!
- Я не испугаюсь!

3. Заключительная часть.

Релаксация

Звучит спокойная, расслабляющая музыка. Психолог медленно и спокойно

говорит: «Сядьте удобно, расслабьтесь. Закройте глаза. Дышите ровно и медленно. Вдох – сила и погружение, выдох – уверенность и спокойствие. При каждом вдохе силы нарастают. Это приносит удовольствие. Эти силы помогают сделать правильный выбор в любой ситуации. Силы помогают сказать «нет!» в любой ситуации. Ваше тело почувствовало силу. Вообразите, как ваш голос произносит: «Нет!». Все силы, которые вам нужны, находятся в вас. Это ваша сила! Ясные мысли помогут ее использовать. Никто не сможет отнять у вас вашу силу. Ваш ясный ум – только ваш! Ваша сила – только ваша сила!

… Теперь пошевелите пальцами, рукой, откройте глаза и скажите вслух: « Я смогу сказать «нет!», когда это нужно!»

«Колокол»

Занятие 32. Я сам могу себе помочь.

Задачи: закрепить полученные знания; развивать у детей уверенность в себе; вырабатывать у детей умение самостоятельно помогать себе.

Материал:

- мягкая игрушка – дракончик Памси;
- палка-мостик.

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

Повторение: дети вспоминают, чему они научились на предыдущих занятиях, обсуждают, что они уже умеют делать.

Вопросы для обсуждения:

- Кому помогают наши занятия справиться с проблемами?
- Бываете ли вы неуверенны в себе? Когда?
- Когда вы чувствуете себя неуверенно, ждете ли поддержки от других? А если вас не поддерживают, можете ли вы справиться?
- Как вы помогаете себе сами?

2. Основная часть.

Работа с текстом «Соревнования» (см. приложение)

Чтение рассказа

Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Как Памси удалось победить в соревновании?
- Почему упали другие спортсмены?
- Как Памси помогал себе победить?
- Что он использовал? («Светлые» мысли, веру в свои силы, умение владеть собой)

- Как вы понимаете слова Памси: «Главное не в том, как нужно было идти, а в том, как и о чем думать!»

Психолог предлагает детям вспомнить слова самоподдержки («Я смогу!», «У меня получится!», «Я справлюсь!», «Все будет хорошо!») И делает вывод вместе с детьми вывод: если вы захотите, то всегда найдете поддержку в себе.

Упражнение-тренинг

Психолог кладет палку-мостик и предлагает детям по очереди пройти по такому мостику приставным шагом, не дотрагиваясь при этом до пола. По условию у ребенка есть три попытки, во время которых:

- все болельщики поддерживают идущего словами: «Молодец!»;
- все молчат;
- все кричат идущему: «Упадешь!»

Обсуждение:

- Когда было легче идти?
- Что вам мешало и когда?
- Чем вы себе помогали?
- Что вы мысленно себе говорили?

3. Заключительная часть.

Кричалка: «Если я захочу, я всегда смогу себе помочь!». Дети по очереди встают на стул и громко произносят эту фразу.

«Колокол»

9Тема: Школа – это трудный и радостный путь к знаниям

Занятие 33. Трудности дороги к Знанию.

Задачи: способствовать осознанию детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Материал:

- текст сказки «Сказка о котенке Маше» (автор О. Хухлаева)
- изобразительные материалы: альбомные листы бумаги, цветные карандаши (для каждого ребенка)

Ход занятия:

1. Вводная часть.

Упражнение «Мысленная картинка» на свободную тему.

Упражнение «Моем стекла». Дети сидят на стульчиках. Ведущий говорит: «Ответьте на вопрос, где живут люди?» Да, в доме. Из каких частей состоит дом? (*Стены, двери, крыша, окна и т.п.*) Показываем каждое. Давайте посмотрим друг на друга через окна. НО! Если пройдет время, станет плохо видно наших друзей. Почему? Потому что окна стали грязными. Давайте помоем их. Встаньте со стульчиков».

Дети изображают, как они моют стекла сначала одной рукой, потом другой, затем двумя вместе в одну сторону, затем в разные стороны.

Упражнение «Мы - сильные». Ведущий просит детей представить, что в комнату пришел кто-то страшный, может быть, волк, а может быть, кто-то другой. Дети делают глубокий вдох и показывают, что они очень сильные, затем глубоко выдыхают и расслабляются, когда кто-то страшный уходит. Так делается несколько раз.

2. Основная часть.

Работа со сказкой. «Сказка о котенке Маше» (автор - О. Хухлаева)

Чтение сказки (см. приложение).

Беседа по содержанию сказки. Вопросы к беседе:

- Куда решил пойти котенок?
- О каких самых больших трех трудностях на пути к Знанию предупредила его бабушка?

Назовите их.

- Какие подсказки она дала котенку, чтобы он мог справиться с этими трудностями?
- Давайте запомним их, чтобы воспользоваться ими при встрече с такими же трудностями.

(повторяют несколько раз)

- Догадались ли вы, о чем эта сказка? (*о школе*)

Рисование сказки. Дети рисуют путь котенка через три сказочные горы.

3. Заключительная часть.

«Колокол»

Занятие 34. Трудности дороги к Знанию можно преодолеть.

Задачи: способствовать осознанию детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Материал: способствовать осознанию детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Ход занятия:

1. Вводная часть.

Упражнение «Мысленная картинка»

Игра «Слушаем хлопки». Выучивается правило: на один хлопок показываем аиста (стоим на одной ноге, согнув в колене другую); на два хлопка – лягушку (присесть, руки согнуть в локтях, развернув ладони вперед, разведя пальцы в стороны); на три – крокодила (руками имитировать зубастую пасть крокодила). Под музыку дети двигаются по комнате. На хлопки показывают соответствующую фигуру.

2. *Основная часть.*

Поиграем в сказку. Инсценируется сказка о котенке Маше. Выбирается ребенок на роль котенка Маши. Ведущий берет на себя роль Бабы Яги, другие дети играют роль той или иной горы – берутся за руки, не пускают Машу к Знаниям. Упражнение «Я преодолею трудности» Детям предлагается представить, что каждый из них превратился в котенка Машу, которому нужно выполнить три задания: трудное, скучное, не получающееся. И тот, кто выполнит эти задания, преодолеет три горы сегодня, тот обязательно сможет преодолеть их в будущем.

Гора «Трудно». Детям предлагается ловить палочку локтями, ногами, ступнями.

Гора «Скучно». Детям предлагается скучное задание: в течение 2 минут внимательно рассматривать маленький мячик, не отводить от него взгляд.

Гора «Неудача». Детям предлагается выполнить задание из теста Керна-Йирасека – перерисовать слова, написанные прописными буквами: *Это Шарик.* Затем обсуждаются возникшие ошибки, возможности их исправления. Далее работа повторяется. Сравнивается качество первой и второй работ, подчеркивается обучающая роль ошибок.

Завершаются испытания всеобщим праздником – дети танцуют под музыку. При этом можно изображать любого танцующего животного.

3. *Заключительная часть.*

Релаксация «Котята спят».

Упражнение «Колокол»

Занятие 35. В стране Знаний.

Задачи: способствовать осознанию детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Материал:

- картинки с изображением чувств (радости, страха, гнева, обиды, интереса);
- текст сказки «Сказка про Большого Воробья Иришку» (автор – О.Хухлаева)

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

«Школьные принадлежности». Ведущий просит детей вспомнить, какие школьные принадлежности они знают, а затем изобразить их. Один ребенок показывает, а остальные угадывают, что было изображено.

«Школьные чувства». Ведущий показывает детям картинки с изображением чувств (радости, страха, гнева, обиды, интереса). Детям необходимо придумать те ситуации в школе, в которых ученик может испытывать эти чувства.

2. *Основная часть.*

«Учитель делает». Дети задумывают и невербально изображают те или иные действия учителя (как учитель пишет на доске, объясняет, проверяет тетради и т.п.). Остальные отгадывают, что было изображено.

«Ученик делает». Дети задумывают и невербально изображают те или иные действия ученика (как пишет в тетради, читает учебник, отвечает учителю, подсказывает и т.п.). Остальные отгадывают, что было изображено.

Работа со сказкой «Сказка про Большого Воробья Иришку» (автор – О.Хухлаева)

Чтение сказки (см. приложение)

Беседа по содержанию сказки. Вопросы для беседы:

- Легко или трудно было Большому Воробью Иришке учиться в школе?
- Что ему давалось легко, а что трудно?
- Кто помогал ему преодолеть трудности?
- Какие качества характера помогли ему научиться решать трудные задачки?
- Покажите, как Большой Воробей переживал свои неудачи, а потом свой успех?

3. *Заключительная часть.*

«Кричалка». Каждый ребенок по очереди встает на стул и очень громко произносит фразу «Если буду терпеливым и упорным, я все смогу сделать!» и получает аплодисменты группы.

«Колокол»

Занятие 36. Я школьник.

Задачи: способствовать осознанию детьми позиции ученика, формирование адекватной установки в отношении предстоящих школьных трудностей.

Материал:

- альбомные листы бумаги, цветные карандаши

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*

«Самое-самое в школе». Дети придумывают, что, по их мнению, в школе самое-самое интересное, самое-самое трудное, самое-самое скучное, самое-самое радостное и т.п.

2. *Основная часть.*

«Чудо-дерево». Ведущий просит детей закрыть глаза и представить, что они находятся в волшебной стране, долго бродят по ней и наконец, встречаются с Чудо-деревом. У него можно попросить все, что угодно, но взамен ему следует подарить что-нибудь очень ценное для себя, ведь Чудо-дереву нужно пополнять свои запасы. «Сейчас у вас есть возможность попросить у Чудо-дерева то, что поможет вам успешно учиться в школе. Но не забывайте, что за

это нужно отдать дереву что-то свое. И лучше наверно отдать то, что вам в школе уже не пригодится».

«Ваню в школу провожать – надо нам поколдовать». Один ребенок садится на стул в центре круга. Остальные обращают к нему свои ладошки и проговаривают: «(Имя ребенка) в школу провожать – надо нам поколдовать». Далее каждый из них сообщает, что наколдовывает этому ребенку: хорошо учиться, справляться с трудностями, добрую учительницу, веселого соседа по парте и т.п. Такое колдовство проводится с каждым участником.

«Рисование себя в школе». Дети выполняют рисунки на эту тему.

3. *Заключительная часть.*

Рассматривание рисунков. Авторы рассказывают о том, что изобразили.

«Колокол»