

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение города Иркутска
детский сад № 68

664007, г. Иркутск, ул. Ямская, 42, т.71-00-24
ИНН 3809023790 КПП 384901001

Принята на педсовете:
выписка из протокола №1
от 01.09.2016г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ №68
Е.А.Веникова

« 01 » 09 2016г.

ЛЕСЕНКА УСПЕХА

Адаптационная образовательная программа для
детей старшего дошкольного возраста
(5-7 лет)



Составитель:
педагог — психолог
Бойко Елена Владимировна

Иркутск, 2016г.

Содержание программы

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

1.2.Цели и задачи реализации программы.....

1.3. Планируемые результаты освоения программы.....

2. Содержательный раздел

2.1. Структурные части занятий.....

2.2.Цикл занятий, обеспечивающий развитие ребенка.....

3. Организационный раздел

3.1. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Психическое развитие и становление личности тесно связаны с самосознанием, которое наиболее ярко проявляется в самооценке. Именно осознание своего «Я», своих достоинств и недостатков ведет в формированию самооценки.

Выделяют четыре условия, определяющие развития самосознания и самооценки:

- 1) Опыт общения с взрослыми. Под влиянием взрослого у ребенка накапливаются знания и представления о себе, складывается тот или иной тип самооценки.
- 2) Опыт общения со сверстниками также оказывает влияние на формирование детского самосознания. В общении, в совместной деятельности с другими детьми ребенок познает такие свои индивидуальные особенности, которые не проявляются в общении с взрослыми.
- 3) Индивидуальный опыт ребенка — одно из условий развития самосознания в дошкольном возрасте. Говоря об индивидуальном опыте, имеют в виду совокупный результат тех умственных и практических действий, который ребенок сам предпринимает в окружающем мире.
- 4) Умственное развитие ребенка является важным условием для формирования самосознания. Это прежде всего способность осознавать факты своей внутренней и внешней жизни, обобщать свои переживания.

Цель: Формирование адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Формирование личного опыта и развитие представлений о себе.
2. Развитие эмоциональной сферы ребенка, совершенствование навыков контроля за эмоциональным состоянием.
3. Формирование навыков сотрудничества.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

- С помощью предложенных упражнений у старших дошкольников развивается чувство сопереживания, ребенок лучше понимает себя и других, обучается умению быть в мире с самим собой.
- Разыгрывание сценок позволяет дошкольникам корригировать личностные особенности поведения, взглянуть на себя «со стороны».
- С помощью игр - драматизации у детей формируются навыки общения в различных жизненных ситуациях, адекватная самооценка.
- Психотерапевтические сказки учат ребенка способам позитивного поведения в социуме.
- Телесно — ориентированные игры, которые включены в занятия, улучшают настроение, гармонизируют психическую деятельность мозга.

- Метод направленного рисования помогает снизить тревожность и изменить поведенческий репертуар ребенка.

2.1. Форма организации: подгрупповые занятия.

Длительность одного занятия 30 минут.

Количество занятий - 48, частота занятий 2 раза в неделю.

Количество детей в группе 8 — 10 человек.

Программа рассчитана на 7 месяцев.

Данная программа состоит из 4-х разделов:

1 раздел программы: Формирование адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста;

2 раздел программы: Знакомство детей с различными эмоциями и их влияние на человека.

3 раздел программы: Цикл занятий по развитию познавательных процессов.

4 раздел программы: Цикл занятий по развитию коммуникативных способностей, межличностных отношений в группе.

Занятие 1 «Я вчера (Я малыш)

1. Телесно — ориентированная игра «Зайкин огород»
Жил-был зайка Указательный и средний пальцы

правой руки «скачут по спинке ребенка

Зайка- попрыгайка.
И был у зайки
Большой огород -
Ровненьких две грядки
зимой играл в снежки,
ну а летом в прятки
Зайка с радостью идет
Он сначала все копает,
А потом все разровняет,
В землю семечки сажает.
А как осень подойдет,
Урожай свой соберет.
Все собрал, и как раз
Наш закончился рассказ.

Ладонями гладим спину
Ведем указательным и средним
пальцами обеих рук сверху вниз Он
(прячем ладони под мышками)

Как в начале упражнения
Кулачками выполнить вращательные
движения, затем поглаживание спины
Указательные пальцы обеих рук
постукивание
Щипковые движения

Поглаживание ладонями спины

2. Направленное рисование

2.1. Рисование картинки «Я малыш»

2.2. Составление устного текста (Я умею — я не умею — если я чего то хочу, как я говорю об этом маме и папе — плачу. Понимают ли малыша взрослые?)

3. Развитие эмоциональной сферы

3.1. Пиктограммы

Показать портреты нескольких человек (пиктограммы) Среди них изображения людей, которые злятся, сердятся, добрые, ласковые, грустные.

- Можно ли по выражению отдельных частей лица это определить?(Рассмотреть и обозначить словами увиденные эмоции: радость, грусть, злость, удивление, спокойствие)

- Какое из этих лиц опасно для тебя? (Может напасть, ударить, сделать больно? Покажи эти портреты)

- Когда мы видим такого опасного человека, что нужно сделать? (Убежать, спрятаться)

- Что еще можно сделать? Или что ты обычно делаешь?

-А если это папа или мама? Что можно сделать, чтобы они стали другими: перестали сердиться, злиться и обижаться? (Успокоить.Сказать: мама ты не волнуйся, не сердись, я сейчас все уберу)

3.2. Решение проблемной ситуации

Разбилась чашка или сломалась игрушка.

- Как ты думаешь, что чувствует ребенок, который разбил чашку?

- Какое у него настроение?

- Как ему можно помочь?

- Как следовало бы поступить?

Если ребенок затрудняется, предложить варианты на выбор: Она сама упала и разбилась, Я еще маленький, Чашка скользкая. Мама извини, я нечаянно, в следующий раз буду осторожнее.

3.3. Работа с зеркалом

Показать настроение

4. Обратная связь

ЗАНЯТИЕ 2 «Я сегодня»

1. Направленное рисование

1.1. Рисование картинки «Я сегодня»

1.2. Создание текста.

- Я уже подросток...; мои волосы, глаза...; я уже умею сам; если я чего то хочу, то я... Понимают ли тебя взрослые? Что больше всего тебе нравится в себе? Что хотелось бы изменить? Как вы ответите на вопрос, что я за человек?

2. Развитие эмоциональной сферы

2.1. Пиктограммы

Настроение у человека бывает разным. Выражает свое настроение человек с помощью мимики (выражение лица).

- Рассмотрите фотографии детей с разным настроением, разложите их под масками-настроениями, объясни свой выбор.

2.2. Решение проблемной ситуации.

Мяч попал в построенный из песка замок в детской песочнице и разрушил постройку.

- что чувствуют дети? Как ты об этом узнал? Какое настроение будет у ребенка, который играл с мячом? Как бы ты поступил?

2.3. Работа с зеркалом

- показать настроение, которое показывает педагог

3 Телесно — ориентированная игра «Зайкин огород»

Итог занятия

ЗАНЯТИЕ 3 «Я в детском саду»

Приветствие

1. Направленное рисование

- Рисование картинки «Я в детском саду»

2. Составление текста.

- Что мне нравится в детском саду? Что не нравится. Мои друзья.

3. Развитие эмоционального мира

- Дидактическая игра «Хорошо — плохо»

Показать два плаката «Солнышко», «Тучи закрыли солнышко» предложить разложить картинки-поступки на две стопки.

Предложить прокомментировать свой выбор. (Ребенок раскладывает картинки-поступки)

- Все верно, ты не ошибся. Со всеми людьми случается, что они поступают плохо, совершают какие то не очень хорошие поступки. Назови настроение того, кто поступил плохо. А какое настроение у других? (Хорошие ли они друзья? Ты совершал плохие поступки?)

- **Беседа на тему «Совершаешь ли ты плохие поступки»**

Если ребенок отрицает, что он иногда совершает плохие поступки, то

необходимо рассказать реально увиденный поступок — не хотел ложиться спать или громко разговаривал в спальне.

- каким было твое настроение? А у воспитателя?

Подведение итога

- Наше настроение и настроение других людей (детей, мамы, воспитательницы) зависит от поступков. Плохо и тому, кто плохо поступает и всем вокруг. Значит надо делать хорошо и не нужно делать плохо.

4. Чтение литовской сказки «Как волк научился дружить»

- Жил -был злой волк. Он всех кусал игрушки отнимал. Нравилось ему быть злым. То обругает кого-то, то толкнет и убежит. Надоело это зверям. Хотели они его побить, но мудрый орел сказал: «Давайте лучше уйдем от волка» Ушли звери. Волк сначала обрадовался, а потом загрустил, заскучал. Стал он звать зверейб «идите ко мне, не буду кусаться, ругаться, драться, а только защищать всех буду» Поверили звери волку и вернулись. Только лиса все равно говорила: «Плохой волк, плохой волк». А тут как раз охотники в лес пришли за лисой охотиться. А волк их прогнал. И тогда и лиса, и все звери как закричат: «Какой волк ты смелый, какой хороший!»

- Как вы думаете, зачем я вам прочитала эту сказку?

- Я прочитала ее вам, чтобы вы знали: если волк научился дружить, то мы тоже это можем!

- Давайте подумаем, почему волка звери не любили сначала? Как его называли (злой) Как стали называть потом? (Смелый, добрый, хороший)

Подведение итогов: «Волк научился делать хорошие дела и за это его все полюбили».

- Давайте подумаем, кто с кем хотел бы подружиться? Давайте каждый из вас будет совершать хорошие поступки, и все узнают, что ты хороший друг.

-5. Давайте составим с вами «Правила дружбы»

1. Не ссорься и не спорь по пустякам.
2. Играй дружно.
3. Не завидуй, научись радоваться успехам товарища.
4. Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, попроси прощения.
5. Делись игрушками, не старайся всегда взять самое лучшее.
6. Помогай другу.
7. Умей принимать помощь друга.
8. Если друг не прав, делает что то плохое, останови его.

6. Упражнение на релаксацию «Тихое озеро»

Рефлексия

ЗАНЯТИЕ 4 « Мои мама и папа»

Приветствие

1. Направленное рисование

1.1 Рисование картинки на тему «Мои мама и папа»

1.2. Составление устного текста по вопросам:

- Что ты можешь рассказать о маме, какая она? Чем занимается? Что она любит? Что у нее получается лучше всего? Что ты можешь рассказать о папе? На кого ты больше похож? Почему так думаешь? Что вы делаете вместе? Ваши любимые дела? Как ты узнаешь о том, что мама и папа тебя любят? Как ты выражаешь свою любовь к родителям?

2. Развитие эмоционального мира

2.1. Дидактическая игра «Угадай кто я и что я делаю»

Показать с помощью пантомимики движения лыжника, конькобежца, скрипача, художника, плотника, а ребенок должен угадать.

2.2. Пантомимические этюды.

Ребенок показывает, что делают папа и мама (стирают, готовят обед, ремонтирует), а все угадывают.

2.3. Решение проблемных ситуаций. Развивающая игра «Довольна ли мама»

С помощью пантомимы или устного рассказа показать ситуацию, при которой мама будет довольна или недовольна (ребенок моет посуду, подметает пол, складывает игрушки, капризничает, разбрасывает игрушки и т.д.)

Беседа по вопросам:

- Довольна ли мама? Почему? Что ее огорчило?
- Бывает ли так, что мама и папа тобой недовольны? Что ты делаешь не так?
- Что можно сделать, чтобы настроение у родителей улучшилось? Что ты обычно делаешь?

3. Телесно — ориентированная игра «Веселые человечки»

Ребенок сидит лицом к взрослому, раскинув прямые руки в стороны. Взрослый сидит на маленьком стульчике. Пальцы рук («веселые человечки») бегают по рукам ребенка от кисти к плечам.

Взрослый читает текст:

Бежали возле речки
Смешные человечки,
Прыгали, скакали,
К мостику бежали.
Поднялись на мостик,
Там забрали гвоздик:
Тук — тук — тук.
А потом бултых в речку!
Где же человечки?

Пальцы рук бегут по рукам
партнера — движения от
кисти к плечам
Хлопки по плечам
Пальцы взбираются на голову
(от шеи до темени)
Удар кулачка о кулачок.
«Падаем» Вниз «ныряем»
(убираем руки с головы)
Щекочем под мышками.

Рефлексия.

ЗАНЯТИЕ № 5 «Мой брат (сестра)»

Приветствие.

1. Направленное рисование.

1.1. Рисование картинки на тему «Мой брат(сестра)»

Размещение на листе рисунка брата (сестры)

1.2. Составление устного рассказа с помощью вопросов.

- Как его (ее) зовут? Сколько ему(ей) лет? Что тебе больше всего в нем (ней) нравится? И чем вы вместе занимаетесь? Что он любит?

2. Развитие эмоционального мира.

2.1. Решение проблемных ситуаций. Развивающая игра «Довольна ли мама?»

2.2. Разыгрывание ситуации.

«Света строила башню из кубиков» «Мама купила два воздушных шара»

«Мама подарила Вите красный мячик»

Ситуация первая: вы поссорились, нужно помирится.

Ситуация вторая: вы хотите играть одной и той же игрушкой

Ситуация третья: брат обижен на тебя (извинись и попробуй помирится)

Ситуация четвертая: мама принесла тебе и твоему брату три апельсина (как ты их поделишь?)

2.3. Игры — имитации на согласованность действий и подстраивание под партнера

представь, что вы с братом (сестрой):

- пилите дрова;
- гребете в лодке (у каждого одно весло)
- перематываете нитки для бабушки (будет вязать вам носки)

3. **Телесно — ориентированная игра** «Веселые человечки»

4. Итог занятия.

ЗАНЯТИЕ 6 «Настроение»

Приветствие пожелание каждому хорошего настроения.

1. Направленное рисование.

1.1. Создание рисунка «Зеркало» (заранее приготовить шаблоны листов в виде зеркала).

- Мы уже с тобой знаем, что у человека бывает разное настроение. У тебя тоже бывает разное настроение. Когда тебе хорошо, что ты чувствуешь?(радость, веселье). Нарисуй свое хорошее настроение. Грустное настроение у тебя бывает? Нарисуй себя в этом зеркале. Приходилось ли тебе злиться? Как называется это чувство?

1.2. Создание устного текста по вопросам:

- Какое лицо тебе кажется более симпатичным?
- Какое настроение у тебя бывает чаще всего?
- Что тебя обижает (радует, злит, веселит)

2. Развитие эмоциональной сферы.

2.1. Психотерапевтическая сказка О короле и его слугах — чувствах» (стр.101)

Беседа после чтения:

- как ты думаешь, почему я вам прочитала эту сказку?

- Чувства нельзя запретить, они всегда есть. Оказывается, что даже самые плохие чувства приносят пользу. Например, страх. Страх — это хорошо или плохо? Иногда это и хорошо и полезно. Например, мама боится за тебя, когда ты болеешь, ведет тебя к врачу и дает лекарство.
- Альпинисты — скалолазы знают, что если упасть с высокой скалы, то можно погибнуть, и поэтому они пользуются специальным снаряжением — веревками, металлесскими крючками, карабинами.

2.2. Решение проблемных ситуаций (поиск способов снятия эмоционального дискомфорта).

- Чувствами можно управлять. Хочешь, я тебя научу?
- Ты злой (грустный). Что чувствует твое тело? Что ты хочешь сделать? (ударить, заплакать, закричать) А эти поступки понравятся взрослым и детям? (нет). Станут звать злым (плавсой). Как же победить злость (грусть)
- битье подушки(груши)
- камешек в кармане (представь, что у тебя в кармашке лежит камешек. Ты берешь его в кулачки — крепко сжимаешь, держишь некоторое время, потом расслабляешь руки)
- поиграть в мяч, отжаться от пола, присесть, потанцевать.

2.3. Танец — импровизация «Чувства»

- Наши чувства можно станцевать. «Танцуют» удивление, испуг, радость, страх.

2.4. Упражнение на релаксацию: «Тихое озеро».

Рефлексия.

ЗАНЯТИЕ 7»Я люблю»

Приветствие

1. Направленное рисование.

- 1.1.Создание рисунка на выбранную тему (что я больше всего люблю)
- 1.2.Составление устного текста «Что ты любишь и почему тебе это нравится?

2. Развитие эмоциональной сферы.

2.1. Настольная игра «Хорошо — плохо»

Рассматривание и обсуждение плохих и хороших поступков, нарисованных на картинках.

2.2. Решение проблемных ситуаций. Развивающая игра «Довольна ли мама»?

- Мама купила виноград, положила его на стол. Витя подошел и все съел, ни с кем не поделился
- Даша очень любит ходить по лужам, иногда забыв надеть резиновые сапоги.
- У Витиной мамы был день рождения. Витя нарисовал рисунок и подарил маме.
- как вы думаете, довольна мама ребенком(детьми)? Почему ты так думаешь?
- покажи выражение маминого лица.

- подведем итог: быть жадным, неряхой плохо.

- как бы вы поступили бы на месте этих детей?

Обобщение психолога: Я думаю, вы поняли, что от того, что мы делаем (наши поступки), зависит настроение как наше, так и наших близких: мамы, папы, друзей.

Хорошие поступки вызывают хорошие чувства: радость, удовольствие, удивление.

Плохие поступки вызывают плохие чувства: злость, обиду, грусть, печаль.

Формула самовнушения: «Давайте вместе скажем «Буду делать хорошо и не буду плохо»

2.3.«Многоканальный телевизор» (обучение самопомощи)

- настроение взрослого человека может меняться. Ты уже знаешь, как можно улучшить свое настроение- прогнать плохое

- Хочу рассказать вам еще об одном способе. У вас есть телевизор, вы наверняка умеете переключать его с одного канала на другой. Давайте представим — закройте глаза что-то грустное. А теперь словно нажмем на кнопку и поменяем канал — попробуем увидеть веселого, смешного клоуна, который выступает в цирке. Как только твое настроение испортится, ты вспомни о чем то веселом и тебе станет лучше.

3. Телесно — ориентированная игра «Рельсы- шпалы» играем на спине друг у друга (стр.97)

4. Рефлексия.

ЗАНЯТИЕ 8 «Разговор с руками и ногами»

Приветствие

1. Направленное рисование

Обводим ладони и стопы ребенка и предлагаем их оживить: нарисовать глазки, ротик и наряд.

2. Создание текста

- Иметь руки и ноги это хорошо или плохо? Расскажи, что умеют твои руки делать хорошего для тебя и для других? Расскажи про свои ноги, что хорошего делают они? Бывает ли так, что твои руки и ноги становятся «плохими»? Что они тогда делают? (пинаются, дерутся, ломают) Что же с ними делать, если они плохие?

3. Развитие эмоционального мира

3.1. Чтение психотерапевтической сказки «Человечек» (стр 102, 103)

3.2. Беседа

-Я знаю, ты умный, помоги решить проблему этого человечка, чтобы все его любили и не ругали (варианты ответов)

Если ребенок отвечает «не знаю», то помогаем ему:

- Как ты думаешь, может быть, предложить человечку расстаться с «плохими» руками и ногами (как же тогда ходить, бегать, играть?) Но ведь они «плохие», именно из за них человечка ругают. А как ты думаешь, что самое главное в теле человека: руки, ноги, туловище или голова? Ты прав, главная в

теле голова, потому что именно в ней живет царь по имени мозг. Именно он должен отдавать приказы. Давайте проверим твоего царя, может ли он управлять твоим телом, руками и ногами?

3.3. Тренировка контроля над телом

- «Тыкалка» Ребенок сидит на стуле и замирает. Взрослый пытается рассмешить его, щекочет. Ребенку необходимо сохранить неподвижность.

- «Хочукалки» Взрослый задает ребенку очень простые вопросы (Как тебя зовут, сколько тебе лет, какого цвета шторы в кабинете), на которые хочется сразу ответить, но делать этого нельзя, ответить можно после слов «Раз, два, три — говори»!

- «Стоп» Я включу музыку. Вы двигаетесь, когда музыка остановится, надо замереть

- а сейчас вы будете двигаться без музыки, и когда услышите мой сигнал Стоп! Остановитесь.

- а теперь двигайтесь по комнате, сами себе говорите Стоп! и останавливайтесь после сигнала.

Комментарии психолога

Все у вас замечательно. Давайте заключим договор с твоими руками и ногами, твой царь — мозг будет следить за ними до следующего занятия, а когда мы встретимся, расскажешь, трудно это делать твоему «царю» или нет

А теперь я хочу прочитать тебе сказку (приложение 4 стр 103)

4. Релаксация или телесно-ориентированная игра «Куколка»

ЗАНЯТИЕ 9 «Шарики желаний»

Приветствие

1. Направленное рисование

1.1. Рисование картинки по замыслу педагога.

– Представь, что у тебя есть «шарик желаний». Если ты его отпустишь и он улетит, твое желание исполнится. Давай сегодня нарисуем летящие «шарики желаний». Подумай, есть ли среди твоих желаний такие, которые адресованы твоим близким (маме, папе, сестре, бабушке, дедушке, твоим друзьям?)

1.2. Создание текста

– Расскажи о своих заветных желаниях. Давайте вместе подумаем, что нужно сделать для того, чтобы они осуществились?

Комментарий психолога: Чтобы мечты осуществились, надо что-то сделать и уметь ждать.

2. Развитие эмоционального мира.

2.1. Ролевая игра (тренировка тембра голоса)

– сегодня к тебе в гости пришел веселый колобок. Помнишь сказку про него? С какими лесными зверями он встречался

– Сейчас ты будешь колобком, который гуляет по лесу. Тебе на пути

будут встречаться разные звери. А кто они, ты догадаешься, когда они с тобой заговорят. (взрослый, изменяя тембр голоса имитирует голоса волка, лисы, и т.д. Затем взрослый и ребенок меняются местами.

2.2. Ролевая игра (тренировка органов зрения и слуха)

– К тебе пришла гостья. Она сама тебе представится. (фигуру лисички не показывать, только ее озвучить) Кто это?, что ты можешь рассказать об этой лисичке? Какая она? Какое у нее настроение, какой характер?(веселая, хитренькая)

2.3. Иллюстрации (тренировка умения различать разные эмоциональные состояния по внешним признакам)

Давай посмотрим на этих зверей. У всех ли у них одинаковое настроение?

2.4. Игрушки в театр (тренировка выразительности движений)

-давай представим, как ходят звери, когда у них разное настроение:

-хитрая лиса, злой волк, злой медведь, испуганный заяц, грустная лиса, уставший, грустный волк, добрый медведь, смелый заяц

3. Формула самовнушения

- помнишь сказку про храброго зайца, который вставал на пенек и громко, на весь лес кричал: я храбрый заяц! Я волка не боюсь!?

- вставай на стульчик (это наш пенек) и попробуй сказать это про храброго зайца.

- если я тебе поверю, то похлопаю в ладоши, если нет, то покачаю головой.

– А теперь ты смелый ребенок. Скажи: «Я смелый! Я ловкий! Я умный!»

4. Телесно-ориентированное упражнение «Дрозд»

Я дрозд, ты-дрозд,

У меня - нос

у тебя - нос

у меня гладкие,

у тебя гладкие

У меня сладкие

у тебя сладкие

Мы друзья

и мы любим друг

друга

Жест в сторону груди

Дотрагиваемся до своего носа
и партнера

дотрагиваемся до щек своих и
партнера.

дотрагиваемся до губ: своих
и партнера.

раскидываем руки в стороны
обнимаемся.

Рефлексия.

ЗАНЯТИЕ 10 «Когда я стану взрослым

1. Приветствие

2. Создание картинки

-Закрой глаза и представь, что прошло много лет и ты вырос. Постарайся представить себя взрослым. Какая у тебя прическа? Какая одежда? Кем ты работаешь? Какой у тебя характер? Есть ли у тебя жена, дети?

Открой глаза и нарисуй, каким ты будешь взрослым.

3. Составление устного текста по вопросам

-Расскажи, какой ты, кем работаешь, где живешь, есть ли у тебя семья, дети. Чем вы занимаетесь вместе с детьми? Какой ты папа (мама)? Что нужно сделать, чтобы стать таким, каким ты хочешь?

Записываем или рисуем «лесенку жизни».

Комментарии психолога: Ты был маленьким, ты подросток — ствл большим, еще подрастешь и станешь взрослым. Ты был глупеньким несмышленишкой, а теперь умный и знаешь многое, знаешь, что такое хорошо и плохо. И еще станешь умнее. Ты был неумелым, а сейчас умеешь многое. Когда повзрослеешь, будешь уметь еще больше. Люди растут, меняются. Это происходит со всеми людьми.

4. Развитие эмоционального мира

Игра — импровизация «Я расту»

каждый показывает

- малыш — лежит на спинке, двигает ручками и ножками;
- я подросток — ребенок показывает, что он умеет делать: бегает, прыгает, танцует, рисует
- я взрослый — ходит, как взрослый (уверенно, с гордо поднятой головой)

5. Телесно — ориентированное упражнение «Дрозд»

6. Рефлексия.

***Занятие 11 — 12**

Оборудование: карточки с изображением детей в разных эмоциональных состояниях; карандаши; листы бумаги;

Упражнение «Наши эмоции (чувства)»

Мы поговорим о различных чувствах, которые человек выражает словами, мимикой и пантомимикой. Посмотрите на картинки и скажите, какие чувства испытывают изображенные дети. Как вы это определили? Когда вы испытываете подобные чувства?

Игра «Раз, два, три, настроение, замри!»

Психолог показывает детям картинки с изображением чувств человека (грусть, обида, злость, радость и др.). Дети по команде «раз, два, три, настроение замри!» изображают на лице определенное настроение.

Упражнение с элементами сказкотерапии «Путешествие в волшебную страну чувств»

– А теперь мы отправимся в путешествие в Волшебную страну чувств.

Эта удивительная страна. Там есть реки, горы, темные дремучие леса и залитые солнцем луга, есть топкие коварные болота. Показ трех дорог на мультимедиа. Одна дорога похожа на реку, тихая и спокойная, вторая дорога пролетает через топкие болота. Она короче первой, но более сложная и опасная, она дает больше силы. Третья дорога самая короткая, но и самая сложная, она проходит через горы. Давайте и мы выберем, по какой дороге мы будем добираться. Закрываем глаза и представляем.....

– Жители страны любят общаться с путешественниками и гостями своей страны. Они придумали рассказы о себе и просят вас определить, о ком в них говорится? Давайте подумаем, какое чувство может говорить о себе так, и посмотрим на экран ноутбука.

– Зачитывание разных текстов. Дети определяют, о каком чувстве говорится (стр . 29 - 30 конспекты ППРзанятий для дошкольников С,И, Шоакбарова.)

– Все чувства живут вместе в Волшебной стране. Дружат между собой, иногда ссорятся, но потом мирятся, ходят друг к другу в гости, дарят подарки. Причем каждое чувство живет в домике 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 сильный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывало крыши домов и ломали ветки деревьев. Жители успели спрятаться , но домики спасти не удалось. И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытия и увидели, что домики все разрушены. Взяв необходимые инструменты жители вскоре восстановили свои дома. Но вот беда, все краски унес ветер. Давайте мы им поможем и раскрасим домики. (каждому ребенку предлагается заготовка «Волшебная страна чувств» и набор карандашей. Дети выполняют задание.

– Чувства очень благодарны вам за свою страну. Теперь их жизнь станет прежней, они снова будут веселиться и фантазировать. Их любимая игра - игра с глиной. Из нее они делают разные фигурки. Давайте и мы с вами поиграем в игру «Скульптор»

(Слепить радостную обезьяну, обидевшего слона, злого крокодила, удивленного попугая , испуганного зайца, грустного ослика)

– Выход из сказки.

Занятие 13 «Что я чувствую»

Цель:

- формировать представления детей об эмоциональных проявлениях людей (мимика, жесты);
- развивать эмоциональную сферу, расширять круг понимаемых эмоций;
- показать основные приемы владения своими чувствами как проявления силы воли;
- воспитывать желание помогать близким людям, сверстникам.

Оборудование: музыкальный центр, диск с записью музыки для проведения физминутки, набор сюжетных картин, иллюстрации, набор пиктограмм, карандаши для каждого ребенка.

Ход занятия:

Воспитатель: - Здравствуйте, ребята! Я рада видеть вас всех! А какое у вас сейчас настроение? На что оно похоже: на солнышко или на темную тучку? (ответы детей)

Воспитатель: - А сейчас мы вспомним героев наших любимых сказок.

- Какие чувства испытывают герои этих сказок?

1. Рады зайчики и белочки,

Рады мальчики и девочки.

Обнимают и целуют косолапого:

«Ну, спасибо тебе, дедушка, за солнышко!» (радость)

2. Плачет серый воробей:

- Выйди, солнышко, скорей!

Нм без солнышка обидно,

В поле зернышка не видно! (грусть)

3. И доктор пришил ему ножки

И зайчика прыгает снова.

А с ним и зайчиха мать

Тоже пошла танцевать (радость)

4. Прибежала зайчиха

И закричала: «Ай-ай!

Мой зайчик попал под трамвай

И теперь он больной и хромой

Маленький зайчика мой!» (страх)

Воспитатель: - Дети, вы, наверное, догадались, о чем мы будем говорить с вами на занятии? (ответы детей)

- Да, мы будем говорить о чувствах. Как вы понимаете это выражение «чувства»? (ответы детей)

Воспитатель: - Верно, все мы умеем радоваться, грустить, печалиться. Но каждый из вас человек и мы должны уметь управлять своими чувствами.

- Я могу сдержаться и не заплакать;

- Могу не капризничать, хотя мне очень хочется это сделать;

- Могу не засмеяться, если даже очень смешно.

Воспитатель: - Вы понимаете, как трудно управлять собой, но вы должны этому учиться.

- Представьте, перед вами человек, которому очень грустно. Как понять, что ему грустно? Как можно это понять, что нам поможет? (ответы детей)

- Верно, нам об этом расскажут глаза, руки, а еще речь.

Воспитатель: - У меня в руках конверт, он необычный: на нем нарисован вот такой значок – это пиктограмма, она означает (грусть, печаль и т.д.)

- Это письмо передали мне ваши мамы и просили рассказать, что не все дети могут управлять своими чувствами и поэтому доставляют своим мамам много неприятностей. Попробуйте догадаться почему?

(выставляю сюжетные картины – дети отвечают на вопрос: « О ком, о каком человеке идет речь?»)

- Этот мальчик рук не мыл,

Месяц в баню не ходил.

Сколько грязи, сколько грязи,

Мы на шее лук посадим,

Репу на ладошках,

На щеках картошку,

На носу морковь взойдет –

Будет целый огород! – «грязнуля, замарашка»

- А это что за девочка?

Час жевала грушу,

Два - умывалась,

Три - вытиралась.

Утром завтракать пошла

Только к ужину пришла? – «девочка - капуста»

- Костя хлеб жует сухой.

«Ты бы ел его с ухой»

До ушей краснеет Костя,

Он решил правдивым быть.

«Я бы съел ухи, да только

Мне тарелку нужно мыть» - «мальчик – лентяй»

-Все расскажет про ребят:

Кто дерется, кто кричит.

Только про саму себя

Не расскажет, промолчит – «девочка – ябеда»

-Этому мальчишке доверять нельзя.

Что не скажет язычишко,

Все неправда, все не так «мальчик – врун»

- А как часто нужно нам

С кем- то, чем-то поделиться.

Кто привык везде скупиться,

Кто твердит всегда «не дам» - «жадина»

- Я - красавец, я - силач,

Я - умелец, я - лихач,

Я- я – я всёзнайка,

А зовут меня - «азнайка»

Воспитатель: - Вот видите, какие бывают дети. Что вы чувствовали, когда слушали эти стихи? Покажите ту пиктограмму, которая отражает то, что вы чувствуете (дети показывают пиктограммы)

Воспитатель: - Молодцы, ребята! Вы дали правильные ответы. А теперь ответьте на вопрос: «Что вы чувствуете, когда одели ...»

- красивый сарафан

- удобный спортивный костюм

- тесную одежду

- мягкую, пушистую шубку

- мятую рубашку

Воспитатель: - Вы ответили верно. А теперь поиграем в игру, будьте внимательны.

Игра «Скажи наоборот»

Вы грустные ребята – Мы веселые ребята.

Вы ленивые - Мы трудолюбивые.

Вы злые - Мы добрые.

Вы рассеянные - Мы внимательные.

Вы неряшливые – Мы аккуратные.

Вы грубые - Мы вежливые.

Вы злые - Мы добрые.

-А теперь, располагайтесь поудобнее и дорисуйте лица героев сказки пиктограммами.

Воспитатель:- Мы сегодня говорили о чувствах, настроениях; вы, общаясь, друг с другом испытывали тоже разные чувства.

- Когда вы испытываете гнев, злость, когда кто-то толкнет вас, обидит, то надо помнить о том, что надо не бросаться в драку, а надо успокоиться, мысленно сказать «Я могу сдержаться», «Я могу не плакать» и т.д.

- А еще поможет нам успокоиться упражнение «Волшебные нитки»

Упражнение «Волшебные нитки»

Возьмите в руки клубочек в руки и начинайте медленно сматывать нитки.

Дышите медленно, думайте о чем – то приятном.

- А еще поможет нам успокоиться упражнение «Драка».

Упражнение «Драка»

Представьте, что вы сильно рассердились, готовы броситься в драку.

Глубоко – глубоко вдохните, крепко- крепко сожмите зубы, сожмите пальцы в кулаки, до боли. Задержите дыхание – посчитайте мысленно про себя до 5.

Расслабьтесь, и вы увидите, как все неприятности окажутся позади.

Воспитатель: - Вот и подошло к концу наше путешествие в мир чувств и эмоций.

- Что сегодня для вас было интересным и необычным на занятии?

- Что нового вы узнали?

Надеюсь, ребята, что вы сможете теперь управлять своими чувствами и эмоциями. Спасибо всем за внимание



Цель:

- первичное знакомство с чувством радости;
- развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние;
- развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

Материалы:

- пиктограмма "радость";
- фотографии веселых людей;
- бумага, карандаши.

Ход занятия:

Доброе утро!

Давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа... (Цель упражнения — создание положительного эмоционального фона.)

А теперь посмотрите на лицо этого человека (пиктограмма "радость"). Как вы думаете, этот человек грустный? А может быть, он сердитый? Или веселый, радостный?.. Да, этот человек радостный. Попробуем изобразить радость на своем лице. Что для этого нужно сделать?..

Пиктограмма "радость"

Попробуем разыграть эту сценку.

У вас отлично получилось! А сейчас посмотрим вот на эти фотографии (подберите фотографии веселых, улыбающихся людей). Какое чувство, по вашему, испытывают эти люди?.. Как вы догадались?.. А это мои фотографии. Я на них тоже радостная. Как вы думаете, почему? - Если вы захотите, можете принести на следующее занятие свои "радостные фотографии".

Поговорим о том, что же такое радость для вас? Подумайте хорошенько и закончите предложение "Я радуюсь, когда..." (Запишите высказывания детей.)

Но перед этим поиграем с "Солнечным зайчиком". (Цель — снятие напряжения мышц лица.)

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и

ласкает тебя, подружись с ним.

Отлично! Мы подружились с "Солнечным зайчиком", глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!

Сейчас я расскажу вам одну историю...

Этюд "Встреча с другом". (Цель — развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить свое настроение, развитие выразительных движений.)

У мальчика был друг. Настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе одному. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же они обрадовались друг другу!

Выразительные движения — плечи опущены, выражение печали на лице (грусть), объятия, улыбка, смех (радость).

А сейчас представьте себе, что мы художники и нам надо нарисовать картину на тему "Радость". Возьмите листочки и карандаши, и пусть каждый нарисует радость так, как ему хочется. (Цель — рефлексия чувств.)

Затем предложите детям сесть в круг и рассказать о том, что они нарисовали.

А теперь встаньте в круг и давайте поиграем в "Доброе животное". (Цель игры — развитие чувства единства.)

Возьмемся за руки и представим, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох-выдох, вдох-выдох и еще раз вдох-выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук — делаем шаг вперед, тук — шаг назад. И еще раз тук — шаг вперед, тук — шаг назад.

Спасибо всем. На этом наше занятие завершается. До свидания

Занятие 15 Радость -2

Цель:

— продолжение знакомства с чувством радости.

Материалы:

— вырезанные из журналов рисунки или фотографии, на которых изображены части лица: глаза, брови, носы, улыбки;

— клей;

— трафареты круглой и овальной формы;

— пиктограмма "радость".

Ход занятия:

Здравствуйте!

Давайте начнем наше занятие вот с чего. Пусть каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно топтать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваше действия. (Цель упражнения — создание положительного эмоционального фона, настрой детей на совместную работу.)

Итак, я называю свое имя и прохлопываю его, а все остальные повторяют за мной... Отлично! Продолжит тот, кто сидит справа от меня и т.д.

Теперь, когда мы с вами поздоровались, постарайтесь вспомнить, о каком чувстве мы говорили на прошлом занятии?.. Посмотрите, какое чувство здесь изображено (покажите пиктограмму с изображением радости)? Как вы догадались, что это радость?.. Конечно, глаза чуть прищурены, на лице улыбка. Посмотрите на эти фотографии. Какое чувство испытывают эти люди? Как вы догадались?.. Может быть, кто-нибудь из вас принес сегодня свои радостные фотографии? Попробуем изобразить чувство радости.

Для начала разогреем и расслабим все мышцы лица... (Упражнение "Солнечный зайчик", Отлично!

Сядем поудобнее: ноги твердо стоят на полу, спинка прямая. Начинаем гимнастику, но она не простая, а мимическая. Мы с вами будем выполнять упражнения для лица. (Цель: изучение мимики, выражения в мимике эмоциональных состояний.)

Вдох-выдох, вдох-выдох, еще раз вдох-выдох. Вытянули губы трубочкой. Произнесли звук "У". Растянули губы в стороны. Произнесли звук "Ы". Замечательно! Вдох-выдох. Расслабили все мышцы лица и улыбнулись друг другу. Скажите глазами и улыбкой, что вы рады видеть друг друга.

Спасибо!

Сейчас я расскажу вам несколько историй, и мы попробуем их разыграть, как настоящие актеры. (Цель — развитие выразительных движений, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать собственное.)

Первая история называется "Хорошее настроение".

Мама послала сына в магазин: "Купи, пожалуйста, печенье и конфеты, — сказала она, — мы попьем чаю и пойдем в зоопарк". Мальчик взял у мамы деньги и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.

Выразительные движения: походка — быстрый шаг, иногда вприпрыжку, улыбка.

Вторая история называется "Умка",

Жила-была дружная медвежья семья: папа медведь, мама медведица и их маленький сыночек — медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела колыбельную песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом начинал подпевать маме медведице.

Выразительные движения — улыбка, плавные покачивания.

Очень хорошо! Радоваться могут и дети, и взрослые. На прошлом занятии мы говорили о том, что такое радость для вас. Сейчас давайте подумаем, что же такое радость для мамы. Закончите предложение: "Моя мама радуется, когда..." (Запишите высказывания детей.)

Здорово. А сейчас садитесь за столы. Перед вами лежат вырезанные из журналов рисунки и фотографии, на которых изображены части лица: глаза, брови, носы, улыбки. Ваша задача — выбрать овал для лица и приклеить на

него выбранные вами части так, чтобы, глядя на получившиеся лица, мы могли сказать: "Все эти лица радостные". Приступайте к работе. (Цель данного упражнения — научиться выражать чувство радости с помощью изобразительных средств.)

Спасибо! На этом наше занятие заканчивается.

Занятие 16 Страх - 1

Цель:

- знакомство с чувством страха;
- изучение выражения эмоциональных состояний в мимике.

Материалы:

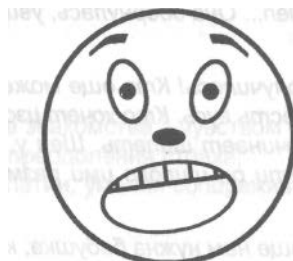
- фотография ребенка, испытывающего страх;
- пиктограмма "страх";
- свечка в безопасном подсвечнике.

Ход занятия:

Я рада вас приветствовать!

Сейчас мы будем здороваться друг с другом, передавая по кругу свечку. Сначала давайте посмотрим на нее. Видите, как колыхается пламя свечи, какое оно красивое. Когда вы будете передавать свечку друг другу, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например: "Миша, я рад тебя видеть!". (Цель — снятие эмоционального напряжения, настрой на совместную работу.)

Давайте вспомним, о каком чувстве мы с вами говорили на прошлых занятиях?.. Да, о чувстве радости. Что нам помогало определить это чувство?.. Да, это выражение лица, интонация голоса. А теперь посмотрите на эту фотографию. Как вы думаете, какое чувство испытывает этот ребенок? Смотрите внимательно... У него широко открыты глаза, рот, он вот-вот закричит. Его правая рука выставлена вперед. Он как будто бы хочет что-то оттолкнуть или отгородиться от кого-то. Какое же это может быть чувство?.. Да. Это чувство страха.



Пиктограмма "страх"

Попытаемся изобразить его на своем лице, но для начала расслабим мышцы и поиграем в "Солнечного зайчика" (см. занятие 1).

Отлично! Теперь, когда наши мышцы расслаблены, посмотрите на картинку и попробуйте изобразить страх на своем лице. Молодцы! У вас хорошо получается.

Сейчас я расскажу вам историю про девочку Галю. Вы ее внимательно

слушайте, а потом мы попробуем разыграть сценку. (Цель — научить детей выражать с помощью движений эмоциональное состояние другого человека, различать выраженные в мимике эмоциональные состояния, дать опыт проживания негативной ситуации.)

Галя приехала к бабушке в деревню. Однажды она гуляла недалеко от реки, рвала цветы, пела песенки и услышала, что позади нее кто-то зашипел: "Ш-ш-ш!" Галя обернулась и увидела большого гуся. Она испугалась и побежала домой. Прибежала к бабушке и рассказывает: "Я испугалась гуся! Он громко шипел и хотел меня уципнуть".

Бабушка успокоила Галю.

Давайте подумаем, сколько человек нам нужно, чтобы разыграть эту сценку? Нам нужна девочка Галя. Кто может ее изобразить?

Итак, Галя гуляла у реки, рвала цветы. Вдруг она услышала, как позади нее кто-то зашипел... Она обернулась, увидела гуся, испугалась и побежала домой...

Здорово у тебя получилось! Кто еще может изобразить девочку Галю?.. В этой сценке есть гусь. Кто хочет изобразить гуся? Он появляется позади Гали, начинает шипеть. Шея у него вытянута, крылья сложены за спиной, или он широко ими размахивает. Ну, кто решится изобразить гуся?

Очень хорошо! И еще нам нужна бабушка, которая успокоила Галю. Как она могла это сделать?

Здорово! Теперь покажем нашу сценку целиком. Кто хочет быть Галей? Гусем? Бабушкой?.. (Проиграв роли отдельно, дети соединяют их в одно большое действие.)

У вас отлично получилось!

Послушайте следующую историю — "Как котенок потерялся".

Пошел Вася с котенком гулять. Котенок был маленький и глупый. Он увидел бабочку, побежал за ней, отстал от Васи и теперь не знал, куда идти. Стало ему страшно. Он сжался в комочек и жалобно замыкал. Мимо шла девочка Катя. Увидела она котенка и спрашивает: "Что с тобой? Ты испугался? Тебе страшно?"

А котенок ей отвечает: "Я потерялся. Мне страшно, и я не знаю, как найти мой дом и Васю".

Девочка приласкала котенка и проводила его домой.

Рассказ разбирается и проигрывается по аналогии с предыдущим.

Замечательно!

Наше занятие подходит к концу, в заключение давайте встанем в круг и поиграем в "Доброе животное"

До новой встречи.

Занятие 17 Страх - 2

Цель:

- продолжение знакомства с чувством страха;
- поиск путей преодоления страха;
- развитие эмпатии, умения сопереживать другим.

Материалы:

- пиктограмма "страх";
- игра "Азбука настроений".

Ход занятия:

Я рада видеть всех вас!

^ **Давайте поздороваемся друг с другом.** Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа, и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа... (Цель — создание положительного настроения.)

Давайте вспомним, о каком чувстве мы говорили с вами на прошлом занятии?.. (Покажите детям картинку с изображением этого чувства). Правильно, это чувство страха. А как вы догадались, что это именно оно?..

Молодцы!

Посмотрите, какие карточки я вам принесла. (Покажите ребята карточки из игры "Азбука настроений".) На них изображены попугай, рыба, кошка, мама, папа, мышка. Все они испытывают чувство страха. Подумайте и решите, кого из героев сможет показать каждый из вас. При этом надо сказать о том, чего боится ваш герой и что надо сделать, чтобы его страх пропал. (Цель — научить детей находить конструктивный выход из ситуации, ощущать эмоциональное состояние своего персонажа.)

Очень хорошо! Теперь послушайте историю, которая называется "Ваза".

Девочка Маша стояла у раскрытого окна и смотрела, что происходит на улице. На столе рядом с окном стояла ваза. Вдруг подул сильный ветер. Окно захлопнулось, и ваза упала. Девочка очень испугалась. И тут в комнату вошла мама.

Что она сделала и что сказала своей дочери?.. (Как правило, дети говорят, что мама накажет ребенка, поставит в угол.) Что бы она могла сделать еще?.. (Если дети сами не могут найти другого варианта развития событий, вы можете предложить им собственный вариант.) Мама сначала могла успокоить дочку. Сказать, что ничего страшного не произошло, а потом уже дать ей возможность объяснить, что случилось на самом деле. (Цель — развитие эмпатии, способности к сопереживанию, выработка умения узнавать эмоции по их проявлениям.)

Сейчас кто-нибудь из вас изобразит ребенка, который сильно испугался, и мы все вместе пожалеем, утешим его. Только делать это надо без слов, с помощью прикосновений.

Кто хочет, чтобы его пожалели? А кто хочет пожалеть, поддержать кого-то сам? (Игра проводится до тех пор, пока в ней не примут участие все желающие).

А теперь в благодарность или просто потому, что этого хочется, можно попросить кого-то себя обнять, или предложить кому-то свои объятия. Кто

хочет это сделать?..

Замечательно! **На этом наше занятие заканчивается.** Я была рада вас всех видеть.

Занятие 18 Робость

Цель:

- повышение у детей уверенности в себе;
- сплочение группы;
- знакомство с чувством робости.

Материалы:

- клубочек шерсти;
- пиктограмма "робость".

Ход занятия:

Здравствуйтесь, я рада вас видеть!

У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня, (Цель — сплочение детей.)

Итак, я — Света. Больше всего я люблю гулять в парке со своей собакой...

Далее по очереди высказываются дети.

А теперь послушайте мою историю... (Цель — знакомство с эмоцией "робость" и ее внешними проявлениями.)

Мальчик Костя первый раз пришел в детский сад. Он вошел в раздевалку, переоделся, познакомился с воспитателями и подошел к двери в группу. Он чуть приоткрыл дверь и заглянул внутрь. На его лице было вот такое чувство (покажите пиктограмму "робость"). Оно называется робость. Давайте попробуем изобразить его. Глаза чуть опущены. Голова слегка наклонена в бок. Кто хочет изобразить Костю?.. Что могут сделать дети, чтобы помочь мальчику?..

Хорошо!



Пиктограмма "робость"

А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется "Я — лев". (Цель — повышение у детей уверенности в себе.) Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев — царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен.

Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: "Я — лев Гоша". Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой...

Отлично!

Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая". (Цель — создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности.) Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я" шепотом - потом — обычным голосом, а затем — прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами "очень" и "хороший" (или "хорошая").

И, наконец, дружно: "Я очень хороший(ая)!"

Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет — шепотом, обычным голосом или прокричит, например: "Я — Наташа! Я очень хорошая!" или: "Я — Кирилл! Я очень хороший!"

Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: "Мы очень хорошие!" — сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие 19 Удивление

Цель:

- знакомство с чувством удивления;
- закрепление мимических навыков.

Материалы:

- пиктограммы с изображением чувств радости, страха, удивления;
- шляпа с привязанной к ней длинной ниткой;
- игрушечный котенок, которого можно спрятать под шляпу.

Ход занятия:

Здравствуйте. Я рада вас видеть!

Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу: "Доброе утро!" (Цель — создание чувства группового единства.)

Очень хорошо! Вспомним, о каких чувствах мы с вами уже говорили?.. Да, мы знаем такие чувства, как радость и страх. Сегодня мы познакомимся с удивлением. Что помогало нам, глядя на человека, сказать, радуется он или боится?.. Мы смотрели на выражение его лица и старались определить, что происходит с человеком в данный момент.

Изобразим чувство радости. Что происходит в это время с нашими лицами?.. Какие у нас глаза в этот момент?.. Что происходит с нашими губами?..

Теперь изобразим чувство страха. Мы можем помогать себе жестами. Какие у нас будут движения?.. Может быть, отталкивающие, или наоборот, зовущие? Что в это время происходит с нашими лицами? С глазами? Ртом?..

Отлично! Попробуйте изобразить на своем лице чувство удивления. Как

вы думаете, оно будет долго длиться, или оно мгновенно возникает и быстро пропадает?.. Совершенно верно, оно неожиданно возникает и быстро исчезает. (Покажите детям пиктограмму "удивление".) Давайте рассмотрим пиктограмму... Что же происходит с нашими лицами? С бровями?.. Правильно, они подняты вверх. С глазами?.. Они широко открыты. С губами?.. Они растянуты и похожи на букву "О".



Пиктограмма "удивление"

Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Да те передадим прикосновение по кругу.

У вас замечательно получилось!

Теперь слушайте историю "Живая шляпа". (Цель — закрепление мимических навыков.)

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

— Дима, пора домой, обед уже на столе.

Дима попрощался с друзьями и пошел к дому. На дороге он увидел шляпу и решил ее поднять, но шляпа, как-будто угадала, что хочет сделать мальчик, и отпрыгнула в сторону. Дима очень удивился.

Попробуем разыграть эту историю. Кто хочет быть Димой? Мамой? Шляпой?.. Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой?.. (Предложите детям разыграть эту сценку с предметами: шляпой, котенком.)

Замечательно!

Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь?.. (Положите перед собой лист бумаги и начните рисовать все то, о чем говорят дети.) Рот широко открывается и вытягивается. Глаза широко открыты. Брови ползут вверх. Теперь осталось нарисовать нашему человечку волосы, нос, уши и румянец. Замечательно! Смотрите, какой удивленный человек у нас получился. Как вы думаете, чему он удивляется?.. А что может удивить вас?.. (Дети отвечают по кругу.)

Садитесь за столы. Перед вами лежат листы, на которых нарисованы кружочки. Вам надо оживить эти кружочки — нарисовать глаза, брови, нос, губы, но так, чтобы каждый человек удивлялся. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечки, и чему они удивляются.

Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.

На этом наше занятие завершается. До свидания!

Цель:

— знакомство с чувством злости; тренировка умения различать эмоции.

Материалы:

- колокольчик;
- 2 шарфа;
- пиктограмма "злость"

Ход занятия:

Здравствуйте. Я рада вас видеть! Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу: "Доброе утро!" (Цель — формирование сплоченности.)

Сегодня мы продолжаем знакомиться с чувствами, которые могут появиться у нас с вами, у наших мам и пап, бабушек и дедушек и любых людей. Посмотрите на лицо, изображенное на карточке. Какое чувство испытывает человек?..



Пиктограмма "злость"

Посмотрите на выражение его лица... Что произошло с его Бровями? Какое у него выражение глаз? Что же это за чувство? — Да, это ~ злость.

А сейчас послушайте историю про мальчика Петю, которая называется "Сердитый дедушка". (Цель — тренировка умения различать эмоции. Выразительные движения — нахмуренные брови, резкие, порывистые движения.)

К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, потому что Петя ушел за калитку без предупреждения. Куда он пошел? Вдруг с ним что-нибудь случится?

Давайте разыграем эту историю... Отлично!

А сейчас нам понадобятся 2 шарфа, концы которых завязаны в узлы, и колокольчик. (Цель упражнения — снятие напряжения.) Представьте себе, что вы с кем-то поссорились и очень сердиты: брови сдвинуты, в руках шарф, которым размахиваете. Вы наступаете на своего соперника и начинаете с ним сражаться шарфами, но по правилам, которые никто из вас не может нарушать. Правила такие:

- можно начинать бой только по сигналу колокольчика;
- можно касаться шарфом только тела и ног;
- заканчивать сражение нужно по сигналу колокольчика.

А как называется в спорте человек, который дает сигнал к началу и концу боя? Да, это может быть судья. Кто сегодня хочет быть судьей? Теперь мы

можем начинать. Первым противника выбирает тот, кто сидит справа от меня, но нельзя выбирать одного и того же. Не забывайте, какое чувство мы с вами изображаем. Какие звуки мы можем при этом издавать?.. Помните правила игры? Начали!

Теперь мы встанем в один общий круг и поиграем в "Доброе животное"
До свидания!

Занятие 21 Стыд, вина

Цель:

— знакомство с чувством вины, тренировка умения различать эмоции.

Материалы:

- магнитофон и аудио-кассета "Волшебство природы"
- пиктограмма "вина";
- текст рассказа Л.Н. Толстого "Косточка".

Ход занятия:

Я рада видеть вас!

Сейчас мы с вами будем здороваться. Для этого закройте глаза и представьте, что вы находитесь на берегу моря (звучит мелодия "Играют маленькие волны", кассета "Волшебство природы"). Мы стоим на песке, а волны набегают на берег и хотят с нами заговорить. Они шепчут имя каждого из нас. Попробуйте услышать, как вас зовут волны. Послушайте и пока ничего не говорите, начнет тот, кто сидит справа от меня. (Цель — создание позитивного эмоционального фона.)

Сегодня мы с вами поговорим еще об одном чувстве. Посмотрите на картинку, как вы думаете, какое чувство испытывает мальчик? Что с ним могло произойти?..

Полушайте историю (Л.Н. Толстой, "Косточка"). Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они еще лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и все нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он все ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мать сочла сливы и видит, одной нет. Она сказала отцу. За обедом отец и говорит: "А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?" Все сказали: "Нет". Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже: "Нет, я не ел".

Тогда отец сказал: "Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточка, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрет. Я этого боюсь".

Ваня побледнел и сказал: "Нет, я косточку бросил за окошко". И все засмеялись, а Ваня заплакал.

Вот такая история. Как вы думаете, почему Ваня заплакал? Какое он испытывал чувство? Да, это чувство стыда. Как вы думаете, что при этом происходило с его лицом?.. (Глаза прикрыты, на лице румянец.) С его телом?.. (Голова опущена, плечи сжаты.)



Пиктограмма "вина"

Давайте разыграем этот рассказ. Кто хочет быть Ваней? Мамой? Отцом? Все остальные будут его братьями и сестрами. Итак, начинаем...

Отлично!

В конце нашего занятия мы с вами поиграем в игру, которая называется "Подарки". (Цель создание положительного эмоционального фона.) Все мы любим подарки получать, да и дарить их тоже приятно. Представим, что мы все можем. Внимательно посмотрите на своих соседей справа, попробуйте угадать, что они хотят получить в подарок. А теперь по очереди подарим друг другу наши подарки. Кто получает подарок, не забывает говорить "Спасибо".

На этом наше занятие оканчивается, до свидания.

Занятие 22 Обида

Занятие 23 Обобщающее на эмоции

Цель:

- закрепление умения различать чувства.

Материалы:

— игра "Азбука настроений"

большой лист бумаги;

— гуашь;

Ход занятия:

1. Приветствие Здравствуйте, ребята!

вместе со взрослым должны громко ее проговорить, и выполнить при этом ритмичные движения (хлопать в ладоши, топтать ногами, маршировать и т.д.).

Например:

Из-за леса, из-за гор Едет дедушка Егор. Сам на лошадке, Жена на коровке, Дети на телятках, Внуки на козлятках.

Затем предложите детям прочитать эту потешку с разными чувствами: радости, страха, удивления и хвастовства. Цель такого упражнения — тренировка узнавания эмоций.

Сначала потешку проговаривают все вместе, а потом индивидуально по желанию.

2. А теперь вспомним, с какими чувствами мы с вами уже познакомились. (Покажите детям пиктограммы с разными чувствами и поговорите о том, как

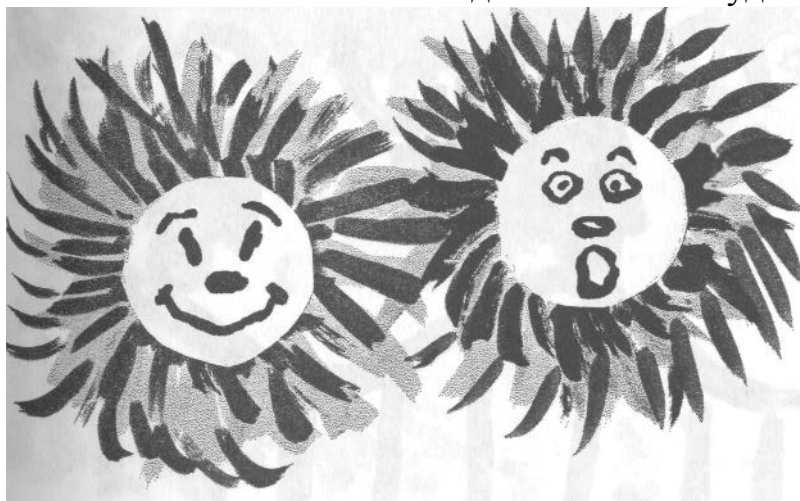
мы узнаем, что это именно то или другое чувство.)

сейчас посмотрите сюда. Перед вами на ковре разложены карточки с изображением: кошки, рыбки, попугая, мамы, папы. У них у всех разные настроения. Сейчас каждый из вас подойдет к коврику и возьмет себе любую карточку. Внимательно рассмотрите, кто вам достался, и какое чувство он испытывает. Изобразите своего героя и закончите предложения: "Я мышка. Я боюсь, когда... Я радуюсь, когда... Я удивляюсь, когда..." или чем-нибудь похвастайтесь.

Когда каждый ребенок изобразит своего персонажа и его эмоцию, предложите детям вспомнить какую-нибудь известную потешку.

3. Арттерапия

Взлохмаченные человечки Сегодня мы с вами будем создавать портреты.



На листочках бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, вырежьте получившиеся круги. На них нарисуйте лица с разными эмоциями.

На большом листе бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, оставляя между ними достаточно места.

Толстую кисть обмакните в краску. Делайте легкие мазки кистью от центра к краю. Используйте краски разного цвета. Дайте краске подсохнуть.

Приклейте кружочки с веселыми и грустными лицами на большой лист бумаги. У вас получатся человечки со смешными взлохмаченными волосами.

Предложите детям:

- нарисовать на заранее подготовленных трафаретах лиц любые эмоции;
- наклеить разрисованные трафареты на рисунок. Обсудите вместе с детьми получившиеся картинки.

4. Рефлексия

Оборудование: массажный мяч, колокольчик, аудиозапись спокойной музыки

ХОД ЗАНЯТИЯ

Здравствуйте! Мы будем передавать друг другу мяч и называть свое имя.

Игра «Пчелиный рой»

Теперь поиграем в пчелок. Вы- пчелы, я пчелиный часовой. Если я три раза позвоню в колокольчик, значит вам надо летать и махать крылышками. Два звонка предупреждают об опасности-нужно присесть. Один звонок- опасность миновала- спокойно летают.

Упражнение для профилактики нарушения зрения:

Нарисовать глазами шесть кругов по часовой стрелке и шесть кругов против часовой стрелки, зафиксировав подбородок ладонями.

Упражнение загадки

3. Бела, да не снег, сладка, да не мед, похожа на хлопок, но в поле не растет.
4. Белое облако спустилось с небес, легкое, воздушное, что за чудо из чудес..
5. Снежный ком на палочке сидит, и в рот ко мне глядит. Вата.

Упражнение на релаксацию

Лягте в удобное положение. Вытянитесь и расслабьтесь. Закройте глаза и слушайте меня. Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого прекрасного озера. Чуть слышны ваше дыхание, плеск воды. Яркое светит солнце и вы чувствуете себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите пение птиц и стрекотание кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Светит солнце, воздух чист и прозрачен. Всем телом вы ощущаете тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам не хочется шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и теплом. Вы отдыхаете.... А теперь открываем глаза. Вы снова в детском саду, вы хорошо отдохнули, у вас бодрое настроение и приятные ощущения не покинут вас в течение всего дня.

Обратная связь - Закончить предложение.

6. Сегодня на занятии мне понравилось.....
7. Сегодня на занятии мне не понравилось....

Оборудование: массажный мяч, аудиозапись спокойной музыки

Ход занятия

Игра «Комплименты»

Встаньте в круг. Будем передавать мяч друг другу и говорить приятные, добрые слова.

Дыхательное упражнение «Геометрические фигуры».

Встаньте прямо. опустите вдоль тела. Сделайте глубокий вдох. Во время вдоха прямые руки медленно поднимаем до уровня груди ладонями вперед. Задержите дыхание. Медленно выдыхаем и чертим обеими руками одновременно в воздухе перед собой два круга. Опускаем руки. Повторяем два раза. Теперь на выдохе чертим треугольники, затем квадраты.

Упражнение Хитрые Задачи

4. в комнате загли 3 свечи. Одна из них сразу погасла, а остальные остались гореть. Сколько свечей остались в комнате? (три)
5. тройка лошадей пробежала два километра. Сколько километров пробежала каждая лошадь? (два)
6. утка весит два килограмма, когда стоит на одной ноге. Сколько она будет весить, если будет стоять на двух ногах (два)

Упражнение Строим рифмы

- В норе шуршат шестеро..... мышат
- надела трясогузка сиреневую.... блузку
- Двойняшки-неваляшки надели две..... тельняшки
 - налей-ка канарейка мне водички в лейку
- этот бублик стоит..... рублик

Дети стоят по кругу. Когда психолог называет слово «воздух», дети должны поднять руки вверх. Если слово «земля» - руки опускаются вниз, если слово «огонь»- вращайте руками вперед-назад, если слово «вода» выставить руки вперед. Кто ошибется-садится на стул. Выигрывает самый внимательный.

Упражнение на релаксацию

Лягте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос.

Дышите медленно и легко. Представьте себе, что сейчас лето и вы находитесь на зеленой полянке. Светит теплое летнее солнышко, которое согревает вас своими лучами. Вы чувствуете себя абсолютно счастливыми. Высоко в небе вы видите летящую птицу. Посмотрите внимательно на нее и представьте что эта птица это вы. Представьте себе, как вы свободно парите в небе, как вы машете крыльями плавно. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в воздухе. А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле. Вот вы уже на земле. Откройте глаза.

ВЫ чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение которое сохранится на весь день.

Оборудование: массажный мяч, аудиозапись спокойной музыки
предметные картинки с изображением транспортных средств (автобус,
трамвай, самолет, автомобиль, катер, лодка, мотоцикл, пароход)

Ход занятия

Упражнение «Транспортное средство» Все дети стоят. Каждый по очереди называет какое-либо транспортное средство.

Игра на развитие координации движений и графических навыков.

Психолог. Возьмите лист бумаги и по карандашу в каждую руку. Нарисуйте два круга одновременно правой и левой рукой. Затем натисуйте два квадрата, треугольника.

Игра «Кто чем управляет»

Автобусом управляет.....водитель
Гоночной машиной управляет.....гонщик
Грузовиком управляет.....шофер
Поездом управляет.....машинист
Вертолетом управляет.....вертолетчик
Самолетом управляет.....летчик
Кораблем управляет.....капитан
Мотоциклом управляет.....мотоциклист
Велосипедом управляет.....велосипедист
Ракетой управляет.....космонавт
Яхтой управляет.....яхтсмен

Игра с мячом «Угадай и назови» Дети по очереди называют

специализированные машины, отвечая на вопрос «Какие?»

Убирают мусор (какие?) мусороуборочные машины.

Перевозят грузы (какие?) грузовые машины.

Перевозят людей (какие?) пассажирские машины.

Приезжают к больным (какие?) машины скорой помощи.

Приезжают на пожары (какие?) пожарные машины.

Упражнение «Какая картинка лишняя» Детям предоставляется картинки с изображением 4 транспортных средств, среди которых необходимо найти лишнюю и объяснить ответ.

Игра Ванька-встанька. Дети выполняют движения в соответствии с произносимым текстом.

Отдых наш физкультминутка,
занимай свои места.

Раз — присели, два — привстали
руки кверху все подняли.

Сели, встали, сели, встали,
Ванькой — встанькой словно стали

.А потом пустились вскачь,
Будто мой упругий мяч.

Игра «Земля, воздух, вода». По сигналу земля — дети должны попрыгать на одной ноге, по сигналу воздух — должны присесть на корточки, по сигналу вода — сесть на стульчики.

Упражнение на релаксацию « Отдых»

Представьте себе, что вы лежите на самом берегу озера в воде. Вода теплая, ласковая. Вокруг спокойно и тихо. Закройте глаза, слушайте мой голос. Прислушайтесь к своему дыханию. Дышим ровно и спокойно. Медленно вдохните и выдохните (2-3раза). Выпрямите пальцы рук, потянитесь так, чтоб напряглись все мышцы вашего тела. Руки и ноги стали тяжелыми, как будто каменными. (пауза 10 -15 секунд). А теперь расслабьтесь, отдохните, тело стало легким, как перышко (повторить 2 -3 раза). Мои руки расслаблены, они словно тряпочки.... Мои ноги расслаблены, они мягкие... теплые... Мое тело расслаблено, оно легкое, неподвижное. Мне легко и приятно. Мне дышится легко и спокойно. Я отдыхаю. Я набираюсь сил. Свежесть и бодрость входят в меня. Я легкий, как шарик. Я добрый и приветливый со всеми. Я хорошо отдохнул. У меня хорошее настроение. Занятие окончено.

Рефлексия.

Занятие 27

Оборудование: массажные мячики(по кол-ву детей), коврики, картинки с изображением самолета и лодки, трафаретные изображения транспорта, веревочки (по кол-ву детей).

Разминка с мячом

Ответы на вопросы:

1. Кто сегодня с удовольствием пришел в детский сад?
2. Кто первым с тобой поздоровался?
3. Какое сегодня число?
4. Какой сегодня месяц года?
5. Какое сейчас время года?

Упражнение на развитие мелкой моторики. Массаж пальцев под произношение текста:

6. без пальто гулял глупышка,
и замерз он как ледышка.

Чтобы пальчик отогреть
будем мы его тереть.

Дети произносят текст и растирают каждый палец правой руки указательным и средним пальцами левой.

Пальчиковая гимнастика с использованием карандашей. Дети произносят текст и перекатывают между двумя ладонями два карандаш

Карандаш в руке катаю,
между пальчиков верчу
неприменно каждый пальчик
быть послушным научу.

Кинезиологические упражнения(на развитие межполушарного взаимодействия) «Ладонь — кулак», «Колечко» - выйду на крылечко, вынесу колечко, я его вместо игрушки подарить хочу Валюшке.

Пальчиковые упражнения

«Вертолет»

- показ картинки с изображением вертолета.

Объяснение: на счет 1 — сплести руки в корзиночку; на счет 2 — указательные пальцы выдвинуть вперед и соединить их подушечками — это хвост вертолета; на счет 3 — большими пальцами выполнять совместные быстрые круговые движения, как лопасти вертолета.

Арттерапевтическое упражнение — обведи и заштрихуй транспорт.

Итог занятия — узелки на память. Дети вспоминают, в какие игры играли и завязывают узелки.

Занятие 28

Оборудование: массажные мячи, коврики, картинки с изображением различных животных в виде геометрических фигур (лиса, волк, заяц, кошка, медведь, белка, еж)

Игра «Зеркало» Дети разбиваются на пары и стоят друг против друга. Один выполняет движение, а второй повторяет, исполняя роль зеркала.

Упражнение на развитие слуховой памяти.

Я произнесу слова, а вы постарайтесь их запомнить: ВЕДРО РУКА КНИГА КЛОУН КОЗА ОКНО ПЛЕД ПЕНЬ ГРОЗА БРАТ.

Игра «Будь внимательным»

Вы будете двигаться по кругу. Когда я произнесу слово лошадь, надо остановиться и постучать одной ногой об пол, если услышите слово «раки» - пятиться назад, «лягушка» - присесть и прыгать, «аист» - стоять на одной ноге.

Дыхательное упражнение «Веточка»

Встаньте прямо, опустите руки вдоль тела. Медленно поднимайте руки вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу, задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой, задержите дыхание. Выпрямляясь, медленный вдох через нос. Задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Задержите дыхание.

Упражнение на развитие долговременной памяти:

Постарайтесь вспомнить слова, которые я произносила в начале занятия. Каждый из вас попытается изобразить слово при помощи мимики и жестов, остальные будут угадывать.

Упражнения на развития мышления, координации движений, пластики и зрительной памяти.

Внимательно рассмотрите изображения животных, составленных из геометрических фигур. Определите, кто изображен на картинках. А теперь назовите, кто из них лишний и объясните ответ.

Упражнения на релаксацию Отдых

Представьте себе, что вы лежите на самом берегу озера в воде. Вода теплая, ласковая. Вокруг спокойно и тихо. Закройте глаза, слушайте мой голос. Прислушайтесь к своему дыханию. Дышим ровно и спокойно. Медленно вдохните и выдохните (2-3 раза). Выпрямите пальцы рук, потянитесь так, чтоб напряглись все мышцы вашего тела. Руки и ноги стали тяжелыми, как

будто каменными. (пауза 10 -15 секунд). А теперь расслабьтесь, отдохните, тело стало легким, как перышко (повторить 2 -3 раза). Мои руки расслаблены, они словно тряпочки.... Мои ноги расслаблены, они мягкие... теплые... Мое тело расслаблено, оно легкое, неподвижное. Мне легко и приятно. Мне дышится легко и спокойно. Я отдыхаю. Я набираюсь сил. Свежесть и бодрость входят в меня. Я легкий, как шарик. Я добрый и приветливый со всеми. Я хорошо отдохнул. У меня хорошее настроение. Занятие окончено.

Занятие 29

Оборудование: массажные мячи, наборы счетных палочек, листы, карандаши.

Разминка с мячом

- сколько дней в неделе?
- Какой по счету день недели — вторник?
- Какой по счету день недели — четверг?
- Какой по счету день недели — понедельник?
- Назовите первый месяц весны;
- Какое у тебя сегодня настроение;

Упражнения для профилактики нарушения зрения.

- Написать глазами номер сегодняшнего дня недели и месяца.

Упражнение на развитие памяти и мелкой моторики рук

- Вспомните каких животных с помощью мимики и жестов вы изображали на прошлом занятии. А теперь возьмите листы бумаги, по карандашу в каждую руку и нарисуйте обеими руками одновременно любое животное по выбору, с опорой на геометрические фигуры.

Игра «Нелепицы» Исправить предложение, нарисовать двумя руками одновременно любую отгадку.

- Летает в небе круглый год, я знаю, это — бегемот (вертолет)
- Любят обезьяны спелые тюльпаны (бананы)
- Лиза (лиса) спряталась под мост, виден только рыжий хвост
- Ловит кошек (мышек) ловко большая мышеловка.
- Жила-была старушка в маленькой подушке (избушке).

Упражнение «Семечко»

Изображение в соответствии с текстом, произносимым психологом.

Упражнение «Выкладываем из счетных палочек»

- Сложить треугольник;
- взять еще одну палочку и превратить треугольник в ромб
- превратить ромб в квадрат
- взять пять палочек и нарисовать ломаную линию.

Упражнение на релаксацию «Лентяи»

стр27 конспекты ППР занятий для дошкольников С,И, Шоакбарова.

ЗАНЯТИЕ 30

Цель: развитие памяти, мышления, навыка совместной деятельности.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия»

2. «Пары слов»

Цель развитие памяти. Обучение запоминанию по ассоциации.

Ход: Детям нужно запомнить вторые слова из пары слов: кошка – молоко, булка – масло, мальчик – машина, зима – гора, стол – пирог, зубы – щетка, река – мост.

Затем психолог говорит первое слово из пары, а дети второе слово. Психолог объясняет, как можно легче запомнить, если установить взаимосвязь между словами.

3. Физкультминутка «Шалтай-болтай»

Цель: развитие памяти, навыка работы по образцу.

Ход: Дети поворачивают туловище вправо, влево, руки свободно болтаются как у тряпчатой куклы на слова «свалился во сне» резко наклоняют корпус тела вниз.

Психолог показывает пример, дети повторяют.

«Шалтай-болтай

сидел на стене

Шалтай-болтай

Свалился во сне»

4. «Собери картинку»

Цель: развитие мышления.

Ход: Каждому ребенку выдаются детали от разрезанной картинки. Дети собирают, психолог при необходимости помогает.

Второе задание усложняется. Можно внести элемент соревнования. Возможно совместное собирание картинки.

5. «Путаница»

Цель: развитие навыка совместной деятельности.

Ход: Выбирается водящий. Он выходит из комнаты. Остальные дети берутся за руки в кругу, не разжимая рук начинают запутываться – кто как умеет.

Когда образовалась путаница, водящий «распутывает», не разжимая детей.

6. Ритуал прощания

Цель: Развитие навыков общения, воображения, внимания.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Ищи безостановочно».

Цель: развитие внимания.

Ход: В течение 10-15 сек. Увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (размера, формы).

3. «Волшебное яйцо».

Цель: развитие воображения.

Ход: каждому ребенку дается шаблон в виде яйца, который обводится на листе бумаги. Затем детям предлагается дорисовать овал, так, чтобы получился новый предмет. В конце занятия можно организовать выставку рисунков.

Если предложить ребенку дорисовать несколько овалов, так чтобы получились разные предметы, то это будет способствовать развитию гибкости и беглости мышления.

4. «Маленькие обезьянки»

Цель: развитие внимания, навыков общения.

Ход: каждый из стоящих в ряду детей (3-6 чел.) принимает какую-то позу. Один из играющих, поглядев на них 40-50 сек., копирует позу каждого, а остальные стоят спокойно.

5. «Бывает - не бывает»

Цель: развитие воображения, внимания.

Ход: Психолог говорит предложения. Если это бывает – дети хлопают в ладоши, не бывает – топают ногами.

«Волк бродит по лесу. Волк сидит на дереве. В кастрюле чашка варится. Кошка по крыше гуляет. Собака по небу плывет. Девочка ласкает собаку. Домик девочку рисует».

6. «Бип».

Цель: раскрытие групповых отношений, навыков общения.

Ход: Дети сидят на стульях. Входящий с закрытыми глазами ходит по кругу, садится на колени к детям и угадывает на ком сидит. Если угадал правильно, то кого назвали, говорит «Бип».

7 «Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 32

Цель: развитие внимания.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Незнайкины небылицы».

Незнайка сочинял истории, но, как обычно, все перепутал в них. Когда он стал рассказывать свои истории друзьям, все громко смеялись и говорили, что этого не бывает. Попробуйте отгадать, что напутал Незнайка.

Летом девочки и мальчики надевают теплые шапки, теплые сапоги, шубы и отправляются кататься на санках.

Весной все звери готовятся к долгой спячке.

Осенью на деревьях распускаются ярко-зеленые листочки.

Зимой мы любим купаться и загорать, любоваться цветами и собирать ягоды.

3. «Цветик - семицветик»

Психолог рисует цветок с семью лепестками: красным, желтым, голубым, розовым, коричневым, синим, оранжевым. Середина цветка- зеленая. Детям предлагается запомнить этот цветок и нарисовать точно такой же.

4. «Невнимательный садовник»

Садовник решил посадить новые плодовые деревья в саду, но он был очень невнимательным и купил на базаре 2 лишних пакетика с семенами. Помогите садовнику найти лишние пакетики, если на них написано: «Яблоня», «Груша», «Вишня», «Роза», «Слива», «Береза», «Персик».

5. «Паровозик с клоунами»

Все дети превращаются в «поезд», в котором едут «клоуны». «Клоуны» любят баловаться, веселиться, прыгать, поэтому «поезд» по сигналу взрослого (гудок) останавливается, «вагончики» разъезжаются в разные стороны, дети падают. Основная задача - при падении быть внимательным к окружающим детям, стараться их не задеть. После того как «поезд» отремонтируют, игра продолжается.

6. «Летает - не летает».

Дети садятся или становятся полукругом. Психолог называет предметы. Если предмет летает - дети поднимают руки. Если не летает – руки у детей опущены. Психолог может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься. Необходимо своевременно удержаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

7. «Ритуал прощания».

Цель: развитие мышления.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Разрезные картинки» (складывание рисунка из его частей)

Берется любая открытка (лучше использовать изображения неживого мира) и разрезается на две равные части. Ребенка просят составить ее. Другая на четыре части и так далее. Выполняя задание, ребенок ориентируется на рисунок изображенный на открытке.

3. «Придумаем загадку».

Логика придумывания загадок сложна для дошкольников, поэтому начинать следует с внешних признаков окружающих предметов. Например: «Большой, круглый, полосатый, а внутри красный» (арбуз). Затем добавляются функциональные признаки: «Шумит, ворчит, глотает, все дома очищает» (пылесос).

Далее предлагаются сравнения и литературные загадки. Например: «Крашено Коромысло через реку повисло» (радуга). Непонятные слова объясняются.

4. «Что лишнее?»

Психолог называет три (позже четыре) предмета, один из которых не подходит к данной классификации. Например: огурец, яблоко, помидор (овощи- фрукты); стул, стол, шкаф, платье (мебель- одежда). Ребенок выделяет «лишний» предмет и объясняет свой выбор. Хорошо использовать в этой игре наглядную опору- картинки и предметы.

5. Пантомима.

Я – комнатный цветок в детском саду. Мне хорошо, когда меня поливают, рыхлят землю, моют листья. Мне не нравится, когда ребята громко кричат. Мне скучно, когда ребята уходят домой и я остаюсь один.

Выразить телом и мимикой радость, удовольствие, скуку, раздражение.

6. «Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 34.

Цель: развитие памяти.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Телефон»

В игре участвуют не менее трех игроков. Словесное сообщение передается друг другу, пока оно не вернется к первому игроку. Сообщение может состоять из одного слова, постепенно превращаясь в длинное предложение.

3 «Рассказы по картинкам»

Ребенку предлагается составить рассказ по картинке. Используются смешные сюжеты, можно из комиксов.

4. «Рассказы по памяти»

Ребенка просят рассказать просмотренный недавно мультфильм.

5. «Слова»

Дети по очереди называют слова, где последняя буква предыдущего слова является началом следующего. Например: «арбуз-зонт-троллейбус...»

6. Итог занятия. 7 «Ритуал прощания»

ЗАНЯТИЕ 35.

Цель: Развитие речи дошкольников, фонематического слуха.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Полслова за вами».

Ход: Психолог произносит начало слова, дети заканчивают слово. Слова можно подбирать по определенным темам. Работа может проводиться в парах и фронтально.

3. «Опиши предмет»

Цель: Знакомство с понятиями «свойства и признаки предметов», формирование умения угадывать предмет по его признакам.

Ход: психолог задумывает предмет, дети задают наводящие вопросы, пытаются по признакам угадать задуманное.

4. «Я знаю»

Цель: Развитие речи детей, пополнение словарного запаса, развитие наблюдательности и внимания.

дети, используя мяч, проговаривает следующий текст, ритмично ударяя мячом о пол:

Я знаю пять имен мальчиков:

Саша - раз,

Дима - два,

Игорь - три,

Денис - четыре,

Володя - пять.

Далее мяч передается следующему игроку. Он называет следующие пять предметов. Это могут быть любые предметы (игрушки, цветы, деревья и т.д.).

5 «Догадайся, что показал» (пантомима)

Цель: Развивать внимание наблюдательность, речь, терпение.

Ход: Желаящий изображает предмет (живой или неживой), не произнося никаких звуков. Остальные пытаются угадать, что изображается.

6 «Сочини сказку о предмете».

Цель: Развитие речи, пополнение словарного запаса.

Ход: Психолог и дети выбирают любой предмет и пытаются сочинить вместе сказку о приключениях данного предмета.

7 «День - ночь»

Цель: Развитие речи, умения сосредоточиться на поиске необходимого понятия.

Ход: Психолог называет слово, дети – противоположное ему по значению: «День - ночь, сладкий - кислый» и др.

8 Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 36

Цель: развитие воображения

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Какая бывает собака?»

Можно попросить ребенка представить себе собаку и рассказать о ней как можно больше: какая у нее шерсть, что она любит есть, какой формы у нее хвост и уши, какой у нее характер и т.д.

3. «Нарисуй по описанию».

Психолог читает текст: «Стоял белый дом. Крыша у него треугольная. Большое окно красное, а маленькое желтое. Дверь коричневая. Текст нужно прочитать еще раз в медленном темпе, по одному предложению. Дети в это время с закрытыми глазами должны представить себе этот дом, а потом нарисовать его.

4. «Желания»

Представьте себе, у нас в группе появился настоящий волшебник. Он говорит, что может исполнить 5 любых желаний для каждого. Что бы вы у него попросили? Этот старец очень мудрый. Он может ответить на любые вопросы. О чем бы вы его спросили?

5. Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 37.

Цель: развитие моторно-двигательного внимания.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Корректирующая проба».

Цель: обучение способности концентрации, объема, переключения, устойчивости внимания.

Детям предлагается на специальном бланке расставить значки, как в образце. Психолог фиксирует время, затраченное на выполнение задания, и число ошибок.

3. «Кто летает?»

Психолог произносит слова. Если он называет летающий предмет, ребенок отвечает "летает" и изображает, что машет крыльями. Если назван нелетающий предмет, то ребенок молчит и не поднимает руки.

4. «Съедобное – несъедобное»

В зависимости от названного предмета (съедобен он или нет) ребенок должен ловить или отбивать мяч, брошенный ему психологом.

5. «Ухо – нос»

Ребенок слушает команду: "Ухо" и дотрагивается до уха. "Нос" - дотрагивается до носа. Психолог сначала выполняет задание вместе с ребенком, затем умышленно допускает ошибки. Ребенок должен быть внимательным и не ошибиться.

5. Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 38.

Цель: развитие мышления.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Разложи по порядку»

Используются готовые серии сюжетных последовательных картинок. Ребенку дают картинки и просят их рассмотреть. Объясняют, что картинки должны быть разложены по порядку развертывания событий. В заключение ребенок составляет рассказ по картинкам.

3. «Отгадывание небылиц»

Психолог рассказывает о чем-то, включая в свой рассказ несколько небылиц. Ребенок должен заметить и объяснить, почему так не бывает. Пример: Я вот что хочу вам рассказать. Вот вчера - иду я по дороге, солнышко светит, темно, листочки синие под ногами шуршат. И вдруг из-за угла как выскочит собака, как зарычит на меня: "Ку-ка-ре-ку!" - и рога уже наставила. Я испугался и убежал. А ты бы испугался? Иду я вчера по лесу. Кругом машины ездят, светофоры мигают. Вдруг вижу - гриб. На веточке растет. Среди листочков зеленых спрятался. Я подпрыгнул и сорвал его.

Пришел я на речку. Смотрю - сидит на берегу рыба, ногу на ногу закинула и сосиску жует. Я подошел, а она прыг в воду - и уплыла.

Физминутка «Ванька-встанька»

Цель: Дать возможность детям отдохнуть. Обучение умению действовать по инструкциям.

Ход: Отдых наш физкультминутка

Занимай свои места:

Раз – присели, два – привстали.

Руки кверху все подняли.

Сели, встали, сели, встали

Ванькой-встанькой словно стали,

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч.

4. «Нелепицы»

Предложить детям рисунки, в которых содержатся какие-нибудь противоречия, несообразности, нарушения в поведении персонажей.

Попросить ребенка найти ошибки и неточности и объяснить свой ответ.

Спросите, как бывает на самом деле.

Ритуал прощания».

ЗАНЯТИЕ 39.

Цель: развитие памяти.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Цепочка действий»

Ребенку предлагается цепочка действий, которые необходимо выполнить последовательно. Например: "Подойди к шкафу, возьми книгу для чтения, положи ее на середину стола.

3. «Зарисовки»

Предложить к каждому слову сделать рисунок, который помог бы детям потом вспомнить слова.

То же самое можно сделать и при запоминании фраз. Ребенок сам выбирает, что и как он будет рисовать. Главное, чтобы это помогло ему потом вспомнить прочитанное.

Например, называете семь фраз.

Мальчику холодно.

Девочка плачет.

Папа сердится.

Бабушка отдыхает.

Мама читает.

Дети гуляют.

Пора спать.

К каждой фразе ребенок делает рисунок (схему). После этого предложить ему точно воспроизвести все фразы. Если возникают трудности, можно помочь подсказкой.

Если ребенок вспоминает 6-7 фраз - очень хорошо.

4. «Пересказ».

Обратить внимание детей на то, если ребенок не может пересказать текст, психолог читает рассказ еще раз, но просит детей обращать при этом внимание на отдельные специфические детали. "О чем этот рассказ?" Психолог связывает прочитанное с тем, что хорошо знакомо ребенку, или с какой-то аналогичной историей, сравнивает эти истории (в чем сходство и различие). Отвечая на вопросы, ребенок мыслит, обобщает, сравнивает, выражает свои мысли в речи, проявляет активность.

Такая беседа значительно активизирует память и мышление ребенка.

5. «Бип».

Цель: раскрытие групповых отношений, навыков общения.

Ход: Дети сидят на стульях. Входящий с закрытыми глазами ходит по кругу, садится на колени к детям и угадывает на ком сидит. Если угадал правильно, то кого назвали, говорит «Бип».

6. «Ритуал прощания».

Цель: развитие логического мышления, быстроты реакции.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Настроение в цвете»

Цель: отслеживание эмоционального состояния детей. Психологическая поддержка.

Ход: Детям предлагается красками нарисовать свое настроение на листе бумаги. Затем психолог предлагает поддержать тех, у кого настроение плохое. Дети делают это с символом в руках.

3. «Времена года».

Психолог показывает детям большие картины с изображением времен года. По очереди дети подходят к психологу и берут из стопки маленьких картинок карточку (дождь, снежинки, радуга, цветы, грибы, веточки без листьев, почки, листья зеленые и желтые; гнездо птицы с яйцами, птенцами, картинки разной одежды), и определяют, к какому времени года относится карточка.

4. «Я луна, а ты звезда».

Все дети, кроме одного садятся на стулья в кружок. В середине стоят три стула, на одном из них сидит кто-то из детей. Он говорит, например: "Я - пожарная команда!". Кто-нибудь из детей, кому первому придет в голову что-нибудь подходящее, садится рядом на свободный стул и говорит: "Я - шланг". Другой спешит на второй стул и говорит: "А я - пожарник". Ребёнок - "пожарная команда должен выбрать одного из двух, например: "Я беру шланг". Он обнимает "шланг" и они садятся на стулья к другим детям. Оставшийся один ребёнок должен придумать что-нибудь новое, например: "Я - швейная машина!" и игра продолжается.

5. «Ритуал прощания»

ЗАНЯТИЕ 41.

Цель: развитие зрительного внимания.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. «Я знаю десять названий».

В игре используют мяч. Садятся в круг. Игроки перекидывают друг другу мяч со словами:

- Я ...

- Знаю...

- Десять (семь, пять...)

- Названий ...деревьев! (птиц, цветов, профессий, фруктов, животных, рыб, городов...)

И далее, все по очереди должны называть названия того, что было задано:

- Липа - раз!
- Береза - два!
- Клён - три!...

Как правило в такой игре дети быстро запоминают все названия и со временем количество названий увеличивается.

3. «Найди два одинаковых предмета».

Предлагается карточка с изображением пяти и более предметов, из которых два предмета одинаковые. Требуется найти одинаковые предметы, объяснить свой выбор.

4. «Исключение лишнего».

Предлагается карточка с изображением 4-5 предметов, один из которых отличается от остальных. Необходимо его найти.

5. «Найди отличия».

Предлагается карточка с изображением двух картинок, имеющих несколько различий. Необходимо как можно быстрее найти эти отличия.

6. «Выкладывание узора».

Ребенку предлагают выложить из мозаики (или палочек) по образцу букву, цифру, узор, силуэт и т.п.

7. «Ритуал прощания».

Обобщающее занятие по познавательным процессам

***ЗАНЯТИЕ 44.**

Цель: определить психологический климат в группе, настроение детей.

Ход занятия:

1. «Ритуал приветствия».

2. Тест «Точка настроения».

Перед началом выполнения письма или рисования предложить детям поставить на своем листе в правом верхнем углу точку настроения. Цвет ребенок выбирает сам.

Интерпретация теста.

Желтый – мечтательность, шутливость, легкость.

Фиолетовый, лиловый, синий – богатый внутренний мир, склонность к мистике.

Сине-зеленые (цвета воды) – перенапряженность, сконцентрированное внимание, воля. Чаще поощрять, бояться ошибиться.

Красный – огромное «Я», стремление к успеху. Открытость, ранимость, непослушание. Чаще выбирают холерики.

Зеленый – ребенок заброшен, нуждается в любви.

Оранжевый – легкая возбудимость.

Коричневый – чувство дискомфорта.

Серый – боязнь, неуверенность

Черный – стресс.

Белый – исходная позиция, начало пути.

3. «Обведи свою ладонь и оживи».

Дети самостоятельно обводят на листе бумаги левую руку. Психолог предлагает превратить силуэт во что-нибудь. Показывает на доске несколько вариантов.

Лист с силуэтом можно поворачивать.

4. «Ритуал прощания».

Занятие 45.

Цель: Преодоление тревожности.

Ход занятия

1. Здравствуй, я....

— Когда люди встречаются, то принято приветствовать друг друга. Как мы это обычно делаем? Верно, мы здороваемся, говорим «Здравствуй», что означает — будь здоров! Сейчас и мы поздороваемся друг с другом.

2. Имена(настрой на сотрудничество)

- А теперь я предлагаю послушать, как звучат наши имена.
- Называем свое имя и хлопаем по слогам на каждый слог.

Дети выполняют задание. Чье имя самое длинное? Чьи имена похожи?

3. Поменяйтесь местами (минутные шалости)

- кто сегодня умывался;
- кто сегодня завтракал;
- те, кто дома помогает родителям;
- те, кто меня внимательно слушает;
- те, кто любит играть с куклами; те, кто любит побегать;
- те, кому уже 5 лет;
- те, кто любит сладости.

4. Настроение (мышечная тренировка)

- Возьмите зеркала, посмотрите на свое лицо, что вы видите, как можно назвать ваше настроение сейчас?
- А сейчас поиграем... Представьте, что вы откусили кислый лимон...сладкое яблоко... вы услышали обидное слово.. у вас забрали игрушку... вам подарили на день рождения вкусный торт... вас похвалили...
- А теперь, подумайте и скажите, от чего зависит наше настроение?
- Верно, если нам хорошо, то и настроение у нас хорошее. Настроение - это то, что мы чувствуем, а чувства у нас бывают разными.

Просмотр фотографий детей с различным настроением.

- Что вы делаете, когда у вас плохое настроение?
- Какие вы молодцы, вы помогаете себе сами! На наших занятиях мы научимся и другим способам, как повысить себе настроение.

5. Имя (игра — коммуникация)

Один из детей сидит в кругу, глаза у него закрыты. Дети стоят вокруг него,

называют сидящего в круге по имени. Условие — ласково произнести имя ребенка. Посмотрите на лицо сидящего в круге, он улыбается. Настроение его изменилось? Как можно назвать это настроение- удовольствие, радость.

6. Мое имя(изотерапия)

- Детям раздают листы, на которых большими буквами написано имя каждого ребенка. Предлагается разукрасить свое имя. (в полоску, горошек, цветочек, как в радугу)

7. **Прощание** Дети встают в круг, берутся за руки, делают глубокий вдох, на выдохе опустить плечи и произнести - «До свидания»

Занятие 46

Цель: Преодоление тревожности.

Ход занятия

1. Доброе утро.....

- Я рада вас всех видеть, и вы тоже, видя по вашим улыбчивым лицам
- Давайте поздороваемся друг с другом. Нужно сказать «Доброе утро» и назвать имя соседа и конечно улыбнуться.

2. «Таня» (мимическая тренировка)

- Возьмите зеркала. Сейчас мы с ними поиграем. Я буду читать рассказ про девочку Таню, а вы — показывать все чувства Тани.

*Однажды вечером, когда Таня вернулась из детского сада, она увидела новенькие красивые туфельки, которые ей купила мама (радость)

*Таня быстро разделась и начала их примерять, но они оказались ей маленькие(печаль)

*Легла Таня спать очень расстроенная и весь день в детском саду был невеселым.... Ничего не радовало (печаль)

*Вернулась домой и увидела, что в комнате какая то коробочка стоит... удивилась Таня (удивление).

*Открыла... а там туфельки... (радость).

*Померила их — они ей впору... Хорошо! (восторг)

Затем работаем с таблицей чувств: «Найди, назови».

3. Загадки (мышечная тренировка).

*Взрослый «загадывает детям загадки — пантомимы: «угадай, что я делаю» (ем конфету, иду, бегу, иду по узкому мостику, играю с мячиком...)

Затем дети по желанию загадывают загадки- пантомимы.

***Минутка шалости.** Сейчас я включу музыку и разрешу вам пошалить, но как только музыка закончится, вы должны встать в круг и взяться за руки.

5. **«Тряпичная кукла»** Один ребенок в паре - кукла, лежит на полу, второй — играет с куклой. Обсуждение.

6. **Автопортрет** — На листе бумаге написано Это Я! Детям раздают листы и они рисуют себя.

7. **Прощание.** В кругу желаем всем доброго дня и хорошего настроения.

Занятие 47

Цель: Развития навыков общения.

Ход занятия

1. Приветствие.

- Обычно люди разговаривают с помощью рта и языка — говорим слова приветствия друг другу, как это делали на прошлых занятиях, когда здоровались. Но оказывается, можно разговаривать с помощью рук. Угадайте, что я хочу вам сказать руками:

*погрозить пальцем;

*покачивание ладонью привет!

*до свидания! (поднимание и опускание кисти)

*нет! (движение обеих рук из стороны в сторону)

Здорово! Все мои загадки разгадали. А сейчас попробуем здороваться с рядом сидящим при помощи рук. Рукопожатие должно быть приятным, нежным, добрым.

-Всем было приятно? Значит мы справились с заданием.

2. «Лягушка» (мышечная тренировка)

тянем губы прямо к ушкам — как веселая лягушка
ква-ква-ква- раздается до утра!

Потяну и перестану — и нисколько не устану.

«Хобот» (мышечная тренировка)

подражаю я слону — губы хоботом тяну.

а теперь я опускаю — и на место возвращаю,

губы не напряжены, а расслаблены.

Мы выполнили упражнение Лягушка и Хобот. Какое настроение нам напомнило упражнение Лягушка?(радость, веселье), а Хобот? (плохое: огорчение)

3. Чтение рассказа про девочку Олю (мимическая тренировка)стр156

Давайте поиграем. Я буду вам читать рассказ, а вы мне показывать те чувства, которые испытывает Оля.

- Оля пошла гулять. Как ласково светит солнышко, мне тепло и приятно, думает Оля (радость)
- Увидела Оля цветок: Ах, какой красивый! (удивилась)
- Понюхала, как вкусно он пахнет (радость)
- На цветок села пчела: Ой, вдруг она меня ужалит? (страх, испуг)
- Оля махнула рукой, а пчеле это не понравилось, и она ужалила Олю. Ой, ой, как больно! (огорчение, боль, слезы)

4. «Слушай» Звучит веселая музыка. Дети свободно двигаются. С окончанием музыки дети должны найти того, кого назовет ведущий и обнять его.

5. **«Я люблю»** Детям предлагается нарисовать то, что они любят.

6. **Прощание** :Взрослый предлагает взяться за руки, на вдохе поднять руки вверх и опустить их со словами «до свидания!»

Занятие 48

Цель: Развития навыков общения.

Ход занятия

Приветствие.

- Собрались все дети в круг, я твой друг (жест в сторону груди) и ты мой друг (раскрытые ладони в стороны). Крепко за руки возьмемся И друг другу улыбнемся. (Подарим самые нежные улыбки друг другу)

2. Гномики (мимическая тренировка)

- В одной сказочной стране жили гномы. Хотя они и были родными братьями, но настроение у них было разное.

- Посмотрите.... какое настроение у этого гнома? А как назвать это настроение? Давайте покажем вот этого гномика — как он ходит, как он смотрит, что делает? (Все дети вместе)

Детям по очереди предлагают шапочку — колпачок, надевая который они превращаются в одного из гномиков. (передают настроение, чувство)

Все, кто наблюдает, угадывает, в какого гнома превратился ребенок.

3. Гномики (мышечная гимнастика)

- передают друг другу тяжелое ведро с водой
- передают друг другу хрустальную вазу
- передают друг другу тяжелый пылесос

дарят друг другу цветочек.

4. **Пылинка и пылесос** . Вы пылинки — летаете по комнате, я пылесос- собираю пыль. До кого дотронусь — тот приседает и не шевелится.

5. **Гномики и домики** (нарисовать эмоции у гномиков) - изотерапия.

III Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

1. Методы диагностики: «критерии тревожности» шкала П.Бейкера, «шкала тревожности» А.М.Прихожан, проективные методики «Моя семья», «несуществующее животное».
2. Необходимое оборудование и материалы для занятий: зеркало, зеркала по количеству детей, цветные карандаши, краски, фломастеры, простые карандаши, иллюстративные материалы, картинки детей в различных эмоциональных состояниях, сюжетные картинки (хорошие и плохие поступки детей), «чудесный мешочек», массажные мячи, мягкие подушки, мягкие игрушки, тряпичные куклы, ноутбук.
3. Литература:
 - Кряжева.Н.Л. Мир детских эмоций. Ярославль: Академия развития 2012
 - Лютова.Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми/СПб.: Речь 2001.
 - Кэмпбелл.Р. Как справляться с гневом ребенка/СПб.: Мирт 2012.
 - Ключева. Н.В. Учим детей общению/Ярославль: Академия развития,2006.
 - Татарникова Г.М., ВетроваИ.И., КириченкоТ.Т. Индивидуальное сопровождение детей «группы риска».Волгоград, Издательство «Учитель» 2015г.
 - Жучкова Г.Н. Нравственные беседы с детьми 4-6 лет. Занятия с элементами психогимнастики. М., 2008.
 - Игры: обучение, тренинг, досуг... /под ред. Петрусинского. (в четырёх книгах). М, 2011.
 - Как воспитать в ребёнке творческую личность? Ростов-н/Д., 2008.
 - Калинина Р.Р. Психолого-педагогическая диагностика в детском саду. С-Пб., 2009.
 - Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника (занятия, игры, упражнения). С-Пб., 2010.
 - Калягин В.А., Матасов Ю.Т., Овчинникова Т.С. Как организовать психологическое сопровождение в образовательных учреждениях. - СПб., 2010.
 - Козлова А.В., Дешеулина Р.П. Работа ДООУ с семьёй. М., 2008.
 - Комплексное сопровождение детей дошкольного возраста, /под ред. Л.М. Щипицыной. С-Пб., 2010.
 - Коноваленко СВ. Коммуникативные способности и социализация детей 5-9 лет. Комплекс коррекционно-развивающих занятий и психологических тренингов. М., 2010.
 - Кравцова Е.Е. Разбуди в ребёнке волшебника. М., 2009.
 - Креативный ребёнок: диагностика и развитие творческих способностей. Ростов-н/Д., 2010.
 - Лободина С. Как развить способности ребёнка. С-Пб., 2007.
 - Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 2008.

учреждение города Иркутска
детский сад № 68

664007, г. Иркутск, ул. Ямская, 42, т.71-00-24
ИНН 3809023790 КПП 384901001

Принята на педсовете:
выписка из протокола №1
от «01» 09 2016г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 68

Е.А.Веникова

«__» _____ 2016г

ЛЕСЕНКА УСПЕХА

Адаптированная образовательная программа для
детей старшего дошкольного возраста
(5-7 лет)

Составитель:
педагог — психолог
Бойко Елена Владимировна

Иркутск, 2016г.