

На IX Всероссийский конкурс психолого-педагогических программ

«Новые технологии для «Новой школы»»

В номинации: «Коррекционно-развивающие психолого-педагогические программы»

Номинация: «Развивающие психолого-педагогические программы»

**Развивающая психолого-педагогическая
программа по формированию произвольности поведения и
рефлексивных способностей детей
старшего дошкольного возраста**

«Калейдоскоп исследований»



Автор:

педагог-психолог МАДОУ д/с№158

г Тюмени

Батищева Елена Ярославовна

Контактная информация:

Батищева Елена Ярославовна,

E-mail: elena625@mail.ru

сот. Тел. 8 929 200 67 18

тел раб. /+7 3452 33-83-00

г. Тюмень,

Адрес: 625016, ул.

Александра Логанова,8

E-mail: tyumdetsad15863@mail.ru

Тюмень 2019

«Сведения науки не следует сообщать учащемуся готовыми, но его надо привести к тому, чтобы он сам их находил, сам ими овладевал. Такой метод обучения наилучший, самый трудный, самый редкий...» (А. Дистервег)

**«Тайна счастья заключается в способности выходить из круга своего «Я».
Георг Гегель**

АННОТАЦИЯ

Развивающая психолого-педагогическая программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста «Калейдоскоп исследований»

Развивающая психолого-педагогическая программа направлена на формирование произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет.

Теоретико-методологическая основа программы – это культурно-историческая теория и деятельностный подход Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, исследования произвольности и понятия рефлексии В.В. Давыдова, Ф.Т. Михайлова, В.И. Слободчикова, В.Т. Кудрявцева, Г.А. Цукермани, А.В. Запорожца, Г.А. Урунтаевой, Н.Н. Подьякова, О.М. Дьяченко, Г.Г. Кравцова

Цель программы: формирование произвольной регуляции деятельности и рефлексивных способностей у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Способствовать развитию инициативности, активности личности, исходящей от самого ребёнка как от субъекта деятельности.
2. Способствовать формированию адекватных механизмов эмоциональной регуляции деятельности и процессов межличностного общения.
3. Способствовать расширению поведенческого репертуара, развитию навыков общения и взаимодействия с окружающими.
4. Способствовать развитию познавательной активности, способности к установлению причинно-следственных связей.
5. Способствовать созданию условий для относительной независимости от взрослого в постановке, планировании и организации собственных действий.

Сроки и этапы реализации программы

I этап «Содержательно-процессуальный»: сентябрь 2018г.–май 2019г.

II этап «Аналитико-корректирующий»: май 2019г.

Продолжительность программы

Программа рассчитана на учебный год с сентября по май. Занятия продолжительностью 30 минут 2 раза в неделю.

Занятия по программе дополняются индивидуальной работой с детьми и их родителями, детско-родительскими тренингами. Тренинговой работой с педагогами, направленной на развитие рефлексивных качеств, творческого мышления, гибкого подхода и коррекции эмоционального отношения к детям.

Структура программы

Программа включает 4 Блока:

- 1 блок «Исследование своих возможностей»
- 2 блок «Исследование своих эмоций»
- 3 блок «Исследование своей уникальности»

4 блок «Исследование мира общения»

4 блок 1 раздел «Я и моя семья»

4 блок 2 раздел «Я и мои друзья»

4 блок 3 раздел «Я будущий школьник. Исследование новой социальной роли»

СОДЕРЖАНИЕ

№		Стр.
1	Аннотация	3
2	Содержание	5
3	Паспорт развивающей психолого-педагогической программы	8
4	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	11
5	1. Вид программы, актуальность программы, описание проблемной ситуации, на решение которой она направлена, научная новизна программы	11
6	2. Структура занятия	17
7	3. Длительность занятий. Формы организации занятий	17
8	4. Практическая новизна программы	17
9	5. Принципы работы с детьми, при реализации программы «Калейдоскоп исследований»	19
10	6. Научные, методологические и методические основания программы	19
11	7. Методологические подходы к отбору содержания программы	21
12	8. Методические принципы построения программы	21
13	9. Описание участников программы	22
14	10. Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы	22
15	11. Гарантия прав участников программы	23
16	12. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей).	23
17	13. Основные права	23
18	14. Обязанности специалиста, реализующего программу	24
19	15. Требования к специалистам, реализующим программу	24
20	16. Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы	25
21	17. Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы	25
22	18. Требования к информационной обеспеченности учреждения	25
23	19. Система организации внутреннего контроля	26
24	Тематический план	27
25	I Блок. «Я и мир моих возможностей»	29
26	Занятие № 1.	29
27	Занятие № 2.	31
28	Занятие № 3.	32
29	Занятие № 4.	33

30	Занятие № 5.	34
31	Занятие № 6. «Будь внимательным!»	36
32	Занятие № 7. «Наши органы восприятия»	40
33	Занятие № 8. Продолжение. Как мы познаем мир? Развитие ощущений и восприятий	43
34	Занятие № 9. Праздник волшебников и фантазеров. Знакомство с Фантажёром-Придумкой	46
35	Занятие № 10. «Необычное в обычном»	49
36	Занятие № 11. «Наша память»	52
37	Занятие № 12. «Наши ловкие пальчики»	54
38	Занятие № 13. «Наш удивительный ум»	56
39	II Блок. «Мои эмоции»	59
40	Занятие № 14. «Эмоция радости. Знакомство с Веселинкой»	59
41	Занятие № 15. Какие чувства живут рядом с радостью.	63
42	Занятие № 16. Знакомство с эмоцией удивления	67
43	Занятие № 17. «Когда бывает интересно. Когда бывает скучно»	71
44	Занятие № 18. Грусть, знакомство Грустинкой	73
45	Занятие № 19. Продолжение знакомства с Грустинкой	76
46	Занятие № 20. Презрение	79
47	Занятие № 21. Чувство Брезгливости	81
48	Занятие № 22. Когда ты боишься и что с этим делать?	82
49	Занятие № 23. Когда ты боишься и что с этим делать? (Продолжение.)	85
50	Занятие № 24. Эмоция гнева	87
51	Занятие № 25. Продолжение знакомства с эмоцией гнева	89
52	Занятие № 26. Лепим свой гнев	92
53	Занятие № 27. Знакомство с чувством Вины	94
54	Занятие № 28. Чувство Вины	96
55	Занятие № 29. Закрепление знаний о чувствах	97
56	III Блок «Я и моя уникальность»	99
57	Занятие № 30. Мой человечек	99
58	Занятие № 31. «Все мы разные, все мы прекрасные!»	101
59	Занятие № 32. Все мы разные, все мы прекрасные. Продолжение.	106
60	Занятие № 33. «Я и мое имя»	108
61	Занятие № 34. Мой мир	110
62	Занятие № 35. Мои достоинства	111
63	Занятие № 36. «Наши недостатки»	113
64	Занятие № 37. Развитие образа «Я». Самооценка.	116
65	Занятие № 38. Взросление.	119

66	IV Блок. «Мир общения»	122
67	1 раздел «Я и моя семья»	122
68	Занятие № 39. Внутрисемейные взаимоотношения.	122
69	Занятие № 40. «Семейный очаг»	124
70	Занятие № 41. «Родина начинается с семьи»	128
71	2 Раздел «Я и мои друзья»	130
72	Занятие № 42. Я и мои друзья.	130
73	Занятие № 43. Когда и почему ты ссоришься со своими друзьями или родными?	132
74	Занятие № 44. «Путешествие маленькой снежинки»	135
75	Занятие № 45. «Калейдоскоп»	138
76	Занятие № 46. «Доброта похожа на солнце!»	142
77	Занятие № 47. «Сколько раз можно делать добрые дела?»	145
78	Занятие № 48. «Из чего же сделаны наши мальчишки, наши девчонки»	151
79	3 Раздел «Я будущий школьник»	155
80	Занятие № 49. Будущие первоклассники.	155
81	Занятие № 50. Первый раз в первый класс	158
82	Занятие № 51. Игры дома и в школе	162
83	Занятие № 52. Школьные правила	165
84	СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ	169
85	Список литературы	172
86	Рецензии на программу	176
87	Приложение 1.	182
88	Приложение 2.	202
89	Приложение 3.	214
90	Приложение 4.	227
91	Приложение 5.	245
92	Приложение 6.	267

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ
Развивающая психолого-педагогическая
программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных
способностей детей
старшего дошкольного возраста
«Калейдоскоп исследований»

Вид программы	Развивающая психолого-педагогическая программа.
Участники программы	Дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), родители воспитанников, педагоги ДООУ.
Цели	Цель программы: формирование произвольной регуляции деятельности и рефлексивных способностей у детей старшего дошкольного возраста.
Задачи	Задачи: 1. Способствовать развитию инициативности, активности личности, исходящей от самого ребёнка как от субъекта деятельности. 2. Способствовать формированию адекватных механизмов эмоциональной регуляции деятельности и процессов межличностного общения. 3. Способствовать расширению поведенческого репертуара, развитию навыков общения и взаимодействия с окружающими. 4. Способствовать развитию познавательной активности, способности к установлению причинно-следственных связей. 5. Способствовать созданию условий для относительной независимости от взрослого в постановке, планировании и организации собственных действий.
Структура программы	Программа включает 4 Блока: 1 блок «Исследование своих возможностей» 2 блок «Исследование своих эмоций» 3 блок «Исследование своей уникальности» 4 блок «Исследование мира общения» 4 блок 1 раздел «Я и моя семья» 4 блок 2 раздел «Я и мои друзья» 4 блок 3 раздел «Я будущий школьник»
Ожидаемые результаты	При условии успешной реализации данной программы у ребёнка формируются: - адекватные механизмы произвольной регуляции деятельности, рефлексивные навыки помогающие управлять процессами межличностного общения. Диагностический инструментарий: 1. Методики, направленные на исследование самосознания, рефлексивных способностей ребёнка:

«Изучение наличия представлений о себе» (Панасенко К. Е., Коптева О.Д).

(определение сформированности представлений о себе)

Методика исследования самооценки «Лесенка»
(В.Г. Щур.)

Методика "Изучение уровня самосознания"
(Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

2. Методики, направленные на исследование готовности ребёнка к школе, исследования произвольности психических познавательных процессов ребёнка

Тест Тулуз–Пьерона (исследуются свойства внимания, работоспособность и произвольность, уровень зрительно моторной координации детей;

Тест Бендер (исследование зрительно моторной координации);

Задание 1: исследования кратковременной речевой памяти;

Задание 2: исследование кратковременной зрительной памяти;

Задание: 3 исследование интуитивного речевого анализа – синтеза (исследуется логическое мышление);

Задание: 4 исследование умения находить речевые аналогии;

Задание 5: исследование произвольного владения речью

Задание 6: Исправление семантически неверных фраз

Задание 7. Интуитивный визуальный анализ - синтез

Задание 8. Визуальные аналогии

Задание 9. Абстрактное мышление

3. Методики, направленные на исследование произвольного поведения.

Методика «Графический диктант»

(Оценка умения соблюдать правила)

Методика "Лабиринт"

(Оценка умения соблюдать правила)

Методика "Домик"

Наблюдение за поведением детей Е.О. Смирновой.

(Оценка умения действовать по образцу)

Методика "Да и нет"

(Оценка умения ребёнка действовать по правилу)

Методика "Палочки и крестики"

(Определение уровня саморегуляции и самоконтроля)

Критерии оценки достижения планируемых результатов

В качестве критериев оценки достижения планируемых результатов выступают следующие показатели:

качественные:

- целеполагание — как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено ребёнком, и того, что еще неизвестно;
- планирование — определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения; его временных характеристик;

- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- коррекция — внесение необходимых дополнений и корректив в план, и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- оценка — выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

количественные:

- увеличение поведенческих паттернов для разрешения спорных ситуаций.
- вариативность решения творческих, интеллектуальных, коммуникативных задач.
- увеличение активного, словаря, развитие описательной, монологической стороны речи;

Сроки и этапы реализации программы	I этап «Содержательно-процессуальный»: сентябрь 2018г.–май 2019г. II этап «Аналитико-корректирующий»: май–июнь 2019г.
Продолжительность программы	Программа рассчитана на учебный год с сентября по май при соблюдении режима занятий: по 30минут 2 раза в неделю.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Вид программы, актуальность программы, описание проблемной ситуации, на решение которой она направлена, научная новизна программы

В настоящее время психологами и логопедами общеобразовательных школ, дошкольных учреждений и консультативных психолого-педагогических центров отмечается значительный рост числа обращений по поводу тех или иных видов школьной дезадаптации детей младшего школьного возраста, неготовность детей старшего дошкольного возраста к началу школьного обучения. Причём, как правило, общая оценка интеллектуального развития таких детей может и не выходить за пределы средне-нормативных показателей. В то же время эти дети при более детальном изучении обнаруживают специфику как речевого, так и когнитивного развития, а также несформированность предпосылок овладения программным материалом, в частности, **произвольной регуляции деятельности**.

Таким образом, в настоящее время основной проблемой у детей дошкольного и младшего школьного возраста является недостаточная сформированность отдельных психических функций, изменяющая ход нормального развития. По ряду причин экологического, морфофизиологического и социального характера, включая патологические особенности протекания беременности и раннего постнатального развития ребёнка, страдает раннее моторное развитие ребёнка, формирование базисных иерархических механизмов анализа пространства и пространственно-временных отношений, а также функций программирования и **контроля регуляции деятельности**. В связи с этим все больше расходятся во времени и пространстве развития возрастные показатели уровня актуального развития и имеющиеся в настоящее время социально-психологические требования к ребёнку. [23, с.67] У детей преобладают: импульсивные реакции, характерна двигательная расторможенность, слабая оценка своих действий, эмоций, мотивов, знаний, учебной деятельности. Волевая сфера тоже оказывается недостаточно развитой, дети быстро теряют интерес, внимание, устают даже в начале занятия. [2, с.3], [39, с. 3]

Умение управлять собой является одним из центральных показателей готовности к школьному обучению и условием успешного вхождения ребёнка в новую для него образовательную ситуацию (Л.И. Божович, Н.Г. Салмина, Е.Е. Кравцова). Кроме того, произвольность выступает важнейшей характеристикой личности и её развития.

Произвольность – способность человека подчинять свое поведение сознательно поставленной цели. Произвольность является базовой составляющей психического развития и представляет собой сложную многоуровневую систему.

А.Н. Леонтьев считал, что управление своим поведением составляет один из главных компонентов готовности к школе.

По мнению Л.С. Выготского, к 6—7 годам у ребенка формируется способность регулировать собственное поведение через осознанное отношение к себе и своим возможностям, взаимоотношения с другими людьми. **Осознанность составляет основу произвольности психических процессов и поведения ребенка, становится основным предметом его осознания.** Осуществление действия постоянно находится под его самоконтролем. В этом же возрасте появляется способность планировать действия и выполнять их во внутреннем плане, что приводит к формированию умения рассматривать и оценивать свои мысли как бы со стороны. Это умение лежит в основе рефлексии, благодаря которой ребенок анализирует свои суждения с точки зрения их соответствия смыслу и условиям деятельности. Детская общность обладает способностью к внешней определяющей рефлексии, позволяющей группе ровесников определить свое место в возрастной иерархии: отличить свой образ жизни от образа жизни ближайших старших (взрослых) и младших. [17, с. 5]

Д.Б. Эльконин, называя предпосылки учебной деятельности (умение сознательно подчинять свои действия правилу, обобщённо определяющему способ действия; умение ориентироваться на заданную систему требований; умение внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания, выполнять задания по зрительно воспринимаемому образцу), фактически выделяет параметры произвольности, формирующиеся к 7 годам, являющиеся условием успешного обучения в школе и освоения ребёнком структуры учебной деятельности.

Этапы формирования произвольного поведения у детей старшего дошкольного возраста

Первый этап начинается уже в первые месяцы жизни ребенка. Ребенок этого возраста произвольно направляет свои движения к предметам.

На следующем этапе (когда уже начинает развиваться речь) ребенок уже проявляет речевое регулирование.

В отношении освоения бытовых правил В. А. Горбачева пришла к следующим выводам: «Ребенок младшей группы (3—4 года) неосознанно пользуется заявлениями для установления собственного поведения. Так же неосознанно он соотносит со своим и поведение (по правилам) товарища. Собственная линия поведения по правилам выделяется только в действии. В сознании откладывается лишь поведение (по правилам) товарища. Дети средней группы выделяют уже и собственное поведение по правилам. Сознательно соотносят они и свое поведение к поведению товарищей. Согласно З. В. Мануйленко, уже в 4—5 лет у детей отмечается произвольное управление собой. Оно опирается на те психологические условия, которые заключаются в содержании поведения ребенка в целом. Ребенок длительно удерживает позу «часового», потому что он принимает на себя соответствующую роль, потому что таково содержание его поведения в целом. Можно сказать, что его управление собой опосредовано здесь отношением к принимаемому на себя поведению, к содержанию его, выраженному в роли кого-то, в чьей-то функции, в сущности, всегда социальной. И, наконец, поведение ребенка регулируется им вполне осознанно. Именно с развитием произвольности поведения связывается уровень обучаемости, который приобретает ребёнок к 7 годам (У.В. Ульенкова) [32, с.97]

Существует несколько подходов к выделению уровней произвольности. Так, Н.А. Семаго и М.М. Семаго структуру данной способности представляют в следующем виде:

- 1) произвольность двигательной активности – возможность выполнения тех или иных сенсомоторных актов в соответствии с воздействием внешней среды, ее объектов;
- 2) произвольность высших психических функций;
- 3) произвольность эмоциональной регуляции. [39, с.6]

Л.А. Метиева, У.В. Ульенкова выделяют следующие уровни произвольности:

- 1) произвольность психических процессов - психических явлений, которые обеспечивают первичное отражение окружающего мира;
- 2) произвольность действий и деятельности - активности человека, вызванной его потребностями и регулирующийся осознанной целью;
- 3) саморегуляция – высший уровень произвольности.

Произвольная сфера при поступлении в школу, как подчёркивает Н.В. Гуткина, должна быть развита настолько, чтобы ребёнок мог действовать в соответствии с принятым намерением, кроме того, необходима произвольная организация познавательной деятельности.

Трудность заключается в том, что, с одной стороны, произвольное поведение считается новообразованием младшего школьного возраста, развивающимся внутри ведущей, учебной, деятельности, а с другой стороны, слабое развитие произвольной деятельности мешает началу обучения в школе. [2, с.3]

В структуру произвольности поведения входит рефлексия, как её итог, оценка, и как направляющая сила, помогающая, упорядочению всей деятельности ребёнка. В жизнедеятельности ребёнка рефлексия всегда представляет собой единство самопознания, эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегулирования деятельности и поведения.

По мнению В.И. Слободчикова рефлексия, имеет исключительно социальный характер.

Н.И. Гуткина, И.Н. Семенов, А.Б. Холмогоров рассматривают рефлексию как деятельность самосознания, как процесс получения знаний о самом себе, связанный с «осмыслением возникающих затруднений, конфликтов и попыток их преодоления» в проблемной ситуации. Такая рефлексия получила название «личностная», являющаяся механизмом самосознания.

В своих работах они определяли рефлексию как целостное образование, которое начинает складываться в младшем школьном возрасте. А в самом общем виде проблема рефлексии в человеческой жизни есть проблема определения своего способа жизни. Способность к такому самопознанию есть не только у младшего школьника или взрослого человека, она изначально присутствует с момента рождения ребенка. Первоначально ребенок развивается, постигая свое тело как собственный первый, вечный мир.

Анализ рефлексии с точки зрения онтогенетического развития состоит в признании положения о непрерывности изменения самосознания на протяжении всей жизни человека. Формирование рефлексии в онтогенезе проходит определенные стадии, связанные с возрастными этапами психического и физического развития человека. Каждая стадия в развитии рефлексии имеет специфический уровень и свойственное для данного уровня своеобразие возможностей познания себя, способности к самооценке и саморегуляции деятельности и поведения. Онтогенетические уровни рефлексии обуславливаются, прежде всего, развитием на данной возрастной стадии других психических функций — памяти, мышления, речи, произвольных действий, чувств и т.д., поскольку все акты самосознания формируются и осуществляются только на основе этих процессов и только через них. Иными словами, онтогенетические уровни рефлексии детерминированы степенью развития сознания и психики в целом. [36, с.10]

Обобщенные результаты познания себя и эмоционально-ценностного отношения к себе закрепляются в соответствующую самооценку, которая включается в систему регуляции поведения в форме саморегулирования, произвольности.

Формирование рефлексии в онтогенезе проходит ряд последовательно усложняющихся стадий, связанных с возрастными этапами психического развития человека. Условно в развитии рефлексии можно выделить следующие основные онтогенетические стадии (основанием для предполагаемого деления могут служить так называемые «кризисные точки» в развитии личности): от рождения до 1 года; от 1 года до 3 лет; от 3 до 7 лет; от 7 до 12 лет; от 12 до 14 лет; от 14 до 18 лет. В зависимости от индивидуальных особенностей психического развития эти возрастные этапы могут сдвигаться [20, с.219].

Обобщенные результаты познания себя и эмоционально-ценностного отношения к себе закрепляются в соответствующую самооценку, которая включается в систему регуляции поведения в форме саморегулирования. Управление своим поведением становится предметом сознания самих детей, а это означает новую ступень развития сознания ребенка, ступень формирования его самосознания, предмет которого — место его самого в системе отношений с другими людьми и собственные возможности. Формирование личного сознания неразрывно связано со становлением произвольного управления

собственным поведением. Согласно культурно-исторической концепции Л.С. Выготского все психические процессы неразрывно связаны между собой, поэтому дисгармония в одной сфере влечёт за собой нарушенное развитие в другой. Уровень развития произвольности поведения и рефлексивных качеств напрямую зависит от степени зрелости нервной системы ребёнка, сформированности высших познавательных функций, а также осознания их возможностей ребёнком и умения ими управлять. На этом основании строится работа с **I Блоком программы «Исследование своих возможностей»**

Данная развивающая программа базируется на принципе единства всех психических процессов, целостности и взаимосвязанности всех сфер жизни, развития и социального окружения ребёнка (семья, педагоги учреждения).

Все **IV блока** связаны между собой и одно исследование переходит в другое. Степень зрелости высших психических функций и осознанность мыслительной деятельности, рефлексивные навыки, помогают эмоциональной регуляции, регуляции деятельности. Понимание своих отличительных особенностей, развитие самопознания, способствуют тому, чтобы ребёнок мог наиболее полно и эффективно включиться в деятельность. Все качества ребёнка развиваются через общение, с взрослыми и детьми. В процессе социализации, общаясь с другими детьми, ребёнок учиться управлять своим поведением, следовать нормам и правилам группы, а также анализировать, сопоставлять своё поведение, поведению других. И чем более успешно ребёнок справляется с этой задачей, тем лучше складываются его взаимоотношения с окружающими.

I Блок

«Исследование своих возможности»

Структуру личности любой психологической школы невозможно рассматривать без её возможностей, способностей. Ребёнку для формирования гармоничных отношений с собой и окружающими, здоровой самооценки, и регуляции своей деятельности важно понимать и уметь управлять тем потенциалом, которым его наградила природа – его возможностями. Когнитивная теория личности (**Дж. Келли, Л. Фестингер**) подчеркивает влияние интеллектуальных процессов на поведение человека. Благодаря своим особенностям познавательных процессов, человек не только познает мир, но и, согласно Дж. Келли, устанавливает межличностные отношения.

Данный блок направлен на решение следующих задач:

- развитие положительных представлений о себе
- развитие познавательной активности детей;
- развитие представлений ребёнка о себе, структуре своих познавательных способностей (памяти, внимания, мышления, восприятия)
- развитие представлений ребёнка о способах решения мыслительных задач, которыми он обладает;
- развитие произвольности всех психических познавательных процессов
- развитие рефлексии своей мыслительной деятельности, вариативности, нестандартности, гибкости мышления ребёнка.

II Блок «Исследование своих эмоций»

В этом блоке дети последовательно исследуют каждую из 10 базовых эмоций (согласно классификации Изард К. Положительные: интерес, удовольствие; нейтральные: удивление; отрицательные: отвращение, гнев, презрение, горе, стыд, вина, страх).

Этапы работы по II Блоку соответствуют принципам работы, с эмоциями, предложенным

О.В. Хухлаевой:

- Знакомство с некоторыми базовыми эмоциями.

- Обучение распознаванию и проявлению чувств.
- Обучение пониманию относительности в оценке чувства.
- Обучение детей умению владеть своими чувствами.

III Блок «Исследование своей уникальности»

В данном блоке дети исследуют своё имя, индивидуальность, внешние отличия, характер, увлечения. Занятия этого Блока направлены на формирование позитивной Концепции. Согласно Р. Бернсу: Я-концепция как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженную с их оценкой»

Структура «я – концепции» (Р. Бернс)

Составляющие «Я –
концепции»

когнитивная	Когнитивная составляющая, или <u>образ</u> я, включает представления индивида о самом себе
оценочная	Оценочная составляющая, или <u>самооценка</u> , включает аффективную оценку этого представления о себе.
поведенческая	Поведенческая составляющая включает в себя потенциальные поведенческие реакции либо конкретные действия, которые могут быть вызваны знаниями о себе и отношением к себе.

IV Блок «Исследование мира общения»

Формирование эмоциональной регуляции и рефлексии деятельности самим ребёнком.

Данный блок представляет систему постепенно усложняющихся игр с удержанием правил и возможностью контроля не только за собственной частью игры, но и за выполнением правил игры партнёрами. Такие игры и упражнения способствуют формированию и совершенствованию рефлексивных, коммуникативных навыков.

1 раздел IV Блока «Я и моя семья». В этом разделе ребёнок исследует свои семейные традиции, правила. Нравственные, культурные ценности семьи. Исследование семейного древа, актуализирует опыт преемственности поколений.

Концепция дошкольного образования положила начало реформе дошкольного образования. В ней говорится о том, что семья и ДОО имеют свои особые функции и не могут заменить друг друга. В Законе РФ «Об образовании» определяется, что родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в детском возрасте. Таким образом, признание государством приоритета семейного воспитания, требует иных взаимоотношений и образовательного учреждения, а именно сотрудничества, взаимодействия и доверительности. [9, с.117]

Гармоничный психологический климат в семье, эмоционально устойчивые отношения ребёнка с родителями, - залог, того, что у ребёнка будет формироваться здоровое отношение к себе и базисное доверие к миру. Это служит плацдармом для благополучного становления всех сфер его личности и успешной социализации в школе.

Для успешной работы над формированием произвольности поведения и рефлексивных навыков ребёнка необходимо сотрудничество, взаимодействие с родителями, система требований к ребёнку, которая не будет идти вразрез с требованиями родителей.

В каждом блоке программы есть домашние задания (предлагаемые темы для обсуждения дома с родителями), выполнение которых, настраивают на отношения сотрудничества детей и родителей, способствуют укреплению эмоциональных связей. Такая форма сотрудничества с родителями помогает поднимать, возможно, не обсуждаемые ранее, темы чувств и переживаний самих родителей, а также их опыт преодоления негативных состояний. Совместные обсуждения переживаний, впечатлений, нового опыта на занятии с родителями дома, создают ситуацию большей включенности, и осознанного отношения родителей к воспитательному процессу. После каждой пройденной новой темы, занятие начинается с обсуждения домашнего задания, обмена опытом, открытиями, и теми сходствами, точками соприкосновения, которые дети обнаружили в ходе ответов на вопросы домашнего задания.

В приложении приводятся конспекты детско-родительских тренингов, родительских семинаров и консультаций, направленных на гармонизацию детско-родительских отношений, развития осознанности и рефлексивных качеств родителей.

Для достижения этой цели на семинарах, мастер-классах, консультациях и тренингах были также использованы следующие техники, приёмы, методы:

- Кубик Бенджамина Блума
- Фиш-боун диаграмма Ишикавы, метод причинно-следственного структурного анализа информации
- Сказкотерапия, песочная терапия, игротерапия, куклотерапия
- Мотивационная таблица поведения
- Авторская колода метафорических ассоциативных карт «Волшебные превращения». Колоды других авторов «дедушкины сказки», «спектрокарты»
- Авторское пособие «интеллектуальный конструктор»
- Авторская модифицированная методика «Колесо эмоций»
- Авторская модифицированная методика Тропа эмоций».

Данные авторские пособия были также представлены на всероссийском конкурсе педагогов-психологов.

2 раздел IV Блока “Я и мои друзья” посвящён взаимоотношению ребёнка с окружающими. Имея более чёткие представления о себе, своих чувствах, позитивное самовосприятие, ребёнку проще построить гармоничные отношения с окружающими. В этом разделе решаются следующие задачи:

- Сплочение детей, развитие навыков сотрудничества, умение работать в команде, учитывать интересы других детей.
- Расширение поведенческого репертуара, обучение коммуникативной гибкости.
- Умение распознавать чувства и эмоции других (как взрослых, членов своей семьи, так и других детей).
- Обучение конструктивному разрешению конфликтов.

3 раздел IV Блока «Я будущий школьник. Исследование новой социальной роли»

Возраст 7 лет характеризуется появлением такого новообразования как внутренняя позиция школьника (Л. И. Божович). У ребёнка появляется новое отношение к социальной среде. Фактического изменения социальной позиции ребенка (переход от дошкольного к школьному обучению) недостаточно для изменения направленности и содержания его развития. Для этого необходимо, чтобы эта новая позиция была принята и осмыслена

самим ребенком и отражена в обретении новых смыслов, связанных с учебной деятельностью и новой системой школьных отношений. Только благодаря этому становится возможной реализация нового потенциала развития субъекта.

Данный раздел программы направлен на решение следующих задач:

- формирование положительного отношения к школе, познавательного мотива в обучении
- развитие коммуникативных способностей, навыков сотрудничества и взаимодействия
- освоение эталонов, норм и правил, характерных для школьников
- развитие всех высших психических функций речи, рефлексивных способностей.

2. Структура занятия

Каждое занятие состоит из трех частей: приветствие, разминка, основная часть и заключительная часть.

В разминку входит приветствие, игры на создание настроения на работу, включённости детей. (5 минут)

Основная часть определяется содержанием темы. В основную часть могут входить беседы, темы предлагаемые для обсуждения дома с родителями (домашние детско-родительские беседы) дискуссии, сказки, притчи, истории, упражнения, игры, направленные на усвоение, проживания материала. (15-20 минут)

Заключительная часть – релаксационные упражнения, игры, направленные на снятие эмоционального возбуждения, подведение итогов занятия, рефлексия ребёнком материала занятия, собственной деятельности, проявленных качеств, знаний, своего настроения. (5 минут)

3. Длительность занятий. Формы организации занятий

Программа «Калейдоскоп исследований» рассчитана на один год, содержит 52 занятия, в структуру занятий входят 5 вводных упражнений направленных на сплочение детей, сотрудничество, взаимопонимание.

Занятия проводятся 2 раза в неделю в течение всего года.

Продолжительность занятий 30 минут, для детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет.

Для эффективной работы и поддержки детей используется групповая и индивидуальная форма работы.

4. Практическая значимость программы

В программе приводятся описание авторских пособий «Колесо эмоций», «тропа эмоций» и метафорических ассоциативных карт «Волшебные превращения», к этим пособиям разработаны различные упражнения, техники, помогающие развитию рефлексивных качеств дошкольников, самопознания, внимания, памяти, мыслительных способностей.

Также в программе присутствуют авторские терапевтические сказки и истории, упражнения, техники, направленные на повышение осознанности и произвольности поведения.

Программа «калейдоскоп исследований» представляет собой объёмное совместное с ребёнком исследование различных сфер его развития и жизнедеятельности:

познавательной, эмоциональной, социальной, коммуникативной. Присоединиться к этому увлекательному исследованию автор приглашает родителей и педагогов. Так, как только общие, целенаправленные усилия и единое понимание цели, дают желаемый результат – гармоничное развитие личности ребёнка, сформированность его произвольной деятельности.

Все разделы программы логически связаны между собой, исследование мира собственных эмоций и чувств переходит в исследование своего я, своей уникальности, осознанию своих как внешних, так и внутренних особенностей. Когда у ребёнка позитивные представления о себе, самооценку, ребёнок готов к построению гармоничных отношений с окружающими. После исследования своего мира, ребёнок исследует мир традиций, правил своей семьи. Параллельно с этим проводится работа с родителями на индивидуальных и групповых встречах направленных на гармонизацию детско-родительских отношений, укреплению эмоциональных связей, выстраиванию здоровых границ и правил общения, воспитания внутри семьи. Когда ребёнок лучше понимает мир своих переживаний, узнаёт способы совладения с различными чувствами и ситуациями, которые их вызвали, ему проще построить дружеские отношения со сверстниками, научиться принимать и уважать их чувства, мнение, договариваться, разрешать конфликты. Параллельно с работой над развитием осознанности, произвольности поведения, развитию рефлексивных качеств у детей, родителей проводится работа и с педагогами. Ведь если мы хотим увидеть большей осознанности от детей, проявления творческого мышления, гибкости, то эти качества должны быть готовы демонстрировать педагоги. Развивающая, подпитывающая и поддерживающая среда вокруг ребёнка должна быть комплексной, и всесторонне охватывать всё окружение ребёнка.

Таким образом, программа «калейдоскоп исследований» помогает интегрировать свои знания ребёнку, выстраивать структуру его упорядоченной психологической и социальной действительности, а также помогает всем участникам образовательного пространства дошкольного учреждения (дети, родители, педагоги) объединять свои усилия в развитии личности дошкольника.

Список средств обучения

- Магнитофон, музыкальное сопровождение
- Атрибуты для проведения игр и игровых упражнений
- Мультимедийная установка

В занятиях используются следующие методические средства:

- Релаксационные методы - использование упражнений, основанных на методе активной нервно-мышечной релаксации.
- Использование эмоционально-символических методов - групповое обсуждение различных чувств: радости, гнева, направленное рисование, т.е. рисование на определенные темы.
- Коммуникативные упражнения, при которых происходит тренировка способностей невербального воздействия детей друг на друга.
- Игры, направленные на развитие воображения: вербальные игры, невербальные игры, “мысленные картинки”.
- Работа с метафорой (используется колода метафорических ассоциативных карт «дедушкины сказки», авторская колода метафорических ассоциативных карт «Волшебные превращения»)
- Дидактические игры и карточки (Гипенрейтер Ю.Б. «наши чувства» и другие дидактические игры о семье, поступках и эмоциях).
- Методика Громовой Т.В. «страна эмоций»

- Авторские пособия «Колесо эмоций», «тропа эмоций» и «интеллектуальный тренажёр»
- Использование детского варианта аффирмаций
- Использование различных арт-терапевтических техник и приёмов
- Использование песочной терапии
- Использование сказкотерапии и мульттерапии
- Использование нейропсихологических и кинезиологических упражнений
- Использование приёмов ТРИЗ технологии.
- Ролевые игры
- Рефлексивные методы: открытые вопросы. Вопросы, помогающие актуализировать собственный опыт, наблюдения ребёнка, вопросы, побуждающие к самоисследованию и активной мыслительной деятельности.

«Метод «Лестница успеха» (Детям предлагается разместить свой маркер (фотографию) на лестнице успеха, в зависимости от того, как он оценивает свои знания), метод «незаконченное предложение», «рефлексивные круги», «мотивационные таблицы», «таблицы самооценки».

5. Принципы работы с детьми, при реализации программы «Калейдоскоп исследований»

1. Не навязывайте себя никому, в том числе и детям, с которыми вы хотите заниматься. Если по каким-то причинам детям не понравилось занятие, значит, отложите его до лучших времен, и попробуйте понять, что вы сделали не так.
2. Остановитесь – если не знаете, как воздействовать. В процессе занятий с детьми могут возникнуть трудности, устранить которые сразу не получается. Пройгнорируйте это событие, продолжайте вести занятие так, как будто ничего не произошло.
3. Исключите неприязнь к детям и свои отрицательные эмоции на момент ваших занятий с ними.
4. Соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с детьми. Помните, что вы взрослый, потому что ведете занятие, во всем остальном вы такой же участник, как дети. Вы так же ползаете с ними по полу, показываете различные эмоции, рисуете. Вы – образец того свободного творческого поведения, которому невольно подражают и к которому тянутся дети.
5. Не фиксируйте внимание на неудачах, не делайте замечаний, даже если вы искренне желаете в этот момент что-то исправить, кому-то помочь, кого-то больше подбодрить. Избыток вашего внимания или отрицательная оценка способны нарушить эмоциональное благополучие ребенка, а значит – навредить ему.
6. Давайте качественные оценки, если не можете удержаться от них. На занятиях не бывает правильных и неправильных действий, здесь у всех все получается, все проявляют себя, как могут и как хотят, не боясь заслужить порицание, осуждение.
7. Не сравнивайте детей с кем-либо в невыгодном свете, не ставьте никого в пример. Помните, что здесь главное - не результативные достижения, а внутренняя свобода, эмоциональное благополучие.
8. Используйте разные формы несловесной поддержки ребенку – улыбку, поглаживание по голове, обнимание за плечи и т.д.

6. Научные, методологические и методические основания программы

1. Концепция культурно исторической теории Л.С. Выготского.

Все психические процессы в онтогенезе последовательны, закономерны и неразрывно друг с другом связаны.

2. Деятельностный подход к анализу психики ребенка (А. И. Леонтьев, П. Я. Гальперин, Д. Б. Эльконин).

Принцип единства деятельности и сознания. В самом понятии деятельности уже имплицитно содержится понятие ее предмета. Выражение «беспредметная деятельность», по А.Н. Леонтьеву, лишено всякого смысла. Предмет деятельности и есть ее действительный мотив. Деятельности без мотива не бывает. «Немотивированная» деятельность — это деятельность, не лишенная мотива, а деятельность с субъективно и объективно скрытым мотивом. Деятельностный подход в образовании – это совсем не совокупность образовательных технологий или методических приемов. Это своего рода философия образования, методологический базис. На первом месте стоит не накопление детьми ЗУН в узкой предметной области, а становление личности.

3. Исследования Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, А.Р. Лурии по проблеме становления и развития произвольности поведения, воли, рефлексии.

Развитие произвольности связано с сознанием. Самосознание, речь, первично в формировании произвольного поведения.

4. Подход гештальт-терапии в отношении детской психотерапии и коррекции, предложенные В. Окландер

Дети, хотя и зависят от взрослых, тем не менее, ребёнок всегда обладает и некоторым ресурсом автономии и самостоятельности. Задача взрослого поддержать и создать условия для раскрытия этого ресурса в полной мере.

5. Психологические исследования Д. Б. Эльконина, М. И. Лисиной, Л. И. Божович, клиническая практика В. Е. Кагана, А. И. Захарова и О. С. Никольской.

Данные исследовали, учёные утверждали представление о ребенке как о личности, формирующейся и развивающейся в отношениях с окружающими взрослыми и сверстниками.

6. Модель 10 базовых, фундаментальных эмоций К. Изард.

Интерес (как эмоция) – положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение.

Радость – положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика или во всяком случае неопределенна.

Удивление – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес.

Страдание – отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным, чаще всего протекает в форме эмоционального стресса.

Гнев – эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

Отвращение – отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и др.), соприкосновение с которыми (физиологическое взаимодействие, коммуникация в общении и пр.) вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. Отвращение, если оно сочетается с гневом, может в межличностных отношениях мотивировать агрессивное поведение, где нападение мотивируется гневом, а отвращение – желанием избавиться от кого-либо или чего-либо.

Презрение – отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства. Последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие принятым нравственным нормам и эстетическим критериям.

Страх – отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от эмоции страдания, вызываемой прямым блокированием важнейших потребностей, человек, переживая эмоцию страха, располагает лишь вероятностным прогнозом возможного неблагополучия и действует на основе этого (часто недостаточно достоверного или преувеличенного прогноза).

Стыд – отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Смущение.

Эмоция – это нечто, что переживается как чувство (feeling), которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия.

Эмоция – одна из фундаментальных характеристик человека. Лишенный эмоциональных переживаний, человек не мог бы называться человеком.

7.Ориентация на гуманно-личностную технологию Ш.А. Амонашвили позволила использовать при составлении программы коррекции и развития произвольности детей такие методические приёмы как: резервы семейной педагогики (родительские субботы, семинары, консультации, детско-родительские тренинги); оценивание деятельности детей – качественная оценка выполненной деятельности (характеристика результатов, обучение самоанализу, самооценка).

7.Методологические подходы к отбору содержания программы

- компетентностный подход позволяет выдвинуть на первое место не информированность, а умение решать проблемы. В соответствии с данным подходом в содержание программы включено освоение детьми опыта преодоления проблемных ситуаций, расширение поведенческого репертуара;
- в русле деятельностного подхода формирование произвольности поведения и рефлексивных качеств рассматривается через призму организации деятельности;
- аксиологический подход к категории «ценность» формирует отношение к общечеловеческим ценностям, определяет выбор социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора.

8.Методические принципы построения программы

- принцип «нормативности» учитывает ведущую деятельность детей старшего дошкольного возраста —игровую, а также познавательную. (Эльконин Д.В., Драгунова Т.В.) и уровень сформированности психологических новообразований — соподчинение мотивов, психологическую готовность к школьному обучению, развитие рефлексивных навыков;
- принцип «коррекции сверху вниз» предполагает развитие качественно новых психологических способностей детей старшего дошкольного возраста—формирование произвольности, рефлексивных качеств сложной системы самооценок, «образа Я»;
- принцип системности коррекционных, профилактических, общеразвивающих заданий предполагает исправление отклонений в общении, нарушений развития (неадекватная самооценка, внешний локус контроля, тревожность), предупреждению возможных трудностей развития, стимулированию самопознания, формирование позитивного «образа Я»;
- принцип единства диагностики, и развития раскрывается в использовании проективных методик, а также мониторинг психоэмоционального состояния на протяжении всего времени реализации программы;
- принцип уважения к личности ребенка, общаться с ребёнком искренне и честно, быть открытым; воспринимать как личность, способную справиться со своими трудностями; не опекать, избегать торопить ребенка, но и ничего не делать вместо него.

9. Описание участников программы

Программа адресована для работы с детьми дошкольного возраста 6-7 лет.

В данном возрасте появляется «внутренний план действий», который позволяет ребенку оперировать различными представлениями в уме, а не только в наглядном варианте.

Важным в самосознании ребенка, его восприятии образа «Я», становится способность к рефлексии, то есть способность анализировать, отдавать себе отчет в собственных действиях, целях и полученных результатах, а также осознавать свои переживания, чувства. Именно это новообразование в сознании ребенка становится основой для морального развития ребенка. Этот период жизни ребёнка считается благоприятным для формирования навыков саморегуляции поведения, деятельности, развития волевых качеств.

10. Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы

Участие в групповых занятиях программы нежелательно, если у ребёнка проявляются сильные вспышки немотивированной агрессии, ярко выраженное нарушение поведения. В данных случаях необходима предварительная индивидуальная работа с ребёнком и консультативная помощь родителям.

11. Гарантия прав участников программы

письменное согласие родителей или законных представителей воспитанника

добровольность участия в программе;

соблюдение этических принципов в работе педагога-психолога, принятых 14.02.2012 на Усъезде Российского психологического общества:

- принцип уважения (уважение достоинства, прав и свобод; конфиденциальность; осведомленность и добровольное согласие; самоопределение клиента);
- принцип компетентности (знание профессиональной этики; ограничения профессиональной компетентности; ограничения применяемых средств; невозможность профессиональной деятельности в определенных условиях);
- принцип ответственности (не нанесение вреда; решение этических дилемм);
- принцип честности (осознание границ личных и профессиональных возможностей; прямота и открытость; избегание конфликта интересов).

12. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей).

Сфера ответственности специалиста, реализующего программу:

организация субъект-субъектного взаимодействия с воспитанником и его родителями (законными представителями) без нанесения вреда их здоровью и социальному положению;

не разглашение информации (намеренное или случайное), полученной в ходе работы с подростком, вне согласованных условий;

регламентированный порядок обращения с информацией, полученной в ходе реализации программы, и порядок ее хранения;

использование методик и техник, которые адекватны целям программы, возрасту, полу, образованию, психоэмоциональному состоянию воспитанника, а также методики для работы с родителями и детьми.

Родителей воспитанника (законных представителей):

обеспечивают выполнение рекомендаций педагога-психолога в домашних условиях;

уважают честь и достоинство своего ребенка и работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

13. Основные права

Основные права специалиста, реализующего программу:

повышать профессиональную компетентность по вопросам оказания психологической помощи воспитанникам;

вносить изменения в содержание программы с учетом индивидуальных особенностей детей.

Ребёнка – участника программы:

- на уважительное отношение к себе; отказ от выполнения того или иного упражнения программы;
- на работу с педагогом-психологом без присутствия третьих лиц;
- на организацию занятий без проведения видео- или аудиозаписи;
- на запрет публичного распространения сведений о своем участии в программе и сохранение полной конфиденциальности информации любому третьему лицу;
- на сохранение максимальной автономии и самоопределения, включая общее право вступать в профессиональные отношения с психологом и прекращать их.

Родителей воспитанника (законных представителей):

- на получение психологической консультации по проблемам их детей, связанных с компетенцией педагога-психолога;
- на защиту законных прав и интересов ребенка.

14. Обязанности специалиста, реализующего программу

- За профессиональное применение психолого-педагогических приемов, техник, используемых на занятиях;
- за охрану жизни и здоровья воспитанника в период образовательного процесса.

Родителей воспитанника (законных представителей):

- за выполнение организационных моментов (соблюдение режима посещения занятий ребенком) и домашних заданий;
- информировать педагога-психолога об изменениях психического/психологического состояния ребёнка.

15. Требования к специалистам, реализующим программу

Специалист, реализующий программу, должен:

- уметь выбирать оптимальные методики для работы с детьми с учетом их индивидуальных особенностей, психоэмоционального состояния, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья;
- уметь использовать современные технологии психологической помощи;
- иметь четкое представление об особенностях психического развития детей дошкольного возраста и коррекционно-развивающей работы с ними;
- уметь анализировать психолого-педагогические методы и техники для их использования в решении программных задач.
- обладать выраженной эмпатией для понимания чувств и мыслей детей дошкольного возраста
- иметь профессиональную позицию по отражению сильных чувств и эмоций для избежание внутреннего разрушения и деструктивности;
- уметь сочетать невербальную и вербальную коммуникацию, направленную на побуждение к выражению детей, педагогов и их родителей своих мыслей, чувств, состояний.

16. Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы

- Материалы для выполнения арт-терапевтических упражнений (бумага различной фактуры, краски (акварельные, гуашь), старые газеты и журналы для изготовления коллажей, клей, ножницы и др.);

- Набор цветowych карточек для выполнения теста Люшера;

- Набор DVD-дисков с записями мультфильмов и художественных фильмов для домашнего просмотра и их обсуждения на занятиях:

м/ф «Поросёнок Чуня», «Просто так», «Одуванчик толстые щёки», «Девочка и ёжик», «Лунтик. Командир», «Птичка Тари».

Х/ф «Форест Гамп», 1994 г. режиссер Роберт Земекис;

Х/ф «Целитель Адамс», 1998 г. режиссер Том Шедьяк;

Х/ф «КостяНика. Время лета», 2006 г. режиссер Дмитрий Федоров;

Х/ф «1+1. Неприкасаемые», 2001 г. режиссер Оливье Маршаль;

Х/ф «День сурка», 1993 г. режиссер Харольд Рэмис;

Х/ф «Большой», 2017 г. режиссер Валерий Тодоровский.

17. Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы

Необходимо небольшое эстетично оформленное помещение с соблюдением санитарно-гигиенических условия процесса обучения (температурный, световой режим и т.д.).

Оснащение кабинета:

2 кресла;

письменный стол с компьютером (ноутбуком);

сертифицированный программно-индикаторный комплекс «Волна».

В случае обучения навыкам саморегуляции с использованием визуализации, эту часть занятия целесообразно проводить в условиях сенсорной комнаты.

Необходимое оборудование затемненного помещения сенсорной комнаты: жалюзи (шторы), сенсорное кресло с гранулами (или кресло), потолочный комплект «Звездной небо» (или фиброоптическое панно «Светящиеся нити», панно «Звездный дождь»); музыкальный центр (или ноутбук), CD-диск для релаксации.

Наборы дидактических игр, карточек, направленных на развитие эмоционально-волевой, нравственной сферы дошкольников.

18. Требования к информационной обеспеченности учреждения

доступ педагога-психолога к информационным системам, информационно-телекоммуникационным сетям;

наличие электронной библиотеки методических материалов, научных статей и монографий по вопросам воспитания, развития, детей дошкольного возраста, сопровождения всех участников образовательного процесса.

19. Система организации внутреннего контроля

1. Наличие пакета документов на каждого участника программы:

- заявление родителей (законных представителей) об оказании психолого-педагогической помощи (- согласие на обработку персональных данных;
- первичный и итоговый протоколы диагностического обследования;
- анкета «Изучение удовлетворенности родителей / обучающихся образовательным процессом».

2. Наличие журнала учета индивидуальных занятий по дополнительным общеразвивающим программам.

3. Регулярная супервизия педагога-психолога.

Тематический план

Тема и номер занятия	Стр.
Занятие № 1. (Вводное).	29
Занятие № 2. (Вводное).	31
Занятие № 3. (Вводное).	32
Занятие № 4. (Вводное).	33
Занятие № 5. (Вводное).	34
Занятие № 6. «Будь внимательным!»	36
Занятие № 7. «Наши органы восприятия»	40
Занятие № 8. Продолжение. Как мы познаем мир? Развитие ощущений и восприятий	43
Занятие № 9. Праздник волшебников и фантазеров. Знакомство с Фантазёром-Придумкой	46
Занятие № 10. «Необычное в обычном»	49
Занятие № 11. «Наша память»	52
Занятие № 12. «Наши ловкие пальчики»	54
Занятие № 13. «Наш удивительный ум»	56
Занятие № 14. «Эмоция радости. Знакомство с Веселинкой»	59
Занятие № 15. Какие чувства живут рядом с радостью.	63
Занятие № 16. Знакомство с эмоцией удивления	67
Занятие № 17. «Когда бывает интересно. Когда бывает скучно»	71
Занятие № 18. Грусть, знакомство Грустинкой	73
Занятие № 19. Продолжение знакомства с Грустинкой	76
Занятие № 20. Презрение	79
Занятие № 21. Чувство Брезгливости	81
Занятие № 22. Когда ты боишься и что с этим делать?	82
Занятие № 23. Когда ты боишься и что с этим делать? (Продолжение.)	85
Занятие № 24. Эмоция гнева	87
Занятие № 25. Продолжение знакомства с эмоцией гнева	89
Занятие № 26. Лепим свой гнев	92
Занятие № 27. Знакомство с чувством Вины	94
Занятие № 28. Чувство Вины	96
Занятие № 29. Закрепление знаний о чувствах	97
Занятие № 30. Мой человечек	99
Занятие № 31. «Все мы разные, все мы прекрасные!»	101
Занятие № 32. Все мы разные, все мы прекрасные. Продолжение.	106
Занятие № 33. «Я и мое имя»	108

Занятие № 34. Мой мир	110
Занятие № 35. Мои достоинства	111
Занятие № 36. «Наши недостатки»	113
Занятие № 37. Развитие образа «Я». Самооценка.	116
Занятие № 38. Взросление.	119
Занятие № 39. Внутрисемейные взаимоотношения.	122
Занятие № 40. «Семейный очаг»	124
Занятие № 41. «Родина начинается с семьи»	128
Занятие № 42. Я и мои друзья.	130
Занятие № 43. Когда и почему ты ссоришься со своими друзьями или родными?	132
Занятие № 44. «Путешествие маленькой снежинки»	135
Занятие № 45. «Калейдоскоп»	138
Занятие № 46. «Доброта похожа на солнце!»	142
Занятие № 47. «Сколько раз можно делать добрые дела?»	145
Занятие № 48. «Из чего же сделаны наши мальчишки, наши девчонки»	151
Занятие № 49. Будущие первоклассники.	155
Занятие № 50. Первый раз в первый класс	158
Занятие № 51. Игры дома и в школе	162
Занятие № 52. Школьные правила	165



I Блок «Исследование своих возможностей»

Перед началом вводных занятий, в середине реализации программы и в конце, с каждым ребёнком проводится индивидуальная диагностика эмоциональной и познавательной сферы. Помимо диагностического обследования педагог-психолог проводит динамическое наблюдение за поведением ребёнка в детском саду в различных режимных моментах. Также проводится анкетирование, беседа с воспитателями, а также консультирование, анкетирование родителей.

Вводные занятия

Занятие 1 (Вводное)

Цель: знакомство детей друг с другом; формирование чувства единения с группой, создание благоприятной психоэмоциональной атмосферы, развитие навыков сотрудничества и взаимодействия.

Материал: мяч, большой лист бумаги, маркер, карандаши на каждого ребенка.

Ход занятия:

Приветствие

Поприветствуйте сначала друг друга взглядом. Улыбнитесь друг другу сначала только глазками. А сейчас по кругу передайте широкую улыбку и крепкое, дружеское, бережное рукопожатие. Передавая колокольчик, назовите имя соседа, поприветствуйте его и скажите: «Здравствуй, я рад тебя видеть!»

С первого занятия вводятся правила.

- «Дружно за руки возьмёмся, и друг другу улыбнёмся!»

Будем вместе мы играть, никого не обижать

Будем друг друга внимательно слушать

Если нужно, что-то сказать нужно друга подождать

Или руку поднять!».

Ритуал приветствия и прощания

«Взаимное уважение» всех участников занятия – не выкрикивать – в середине круга лежит мячик, его можно поднять или дотронуться, если хочешь, что-либо сказать или помочь партнеру.

Если ребенок не хочет говорить, не заставлять!

Упражнение «Путешествие на корабле» [10; 89]

Цель: знакомство детей, сплочение.

«Ребята представьте, что мы все с вами оказались на судне корабля, плывем путешествовать в неизведанные страны. Каждый из вас сейчас, назовем свое имя и немного расскажет о себе».

Упражнение «Рисование корабля» [16, с. 109]

Цель: развитие навыков сотрудничества и взаимодействия, оценка самочувствия ребёнка в группе в данный момент.

«Сейчас мы с вами будем рисовать себя на корабле». Педагог расстилает перед детьми большой лист бумаги, на котором он рисует корабль. Затем каждый ребенок рисует себя.

После рисования дети обсуждают рисунок, кто, где находится и чем занимается.

Упражнение «Пароходик»

Цель: снятие мышечного, эмоционального напряжения, формирование доброжелательного отношения друг к другу.

Дети двигаются друг за другом, поглаживают друг друга по спине, делают легкий массаж.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. Своё настроение; 2. Отношение к товарищам, дружба; 3. Отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. Своё настроение; 2. Отношение к товарищам, дружба; 3. Отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 2 (Вводное)

Цель: развивать групповую сплоченность, навыки сотрудничества.

Материал: мяч, «волшебный мешочек», воздушный шарик, 4 больших мяча.

Ход занятия:

Приветствие

Поприветствуйте сначала друг друга взглядом. Улыбнитесь друг другу сначала только глазками. А сейчас по кругу передайте широкую улыбку и крепкое, дружеское, бережное рукопожатие. Передавая колокольчик назовите имя соседа, поприветствуйте его и скажите: «Здравствуй, я рад тебя видеть!»

Упражнение «Ласковое имя»

Цель: развитие доброжелательных отношений в группе

Детям предлагается назвать своего соседа справа ласково.

Упражнение «Волшебный мешочек»

Цель: развитие тактильного восприятия; развитие произвольности.

Психолог показывает детям «волшебный мешочек».

«Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка и, не заглядывая туда, на ощупь определите, что в нем лежит. Кто потрогал и догадался, хранит свой секрет, пока мешочек не окажется у меня в руках.

Кто догадался, что лежит в мешочке?». Да, это воздушный шарик.

Упражнение «Воздушный шарик»

Цель: развитие у детей способности расслабления мышц живота.

«Представьте, что мы с вами проглотили шарик, он находится у нас в животе, и мы его должны надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем живот, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем животик...Отлично! Давайте повторим еще раз. Вдох – выдох...» [10; 66]

Упражнение «Головомяч» [16, с. 110]

Цель: развитие навыков сотрудничества.

Детей разбивают на пары или тройки, предлагается лечь на ковер друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы голова оказалась рядом с головой партнера. Положить мяч точно между головами. Теперь нужно поднять мяч и встать самим. Руками помогать нельзя. Вставать нужно сначала на колени, а потом на ноги.

Упражнение «Дождь»

Цель: снятие напряжения.

По ходу игры меняется интонация голоса. Сесть на ковер, закрыть глаза. Затем педагог начинает изображать шум легкого дождя, потирая ладони друг о друга. Все дети присоединяются. Теперь дождь усиливается, и ведущий начинает пальцами рук постукивать по полу - как капли дождя стучат по крыше дома. Непогода усиливается, гремит гром, и ведущий начинает стучать по полу кулаками. Затем все действия выполняются в обратном порядке.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 3 (Вводное)

Цель: развивать групповую сплоченность;

Развивать навыки сотрудничества.

Материал: мяч.

Ход занятия:

Приветствие.

Поприветствуйте сначала друг друга взглядом. Улыбнитесь друг другу сначала только глазками. А сейчас по кругу передайте широкую улыбку и крепкое, дружеское, бережное рукопожатие. Передавая колокольчик назовите имя соседа, поприветствуйте его и скажите: «Здравствуй, я рад тебя видеть!»

Упражнение «Пропоем свое имя»

Цель: гармонизация осознания имени.

«Представим себе, что мы разучились разговаривать и умеем только петь, нам с вами нужно познакомиться. Давайте поиграем в такое знакомство. По – очереди каждый из вас «споем «свое имя, а следом за каждым из вас ваше имя хором споют все дети»

Упражнение «Морщинки» [16, с. 110]

Цель: снятие напряжения.

Детям предлагается несколько раз вдохнуть и выдохнуть «Вдох-выдох, вдох-выдох. И последний раз вдох-выдох. Отлично... Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь – соседу слева. Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что-то не нравится.

Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Молодцы!»

Упражнение «Я умею» [10;77]

Цель: гармонизация притязания на признание.

«Давайте поиграем в игру «Я умею». Каждый по очереди будет называть, а если захочет, то и показывать какое-нибудь свое умение / быстро бегать /. Всем нужно внимательно слушать, так как каждое умение может быть названо только один раз. Если кто-то не сумеет

вспомнить свое умение, то он выбывает из игры. Выигрывает, кто останется в кругу до конца».

Упражнение «Обезьянки»

Цель: способствовать развитию спонтанности у детей.

Ведущий предлагает детям поиграть в обезьянок, которые любят «кривляться» и подражать друг другу. Все «превращаются» в обезьянок. Кто-то один /сначала это педагог, а затем дети по – очереди / становятся водящими – начинает кривляться, а все остальные повторяют его движения. Сначала водящий только гримасничает, потом добавляется «кривлянье» телом, голосом.

Упражнение «Кого укусил комарик»

Цель: способствовать развитию взаимопонимания между детьми.

Дети садятся в круг. Ведущий проходит по внешней стороне круга, гладит детей по спинам, а одного из них незаметно от других тихонько щиплет – «комарик кусает». Ребенок, которого «укусил комарик», должен напрячь спинку и плечи. Остальные внимательно разглядывают друг друга и угадывают «кого укусил комарик».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. Своё настроение; 2. Отношение к товарищам, дружба; 3. Отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 4 (Вводное)

Цель: развивать групповую сплоченность;

Развивать навыки сотрудничества;

Материал: лист бумаги с дырочкой, волшебная палочка, мяч, повязка на глаза, листы бумаги и простые карандаши на каждого ребенка.

Ход занятия:

Приветствие.

Поприветствуйте сначала друг друга взглядом. Улыбнитесь друг другу сначала только глазками. А сейчас по кругу передайте широкую улыбку и крепкое, дружеское, бережное рукопожатие. Передавая колокольчик, назовите имя соседа, поприветствуйте его и скажите: «Здравствуй, я рад тебя видеть!»

Упражнение «Кто перед тобой – рассмотри в дырочку»

Цель: способствовать развитию самоуважения детей.

В большом листе бумаги выщипывается дырочка диаметром 1 см. Дети по очереди подходят к дырочке, рассматривают через нее остальных детей и называют имена тех, которых они увидели.

Упражнение «Волшебник» [16, с. 115]

Цель: содействовать формированию доверия в группе детей.

Дети встают в круг, кладут друг другу руки на плечи. Затем один из детей становится «волшебником». Ему завязывают глаза и переводят в другое место круга. Теперь рядом с ним стоят другие дети. Положив руки на плечи стоящих рядом детей, «волшебник», должен угадать, кто это?

Упражнение «Пересядьте все, кто ...» [10;90]

Цель: способствовать развитию взаимопонимания между детьми.

Ведущий говорит, что мы все разные и в тоже время все чем-то друг на друга похожи. Предлагает убедиться в этом. Затем он говорит: «Пересядьте все, кто любит мороженое; плавать в реке; ложиться спать вовремя...»

Дети сначала просто играют, а затем делают вывод, что действительно у них есть много общего.

Упражнение «Ладощка»

Цель: гармонизация притязания на признание.

Детям предлагается положить левую ладощку на лист бумаги, раздвинув пальцы. Затем обвести ее контуры карандашом и на каждом пальце написать (проговорить), ведущий записывает, что-либо хорошее о себе от первого лица /н-р, я - смелый.../

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 5 (Вводное)

Цель: развивать групповую сплоченность;

Развивать навыки сотрудничества.

Материал: мяч.

Ход занятия:

Приветствие.

Упражнение «Цветок – имя»

Цель: гармонизация осознания имени.

«Дети давайте закроем глаза и представим себе летний день в саду или на лесной поляне.

Почувствуем запахи летнего дня. Может быть, кто-то сможет что-нибудь услышать, н-р, пение птиц или что-нибудь еще. Рассмотрите цветы вокруг себя. А теперь попробуем увидеть цветок, который вы могли бы назвать своим именем. Какой он? Рассмотрите его, ощутите его запах, возьмите его в руки. Попробуйте запомнить, что чувствуют ваши руки. Можно сделать глубокий вдох и открыть глаза».

После выполнения упражнения нужно предложить детям рассказать друг другу о цветах, которые носят их имена, поделиться своими чувствами. [23; 69]

Упражнение «Конкурс хвастунов».

Цель: способствовать осознанию ребенком своих положительных качеств.

«Сегодня мы проведем с вами необычный конкурс- «Конкурс хвастунов». Хвастаться будем по очереди, вставая на стул. /, например, «Я- красивая.../

Упражнение «Я хочу с тобой подружиться». [16, с. 120]

Цель: формировать взаимопонимание; содействовать формированию доброжелательных отношений в группе.

Выбирается водящий. Он произносит слова «Я хочу подружиться с...», а дальше описывает с кем хочет подружиться. Тот, кого загадали, должен себя узнать, быстро подбежать к водящему и пожать ему руку. После этого он сам становится водящим.

Упражнение «Игрушки» [10;105]

Цель: направлена на гармонизацию притязания на признание.

«Попробуем представить себе, что нас заколдовал волшебник и превратил каждого в какую-нибудь игрушку. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились: в куклу, слона, машину...а теперь откройте глаза. Давайте попробуем догадаться, кто в какую игрушку превратился».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Мы начинаем знакомиться с эмоциями. Тема нашего следующего занятия будет эмоция радости. Дома обсудите с родителями, что вызывает у них чувство радости, какая эта эмоция в их представлении (по форме, цвету, запаху, температуре и т.д.), что ваши родители делают, какие знают секреты, помогающие, оставаться в радостном настроении. Мы начнём следующее занятие с обсуждения того, что вы узнали дома.

Занятие 6 «Будь внимательным!»

Цель: Формирование произвольного внимания, как предпосылки успешного школьного обучения.

Задачи:

- способствовать формированию универсальных учебных действий будущих первоклассников
- способствовать установлению у ребёнка понятий о причинно-следственных связях, логических выводах
- способствовать развитию внимания ребёнка
- способствовать формированию адекватной позитивной самооценки и самовосприятия

Материалы и оборудование:

- 2 картинки «Найди отличие» на доску и каждому на парты;
- картинка героя и предметы его одежды;
- нарисованные чемоданы;
- запись отрывка стихотворения С.Я. Маршака «Вот какой рассеянный»;
- доска, маркер или мел для записей на доске;
- простые карандаши на столы детям.

Ход занятия:

Приветствие

Дети, передавая колокольчик, друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Цель: развитие произвольного внимания, развитие экспрессивной выразительности движений, произвольного канала восприятия информации.

- Здравствуйте, ребята! Я буду читать отрывок стихотворения С.Я. Маршака, а вы попробуйте с помощью своей мимики, жестов изображать каждую строчку стихотворения.

Жил человек рассеянный
На улице Бассейной.
Сел он утром на кровать,
Стал рубашку надевать,
в рукава просунул руки –
Оказалось, это брюки.

Вот какой рассеянный
С улицы Бассейной!

Надевать он стал пальто –

Говорят ему: не то.
Стал натягивать гамаши –
Говорят ему: не ваши.
Вот какой рассеянный
С улицы Бассейной!

Вместо шапки на ходу
Он надел сковороду.
Вместо валенок перчатки
Натянул себе на пятки.
Он отправился в буфет
Покупать себе билет.
А потом помчался в кассу
Покупать бутылку квасу.

Вот какой рассеянный
С улицы Бассейной!

- Ребята опишите героя нашего стихотворения. Изображая его, что вы почувствовали? Что чувствует такой человек. С какими проблемами может столкнуться невнимательный человек? Как к нему могут относиться окружающие? Встречались ли вам невнимательные, рассеянные люди? Бывали ли вы невнимательными? Как исправляли потом свои ошибки? Если рядом с собой вы видите невнимательность у человека, как можно ему помочь?

- А для чего человеку нужно внимание?

- Что будет если человек будет невнимательным?

- Как помочь самим себе стать более внимательными?

- Ребята опишите теперь наоборот очень внимательного человека. Как двигается, как он говорит, как он ведёт себя на занятии. Считаете ли вы себя внимательными?

- Сегодня на занятии мы будем помогать себе стать более внимательными. Теми знаниями, играми, которые вы узнаете сегодня, вы можете потом поделиться с другими детьми, чтобы и они стали более внимательными.

Цель: развитие концентрации внимания. Переключения внимания, повышения работоспособности

Упражнение «Глаза и язык».

Дети делают глубокий вдох, поднимая глаза вверх, в это время язык тоже поднимается. Затем выдох, возвращаясь в исходное положение. То же самое во время вдоха проделывается языком и глазами по всем направлениям, в том числе и диагоналям.

Это упражнение можно сначала облегчить, применяя только движения глаз, потом добавляя дыхание.

Упражнение «ухо-нос»

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

Речевое сопровождение:

Села на нос мне, на правое ухо –

Лезет назойливо черная муха.

Снова на нос, но на левое ухо-

Кыш, улетай от меня, Цокотуха!

Упражнение «Найди 10 отличий»

Цель: умение сравнивать предметы, устанавливать их сходство и различие.

На доску вывешиваются 2 картинки.

И каждому ребёнку выдаётся на парты.

Задание: найди отличия. После индивидуальной работы, желающие озвучивают найденные отличия у доски.

Молодцы, справились с заданием.

Упражнение «Будь внимательным!»

Цель: развитие концентрации и переключения внимания.

Я вам буду называть слова, вы внимательно слушаете и если услышите название одежды, хлопните в ладоши.

Слова: дом, табурет, майка, тетрадь, платье, яблоко, суп, одеяло, машина, носки, груша, кофта, воробей, самолет, джемпер, карандаш, свитер, цветы, юбка, брюки, стол, подушка, футболка, волосы, штаны, шарф, варежки, пакет.

Усложним задание: Если услышите название фрукта нужно хлопнуть в ладоши, а когда услышите название мебели топнуть ногами.

Внимание: стол, серьги, диван, лягушка, яблоко, пианино, стул, апельсин, ковёр, банан, шкаф, кровать, груша, картофель, комар, яйцо, табуретка, лимон, шапка, капуста, мандарин, арбуз.

Молодцы!

(Герою надевается на ноги один ботинок, вместо перчатки).

3. Игра «Найди предмет»

Цель: развитие распределения и концентрации внимания.

Сейчас мы с вами побудим сыщиками. Наш рассеянный герой растерял свои нарисованные вещи по всему кабинету. Их всего 10 штук. Вот один предмет я уже один нашла – это сковорода. Сейчас вы походите по кабинету, найдите эти предметы и принесите мне. Давайте посчитаем, сколько предметов мы собрали. А сколько должно быть? Получилось у нас столько?

Молодцы!

(Герою надевается на вторую ногу другой ботинок, вместо перчатки).

4. Игра «Муха»

Цель: развитие внимания, сосредоточенности, пространственное ориентирование, знание геометрических фигур.

На доске чертятся квадраты (5 на 5 штук), в центральном квадрате прикрепляется магнит (муха).

Задание: надо переместить муху из одной клетки в другую, что бы она прошла все клетки, не вышла за поле и вернулась в центральный квадрат, желательно не возвращаться на клетки, в которых муха уже побывала. Двигается муха с помощью команд «Вверх», «Вниз», «Влево», «Вправо»

Молодцы!

(Герою надеваем о рубашку, вместо брюк).

5. Физкультминутка

Раз, два, три, четыре, пять!

Будем прыгать и скакать! (Прыжки на месте.)

Наклонился правый бок. (Наклоны туловища влево-вправо.)

Раз, два, три.

Наклонился левый бок.

Раз, два, три.
А сейчас поднимем ручки (Руки вверх.)
И дотянемся до тучки.
Сядем на дорожку, (Присели на пол.)
Разомнем мы ножки.
Головою покачали (Движения головой.)
И все дружно вместе встали. (Встали.)
Молодцы!
(Герою надеваем брюки).

6. Игра «Птица - не птица»

Цель: развитие произвольного внимания и кругозора детей (знание птиц).

Я вам буду читать стишок. Ваша задача внимательно слушать. Если вы услышите название птицы вам надо «похлопать крыльями» (взмах руками), если прозвучит слово, обозначающее не птицу, вам надо присесть и «сложить крылышки» (опустить руки).

Прилетели птицы: Голуби, синицы, Мухи и стрижи...

Прилетели птицы: Голуби, синицы, Аисты, вороны, Галки, макароны.

Прилетели птицы: Голуби, синицы, лебеди, куницы, Галки и стрижи, Чайки и моржи
Молодцы!

- А сейчас я предлагаю вам в завершении нашего занятия полетать на чудесном ковре-самолёте.

Упражнение «Ковер-самолет».

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет спокойная музыка. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

Посмотрите на нашего героя. Как вы считаете, мы помогли ему? Какой он стал? (аккуратный, внимательный, опрятный).

- Молодцы, Мы с вами помогли нашему герою быть внимательным. Он стал уже не таким рассеянным.

А сами мы чему научились? И вместе с нашим героем мы сами учились быть внимательными. Тяжело было помогать герою? Скажите, что вам больше всего понравилось, что не понравилось?

- За что вы готовы похвалить себя во время занятия?

-Какие качества, успехи вы можете отметить, похвалить у товарищей? Спасибо. Я вас всех благодарю за активное участие. Давайте друг другу поаплодируем. Что было трудного в заданиях? Какие задания показались легкими?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 7 «Наши органы восприятия»

Цель: развитие произвольного внимания, восприятия.

Задачи:

- расширять представления об окружающем мире;
- способствовать развитию речи;
- дать знания о понятии восприятия и органах, которые за это отвечают.

Приветствие

Дети, передавая колокольчик друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Разминка

Психолог бросает каждому ребёнку по кругу мяч и задаёт вопросы:

- Какое сегодня число? Какое число будет завтра? День недели? Какой день недели будет завтра? Время суток? Какое время суток будет следующим?
- Ребята, какое сейчас время года? (осень)
- Какой сейчас месяц? Назовите все осенние месяца? Какие изменения в природе происходят в каждом месяце? Какое сегодня число? День недели? Время суток?
- А сейчас давайте встанем, настроим наши глазки, ручки, ножки на занятие.

Упражнение «Глаза и язык».

Дети делают глубокий вдох, поднимая глаза вверх, в это время язык тоже поднимается. Затем выдох, возвращаясь в исходное положение. То же самое во время вдоха проделывается языком и глазами по всем направлениям, в том числе и диагоналям.

Это упражнение можно сначала облегчить, применяя только движения глаз, потом добавляя дыхание. [34;88]

Упражнение «Слон».

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

Игра «берег/речка»

Дети стоят «на берегу» (по одну сторону веревочки). С другой стороны, «течет» река.

Психолог даёт команды. Когда он говорит «речка!» – прыгать в речку, когда говорит «берег!» – на берег.

Первая часть игры – тренировочная. Психолог даёт инструкцию, называя в случайном порядке «речка», «берег», и смотрит – смог ли ребенок выработать избирательную реакцию на разные инструкции. Сначала идут, чёткие, последовательные команды. Далее психолог начинает путать детей, команды резко сменяют друг друга. Затем психолог прыгает сам, называя при этом инструкцию. Дети должны следовать словесной инструкции, а не действиям.

Упражнение беседа об осени (с помощью модификации методики «кубика Блума»)

Цель: развитие речи, актуализация знаний, расширение представлений об окружающем мире, развитие вариативности мышления.

- Мы начали наше занятие с того, что повторили, какое сейчас время года. Давайте вернёмся к разговору об осени, вспомним, всё, что мы о ней знаем.

Дети, передавая друг другу по кругу кубик Блума, придумывают друг другу вопросы по теме «осень». В случае затруднения взрослый подсказывает, направляет. Например:

Ассоциация - придумай ассоциацию со словом осень, на что она похожа для тебя?

«+» и «-»- какие есть положительные, приятные моменты в осени, и что можно назвать отрицательным, неприятным?), например, осень очень красиво, много урожая, но часто идут дожди, холодно, люди начинают простывать, болеть).

Поделись—что в осени тебе нравится больше всего

Опиши— опиши приметы осени

Сравни— осень с другим временем года

Измени, /Придумай— придумай чтобы ты изменил в осени если бы был волшебником

- Мы с вами проговорили, что осенью люди собирают много разного урожая. Яблоки тоже собирают осенью.

Игра «Я знаю пять...»

Цель: развитие произвольного внимания, речи.

- Что люди могут приготовить из яблок?

Передавая друг другу мяч, дети ударяют об пол на каждое слово по кругу «я знаю пять блюд из яблок».

Упражнение “Яблоко”

Цель: развитие всех видов восприятия.

Дидактический материал: три похожих между собой яблока.

—Ребята постарайтесь внимательно рассмотреть яблоко, которое я вам даю, запомнить его цвет, пятна, прожилки. Потом я возьму твое яблоко, перемешаю его с другими, а ты должен будешь найти свое яблоко.

Ребенку на изучение яблока дается 3 минуты. Затем ребенок ищет свое яблоко. После того, как ребенок найдет свое яблоко, оно дарится ребенку.

- На что вы старались обратить внимание, когда запоминали «свое яблоко?».

- Какие органы вам в этом помогали? (глаза, нос, пальцы). Какая задача у каждого из этих органов? (давать информацию об окружающем мире).

- Что будет если какой-то орган не будет давать нам информацию? (информация об окружающем мире будет не полной, искажённой).

- Наши глаза, рот, нос, пальцы, уши – называют ещё **органами восприятия**.

Восприятие – это процесс получение информации о том, что происходит вокруг нас, о различных предметах и явлениях.

- Какие из перечисленных органов восприятия вы сейчас не использовали, когда запоминали яблоко?

- Представьте, если бы вы их могли сейчас использовать тоже, чтобы вы тогда могли добавить о своём яблоке?

“Хлопни в ладоши”

Описание задания: Психолог говорит ребенку: “Сейчас я буду называть разные слова. Когда я назову какое-нибудь животное - хлопни в ладоши”

Стол, книга, лошадь, стул дверь виноград, собака, ножницы, книга, туфли, карандаш, мяч, окно, кошка, дверь, сапоги, коза, стекло, дом, дорога, яблоко, дерево, ковер, лев, стена, крыша, арбуз, санки, снег, тигр, кровать, тетрадь, вилка, лед, елка, заяц, волк, галстук, лимон, медведь, дыня, чайник, тарелка, полка, масло, пальто, белка.

“ Найди заданную букву”

Дидактический материал: Вырезка из газеты или журнала с достаточно большим шрифтом. Карандаш.

Описание задания: Психолог называет детям слова, они должны по очереди либо первую, либо последнюю букву в названном слове найти в тактильном мешочке.

Игра «ласковый мелок»

Цель: снятие мышечных зажимов, развитию тактильных ощущений.

Дети разбиваются на пары, договариваются, кто первый будет играть роль «ласкового мелка», а кто отгадывать, что ему нарисовали, а затем меняться ролями.

«Ласковый мелок» рисует на спине товарища любые предметы, явления по теме занятия, то, что называли на занятии, проговаривали (осень, органы восприятия).

После окончания игры «Ласковый мелок» бережными движениями руки «стирает» все, что он нарисовал.

Игра “Жмурки в мешке”

Цель: развитие речи, тактильного восприятия, сенсорной чувствительности, предметных представлений и эталонов.

Ребёнок ощупывает один предмет в мешке (после этого этот предмет убирается, и психолог запоминает ребёнка, который его выбрал), ребёнок максимально подробно описывает предмет, который он исследовал товарищам, ребята пытаются его отгадать. Затем описываемый предмет нужно нарисовать. Только когда рисунки всех детей готовы, психолог показывает предмет. Игра длится до тех пор, пока все не побудут в роли

«исследователя мешочка».

Рефлексия

- Что сегодня важного вы узнали на занятии?
- Что для вас было наиболее интересным?
- Как вы поняли, что такое восприятие у человека? Для чего оно нужно и, что человеку в этом помогает?
- За что готовы похвалить себя? Отметить, похвалить товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 8 Продолжение. Как мы познаем мир? Развитие ощущений и восприятий

Цель: развитие произвольного внимания, восприятия.

Задачи:

- расширять представления об окружающем мире;
- способствовать развитию речи;
- дать знания о понятии восприятия и органах, которые за это отвечают.

Приветствие

Дети, передавая колокольчик, друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Игра -разминка «прикоснись к цветку»

Цель: активизация работы детей в группе, развитие наблюдательности, внимания друг к другу, развитие зрительного восприятия.

По динамичную музыку дети двигаются по кругу. Музыка останавливается, ведущий (сначала психолог, потом кто-то из детей), называет любой цвет. Дети должны как можно быстрее найти этот цвет в одежде друг друга и прикоснуться к нему.

«Ладушки-оладушки»:

правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»

«Симметричные рисунки»

- рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время «рисования» на свою руку).

Сначала мы с воспитанниками разучиваем упражнения, отрабатывая технику. А затем, используем их в сюжете совместно придуманных сказок. В результате чего улучшается межполушарное взаимодействие, стимулируется работа головного мозга, развивается речь, активизируется словарь, развивается воображение, мышление. Сегодня я предлагаю вашему вниманию

- На прошлом занятии мы говорили об ощущениях и органах восприятия. Вспомните, какие органы восприятия мы называли? Какую важную роль они выполняют для нашего организма?

- У каждого ощущения есть свой дом, свой орган. Глаза нам дают ощущения зрительные, нос — обонятельные, язык — вкусовые, уши — слуховые, тело, кожа — осязательные. Вот мы сейчас и посмотрим, знаете ли вы свои органы чувств.

Игра «Найди дом»

Цель: развитие внимания, восприятия, закрепления знаний об ощущениях

- Я буду называть ощущения, а вы – показывать рукой, где у них «дом», то есть к какому органу чувств они относятся.

- Как мы узнаем, что вода горячая?
- Какого цвета небо?
- Какой запах горячей сосиски?
- Какой цвет травы ночью?
- Есть ли камень в ботинке?
- Кто выше ростом?
- Мягкая ли постель?
- Где тикают часы?
- Далеко ли находится дом?
- Где вершина елки?
- Какое печенье?

А как вы думаете, какой орган чувств самый важный для человека?

Дети. Глаза.

- Да, очень во многих случаях нам помогают глаза. Мы видим цвет, форму, размер или величину, протяженность, движение и многое другое.

Игра «Назови по 3 предмета»

Цель: развитие беглости мышления, наблюдательности.

- Сейчас я буду называть признак, а вы должны назвать по три предмета, которые имеют этот признак.

Признаки:

- Находятся высоко.
- Круглые.
- Треугольные.
- Желтые.
- Красные.
- Квадратные.
- Зеленые.
- Прямоугольные.
- Белые.
- Находятся далеко.

Ребята, что нам помогало в этой игре?

Ответы детей.

Игра «Угадай»

Цель: развитие восприятия, тактильных ощущений, описательной стороны речи.

Сначала дети по очереди с закрытыми глазами находят в мешочке предметы и на ощупь пытаются определить, что это такое.

Затем ребёнок называет различные признаки предмета, который нашёл в мешочке, а дети по описанию отгадывают, что это за предмет.

Упражнение «Птички»

Цель: расслабление, снятие мышечного напряжения.

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любуются его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к

своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[44;89]

Занятие 9 Праздник волшебников и фантазеров. Знакомство с Фантазёром-Придумкой

Цель: развитие воображения, образного, ассоциативного мышления детей.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Хлоп – шлеп»

Цель: развитие внимание, быстроты реакции, активизация работы группы.

Дети садятся на стулья или "по-турецки". Психолог хлопает в ладоши и говорит: "Хлоп!", затем шлёпает себя ладонями по бедрам и говорит: "Шлёп!". Дети повторяют действия за психологом. Игра продолжается, постепенно убыстряя темп.

Если хорошо получается, то можно делать два хлопка и один шлепок, два хлопка и два шлепка или т.п.

Упражнение «Наши ладошки»

Цель: развитие положительного само восприятия, развитие эмоциональной выразительности движений.

Посмотрите, пожалуйста, на свои руки, они у нас удивительные, они так много всего умеют делать, и даже эмоции, которые мы испытываем, они могут тоже по-своему выражать.

Давайте, посмотрим, что же они умеют делать.

- наши руки умеют дружить - пожмите друг другу руки;
- наши руки умеют радоваться - похлопайте в ладоши;
- наши руки умеют любить - погладьте друг друга по голове или руке, плечу;
- наши руки умеют сердиться - сожмите ладони в кулаки и постучите ими по коленям;
- наши руки умеют грустить - показываем эмоцию руками - когда всё валиться из рук и ничего не получается;
- наши руки умеют бояться - спрячьте их за спину;

- наши руки умеют оценивать - поднимаем и опускаем вниз большой палец;

Но больше всего нашим ладоням нравится, когда мы дружим друг с другом (повторяем упражнение); любим окружающих нас людей и конечно же радуемся!

Знакомство с персонажем Фантазёр-Придумка (методика Т.В. Громова, «страна эмоций»).

- Каким цветом вы бы раскрасили этого персонажа? Какого размера персонаж ближе вам? От чего Фантазёр-Придумка растёт? От чего наоборот, становится меньше? Зачем человеку нужна фантазия? Что было бы если бы человек не умел фантазировать? Легко ли вам бывает фантазировать и придумывать?

Создание проблемной ситуации

- Представьте, ребята, что мы все оказались в сказочной стране, где живут волшебники. А волшебники всегда фантазеры. А еще какие они, волшебники?

Ответы детей.

Послушайте стихотворение:

Сапожник починяет нам ботинки,
А плотник — табуретку и крыльцо.
Но только у волшебника в починке
Светлеют наши мысли и лицо!

Какая сложная работа:

Счастливым сделать хоть кого-то!

На миг удачу принести,

От одиночества спасти.

А самому потом тихонечко уйти!

- Правильно, волшебники добрые, великодушные и скромные. А мы могли бы быть хоть чуточку волшебниками? Помните, в фильме «Золушка» маленький паж говорит: «Я не волшебник, я только учусь!»? Давайте поиграем в игру, в которую обязательно играют все начинающие волшебники.

Игра «Сочинение сказки»

Цель: развитие воображения, связной речи.

Психолог объясняет детям правила игры.

- Я скажу предложение и передам мячик соседу. Он должен добавить к предыдущему высказыванию свое, связанное с ним по смыслу. Вы ведь знаете, что все волшебники иногда делают самые необычные и неожиданные вещи. Вот и нам нужно связать в своей сказке два совершенно не связанных предложения: начинаться наша сказка будет словами: (I вариант) «Однажды по улице проехал грузовик...», а заканчиваться: «Поэтому у Деда Мороза зеленая борода»; (II вариант) «Мама купила в магазине рыбу...» и «Поэтому вечером пришлось зажигать свет».

Рисунок на тему «Кляксография»

Цель: развитие воображения, творческой спонтанности и самовыражения.

- А теперь, ребята, давайте попробуем стать уже совсем настоящими волшебниками. Мы будем творить чудо! Как? Сейчас узнаете! Мы возьмем разноцветную тушь, наберем ее в трубочку для коктейля и выпустим тушь на лист бумаги. Смотрите, что у меня получилось! Да, ужасная клякса! Сделайте на своем листе такую же!

Дети выполняют задание.

Совсем одинаковых клякс ни у кого не получилось. Все кляксы разные, похожих друг на друга нет! У одной — рожица очень сердитая, у другой — не очень. Но ведь это и

неудивительно: не очень-то весело жить на свете кляксой! Давайте придумаем, чем бы порадовать наших клякс. Ой! Мне кажется, что моя клякса немного похожа на кошку. А кошкой лучше быть, чем кляксой? Конечно! Ну-ка, превратим мою кляксу в кошку! А поможет нам в этом волшебная палочка — кисточка. Теперь и вашим кляксам захотелось в кого-нибудь превратиться. За работу, волшебники! А еще, если кляксы получились жирные и мокрые, можно раздувать трубочкой тушь по бумаге, вот так! И превращение кляксы начинается!

После выполнения задания дети обсуждают рисунки и придумывают к ним названия.

Релаксация

Упражнение «Кораблик».

Цель: расслабление мышц рук, Ног, корпуса.

Инструктор: «Представьте себе, что вы на Корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямитесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох — пауза, выдох — пауза.

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени, а теперь немного лени... Напряжение улетело,

И расслаблено все тело.

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко...».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добыюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[50; 77]

Занятие 10 «Необычное в обычном»

Цель: способствовать развитию творческого, вариативного, нестандартного мышления у детей старшего дошкольного возраста.

Образовательные задачи:

- Развивать произвольность поведения у детей старшего дошкольного возраста;
- Развивать рефлексивные навыки у детей старшего дошкольного возраста;
- Развивать навыки сотрудничества и взаимодействия у детей;
- стимулировать познавательно-речевую активность детей, умение использовать речь для выражения своих мыслей, идей, ощущений;
- развивать восприятие, внимание, воображение, тактильную и кинестетическую чувствительность;
- знакомство с новой нетрадиционной техникой рисования ландшафтной арт-терапией.

Оборудование:

различные заготовки природного материала (палочки, сено, трава, галька, листья подорожника, лопуха, шишки, ромашки, листья клёна, дуба, берёзы), карточки с нейропсихологическими упражнениями, заготовки пиктограмм с эмоциями спокойствия, грусти, радости на каждого ребёнка, иллюстрации по теме занятия для мотивационной таблицы поведения, корзинки по количеству детей.

Разминка

Цель: развивать рефлексивные способности, самосознание дошкольников

Подводить к осознанию ответственности за своё поведение, настроение, успех на занятии

Ритуал приветствия

Собрались мы вместе в круг

Я твой друг и ты мой друг

Вместе за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

Раз, два, три, четыре –

Встаньте, дети, в круг пошире!

Интересная игра

Ждёт сейчас вас, детвора!

Задания слушаем внимательно

И выполняем всё старательно!

В ладоши хлопни столько раз

Сколько месяцев у нас.

Дни недели повторяем.

Прыгнем столько раз

Сколько дней в неделе у нас!

А сколько выходных?

Столько раз земли коснись!

На правой ноге

Прыгни столько раз

Сколько времён года у нас.

А сейчас, внимание!

Даю посложнее задание.

Дружно за руки возьмитесь,

В ласточек все превратитесь.

Счет ведем до 10...

На месте фигура замри!

-Сегодня нас ждёт особенная прогулка. Как вы думаете, что нужно для того, чтобы из обычного сделать что-то интересное?

- А как вы думаете, кто ответственен за то, чтобы на занятии каждому из нас было интересно, было хорошее настроение?

- Ребята, взгляните на наш участок. Что в нём изменилось?

- Что вам напоминают эти квадраты? Как вы думаете, о чём сегодня на прогулке мы будем говорить и во что играть? Я предлагаю вам пофантазировать на тему школы. Как бы выглядела школа, если бы могла быть не только в городе и здании. Представьте себе необычную школу. Какой бы она была?

- Кто мог бы в ней учиться.

- Сегодня я предлагаю вам создать портрет необычного ученика. Но рисовать портрет мы будем не красками и карандашами и даже не мелками, а раз мы говорим о необычной школе – необычными материалами. Но чтобы собрать все материалы, с помощью которых у вас получится общий рисунок ученика. Вам нужно выполнить одно задание. Как вы думаете какое? Посмотрите ещё раз внимательно на свой участок.

- Верно. Вы уже сказали, что квадраты напоминают вам клеточки школьной тетради. В саду мы уже выполняли с вами графические диктанты по клеточкам. И сегодня нам нужно будет сделать тоже самое только без ручки и карандаша. Каждый из вас получает свою карту. Согласно этой карте, вы двигаетесь по клеточкам, и собираете материал для вашей совместной работы – рисунка героя-школьника.

Упражнение «Квадрат исследователя»

Цель: Развитие навыков произвольности поведения, умения ориентироваться в пространстве, внимания.

развивать восприятие, внимание, тактильной и кинестетической чувствительности;

Дети, двигаясь каждый со своей картой по расчерченным на участке квадратам, собирают природный материал для коллективной работы.

Работа в круге

Цель: Нацеливание детей на сотрудничество, развитие умения донести информацию до собеседника. Использование элементов проблемно-диалогового обучения.

Стимулировать познавательно-речевую активность детей, умения использовать речь для выражения своих мыслей. Развивать описательную сторону речи.

-Встаньте, пожалуйста, в круг.

- А сейчас я предлагаю вам по кругу, каждому, показать и рассказать товарищам о том материале, что вы нашли для вашей совместной творческой работы, когда выполняли наш графический диктант. Постарайтесь как можно точнее описать свойства этого материала. Дети по кругу рассказывают друг другу о найденных природных материалах (еловые шишки, веточки, галька, ромашки, листья берёзы, клёна, дуба, трава, листья подорожника, лопуха, сено).

Ребята представьте, если бы вы были в роли учителя, и вам нужно было проводить урок на природе. Как бы вы смогли тогда применить ваши находки на разных предметах?

Упражнение с элементами Триз-технологии «Необычная школа»

Цель: Использование элементов проблемно-диалогового обучения.

Развитие нестандартного, творческого, вариативного, гибкого мышления.

Развитие способности к генерированию, синтезу различных идей.

- Если бы проводили урок физкультуры на природе, то какой спортивный инвентарь мы могли бы использовать и зачем?

-Если бы мы проводили урок математики на природе, то как бы мы могли это сделать?

Если бы на природе нам нужно было провести урок музыки, то как бы мы могли это сделать?

Предполагаемый ответ детей:

- Можно было бы метать палочки, прыгать через палочки между деревьями и т.д.

- Можно писать задачи и примеры палочками на земле, считать листья, деревья и т.д.

- Можно сделать музыкальные ударные инструменты из веточек, стучать по разным поверхностям и т.д.

Упражнение «Необычный герой»

Цель: Развитие воображения, творческой активности, навыков сотрудничества и взаимодействия.

Развивать восприятие, воображение, тактильную и кинестетическую чувствительность;

- А сейчас используя все те материалы, что вы нашли вместе создайте образ необычного героя- школьника. Когда ваша работа будет готова, придумайте имя своему герою, расскажите кто это мальчик или девочка, где живёт, какой у него характер.

Используя природные материалы, дети на асфальте создают совместный образ героя-школьника.

Дети выкладывают все вместе, одновременно из природных материалов образ героя-школьника. Договариваются о последовательности выполнения работы, задумке, вместе придумывают пол, имя, характер героя. Затем обсуждают свою совместную работу.

Рефлексивно-ориентировочный этап

Заполнение мотивационной таблицы

Самоанализ

Цель: Развитие рефлексивных навыков и самосознания детей

- Когда вы пойдёте в школу, учителя будут ставить вам оценки. Мы предлагаем вам сегодня оценить себя самим по 3 критериям: мои знания; моё умение дружить;

На этот вопрос вы можете ещё попросить ответить других ребят, насколько им было с вами легко, чувствовали ли они вашу помощь. моя активность – то, насколько вы сами считаете вы сегодня были внимательны, включены в занятие.

Если вы оцениваете себя очень хорошо по каждому критерию или одну из нескольких вы – выбираете пиктограмму с эмоцией радости, если просто положительно, но что-то хотелось бы ещё лучше, то пиктограмму эмоции спокойствия, а если вы считаете, что-то не удалось, то пиктограмму эмоции грусти.

- За что вы можете сегодня себя похвалить? За что сегодня можете похвалить своего товарища? Что вы узнали сегодня нового, интересного?

Ритуал прощания «горка ладошек»

Дети кладут друг другу ладони, ладонь на ладонь и хором сначала шёпотом, потом громко говорят «до свидания» и «мы молодцы!»

- Ребята, мы вам очень благодарны и счастливы за радость встречи за дружеское общение, за совместное творчество.

Занятие 11 «Наша память»

Цель: развитие произвольности запоминания, зрительной, слуховой памяти, развитие навыков сотrudничества и взаимодействия.

Приветствие

Дети, передавая колокольчик, друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Игра-разминка «Снежный ком»

Цель: развитие двигательной (моторной) памяти, активизация работы детей в группе, снятие мышечного напряжения.

Игра проводится под динамичную музыку.

Звучит музыка. Дети стоят в кругу. Первый ребёнок показывает любое танцевальное движение, второй повторяет его и добавляет своё, и так по кругу, последнему ребёнку нужно повторить движения всех остальных и показать своё.

Упражнение «Кошка»

- последовательно менять два положения руки: кулак, ладонь (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе)

Упражнение «Ухо-нос»

- левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

Упражнение «Лезгинка»

- левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук.

"Кулак - ребро – ладонь"

— последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

Упражнение «10 слов»

Цель: развитие слуховой памяти, навыков сотрудничества и взаимодействия у детей.

Дети разбиваются на пары. Сначала один ребёнок запоминает на слух название предметов, животных, которые второй, ему называет (не показывая) с тех картинок, что достались их паре. После того как ребёнок назвал слова первый раз, он пробует запомнить все предметы и повторяет задание ещё 2 раза. Второй ребёнок выполняет роль проверяющего, затем дети меняются ролями.

Упражнение в парах «запомни и повтори»

Цель: развитие зрительной памяти, произвольности запоминания.

На слайде выведена таблица с расставленными точками. Дети смотрят на неё в течение 30 секунд, запоминают, а затем заполняют свой пустой вариант таблицы. Следующее задание. С помощью счётных палочек один ребёнок выкладывает какую-то фигуру, второй ребёнок смотрит в течение 20 секунд, запоминает и выкладывает по памяти.

Упражнение «рисунок по описанию»

Цель: развитие произвольности запоминания, слуховой памяти, внимания.

Психолог читает небольшой текст три раза с небольшими интервалами. Задача детей, сделать три небольших рисунка на разных листах в точности следуя инструкции текста.

«Наступила осень. Небо было светлым, погода была солнечная. Во дворе стояли три скамейки: красная, синяя, жёлтая. На красной скамейке лежало ведёрко, на синей три веточки, на жёлтой кто-то оставил пять кубиков.»

Упражнение "Голубое небо"

Цель: общая релаксация.

Сесть прямо, положить руки на колени раскрытыми ладонями вверх. При вдохе представить, что вдыхаете голубое небо (солнечный свет и т. д.) Можно выдыхать свое беспокойство, страх, напряжение. А вдыхать спокойствие, уверенность, легкость.

Подведение итогов занятия:

- Выполняя задания, что мы помогали у себя развивать? Для чего человеку нужна память? Как вы думаете, нужно ли тренировать память? Как помочь себе запоминать больше? Как вы думаете, что может помешать человеку запомнить информацию? (лень, невнимательность, не желание, не интересный материал, плохое самочувствие и т.д.) Как вы думаете, как человек запоминает информацию, что ему помогает? (На слух, как выглядит – зрительно, на ощупь, и т.д., помогают органы восприятия)

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[30; 67]

Занятие 12 «Наши ловкие пальчики»

Цель: развитие мелкой и крупной моторики, координации, точности и ловкости движений, укрепление мышц руки.

Приветствие

Дети, передавая колокольчик, друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Кинезиологическая сказка «Два котенка».

Цель: развитие мелкой и крупной моторики, координации, точности и ловкости движений, укрепление мышц руки.

(способ организации детей – сидя за столами)
Жил-был на свете белый, пушистый котенок по имени Снежок (дети показывают правый кулачок).

Он очень любил прогуливаться по своему саду (выполнение упражнения «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»).

В саду росли высокие деревья (руки вверх, развести пальцы в стороны) и низкие кустарники (кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны). И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (выполнение упражнения «Кошка» правой рукой со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и увидел, что на полянке бегают черные котенки (выполнение упражнения «Кошка» левой рукой со словами).

Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (выполнение упражнения «Кошка» в быстром темпе).

Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом (выполнение упражнения «Кошка» с одновременной сменой позиции).

И тут Снежок нашел на траве кольцо (упражнение «Кольцо»: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»), он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико.

Тогда Уголек стал его примерять (Упражнение «Кольцо»: из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать, не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами: «Мизинец, безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой!»).

И тут кольцо упало и покатилося по тропинке – котята за ним (упражнение «Кошка»). И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной.

Котятя решили ее развеселить и показали ей интересную игру (упражнение «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»). Но лягушка не стала веселей, тогда котятя предложили ей станцевать (упражнение «Лезгинка»: левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук; ускоряя скорость). Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (упражнение «Лягушка»: смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»). Котятя попрощались с ней и тоже отправились домой (упражнение «Кошка»). По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (упражнение «Звездочки»: правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций).

Вот они и дошли до дома, уставшие они улеглись на коврик (вытянуть пальцы из кулачка) и уснули.

Ниткография «рисунок осени»

С помощью шерстяной нити, шаблона рисунка и клея ПВА, дети выполняют творческую работу на тему «осень».

Упражнение "Сотвори солнце в себе"

Цель: общая релаксация. И. п.: стоя, сидя.

- Солнце всем светит, всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Звездочка увеличилась. Направляем лучик, который несет мир. Звездочка опять увеличилась. Направляем лучик с добром, звездочка стала еще больше. Мы направляем к звездочке лучики, которые несут здоровье, радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце. Оно несет тепло всем-всем (руки развести в стороны перед собой).

Упражнение "Солнышко"

Цель: общая релаксация. И. п.: стоя.

- Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладошках у вас лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Опустим руки, теперь они у нас отдохнут. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

©Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 13 «Наш удивительный ум»

Цель: развитие гибкости, вариативности, беглости мышления.

Приветствие

Дети, передавая колокольчик, друг другу по кругу, называют имя соседа и говорят «я рад тебя видеть» или комплимент товарищу, если ребёнок отказывается, можно предложить сказать соседу, что-то сладкое, тёплое или мягкое.

Упражнение «Назови одним словом»

Цель: умение обобщать, структурировать информацию.

Берёза, ель, осина, ива – (деревья)

Африка, Евразия, Австралия, Антарктида – (материки)

Пила, молоток, рубанок, отвёртка – (инструменты)

Сыроежка, мухомор, лисичка, маслёнок – (грибы)

Дятел, утка, орёл, курица – (птицы)

Медведь, рысь, тушканчик, бобёр – (дикие животные)

Колобок, Золушка, Теремок, Курочка Ряба - (сказки)

Трава, цветы, деревья, кустарники – (растения)

Пушкин, Заходер, Некрасов, Чуковский – (писатели)

Пион, нарцисс, лилия, астра – (цветы)

Автомобиль, трамвай, поезд, самолёт – (транспорт)

Чайник, кастрюля, кувшин, сковорода – (посуда)

Арбуз, малина, клюква, брусника – (ягоды)

Огурец, морковь. Редька, капуста – (овощи)

Жёлтый, красный, зелёный, синий – (цвета)

Зинаида, Михаил, Наталья, Елена – (имена)

Упражнение «Без чего не бывает»

Цель: развитие логического мышления, умения выделять существенные признаки.

Ведущий зачитывает ряд слов из этих слов нужно выбрать два самых важных, без чего главный предмет не может обойтись. Например, слово «Сад,» - какие слова с ним связаны: растения, садовник, забор, земля. Без чего сада быть не может? Правильный ответ «растения» и «земля». Каждое из предлагаемых слов подробно разбирается с ребёнком, главное, чтобы он понял, почему-то или иное слово является главным, существенным признаком данного понятия.

Примерные задания (ответы выделены)

Река (**берег**, рыба, рыболов, тина, **вода**)

Война (самолёт, пушки, **сражения**, ружья, **солдаты**).

Сарай (сено, лошадь, **крыша**, грабли, **стены**).

Школа (**учитель**, столы, **ученики**, стулья, книги, тетради).

Второй вариант игры

Называем слово и спрашиваем: «Чего не может быть без этого предмета, для чего или кого оно самое главное? Например, называем слово «вода» и предполагаем, что ответ должен быть такой: без воды не бывает озера, дождя, супа и т.д.

Примерный набор слов и ответов

Провод (без провода не будет электричества, света, телевизора, компьютера, не закипит чайник)

Бумага (без бумаги не напечатают книгу, не напишут письмо, не будет школьной тетрадки)

Стекло (без стекла не будет стакана, лампочки, в окно будет дуть ветер)

Магазин (без него негде будет купить одежду, игрушки, продукты)

Часы (без них мы не узнаем время, опоздаем в школу, нас не разбудит будильник)

В этой игре поощряются споры, обсуждение. Начинает игру взрослый, а потом желательно, чтобы ребёнок сам придумал слово и спросил: «Чего не может быть без этого предмета?»

Логические задачи

Цель: развитие логического мышления, наблюдательности.

Миша и Витя поехали отдыхать: один - в деревню, другой – на море. Где был Миша, если Витя не был на море?

Ответ: на море.

Если бы верблюд был ниже ёжика, но выше слона, кто был бы выше всех?

Ответ: ёжик

Меня зовут Дима, у моей сестры только один брат. Как зовут брата моей сестры?

Ответ: Дима

Если бы собака была легче жука, но тяжелее бегемота, то кто был бы легче всех?

Ответ: бегемот.

Игра «Сравнилочка»

Цель: развитие логического мышления, умения выделять существенные признаки.

В этой игре необходимо сравнивать предметы между собой: чем они похожи и чем отличаются. Выигрывает тот, кто придумает как можно больше сравнений. Например, «яблоко» и «мяч» похожи тем, что оба круглые, могут катиться, не тонут в воде и т.д. Яблоко и мяч отличаются тем, что яблоко можно съесть, а мяч нет, мячик бывает синего цвета, а яблоко нет, если мяч проткнуть, то он сдуется, а яблоко нет и т.д.

Пары для сравнения:

Шкаф и холодильник;

Дерево и бревно;

Ворона и самолёт;

Беседа о возможностях нашего мозга

- На прошлых занятиях мы говорили с вами о нашей памяти, внимании, органах восприятия, фантазии, воображении. Сегодня мы выполняли много различных заданий. Что помогало нам в их решении? (Наш ум, мозг). Как вы думаете, за что отвечает наш мозг? (За все процессы в организме, движение, речь, обработка информации и т.д.)

- Мозг человека называют иногда главным компьютером. Мозг управляет всем организмом и направляет его работу. Иногда мозг сравнивают с мышцей. Что мы делаем, чтобы мышцы стали крепче? – Верно, много тренируемся, тот же принцип работает и с нашим умом, наш ум любит трудиться, от этого мы развиваемся, становимся умнее и можем решать всё более сложные задания.

- Что необходимо развивать, чтобы наш мозг успешно справлялся со всеми задачами? (развивать внимание, память, наблюдательность).

Упражнение "Штанга"

Цель: расслабление мышц ног, рук, корпуса. И. п.: стоя.

Учитель: Встаньте. Представьте себе, что вы поднимаете тяжелую штангу.

Мы готовимся к рекорду,

Будем заниматься спортом (наклон вперед).

Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, поднять руки вверх).

Крепко держим... и бросаем!

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Нам становится понятно:

Расслабление приятно!

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».



II Блок. «Исследование своих эмоций»

Занятие 14 «Эмоция радости. Знакомство с Веселинкой».

Цель: формировать у детей навыки осознания и различения собственных эмоций.

Задачи:

- развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние и чувствовать его проявление на телесном уровне;
- развивать навыки ассоциативно-образного восприятия;
- развивать у детей самосознание, внимание к своему эмоциональному состоянию;

Оборудование:

- набор карточек для работы с эмоциями
- пособие «Колесо эмоций»
- пособие «Эмоциональная дорожка»
- музыка
- различные музыкальные инструменты по числу детей
- стулья по числу детей
- мяч
- карточки эмоций, иллюстрации по методике Громовой Т.В. «страна эмоций».

Ход занятия

Приветствие

Упражнение «необычное приветствие»

Цель: создание психологического настроя на занятие, формирование доброжелательных отношений между детьми.

Педагог-психолог:

- Здравствуйте ребята! Я рада вас видеть. Поприветствуем друг друга.

Сначала поздоровайтесь только взглядом, улыбнитесь глазками, поприветствуйте друг друга подушечками пальцев, спинками, плечиками, рукопожатием.

- При встрече принято не только приветствовать друг друга, но и называть своё имя. Я предлагаю вам сделать это необычным способом с помощью музыкальных инструментов.

Упражнение «как звучит моя эмоция»

Цель: развивать навыки ассоциативно-образного восприятия.

- Выберите какой-то один музыкальный инструмент, который, кажется, интереснее, чем другие.

1. С помощью того музыкального инструмента, который вы выбрали, сыграйте как звучит ваше имя.

2.С помощью того музыкального инструмента, который вы выбрали, сыграйте как звучит ваше настроение сегодня. Сыграйте, как будет звучать общее настроение всех вас вместе.

3. С помощью того музыкального инструмента, который вы выбрали, сыграйте как звучит ваша радость, грусть, гнев.

- Когда мы играли своё настроение, эмоции грусти, радости, гнева одинаково ли они звучали? Как вы думаете, почему звучание различалось?

Вывод: всё мы очень разные, и одни и те же эмоции мы испытываем и выражаем каждый по-своему. Кто-то, когда весел просто улыбается, а кто-то может прыгать, смеяться и хотеть со всеми поделиться своей радостью. Наши отличия делают нас особенными.

Педагог-психолог:

- Сегодня я предлагаю вам стать исследователями и отправиться в необычное путешествие по стране эмоций.

- Вы знаете кто такие исследователи?

- Какие качества необходимы исследователям?

Предполагаемый ответ детей:

- Люди, которые что-то исследуют, изучают, наблюдают. Исследователи должны быть очень внимательны.

Педагог-психолог:

Кстати, мы уже начали наше путешествие-исследование, когда играли на инструментах как, звучит наша радость, грусть и гнев.

- Как вы думаете, что такое эмоции?

Предполагаемый ответ детей:

Эмоции — это наши настроения, чувства, то, что мы испытываем, когда с нами происходят какие-то события.

Педагог-психолог:

- Если события приятные нам у нас возникает эмоция радости, например, когда вы с друзьями играете в весёлую игру, если происходит событие, которое нам не нравятся, то может возникнуть эмоция грусти, гнева (педагог-психолог демонстрирует детям карточки эмоций). Например, когда ребята не берут вас в игру. Неожиданные события могут вызвать эмоцию удивления. Например, подарок, сюрприз которого мы не ожидали.

Обсуждение домашнего задания:

- Давайте обсудим домашнее задание. Поделитесь, что вы узнали дома, о эмоции радости. Что вызывает чувство радости у ваших близких, какая эта эмоция в их представлении (по форме, цвету, запаху, температуре и т.д.), что ваши родители делают, какие знают секреты, помогающие, оставаться в радостном настроении.

Упражнение «узнай эмоцию»

Цель: учить детей дифференцировать и адекватно интерпретировать эмоциональные состояния других людей.

Педагог-психолог:

- Наше исследование продолжается. Сейчас я буду по очереди называть различные ситуации, вам нужно назвать какое чувство, эмоцию испытывает ребёнок и встать рядом с карточкой с точно такой же эмоцией.

Дети встают вокруг «эмоциональной дорожки».

Упражнение «тропа эмоций»

Цель: - развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние и чувствовать его проявление на телесном уровне.

— Что произойдет с человеком, если он увидит на березе груши?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию удивления теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **удивления** мы были напряжены или расслаблены?

— Что чувствует ребенок, когда видит друга, которого давно не видел?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию радости теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **радости** мы были напряжены или расслаблены?

— Что почувствует ребенок, если за ним гонится собака?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию страха теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **страха** мы были напряжены или расслаблены?

— Что почувствует ребенок, если кто-то начнет специально ломать его песочный замок?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию гнева теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **гнева** мы были напряжены или расслаблены?

— Что почувствует ребенок, если у него потеряется любимая собака?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию грусти теми частями тела, которые изображены на карточках.

— Когда мы изображали эмоцию **грусти** мы были напряжены или расслаблены?

Вывод: Изображая, какие эмоции наше тело было напряжено? Какие части тела у вас были больше напряжены? Изображая, какие эмоции ваше тело было расслаблено? Как вы думаете почему?

Упражнение «встреча с Веселинкой»

Цель: развивать и выявлять уровень рефлексивных способностей своего эмоционального состояния у детей.

Педагог-психолог:

- Представьте, что наши эмоции и чувства превратились в сказочных героев. И стали выглядеть примерно вот так (педагог-психолог демонстрирует детям карточки эмоций по методике «страна эмоций» Громовой Т. В.).

- Знакомьтесь! Это Веселинка. Как вы думаете, какая эмоция превратилась в Веселинку?

Предполагаемый ответ детей:

- Радость.

Педагог-психолог:

- Встречались ли вы с Веселинкой на этой неделе?

- Продолжите фразу: «**Я радуюсь, когда...**»

- Какого размера Веселинка у вас была?

- Каким цветом вы бы её раскрасили?

Упражнение «Колесо эмоций»

Цель: развивать навыки ассоциативно-образного восприятия.

Дети подходят к «колесу эмоций».

Педагог-психолог:

- Наше знакомство с Веселинкой продолжается. Как мы уже поняли из ваших ответов Веселинка у каждого бывает разной. В нашем дальнейшем исследовании эмоции радости нам поможет «колесо эмоций». Как у пирога бывает много слоёв, так и у каждой эмоции особенностей. Прикрепите свой бейджик с картинкой на любой кусочек нашего колеса эмоций. Каждому из вас на своём кусочке я предлагаю сейчас исследовать свою Веселинку.

1. Выберите ту карточку, **изображение** которой похоже на вашу Веселинку поместите её на круг;

2. Если бы радость можно было потрогать, какой наощупь она бы была именно у вас?

Выберите ту карточку, **ощущение** которой напоминает вам Веселинку и поместите её на круг;

3. Если бы радость имела какую-то форму, то как бы она выглядела у вас? Выберите ту карточку, изображение которой похоже на **форму** вашей радости и поместите её на круг;

Если бы радость можно было попробовать, то какой на вкус она была бы именно у вас?

4. Выберите ту карточку, изображение которой похоже на вашу Веселинку на **вкус**,

Если бы радость можно было понюхать, то какой по запаху она была бы именно у вас?

5. Выберите ту карточку, **аромат** которой, похож на вашу радость и поместите её на круг;

6. Если бы радость имела **температуру**, то какой бы она была именно у вас сейчас? Тёплой, горячей, холодной? Выберите карточку с изображённым предметом, который по температуре напоминает ваше ощущение радости.

6. Где в **теле** живёт ваша радость? Выберите карточку, с изображением этой части тела и поместите её на круг;

7. Когда вам радостно какое хочется делать **движение**? Покажите его. Если оно есть на карточке, выберите эту карточку и поместите её на круг.

А сейчас **в парах** расскажите друг другу о своей радости.

- Когда вы делились, друг с другом было ли что-то у вас общее? Различное в переживании эмоции радости? Как вы думаете, почему так получилось? Менялось ли ваше настроение, когда вы рассказывали друг другу о своей радости?

Вывод: несмотря на то, что радость мы переживаем каждый по-разному, эмоции — это то, что объединяет людей, без них нам было бы очень сложно общаться.

- Какие эмоции вам хочется испытывать чаще? А какие реже?

- Что было бы если бы из нашего мира ушли все эмоции и люди разучились бы чувствовать?

- Как вы думаете, какие эмоции помогают общению, а какие могут мешать?

Когда мы лучше узнаём о чувствах друг друга мы учимся дружить и считаться с другими.

На память о нашей встрече я предлагаю каждому приклеить выбранные вами карточки и составить свою «карту радости». Дома вы сможете рассказать о ней своим родителям,

братьям, сёстрам, друзьям и узнать, как их ощущение радости отличается от вашего. Какая у них радость на вкус, цвет, запах. Это будет нашим домашним заданием.

Рефлексия

Педагог-психолог:

- Сегодня мы были исследователями эмоций. Мы говорили, показывали, играли, ощущали разные эмоции радость, грусть, гнев, страх удивление. В конце каждого исследования хорошие исследователи делают выводы.

Давайте попробуем обобщить всё то, что мы сегодня узнали, почувствовали.

- Как вы поняли ребята, где находится страна эмоций?
- С каким настроением вы уходите? Что вам понравилось, запомнилось в нашем занятии.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- На следующем занятии мы будем говорить о том, какие эмоции и чувства живут рядом с радостью. Будем говорить о счастье. Дома обсудите с родителями, что вызывает у них чувство счастья, вспомните вместе с мамами и папами совместные счастливые моменты вашей жизни.

[11;23]

Занятие 15 Какие чувства живут рядом с радостью. Ощущение счастья.

Цель: формировать у детей навыки осознания и различения собственных эмоций.

Задачи:

- развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние и чувствовать его проявление на телесном уровне;
- развивать навыки ассоциативно-образного восприятия;
- развивать у детей самосознание, внимание к своему эмоциональному состоянию;
- учить распознавать оттенки и степень выраженности эмоциональных состояний и чувств;
- способствовать расширению представлений детей об эмоциях радости и эмоциональных состояниях, чувствах, которые с ней связаны.

Оборудование:

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

- набор карточек для работы с эмоциями
- пособие «Колесо эмоций»
- музыка
- краски, кисти, бумага
- мяч
- карточки эмоций, иллюстрации по методике Громовой Т.В. «страна эмоций».

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Обсуждение домашнего задания:

- Поделитесь ребята, что вы узнали о чувстве счастья от своих родителей. Какие счастливые моменты вам удалось вспомнить вместе?

этюд «Солнышко».

Цель: вызывать доброжелательный настрой, учить выражать радость от солнечного дня; упражнять в интонационной модуляции голоса.

Педагог предлагает детям порадоваться яркому солнечному дню. Подняв лицо и вытянув ладони вверх, дети приветствуют солнышко: «Мы рады тебе, солнышко! Приветствуем тебя, тёплый день! Согрей нас ласковыми лучами!»

- С какой эмоцией мы с вами знакомились на прошлой неделе? Какой герой к нам приходил?
- Сегодня я предлагаю вам поговорить о счастье. Как вы думаете, что такое счастье? Что общего у радости и счастья?
- Радость и счастье живут рядом в нашем сердце, мыслях. Если человек не чувствует радости, то и счастливым его вряд ли назовёшь

Сказка «Где живёт счастье?» (энциклопедия добрых дел. Елена Ульева)

Больше всего на свете бельчонок мечтал найти волшебную палочку. «Это же так здорово! – думал он. – Сразу можно сделать всех вокруг счастливыми!»

- Мама, - спросил он, - а что бы ты попросила у волшебной палочки?
- Я бы попросила новый дом, - вздохнула белка. –

В нашем старом дупле мы уже все не помещаемся.

- А ты бы что хотел, папа?
- Я бы хотел побольше запасов на зиму сделать. Зима долгая. Вдруг не хватит?
- А ты что, сестрёнка, хочешь?
- Я хочу, чтобы куница меня не обижала.

Задумался бельчонок: желаний много, а вот волшебной палочки нет!

«надо к сове! – решил бельчонок. – Она мудрая, всё знает. Может, даже волшебную палочку найдёт».

Выслушала бельчонка сова и хитро прищурилась.

- Знаешь, - сказала она, - никакую волшебную палочку искать не нужно.

- Как это? – удивился бельчонок. – Почему?

- Потому что она у тебя уже есть. Это твоя доброта. Если хочешь помочь кому-то, если есть желание, то всё сделаешь, всего добьёшься.

«Выходит, я – волшебник? – подумал бельчонок. – Не может быть!»

И что же вы думаете? Только он ушёл от совы, как увидел могучий дуб. А в самой середине его – огромное дупло.

«Новый дом!» - обрадовался бельчонок.

Но на этом чудеса не закончились. Скоро малыш отыскал орешник. На нём было столько орехов, что и на две зимы хватит!

Что же он принёс для сестрёнки? Ежину шубку. Знакомый ёжик запасную одолжил.

- Увидишь куницу, сразу надевай эти колючки, - посоветовал он сестрёнке. – Никакая куница не схватит.

Что же получилось? Без всякой волшебной палочки бельчонок исполнил все желания. И мама, и папа, и сестрёнка стали счастливыми.

Анализ сказки:

-Опишите бельчонка, какими качествами он обладал. Каким в представлении бельчонка было счастье? Без чего, по мнению бельчонка нельзя быть счастливыми? А как, по вашему мнению, может ли быть человек счастливым, если рядом с ним кому-то плохо? Чему учит нас эта сказка?

- если бы у вас была волшебная палочка, что бы вы пожелали в первую очередь?

Мораль сказки: будь добрым, делай хорошие дела, и люди вокруг будут счастливы!

- Опишите счастливого человека. Какие слова говорит счастливый человек? Какие поступки совершает? Какие эмоции испытывает чаще? Как он двигается?

-Опишите несчастного человека. Какие слова говорит несчастный человек? Какие поступки совершает? Какие эмоции испытывает чаще? Как он двигается? Из-за чего человек может быть несчастлив?

- Что делает счастливыми вас?

Упражнение «Колесо эмоций»

Цель: развивать навыки ассоциативно-образного восприятия.

Дети подходят к «колесу эмоций».

- Наше знакомство с «Колесом эмоций и чувств» продолжается. Как мы уже поняли из ваших ответов ощущение **счастья** у каждого бывает разным, я предлагаю сейчас исследовать вам своё ощущение **счастья**.

1.Выберите ту карточку, **изображение** которой похоже на ваше ощущение **счастья** поместите её на круг;

2.Если бы радость можно было потрогать, какой наощупь она бы была именно у вас?

Выберите ту карточку, **ощущение** которой напоминает вам счастье, и поместите её на круг;

- 3.Если бы счастье имело какую-то форму, то, как бы она выглядела у вас? Выберите ту карточку, изображение которой похоже на **форму** вашей радости и поместите её на круг;
Если бы счастье можно было попробовать, то какой на вкус оно было бы именно у вас?
- 4.Выберите ту карточку, изображение которой похоже на ваше ощущение счастья на **вкус**,
Если бы счастье можно было понюхать, то какой по запаху она была бы именно у вас?
- 5.Выберите ту карточку, **аромат** которой, напоминает, похож, на ваше счастье и поместите её на круг;
- 6.Если бы счастье имело **температуру**, то каким бы оно была именно у вас сейчас? Выберите карточку с изображённым предметом, который по температуре напоминает ваше ощущение счастья.
- 6.Где в **теле** живёт ваше ощущение счастья? Выберите карточку, с изображением этой части тела и поместите её на круг;
- 7.Когда вы счастливы, какое хочется делать **движение**? Покажите его. Если оно есть на карточке, выберите эту карточку и поместите её на круг.

А сейчас **в парах** расскажите друг другу о своём ощущении счастья, какое оно у вас по цвету, форме, запаху, температуре. На что похоже. Поделитесь, друг с другом событиями, которые вы считаете счастливыми.

- Когда вы делились, друг с другом было ли что-то у вас общее? Различное в переживании эмоции радости? Как вы думаете, почему так получилось? Менялось ли ваше настроение, когда вы рассказывали друг другу о своей радости?

Вывод: несмотря на то, что радость мы переживаем каждый по-разному, эмоции — это то, что объединяет людей, без них нам было бы очень сложно общаться.

Интермодальная техника работы с рисунком «Счастье»

Цель: актуализация состояния счастья. Создание ресурсного образа.

На листе бумаги любыми цветами, линиями, нарисуйте как выглядит ваше счастье.
Придумайте название своей работы. Какое настроение у вас сейчас по её завершению?
Рассмотрите рисунки друг друга. Найдите работу, которая чем-то схожа с вашей.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[10; 33]

Занятие 16 Знакомство с эмоцией удивления

Цель: формировать у детей навыки осознания и различения собственных эмоций.

Задачи:

- развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние и чувствовать его проявление на телесном уровне;
- развивать навыки ассоциативно-образного восприятия;
- развивать у детей самосознание, внимание к своему эмоциональному состоянию;
- учить распознавать оттенки и степень выраженности эмоциональных состояний и чувств;
- познакомить детей с эмоцией удивления
- способствовать расширению представлений детей об эмоции удивления и эмоциональных состояниях, чувствах, которые с ней связаны.

Оборудование:

- набор карточек для работы с эмоциями
- музыка
- краски, кисти, бумага
- мешочки и цветные камушки по количеству детей
- пособие «Тропа эмоций»
- МАК «Волшебные превращения»
- мяч
- карточки эмоций, иллюстрации по методике Громовой Т.В. «страна эмоций».

Ход занятия

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «на берегу»

Цель: развивать творческую фантазию, речь, учить расслабляться.

Дети ложатся на ковёр на спину. Воспитатель включает аудиозапись морских волн.

- Представьте, что вокруг вас тёплый, ласковый песок. Протяните руки и пропустите песок сквозь пальцы, пересыпьте его из руки в руку, разгребите в песке ямку и закопайте её вновь.

Дети садятся, запрокидывают голову, подставляют лицо солнышку, щурятся от яркого света.

Дети встают и имитируют броски камешков в воду, прыжки через волну, убегают от волны.

- Расскажите, какие волны трогают ваши ножки, какой на ощупь камешек. Что вы можете увидеть под волной? (Ракушки, водоросли, медузы и т. п.)

Упражнение «Что рассказало море».

Цель: развивать творческую фантазию, речь, учить расслабляться.

- Представим себя на берегу моря. Закройте глаза, положите расслабленные руки на колени. Вспомните, какого цвета море, какое у него бывает настроение, какой берег, кто обитает в море. Прислушайтесь, как «разговаривают» песок, волны, ветер.

Можно использовать аудиозапись шума моря.

- Расскажите ребята о том, что вам сообщили море, ветер и волны по ролям.

Арт-терапевтическое упражнение «Моё настроение»

Цель:

- Ребята нарисуйте свое настроение — такое, какое оно есть прямо сейчас. Может быть, оно будет похоже на погоду, или на пейзаж, или это будет абстрактный рисунок. Дорисуйте образ до конца — чтобы он полностью отражал Ваше состояние.

Опишите своё настроение словами, — какое оно? Детям можно задавать наводящие вопросы: грустное или веселое? От чего такое? Это ожидание чего-то или про прошедшие события? А какое настроение ты бы хотел?

Теперь измените, этот рисунок так, чтобы он изображал то настроение, которое вы хотите для себя. Изменить нужно именно этот рисунок, не надо рисовать новый. Можно дорисовать новые детали или зарисовать его полностью, покрутить лист и увидеть с нового ракурса другую картину. Можно порезать и переклеить части в другом порядке, меняйте свое настроение любым способом! Главное — чтобы в итоге получилось именно такое настроение, которое бы вы хотели сохранить на долгое время (например, спокойное или радостное, нежное, или влюбленное...)

Упражнение «Крылья».

Цель: способствовать самовыражению детей.

Дети закрывают глаза и руками изображают крылья. Педагог просит детей представить, что у них появились крылья, они теперь умеют летать. Куда они полетят? С кем? Что увидят? Дети, не открывая глаза, придумывают, а затем открывают глаза и рассказывают о своих фантазиях группе.

Беседа.

Чтение стихотворения.

Ой, смотрите, кто – то там ползет!

На себе он домик свой везет...

И волшебное это мгновение

Вызывает у всех удивление!

«Сегодня мы с вами поговорим

о таком чувстве, как удивление».

Показ пиктограммы и картинок с изображением удивления.

«Ребята, давайте опишем лицо удивленного человека. Что происходит с его лицом? С бровями?... Правильно, они подняты вверх. С глазами? Они широко открыты. С губами? Они растянуты и похожи на букву «о».

Детям раздаются зеркала, педагог просит показать удивление и рассмотреть его в зеркале, проговорив при этом следующие слова: «Вот это да!»

Работа с МАК «Волшебные превращения»

Рассмотрите внимательно все карточки с изображением животных с различными настроениями. Найдите среди них, тех кто испытывает эмоцию удивления.

Упражнение «Закончи предложение».

«Удивление – это, когда...»

«Я удивляюсь, когда...»

«Мама удивляется, когда...»

«Воспитатель удивляется, когда...»

Рисование на тему «Удивление».

«Сегодня мы с вами будем рисовать облачко удивления. Ребята, а как вы думаете, какого цвета может быть удивление? Пока вы рисуете, послушайте отрывок из стихотворения

Н. Екимовой.

По небу плыли облака,

А я на них смотрел.

И два похожих облачка

Найти я захотел.

Я долго всматривался ввысь

И даже щурил глаз,

А что увидел я, то вам

Все расскажу сейчас.

Вот облачко веселое

Смеется надо мной:

– Зачем ты щуришь глазки так?

Какой же ты смешной!

Я тоже посмеялся с ним:

– Мне весело с тобой!

И долго-долго облачку

Махал я вслед рукой.

А вот другое облачко

Расстроилось всерьез:

Его от мамы ветерок

Вдруг далеко унес.

И каплями-дождинками

Расплакалось оно...

И стало грустно-грустно так,

А вовсе не смешно.

И вдруг по небу грозное

Страшилище летит

И кулаком громадным
Сердито мне грозит.
Ох, испугался я, друзья,
Но ветер мне помог:
Так дунул, что страшилище
Пустилось наутек.
А маленькое облачко
Над озером плывет,
И удивленно облачко
Приоткрывает рот:
– Ой, кто там, в глади озера
Пушистенький такой,
Такой мохнатый, мягонький?
Летим, летим со мной!
Так очень долго я играл
И вам хочу сказать,
Что два похожих облачка
Не смог я отыскать.

Обсуждение рисунков.

Подведение итогов занятия.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, что вызывает у них чувство удивления. Когда и чему они удивлялись последний раз.

[12; 45]

Занятие 17 «Когда бывает интересно. Когда бывает скучно».

Цель: знакомство с чувством интереса.

Материал: мяч, зеркала, «Волшебный мешочек», мелкие предметы, пиктограмма интереса.

Ход занятия

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Обсуждение домашнего задания:

- Что вы узнали из беседы с родителями о том, что вызывает их удивление? Было ли что-то общее у вас?

Игра «Эхо».

Цель: настроить детей друг на друга;

дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.

Дети сидят в кругу. Педагог предлагает сидящему справа от него, назвать свое имя, а потом все вместе прохлопать его.

Упражнение «Прогноз погоды»

Цели: бывают дни, когда дети (да и взрослые) чувствуют себя "не в форме". Может быть, их охватывает уныние, обида или злость, и им хочется, чтобы их оставили в покое. Получив право побыть какое-то время в одиночестве, дети легче приходят в нормальное состояние, справляются со своими чувствами и быстрее включаются в жизнь класса.

С помощью этого упражнения психолог дает ребенку понять, что он признает за ним право побыть какое-то время необщительным. В это время другие дети учатся уважать такое состояние души у каждого человека.

Материалы: Бумага и восковые мелки.

Инструкция: иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать одноклассникам свой "прогноз погоды". Тогда всем будет понятно, что на какое-то время, вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова "Штормовое предупреждение". Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас "плохая погода", и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете "дать отбой". Для

этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит вовсю. Пожалуйста, поощряйте использование "прогнозов погоды" детьми, будет очень здорово, если это станет для них привычным. Это сделает атмосферу в классе более гармоничной и научит детей считаться с настроением друг друга. Лучше всего, если Вы сами время от времени будете представлять детям свой личный "прогноз погоды", что позволит им принимать во внимание настроение и душевное состояние взрослого.

Беседа.

«На сегодняшнем занятии мы с вами поговорим о таком чувстве, как интерес».

Этюд «Что там происходит?»

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

Выразительные движения: голова поворачивается в сторону происходящего действия, пристальный взгляд.

Поза: выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

- Давайте разыграем этот эпизод. После разыгрывания эпизода детям показывается пиктограмма интереса.

Затем перед зеркалом дети зеркала изображают эмоцию интереса/скуки интерес в своем отражении.

«Какое у вас лицо?» - сосредоточенное,

голова - направлена в сторону происходящего,

взгляд – пристальный, рот – полуоткрыт, шея –вытянута вперед.

Упражнение «Закончи предложение».

«Интерес – это, когда...»

«Мне интересно, когда...»

«Маме интересно, когда...»

«Воспитателю интересно, когда...»

«Скука – это когда...» [16, с. 125]

- А на занятии, как вы думаете, ребята, кто ответственен за то, чтобы ребёнку было интересно? Почему на одном и том же занятии, в игре, одному может быть интересно, а другому нет? Что мешает развитию интереса? Каким людям всегда бывает скучно?

- Бывают ли какие-то важные, нужные вещи, которые нужно сделать, но они ребёнку пока не интересны? Например, нужно выучить урок по математике в школе, а ребёнку это не интересно. Что тогда делать?

- Как помочь себе сохранять интерес?

Рисование чувства интереса и скуки

Цель: развитие образного, ассоциативного мышления.

- Давайте пофантазируем, представим, на, что может быть похож интерес и скука. Нарисуйте интерес и скуку, это может быть как конкретный образ, например какой-то герой,

так и собирательный, это может быть выражение интереса и скуки через различные цвета и формы.

Упражнение «Что слышно».

Цель: развивать внимание.

Педагог предлагает детям послушать тишину. И запомнить, кто, что услышал, поделившись с другими.

Упражнение «Волшебный мешочек».

Цель: активизация тактильного восприятия;

развивать произвольность;

совершенствовать чувство интереса.

«Это «Волшебный мешочек». Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка, не заглядывая туда, на ощупь определите, что в нем лежит, Кто догадался, говорит в слух, что у него в руках».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, что вызывает у них интерес, а что вызывает скуку? Что помогает им справляться со скукой, выполнять скучную работу, задания?

[18; 145]

Занятие 18 Грусть, знакомство Грустинкой

Цель: знакомство с чувством грусти. Обучение реагированию своего эмоционального состояния. Развитие эмоциональной выразительности в мимике, пантомимике, умения, чувствовать своё состояние на уровне тела.

Материал: мяч, пиктограмма грусти, контуры зайчиков, стаканы с водой, краски, кисточки, стул.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Обсуждение домашнего задания:

- Что вы узнали из беседы с родителями о том, что им бывает интересно, а что вызывает скуку? Что помогает им справляться со скукой, выполнять скучную работу, задания? Было ли что-то общее в вашем представлении о том, что интересно, и том, что скучно?

Этюд «Небо».

Цель: упражнять в интонационной модуляции голоса, в различении цветовых оттенков, учить и давать им характеристику.

Психолог делит детей на подгруппы и каждой даёт лист цветной бумаги.

- Ребята, это цвет вашего неба. Определите его настроение, когда и в какую погоду бывает такое небо? Попросите небо изменить своё настроение на более радостное, весёлое или на более спокойное, нежное, тихое.

Этюд «ДОЖДЬ».

Цель: упражнять в интонационной модуляции голоса, в различении цветовых оттенков, учить давать им характеристику.

Психолог включает аудиозапись звука дождя.

- Что вы слышите? Какой этот дождь по настроению? Подберите к нему цветовую полоску. Попросите дождь превратиться в дождик — каким он станет, какого цвета?

Как мы называем сильный дождь? (Ливень, гроза.) Покажите, как люди прячутся от внезапного ливня, от грозы? (Дети прикрывают голову руками, пригибаются от громких ударов грома, бегут быстро в укрытие.)

Как мы назовём маленький, мелкий дождик? (Изморось.) Как люди реагируют на мелкий дождик в солнечную погоду? А что такое «грибной дождь»? (Резкий и сильный при ярком солнышке.) Как люди встречают такой дождь? (Улыбаются, веселятся, танцуют под ним и т. д.)

Игра «Море волнуется».

Цель: создание положительного эмоционального фона;

Обучение распознаванию и произвольному проявлению чувств.

Педагог: «Море волнуется раз, 2-3: фигура радости, страха, злости, удивления на месте замри». Далее водящий выбирает наиболее яркую фигуру.

Беседа

«Сегодня я хочу вам прочитать стихотворение про два облачка, которые испытывают разные чувства, а вы догадаетесь, о каких чувствах идет речь».

«А что увидел я, то вам

Все расскажу сейчас.

Вот облачко веселое

Смеется надо мной:

– Зачем ты щуришь глазки так?

Какой же ты смешной!

Я тоже посмеялся с ним:

– Мне весело с тобой!

И долго-долго облачку

Махал я вслед рукой.

А вот другое облачко

Расстроилось всерьез:

Его от мамы ветерок

Вдруг далеко унес.

И каплями-дождинками

Расплакалось оно...

И стало грустно-грустно так,

А вовсе не смешно.

Показ пиктограммы грусти. Давайте покажем на

лице грусть, а теперь руками и ногами, телодвижением. [16, с. 125]

Знакомство с Грустинкой методика Т.В. Громовой «страна эмоций»

- Эмоции бывают разных размеров, разных цветов, и даже могут проявляться по-разному у разных людей. Как вы думаете от чего зависит размер нашей Грустинки? В какой части тела живёт грусть у вас, когда вам грустно, где сильнее всего вы её ощущаете? Каким цветом вы бы её раскрасили?

Дети раскрашивают каждый свой вариант Грустинки.

Упражнение «Закончи предложение»

«Грусть –это, когда...»

«Я грущу, когда...»

«Маме грустно, когда...»

«Воспитателю грустно, когда...»

«Ребята, а у кого, где живет грусть на теле? А кого она цвета может быть».

Рисование грустного зайчика.

«Сегодня мы с вами будем рисовать грустного зайчика, грустными красками».

Беседа по рисункам

«А как можно избавиться от грусти, что нужно сделать?». – Для чего человеку испытывать грусть? Что было бы если бы на свете не было эмоции грусти? – Как можно помочь другу, если он грустит? Как можно помочь себе, если тебе грустно?

Упражнение "Сундук того, что меня огорчает"

Представь, что тебе дали волшебный сундук, который можно запереть. Ты можешь положить в этот сундук все, что тебя огорчает или сердит и там это будет надежно запрятано. Ничего не может ускользнуть из этого сундука. Но когда тебе захочется подумать о чем-то или решить, что с этим можно сделать ты можешь достать это из сундука. А когда закончишь - можно положить это обратно. Нарисуй или построй свой

сундук. Затем нарисуй или создай изображения того, что тебя огорчает или сердит и положи их сундук.

Игра «Волшебный стул»

Цель: активизировать положительные эмоции для устранения или снижения интенсивности переживаемой грусти.

Ребенок садится в центре на стул и грустит, а остальные дети подходят и пытаются его развеселить (поглаживают и говорят ласковые слова).

Подведение итогов занятия

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[28; 125]

Занятие 19 Продолжение знакомства с Грустинкой.

Цель: расширение представлений детей об эмоции грусти, обучение отреагированию своего эмоционального состояния. Развитие эмоциональной выразительности в мимике, пантомимике, умения, чувствовать своё состояние на уровне тела.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Ухо-нос»

Цель: развитие координации, крупной моторики, переключения внимания.

- левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

Упражнение «Лезгинка»

Цель: развитие координации, крупной моторики, переключения внимания.

- левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук.

Упражнение «тропа эмоций»

Цель: - развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние и чувствовать его проявление на телесном уровне.

—Что произойдет с человеком, если он увидит на березе груши?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию удивления теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **грусти** мы были напряжены или расслаблены?

—Что чувствует ребенок, когда видит друга, которого давно не видел?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию радости теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **радости** мы были напряжены или расслаблены?

—Что почувствует ребенок, если за ним гонится собака?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию страха теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **страха** мы были напряжены или расслаблены?

—Что почувствует ребенок, если кто-то начнет специально ломать его песочный замок?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию гнева теми частями тела, которые изображены на карточках.

Когда мы изображали эмоцию **гнева** мы были напряжены или расслаблены?

—Что почувствует ребенок, если у него потеряется любимая собака?

Идя по дорожке, попробуйте изобразить эмоцию грусти теми частями тела, которые изображены на карточках.

— Когда мы изображали эмоцию **грусти** мы были напряжены или расслаблены?

Вывод: Изображая, какие эмоции наше тело было напряжено? Какие части тела у вас были больше напряжены? Изображая, какие эмоции ваше тело было расслаблено? Как вы думаете почему?

Упражнение «Колесо эмоций»

Цель: развивать навыки ассоциативно-образного восприятия.

Дети подходят к «колесу эмоций».

Педагог-психолог:

- Наше знакомство с «Колесом эмоций и чувств» продолжается. Как мы уже поняли из ваших ответов переживание эмоции гнева у каждого бывает разным, я предлагаю сейчас исследовать вам **эмоцию грусти**.

1.Выберите ту карточку, **изображение** которой похоже на вашу **эмоцию грусти** поместите её на круг;

2.Если бы **грусть** можно было потрогать, какой наощупь она бы была именно у вас?

Выберите ту карточку, **ощущение** которой напоминает вам **эмоцию грусти**, и поместите её на круг;

3. Если бы **эмоция грусти** имела какую-то форму, то, как бы она выглядела у вас? Выберите ту карточку, изображение которой похоже на **форму** вашей эмоции грусти и поместите её на круг;

Если бы грусть можно было попробовать, то какой на вкус оно было бы именно у вас?

4. Выберите ту карточку, изображение которой похоже на вашу **эмоцию грусти**, если бы его можно было попробовать на **вкус**,

Если бы **грусть** можно было понюхать, то какой по запаху она была бы именно у вас?

5. Выберите ту карточку, **аромат** которой, напоминает, похож, на грусть и поместите её на круг;

6. Если бы грусть имела **температуру**, то какой бы она была именно у вас сейчас? Выберите карточку с изображённым предметом, который по температуре напоминает ваше ощущение счастья.

6. Где в **теле** живёт ваша **грусть**? Выберите карточку, с изображением этой части тела и поместите её на круг;

7. Когда вы **грустите**, какое хочется делать **движение**? Покажите его. Если оно есть на карточке, выберите эту карточку и поместите её на круг.

А сейчас **в парах** расскажите друг другу о своём ощущении **эмоции грусти**, какая грусть у вас по цвету, форме, запаху, температуре. На что похоже. Поделитесь, друг с другом, что заставляет вас огорчаться, а что радоваться.

- Когда вы делились, друг с другом было ли что-то у вас общее? Различное в переживании эмоции радости? Как вы думаете, почему так получилось? Менялось ли ваше настроение, когда вы рассказывали друг другу о своей радости?

Упражнение «Скульптура»

Цель: развитие воображения, образного мышления.

Для выполнения этого упражнения понадобятся тонкие сухие веточки и глина.

- Сейчас я предлагаю вам побыть в роли скульптора и слепить свою эмоцию грусти.

Обсуждение работ.

Вывод: Каждый из нас по-разному переживает грусть. В этом наша особенность и уникальность. Сегодня из беседы друг с другом вы узнали, что каждый из вас может грустить из-за различных вещей. Кто-то очень легко расстраивается, и быстро успокаивается, кого-то сложно бывает чем-либо огорчить. Поэтому общаясь друг с другом нужно проявлять уважение и бережное отношение к другим.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, что вызывает у них чувство грусти, какая эта эмоция в их представлении (по форме, цвету, запаху, температуре и т.д.), что помогает вашим родителям справляться со своей грустью.

Занятие 20 Презрение.

Цель: знакомство с чувством самодовольства.

Материал: мяч, стул.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Покажи чувства руками».

Цель: способствовать развитию спонтанности детей;

Развивать рефлексию эмоциональных состояний.

Педагог предлагает детям представить, что их руки стали живыми и могут радоваться, бояться, злиться...Затем дети, глядя на ведущего, показывают, как их руки радуются, боятся.

Обсуждение домашнего задания:

- Что вы узнали из беседы с родителями о чувстве грусти? Что помогает им справляться с грустью? Было ли что-то общее в вашем представлении о том какая грусть (по ассоциации, цвету, запаху и т.д.)?

Беседа.

«Смотрите, какое лицо я вам сегодня принесла.

Этот человек хочет с нами общаться или нет?

Почему вы так решили? Как вы думаете, он хочет с кем –то поиграть в свою любимую игру или всем покажет и никому не даст? А, этот человек, скорее всего, никому не даст свою игрушку. Чувство на его лице называется самодовольство. Это, когда вы хвастаетесь, на вашем лице появляется такое же или очень похожее выражение»

Давайте покажем такое лицо.

«Помните, мы с вами играли в игру «Конкурс хвастунов». Давайте еще раз поиграем в эту игру, только наша игра будет называться «Заяц – хваста». Как в одном мультике, где заяц хвастался перед другими зайцами».

Беседа.

«А сейчас, я расскажу вам сказку «Мышка – хвастунья», а вы ее внимательно слушаете. потом мы будем разыгрывать ее по ролям».

Цель: закрепление полученных знаний.

Мышка гуляла по лесу и встретила там олененка с золотыми рожками.

-Подари мне свои рожки,- попросила у олененка мышка.

-Зачем тебе мои золотые рожки? Они будут тебе мешать,- ответил олененок.

-Ты жадина! - стала дразнить олененка мышка.

-Я не жадный – ответил олененок и надел на голову мышки свои золотые рожки.

Мышка обрадовалась и побежала всем показывать украшение. Она так торопилась, что забыла даже сказать олененку слова благодарности. Когда мышка увидела своих подружек, то стала хвастаться перед ними:

-Я лучше всех, я богаче всех, я не буду с вами серыми, дружить!

Вдруг из – за куста выскочил кот. Все серые мышки быстро попрятались в свои норки, а мышка с золотыми рожками застряла. Кот набросился на нее и съел. И остались на траве только золотые рожки. Идет олененок по лесу и видит: лежат его золотые рожки. Остановился он, нагнулся и надел их снова себе на голову.

-Как плохо быть хвастливым, - вздохнул олененок и покачал золотыми рожками.

Вот такая сказка. Сейчас, мы попробуем ее разыграть. Кто хочет быть мышкой? Олененком? Кошкой? Хорошо! Все остальные будут просто мышками.

Игра «Обезьянки» [16, с. 128]

Цель: способствовать развитию спонтанности у детей.

Педагог предлагает детям поиграть в обезьянок, которые любят кривляться и подражать друг другу.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!». [39; 25]

Занятие 21 Чувство Брезгливости.

Цель: знакомство с чувством брезгливость.

Материал: мяч, пиктограмма брезгливости, зеркала, «грязная бумажка», чашка, мусорное ведро.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Поделись приятным за неделю».

Цель: создавать положительный эмоциональный фон.

Дети по кругу рассказывают, что у них произошло хорошего за неделю.

Упражнение «Передай маску».

Цель: настрой на работу в группе.

«Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, н-р, вот такое- радость. Медленно поверните голову, чтобы у всех детей появилась возможность увидеть выражение вашего лица. А дальше будет так. Я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица, Он должен в точности повторить это выражение на своем лице, а потом придумать свое и передать его своему соседу слева...»

Беседа.

Показ пиктограммы брезгливости. Как вы думаете, какое это чувство? Покажите его на лице (раздаются зеркала), покажите это чувство руками. Чтобы лучше это выражение получилось на лице, послушайте историю.

Этюд «Соленый чай».

Бабушка потеряла очки и поэтому вместо сахара насыпала в чай 2 ложки соли. Ее внук Петя пришел из детского сада и попросил бабушку дать ему попить. Она принесла чашку чая. Мальчик сделал глоток, а чай оказался соленым. Как противно стало у него во рту.

Я предлагаю вам представить, что вы сделали глоток соленого чая. Будем передавать чашку по кругу, изображая, что мы делаем глоток, а чай оказывается соленым...

Выразительные движения: голова немного откинута назад, верхняя губа подтягивается к носу, брови нахмурены, нос сморщен.

Упражнение «Закончи предложение». [16, с. 130]

«Отвращение — это, когда...»

«Я испытываю отвращение, когда...»

«Мама испытывает отвращение, когда...»

«Воспитатель испытывает отвращение, когда...»

Упражнение «Грязная бумажка».

«На полу в коридоре лежит грязная бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив...Ему кажется, что бумажка из туалета. Наконец он пересиливает свое отвращение, берет бумагу кончиками двух пальцев и, отведя руку в сторону, относит ее в ведро для мусора».

Дети, по очереди пытаются поднять «Грязную бумажку» и выбросить в ведро для мусора.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, что вызывает отвращение, удовольствие у них, какие звуки, вкусы, запахи, явления природы, им нравятся, что им не нравится.

Занятие 22 Когда ты боишься и что с этим делать?

Цель: коррекция страхов, гармонизация эмоционального состояния, поиск ресурсов.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Динамическая пауза «Ракета»

А сейчас мы с вами, дети,

Встают на носки, поднимают

Улетаем на ракете.

Вверх и тянутся как можно

На носки поднимитесь,

выше.

А потом руки вниз.

Плавнo опускают руки вниз.

Раз, два, три! Потянись.

Тянутся вверх.

Вот летит ракета ввысь!

Бегут на месте легким бегом.

Упражнение «Запуск ракеты»

Давайте попробуем запустить в космос ракету с космонавтом. И так сначала дети будут космонавтами, а потом родители. Космонавты занимают место на «корабле» - на стуле, а родители будут мотором ваших кораблей, садимся на корточки за стулом и начинаем ракету «запускать».

Сначала шепчем «Ууу», потом постепенно приподнимаемся, усиливая голос, затем с громким криком «Ух!» подпрыгнуть и поднять руки вверх. Сначала дети космонавты, а родители «мотор» потом на оборот. (Можно повторить «запуск», если им не удалось достаточно резко прыгнуть и достаточно громко крикнуть.)

Обсуждение домашнего задания

- Что вам удалось узнать из беседы со своими родителями? Есть ли у вас какие-то общие вещи, звуки, запахи, вкусы, явления природы, которые вам обоим нравятся, доставляют удовольствие, и наоборот не нравятся, вызывают отвращение?

Сказка «Серое ухо»

В одном лесу жил Зайчишка Серое ухо, у которого было много-много друзей. Однажды его друг Ежик Маленькие ножки пригласил Зайчишку на свой день рождения. Зайчишка очень обрадовался приглашению. Он пошел на дальнюю поляну и набрал для Ежика целую корзину земляники, а потом отправился в гости.

Его путь лежал через лесную чащу. Светило солнышко, и Зайка весело и быстро добрался до домика Ежика. Ежик очень обрадовался зайчику. Потом к ежику пришли Белка Рыжий хвостик и Барсучонок — Мягонький животик. Они все вместе танцевали и играли, а после пили чай с тортом и земляникой. Было очень весело, время бежало быстро, и вот уже начало темнеть — пора было гостям собираться домой, где их ждали родители. Дружья попрощались с ежиком и пошли по своим домам. И наш Зайчишка отправился в обратный путь. Сначала он шел быстро, пока тропинку было хорошо видно, но вскоре совсем стемнело, и Зайчику стало чуть-чуть страшно.

Он остановился и прислушался к темному и совсем неприветливому ночному лесу. Вдруг он услышал странный шорох. Зайчишка прижался к траве и задрожал. Потом подул ветер, и Зайка услышал страшный скрип и скрежет — он посмотрел направо и увидел что-то огромное и страшное: у него было много длинных и корявых рук, которыми оно размахивало и при этом издавало тот самый страшный скрежет...

Зайчонку стало совсем страшно, он подумал, что это Чудовище, что оно сейчас схватит его своими корявыми ручищами, а потом съест... Бедный Зайчишка накрыл лапками уши и закрыл глазки, чтобы не видеть и не слышать страшного Чудовища., и стал дожидаться своей смерти.

Так прошло некоторое время и... ничего не случилось. А затем Зайка сказал сам себе: «Неужели я так и буду лежать здесь и умирать от страха? А что будет с моей мамой, если я умру, ведь она не переживет этого?». Зайка собрался с силами, открыл глаза и смело посмотрел на Чудовище. И вдруг он заметил, что Чудовище совсем не Чудовище, а старый Дуб, с которым Зайка всегда здоровался, гуляя по утрам, а огромные руки — всего-навсего ветви, на которых днем поют птички. Скрипел же старый Дуб потому, что на ветру раскачивалась его старая растрескавшаяся макушка. Наш Зайка громко рассмеялся оттого, что испугался старого своего друга — доброго Дуба.

Зайка продолжил свой путь домой, он теперь знал, что ничего страшного в ночном лесу не может быть. И после этого случая Зайка Серое ухо никогда больше не боялся темного леса.

Вот такая случилась история с храбрым Зайчиком Серое ухо.

Обсуждение:

Чего боялся Зайчик?

Каким образом Зайчик увидел, что Чудовище – совсем не чудовище?

Почему теперь Зайчика называют храбрым.

- А с вами, ребята, такое случалось?
- А чего вы боялись, когда были совсем маленькими?
- А как вы смогли победить свой страх?
- Можно ли вообще ничего не бояться?
- Для чего же страх иногда бывает нужен?
- А как сделать так, чтобы бояться меньше?
- Кто может в этом помочь?
- Вы можете рассказать о своем страхе?
- А показать, как вы боялись?

Рисунок на тему «Чего я боюсь»

- Ребята! Вы точно показали, как вам было страшно, как вы боялись. А что вы чувствовали при этом? Может быть, вы сердились за свой страх на себя или на других? Возьмите лист бумаги и покажите, скомкав лист, как вам было страшно, или как вы сердились... Дети выполняют задание.

А теперь давайте развернем этот лист, разгладим его и положим перед собой. Вспомните, о каком своем страхе вы говорили сегодня, чего вы боитесь больше всего? А может, у вас есть не один, а несколько страхов? Давайте их нарисуем на этом разглаженном листочке.

Дети рисуют свой страх и рассказывают о нем. После этого следует обсуждение. Обсуждение рисунков. Рассказы детей.

В случаях серьезных страхов следует обратить на них внимание и провести индивидуальную коррекционную работу.

Упражнение «Неваляшка»

Необходимое количество участников – трое, желательно, чтобы среди них был взрослый. Двое встают на расстоянии метра лицом друг к другу. Ноги стоят устойчиво, делается упор на одну. Руки вытянуты вперед. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему дается команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!» Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперед, там ребенок снова встречает руки. Покачивание продолжается в течение 2—3 минут. Хорошо, если в роли «Неваляшки» побывают все дети.

Упражнения на релаксацию

"Загораем"

Цель: расслабление мышц ног. Исходное положение (далее - и. п.): лежа.

Учитель: Давайте ляжем, представим себе, что ноги загорают на солнце. Поднимите ноги и держите на весу. Ноги напряглись, стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они

устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох - пауза. Выдох - пауза.

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим... держим... напрягаем...

Загораем! Отпускаем.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[48; 225]

Занятие 23. Когда ты боишься и что с этим делать? (Продолжение.)

Позитивное изменение рисунка

«Чего я боюсь?»

Цель: коррекция, преодоление страхов через их отреагирование и трансформацию в творческой форме.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Ход занятия

упражнение «Шум растёт».

Создание проблемной ситуации

Ведущий просит детей вспомнить, чем они занимались на прошлом занятии. Дети говорят, что рисовали свой страх.

- Да, в самом деле, мы рисовали свои страхи. Когда я собрала эти рисунки, то решила, что навсегда избавлю вас от них, сожгу, а пепел выброшу. Но странное дело! Рассмотрев эти «страшилки», я вдруг почувствовала, что мне их жаль. Да-да! Представляете, каково им приходится, таким страшным, ужасным и непривлекательным! Никто их никогда, наверное, не любил! Может, поэтому они такими и стали? Как вы считаете?

Позитивное изменение рисунка

Дети работают с вопросами и заданиями.

Сегодня каждому из вас я предлагаю стать волшебниками. Психолог предлагает детям шляпы волшебника и волшебные палочки – цветные карандаши и кисточки. Для настоящего волшебника нет преград, даже самое страшное чудовище он может превратить в милого зверька. Попробуйте сказать волшебные слова и взмахнув волшебной палочкой – ваши карандашами – измените ваши страхи, попробуйте дорисовать их так, чтобы они стали не страшными, а смешными.

- Как вы думаете, чего им не хватает? Нарисуйте!
- Им лучше? Они рады?
- Какими они станут? Нарисуйте!
- Теперь они вам больше нравятся?
- А страшные они теперь?

Обсудив получившиеся рисунки, дети, приходят к выводу, что они совсем не страшные.

Упражнение «Волны»

Цель: развитие эмоциональной сферы, групповой сплочённости, образного мышления и воображения. Учить передавать образ через движения.

Для выполнения этого упражнения потребуются две голубые атласные ленты 1-1.5 м. Психолог называет детям по очереди какое-то чувство и предлагает превратиться в морские волны и с помощью лент, показать: волны радости, волны страха, гнева, грусти, удивления, спокойствия.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, какие страхи были у них в детстве, что помогает им справляться со своими страхами в детстве и сейчас. Как они представляют себе свой страх (по цвету, форме, температуре, на что похож, запаху и т.д.)

Занятие 24 Эмоция гнева

Цель: знакомство с эмоцией гнева, обучение различным способам отреагирования гнева, развитие осознанности и рефлексивных качеств ребёнка.

Материал: мяч, пиктограмма злости, зеркала, игра «Дартс», мешочки.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Мы очень любим».

Цель: гармонизация взаимоотношений детей.

«Давайте выберем водящего, а потом представим, что мы все – его мама, папа, бабушка, дедушка- словом, те, кто очень любит нашего водящего. Он будет кидать нам по очереди мяч, а мы – придумывать и называть его ласковое имя».

Обсуждение домашнего задания:

- Что вы узнали из беседы с родителями? Какой вывод вы сделали? Были ли что-то общее в переживании, представлении эмоции страха у вас и ваших родителей? Какие способы борьбы со страхами вы узнали?

Беседа.

Чтение стихотворения.

Обсуждение и угадывание чувства злости.

Показ пиктограммы злости. «Ребята, что произошло с его ртом? Бровями? Какое у него выражение глаз?

С помощью зеркала, дети рассматривают свою злость и продолжают предложение: «Когда я злюсь, моя злость похожа на...»

Попробуйте показать злость руками, телодвижением и проговорить фразу: «Уходи!»

А сейчас послушайте историю про мальчика Петю, которая называется

«Сердитый дедушка» [16, с. 136]

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 пошёл? Вдруг с ним что – ни будь

случится?

«Давайте разыграем эту историю». Отлично!»

Упражнение с «кубиком Блума»

Цель: развитие ассоциативного, образного, вариативного мышления детей, речи.

Дети по кругу передавая друг другу кубик отвечают на вопросы, в зависимости от того какая грань кубика им выпала.

Ассоциация – на что похож твой гнев, с чем бы ты его сравнил?

Сравни– что делают разные люди, когда злятся, а что делал раньше и сейчас ты?

Измени – что можно изменить в поведении, чтобы человек легче справлялся со своей злостью.

Опиши – опиши свой гнев, цвет, форма, запах, температура, в какой части тела живёт?

Поделись – своими способами избавления от гнева

«+» и «-» «бывают ли такие ситуации, когда разозлиться нужно? Что плохого в том, что человек часто злиться?»

Знакомство с персонажем Сердитка (методика Т.В. Громовой «страна эмоций»)

Цель: развитие рефлексивных способностей детей, осознанности, развитие чувства эмоциональной общности с другими детьми.

- Из-за чего гнев (Сердитка) может расти? Как сделать так, чтобы Сердитка становился меньше? Что будет если гнев начнёт управлять человеком, его чувствами, поступками? Что будет если каждый день человек будет только злиться? Как узнать, что ты начинаешь злиться? Как помочь себе при этом? Как помочь другу, если он начал злиться?

Встречались ли вы с Сердиткой на этой неделе? Из-за чего вы злились?

Дети рассказывают друг другу о своих переживаниях эмоции гнева. Затем каждый раскрашивает Сердитку, того размера, который он выбрал.

Что хочется сделать со своей работой? Если ли в вашей работе, высказываниях о гнев, что-то похожее с другими ребятами?

После нашего занятия, что бы вы могли важного сказать другим ребятам о гнев? Какой вывод из нашей беседы вы можете сделать?

Игра «Дартс».

Цель: снятие негативных эмоций, раздражения.

К стене прикрепляется мишень. Нужно попасть в мишень с помощью мешочков, наполненных разным содержанием (фасоль, горох...).

«Ребята самое главное в игре – это сила, с которой бросается мешочек. Она должна быть такой же, как ваше раздражение. Вспомните ситуацию, когда вы были очень злы на кого –нибудь или на что –нибудь. Кто вспомнил, подходите ко мне, берите мешочек, заканчивает предложение: «Я разозлился, когда...» и бросает мешочек в мишень»

«Теперь вы знаете, что может разозлить ваших ребят. Надеюсь, что это поможет вам понимать друг друга, быть внимательными и терпимыми».

Упражнение «Доброе животное».

Цель: развивать чувство единства.

«Возьмемся за руки и представим, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох –выдох (Зр.) Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук – делаем шаг вперед, тук – шаг назад и еще раз».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[18; 255]

Занятие 25 Продолжение знакомства с эмоцией гнева

Цель: знакомство с чувством злости, обучение различным способам отреагирования гнева, развитие осознанности и рефлексивных качеств ребёнка.

Материал: мяч, картинки с изображением злых людей, стаканы с водой, краски, кисточки, контуры.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Что я люблю».

Цель: содействовать повышению самооценки детей и установлению атмосферы доверия в группе.

Дети перекидывают друг другу мяч и говорят при этом: «Я люблю делать...»

Упражнение «Лес».

Цель: снятие мышечных зажимов, дающих ребенку ощущение свободы и радости.

Педагог: «В нашем лесу растут: березка, дуб, сосна, ива, цветок, травинка, ягодка, кустик. Выберите сами себе растение, которое вам нравится. По моей команде мы с вами

превратимся в лес. Как ваше растение реагирует: на тихий, нежный ветерок; на сильный холодный ветер; на ливень; на сильную жару; на ночь; на град; на заморозки».

Беседа.

«Ребята, вспомните о каком чувстве мы говорили с вами на прошлом занятии- злость».

Показ картинок с изображением злости.

Этюд «Король боровик не в духе».

Цель: развивать умения распознавать эмоциональные состояния.

Описание этюда: Педагог читает стихотворение В. Приходько, а дети действуют согласно тексту.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком.

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе:

Короля покусали мухи.

Упражнение «Закончи предложение»

«Злость – это когда...»

«Я злюсь, когда...»

«Мама злится, когда...»

«Воспитатель злится, когда...»

«А теперь закроем глаза и найдем на теле место, где у вас живет злость. Какое это чувство? Какого оно цвета? Перед вами стоят стаканы с водой и краски, окрасьте воду в цвет злости.

Упражнение «Колесо эмоций»

Цель: развивать навыки ассоциативно-образного восприятия.

Дети подходят к «колесу эмоций».

Педагог-психолог:

- Наше знакомство с «Колесом эмоций и чувств» продолжается. Как мы уже поняли из ваших ответов переживание эмоции гнева у каждого бывает разным, я предлагаю сейчас исследовать вам **эмоцию гнева**.

1.Выберите ту карточку, **изображение** которой похоже на вашу **эмоцию гнева** поместите её на круг;

2.Если бы **гнев** можно было потрогать, какой наощупь она бы была именно у вас?

Выберите ту карточку, **ощущение** которой напоминает вам **эмоцию гнева**, и поместите её на круг;

3.Если бы **эмоция гнева** имела какую-то форму, то, как бы она выглядела у вас? Выберите ту карточку, изображение которой похоже на **форму** вашей радости и поместите её на круг;

Если бы счастье можно было попробовать, то какой на вкус оно было бы именно у вас?

4.Выберите ту карточку, изображение которой похоже на ваш **гнев**, если бы его можно было попробовать на **вкус**,

Если бы счастье можно было понюхать, то какой по запаху она была бы именно у вас?

5. Выберите ту карточку, **аромат** которой, напоминает, похож, на ваш гнев и поместите её на круг;

6. Если бы гнев имело **температуру**, то каким бы оно была именно у вас сейчас? Выберите карточку с изображённым предметом, который по температуре напоминает ваше ощущение счастья.

6. Где в **теле** живёт ваш **гнев**? Выберите карточку, с изображением этой части тела и поместите её на круг;

7. Когда вы **злитесь**, какое хочется делать **движение**? Покажите его. Если оно есть на карточке, выберите эту карточку и поместите её на круг.

А сейчас **в парах** расскажите друг другу о своём ощущении **эмоции гнева**, какое оно у вас по цвету, форме, запаху, температуре. На что похоже. Поделитесь, друг с другом событиями, которые вы считаете счастливыми.

- Когда вы делились, друг с другом было ли что-то у вас общее? Различное в переживании эмоции радости? Как вы думаете, почему так получилось? Менялось ли ваше настроение, когда вы рассказывали друг другу о своей радости?

Вывод: каждый человек может разозлиться, иногда мы просто не можем не злиться, мы не можем запретить себе испытывать эмоцию гнева. Эмоция гнева нам тоже нужна и важна, чтобы понять, что нам нравится, а что нет, иногда чтобы показать другим, что нам не нравятся какие-то их слова или действия. Поэтому запретить себе злиться мы не можем. Но мы можем научиться контролировать с вой гнев, управлять им.

Игра «Тух- тиби – дух»

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Педагог: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Все дети становятся в круг, ведущий – в центр круга. Дети идут по часовой стрелке, ведущий – против. Как только я скажу: «Раз – два – три, стоп!» - все останавливаются. Ведущий останавливается напротив одного из участников и сердито произносит волшебное слово: «Тух – тиби – дух». Затем ведущий меняется местами с тем, напротив кого он остановился, и игра продолжается. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Занятие 26 Лепим свой гнев

Ход занятия

Материал: стаканчики с водой, глина, доска для лепки (клеенка), салфетки – для каждого ребенка; аудиозапись с музыкальными композициями, образцы глины.

Цель: учить отреагировать эмоцию гнева различными способами, снятие психоэмоционального, мышечного напряжения. Познакомить детей с глиной в разных состояниях, обучить приемам работы с глиной, развивать сенсорные ощущения, творческое воображение, развивать спонтанность в выражении чувств. Выработать навыки расслабления и снятия напряжения. Создание дружеской обстановки, снятие тревожности, напряжения, стабилизация психоэмоционального состояния.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Молекулы».

Психолог предлагает детям поиграть в игру: «Ребята, сейчас мы немного поиграем, вы все превратитесь в маленькие частички – атомы, вы будете спокойно двигаться по комнате, будто летать по ней под музыку. Когда я хлопну в ладоши, все атомы будут искать себе пару, вы станете молекулой, когда вы услышите хлопок, то ищите себе пару, берите друг друга за руки, когда зазвучит музыка – вы снова атомы».

2. «Знакомимся с глиной».

Дети садятся в круг. Психолог рассказывает о глине и показывает детям, какая бывает глина: сухая, влажная, жидкая.

Психолог: «Ребята, сегодня я хотела бы рассказать вам об удивительном материале, о глине. Вы все, наверное, знаете, что из глины делают кирпичи для строительства домов, гончары из глины создают посуду, глину используют в лечебных целях – лечат больной орган, рану, делают на лицо маску из глины. Можно сказать, глина – это живая материя, т.к. жизнь есть все: каждая пылинка, каждый атом минерала - все это жизнь. Ученые геологи – это те, кто изучает нашу природу, нашу Землю, наблюдали за процессом развития минералов и горных пород. Они вдруг поняли, что все минералы, горные породы обладают свойствами живых существ: способностью уставать, стареть, болеть, отдыхать, дружить, запоминать, проявлять симпатию и антипатию, заживать раны, бороться за существование. Они зарождаются, растут, достигают своего расцвета и, наконец, разрушаются, а значит, эволюционируют, как и все живое. Сегодня ученые утверждают, что глина — это та же Земля. Глина есть жизнь. Она берет свое начало в первом царстве — царстве минералов. И пронизывает все другие царства: растений, животных, человека, следуя общему закону эволюции от простого к сложному. Считается, что именно глина по своему составу подобна составу печени. Структуры глины обладают уникальными возможностями записи и переноса информации. Некоторые разновидности глин обладают памятью. Посмотрите, какая бывает глина... (показ глины в разных состояниях)».

Далее дети по просьбе психолога выбирают себе места за столами, на которых стоит тарелка с глиной и вода. Психолог предлагает вымесить глину так, чтобы она стала похожа

на тесто. Психолог комментирует процесс вымешивания глины: «Вы можете вымесить глину одной рукой или двумя, можете понемногу подливать воду в сухую глину, можете месить глину как тесто ладонями, пальцами.... Почувствуйте глину на ощупь. Какая она? Нравится ли вам глина сухая, влажная, холодная?»

Когда процесс вымешивания глины закончится, психолог предлагает поиграть с глиной и сделать следующие действия с глиной:

- погрузить руки в глину;
- сжать, смять глину;
- растянуть ее;
- вытягивать глину;
- разрывать глину;
- протыкать ее;
- расплющить глину;
- сделать дырки;
- придать форму волны;
- скрутить глину.

Психолог: «Закройте глаза. Знайте, что при закрытых глазах ваши пальцы и руки более чувствительны к глине. Когда ваши глаза открыты, они могут менять ваши ощущения. Попробуйте лепить с открытыми и закрытыми глазами...Посидите немного, положив руки на глину. Подружитесь с куском глины. Он гладкий? Корявый? Плотный? Холодный? Теплый? Влажный? Сухой? Возьмите его и поддержите. Легкий он или тяжелый? Теперь я хочу, чтобы вы отщипнули кусочек от куска глины. Пользуйтесь двумя руками. Отщипывайте медленно, а потом быстрее... Сожмите вашу глину... теперь разгладьте ее, используйте большие пальцы, ладонь. После того, как вы разгладите глину, ощупайте места, которые вы разгладили, соедините все вместе, чтобы получился шар..., проткните глину. Собирайте ее и ударяйте по ней.... Соберите глину.... Разрывайте ее, отрывайте маленькие и большие кусочки, соедините их. Протыкайте глину пальцами... Пальцем проковыряйте в ней дырку, еще несколько дыр.... Ощупайте края дыры, которую вы сделали.... Соберите глину и попробуйте нанести на нее линии, волны, ударяя по ней, используйте пальцы, ладони, ребро ладони...Теперь оторвите кусочек и сделайте змею. Она будет становиться все тоньше и тоньше, и длиннее... оберните ею свою руку или свой палец.... Возьмите на минуту обеими руками свой кусок глины. Вы теперь хорошо его знаете».

Во время выполнения детьми действий с глиной, психолог может спрашивать детей: «Нравится ли тебе то, что ты сейчас делаешь с глиной? Что ты чувствуешь в этот момент? Как еще хочется поиграть с глиной?»

3. «Лепим шар».

Психолог включает музыку для релаксации и просит детей скатать шар из глины, чтобы шар был гладким, похожим на мяч. Данное упражнение помогает ребенку сконцентрировать свою внутреннюю энергию, почувствовать свой ресурс.

Упражнение «Скульптура моего гнева»

Цель: отреагирование эмоции гнева.

- Сейчас я предлагаю вам превратиться в скульпторов. Тема нашей работы – гнев. Вспомните ситуации, в которых вы злились. Насколько сильно и часто вы злитесь? Насколько большая ваша злость? Возьмите тот кусочек глины, который подойдет для

вашей эмоции гнева. Свою работу вы можете сделать цветной, добавив в глину, любой цвет краски.

После обсуждения работ.

- Что вы чувствовали во время работы? Что чувствуете сейчас? Каким выглядит ваш гнев, когда вы его слепили? Что хочется сделать с работой?

4. «Ласковые ладошки».

Дети становятся в круг друг за другом, под спокойную музыку, и каждый последующий гладит впереди стоящего по голове, спине, внешней части рук (легко, слегка прикасаясь).

Завершение.

5. «Аплодисменты по кругу».

Психолог: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Давайте поблагодарим друг друга за сегодняшнюю работу».

Психолог начинает хлопать в ладоши, постепенно подходя к одному из участников группы. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, что помогает им справляться с гневом. Как они представляют себе свой гнев (по цвету, форме, температуре, на что похож, запаху и т.д.)

[8; 125]

Занятие 27 Знакомство с чувством Вины

Цель: знакомство с чувством вины.

Материал: мяч, пиктограмма вины, музыка «Волшебная природа».

Ход занятия:

Упражнение «Приветствие».

Цель: создавать позитивный эмоциональный фон.

«Сейчас мы с вами будем здороваться. Для этого закройте глаза и представьте, что вы находитесь на берегу моря (звучит музыка). 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».

Обсуждение домашнего задания:

Дети делятся, о каких способах борьбы с гневом они узнали от своих родителей. Было ли что-то общее в представлении гнева ребёнка и родителей.

Беседа.

«Сегодня мы с вами поговорим еще об одном чувстве. А для этого послушайте историю про мальчика Ваню».

История Л.Н. Толстого «Косточка».

Купила мама 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 мама сочла сливы и видит, одной нет. Она сказала отцу.

За обедом отец и говорит: «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, если съел кто –нибудь из вас, это не хорошо, но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточки, и если кто не умеет их есть и проглотил 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 стыд. Как вы думаете, что при этом происходит с лицом человека?

(глаза прикрыты, на лице румянец). С телом? (голова опущена, плечи сжаты)

Показ пиктограммы вины.

Дети показывают на лице вину.

Разыгрывается история «Косточка».

Игра «Подарки». [16, с. 138]

Цель: создание положительного эмоционального фона.

«Все мы любим, получать подарки, да и дарить их тоже приятно.

Представьте, 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 получит подарок, не забывает говорить: «Спасибо».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[8; 29]

Занятие 28 Чувство Вины.

Цель: закрепление знаний о чувстве вины.

Материал: мяч, пиктограмма вины, листы бумаги, краски, «Волшебный мешочек».

Ход занятия:

Приветствие.

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Покажи чувство язычком».

Цель: способствовать развитию спонтанности у детей;

Развивать рефлексия эмоциональных состояний.

Педагог предлагает детям высунуть язычки, а затем показать всем, как радуется, злится, боится язычок.

Беседа.

Вспомните о каком чувстве говорили на прошлом занятии- вина.

Показ чувства вины руками, ногами, телодвижением с проговариванием фразы: «Я больше так не буду».

Упражнение «Закончи предложение».

«Вина – это, когда...»

«Мне стыдно, когда...»

«Мама стыдно, когда...»

«Воспитателю стыдно, когда...»

«Ребята, а где у вас живет чувство вины? А какого она цвета? Давайте с вами нарисуем рисунок на тему: «Вина, стыд». [16, с. 139]

Обсуждение рисунков детей.

«Дети, а как можно справиться со стыдом? (попросить извинения, не делать, так чтобы было стыдно)

Упражнение «Волшебный мешочек».

Цель: учить осознавать чувство стыда.

Педагог предлагает детям проговорить в «Волшебный мешочек», кому за что стыдно.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Сейчас, когда мы узнали основные эмоции, дома я предлагаю вам вести дневник вашего настроения, где вы с помощью ваших родителей будете каждый день отмечать своё настроение.

[8; 20]

Занятие 29 Закрепление знаний о чувствах.

Цель: закрепление умения различать чувства.

Материал: мяч, пиктограммы всех чувств, краски, кисточки, стаканы с водой, ватман с заготовкой.

Ход занятия:

Приветствие.

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Обсуждение домашнего задания.

Дети демонстрируют друг другу свои дневники настроения.

Упражнение «Цветок – имя».

Цель: гармонизировать осознание имени.

«Ребята закройте свои глаза и представьте летний день в саду или на лесной поляне. Почувствуйте запахи летнего дня. Может быть, кто – то сможет что – нибудь услышать, например, пение птиц или что – нибудь еще. Рассмотрите цветы вокруг себя. А теперь попробуем увидеть цветок, который вы могли бы назвать своим именем. Какой он? Рассмотрите его, ощутите его запах, возьмите его в руки. Попробуйте запомнить, что чувствуют ваши руки. Можно сделать глубокий вдох и открыть глаза».

После выполнения упражнения, нужно предложить детям рассказать друг другу о цветах, которые носят их имена, поделиться своими чувствами.

Упражнение «Наши чувства» [16, с. 140]

Цель: учить распознавать различные эмоции по мимике, пантомимике, голосе, в бытовых ситуациях.

- «А теперь вспомним, с какими чувствами мы с вами познакомились».
- Психолог показывает пиктограммы, дети угадывают.
- Затем психолог просит соотнести каждую пиктограмму с фотографией ребенка с этой эмоцией.
- Работа карточками эмоций Ю. Гипнрейтер «наши чувства»
- Дети отгадывают эмоции только по отдельным частям лица, а затем психолог называет ситуации, а дети подбирают карточки эмоций к ней.
- Отгадайте эмоцию по голосу. Психолог просит одного ребёнка сказать фразу с разной эмоциональной окраской, а остальные дети отгадывают в каком настроении говорящий.
- Психолог просит передать эмоции разными частями тела, сначала по отдельности, затем всем телом.

Упражнение «Превращение».

Цель: совершенствовать умения различать чувства.

«Сейчас каждый из вас превратиться в любое животное, кто в какое хочет. И каждый выберет любое чувство, и от имени этого животного будет заканчивать фразу: «Я мышка. Я боюсь, когда...»

Коллективное рисование «Русские горки».

Педагог предлагает детям на большом ватмане заготовку. Простым карандашом нарисованы вагончики с не прорисованными лицами детей. Дети обводят все линии красками и каждый рисует на лице свою эмоцию.

Обсуждение рисунка.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? Для чего человеку нужны эмоции? Есть ли какие-то эмоции, от которых можно отказаться? (Нет, все эмоции очень важны). Для чего нам важно понимать эмоции других людей? Для чего важно понимать свои эмоции? Кто кем должен управлять, человек своими эмоциями, или эмоции человеком? Что может помочь справиться со своими эмоциями?

За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

Дома расспросите своих родителей о вашем дне рождения, во сколько вы родились, когда, какая тогда была погода, посмотрите свои фотографии от рождения и до 6- 7 лет.

На следующее занятие вы можете принести и показать друзьям некоторые фотографии.
[8; 35]



III Блок «Исследование моей уникальности»

Занятие 30 Мой человек

Цель занятия: способствовать развитию творческого воображения, фантазии, процесса самопознания.

Материал: стаканчики с водой, глина, доска для лепки (клеенка), салфетки – для каждого ребенка; аудиозапись с музыкальными композициями.

Ход занятия:

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Шеренга»

Цель: стимулирование активности детей, развитие внимания, интереса друг к другу.

Все дети встают в шеренгу, повернувшись лицом к ведущему. Психолог встает около одного из концов шеренги и говорит: «Необходимо стремиться выполнить каждое задание как можно точнее. Задание первое: надо расположиться в шеренге так, чтобы здесь, около меня, стоял самый высокий из вас, а на другом конце шеренги – тот, у кого самый

небольшой рост. Начали!.. Задание второе: около меня должен стоять человек с самыми темными волосами, на другом конце шеренги – с самыми светлыми волосами...».

Обсуждение домашнего задания:

Дети вместе с психологом рассматривают детские фотографии ребят, обсуждают, что они узнали о себе из беседы с родителями.

Упражнение «Лепим героя»

Цель: развитие самопознания, позитивного самовосприятия.

Психолог предлагает детям сесть круг, включает музыку и просит детей подвигаться так, как им хочется, можно двигать кистями рук, плечами, головой, туловищем. Потом психолог говорит: «Замрите в той позе, в какой вы есть. Закройте глаза. Представьте себе, что вы перелистываете книгу с приключениями. Вы листаете ее, разглядываете рисунки, и видите героев в такой же, как у вас позе. Что вы можете сказать о герое? Какое приключение он переживает? Я предлагаю вам слепить из глины этого героя».

Анализ работ.

Психолог по окончании лепки проводит обсуждение:

- Что у тебя получилось?
- Как хочется назвать героя приключения?
- Что он собрался делать?
- Что ты чувствовал, когда его лепил?
- Кого он тебе напоминает?
- Что твой герой хотел бы нам все нам сказать?
- Нравится ли тебе то, что получилось?

Упражнение «Сказочный лес»

Цель: укрепления образа «Я» ребёнка, повышение его стрессоустойчивости, ресурсов.

- «Представьте, что вы находитесь в сказочном лесу. В этом лесу растет много различных деревьев, кустов и цветов. Почувствуйте себя одним из них и изобразите его. Скажите, какое вы дерево (куст, цветок) ... Теперь представьте себе, что в вашем лесу стал дуть сильный ветер. Вашему дереву необходимо, выстоять, для этого оно должно почувствовать свою крепость, силу и гибкость... Ветер в сказочном лесу бывает разным. Сейчас он теплый, даже горячий. И вдруг подул холодный, колющий ветер, деревьям стало холодно.... А вот снова выглянуло солнышко, и деревьям стало тепло, легкий ветерок обдувает их. Он кружит над сказочным лесом. Вы превращаетесь в сильный ветер, настоящий ураган... Вдруг ураган стихает, и вы превращаетесь в теплый нежный ветерок, свободный и легкий».

Завершение.

«Аплодисменты по кругу».

Цель: настраивать детей на позитивное общение друг с другом, учить выражать друг другу поддержку. Оказывать внимание.

- «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Давайте поблагодарим друг друга за сегодняшнюю работу».

Психолог начинает хлопать в ладоши, постепенно подходя к одному из участников группы. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[13;225]

Занятие 31 «Все мы разные, все мы прекрасные!»

Цель: обучение пониманию уникальности каждого человека, развитие уважительных и доброжелательных отношений в группе.

Материалы: большое количество разноцветного пластилина, наборы пластилина для каждого участника (по 5 цветов), бумажные тарелки (в двойном количестве, то есть в два раза больше, чем игроков), бумажные салфетки (по 3 штуки на каждого участника). Предварительная подготовка: на каждую бумажную тарелку положить набор пластилина из 5 цветов. На отдельный стол положить много разноцветного пластилина. Освободить заранее три стола-витрины.

Ход занятия

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

- Ребята давайте вспомним, какие эмоции вы знаете?

Упражнение «Живые руки»

Цель: развитие эмоциональной выразительности движений детей. Учить передавать эмоциональное состояние через движения.

Стулья ставятся в два ряда таким образом, чтобы расстояние между ними было не больше 40 см. Дети рассаживаются на стулья, затем закрывают глаза. Психолог шепчет на ухо по очереди одному из ребят первого ряда название эмоции, а ребёнок должен молча, только руками передать его ребёнку напротив него.

Упражнение «Волны»

Цель: развитие эмоциональной сферы, групповой сплочённости, образного мышления и воображения. Учить передавать образ через движения.

Для выполнения этого упражнения потребуются две голубые атласные ленты 1-1.5 м. Психолог называет детям по очереди какое-то чувство и предлагает превратиться в морские волны и с помощью лент, показать: волны радости, волны страха, гнева, грусти, удивления, спокойствия.

Упражнение «Мои особенности»

- Рассмотрите себя в зеркале внимательно. Какого цвета у вас глаза? Какого цвета у вас волосы? На кого вы больше похожи? Маму или папу?

Построиться по признаку

- по росту,
- по размеру обуви,
- по длине волос,
- цвету волос (от светлого к темному),
- цвету глаз.
- алфавиту первых букв имен;
- возрасту,
- по ширине улыбки,
- По теплоте рук

Сказка «об одинаковых и разных булочках»

— Друзья мои, предлагаю вам послушать сказку. В одной стране жил-был пекарь. Он очень любил выпекать разные вкусности: булочки и торты, печенье и коврижки. Всегда в его пекарне было много людей, которые хотели попробовать эти сладости. Но однажды случилось неприятное событие: к нему за покупками никто не пришел. Пекарь никак не мог понять, что случилось: попробовал одну булочку, другую, третью, откусил от торта кусочек, отломил крошечку коврижки — все вкусное, свежее, как всегда. Он недоумевал: что же произошло, почему нет покупателей?

- Как вы думаете, ребята, почему к булочнику никто не пришёл?

Выбежав на улицу, он увидел мальчика, который старательно строил из камней дом. «Мальчик, — крикнул пекарь, — иди скорее попробовать свеженьких горячих булочек!» Мальчик послушался и подошел. — Какую булочку ты хочешь? — спросил пекарь. — Всё равно, сударь, — равнодушно сказал мальчик, — они у вас все одинаковые. Пекарь хотел было рассердиться на мальчика за такие обидные для него слова, но, оглянувшись, увидел, что мальчик-то прав. На витринах лежали красивые, но одинаковые булочки: круглые, ровные, с изюминкой в самом центре.

Тут пекарь понял, почему никто к нему не пришел: людям стало неинтересно каждый день есть одни и те же одинаковые булочки.

— Сейчас я предлагаю вам превратиться в пекарей и испечь свежие, вкусные, аппетитные булочки. Для этого нам понадобится **пластилин 5 цветов**. (Ведущий раздает предварительно подготовленные наборы.) Мы берем желтый цвет и делаем из него круглую лепешку. Это будет первый «корж» для нашей булочки.

Кладем его на край тарелки. Затем **берем красный цвет и делаем коржик поменьше, затем зеленый — меньше, чем красный. Синяя лепешка будет меньше зеленой.** Далее мы скатаем **маленький шарик из оранжевого пластилина** — это будет изюминка. Теперь

соединяем все коржики: вниз кладем самый большой, потом поменьше и так далее. Верхушку нашей булочки мы украсим изюминкой. Ведущий помогает детям справиться с заданием, следит, чтобы булочки были одинаковыми (насколько это возможно). — Положим наши булочки на бумажные салфетки и ставим на эту витрину (заранее освобожденный стол). Итак, друзья мои, мы испекли много вкуснейших, свежайших булочек! Подойдите к нашей витрине и скажите, хотелось бы вам их съесть? Какую именно? Почему? Ведущий выслушивает детей, подводит итог: мы хотим скушать свою «булочку» или ту, что испекли наши друзья? Спасибо вам за ответы! — Послушаем продолжение сказки. Пекарь долго грустил, переживал, однако каждый день пек аппетитные булочки с красивой изюминкой сверху. Но по-прежнему к нему в пекарню никто не заходил. В тоске он принялся бродить по городу, разглядывать витрины других магазинов, гулять по парку и наслаждаться прекрасным видом цветов на клумбах, стройными рядами деревьев, рассматривать белоснежных лебедей, плывущих по глади озера. Вдруг он увидел, как красивая бабочка села на цветок, как с дерева сорвался яркий осенний листок, как мимо пробежала маленькая девочка в красном платье с огромным белым бантом на голове... Пекарь улыбнулся и пошел домой. Утром он проснулся в радостном настроении, замесил тесто, подготовил изюм и задумался о чем-то приятном. Он не заметил, как слепил первую булочку, вторую, третью.... А когда он посмотрел на них, то сильно удивился: первая булочка радостно улыбалась ему круглыми глазками и хитро подмигивала, вторая была похожа на новогоднюю елочку, украшенную шариками, третья же была похожа на тигренка, четвертая... Все булочки оказались разными! Пекарь сначала рассердился и решил переделать их. Потом же решил испечь и поставить в витрину. Через несколько минут к нему в дверь постучали.

Пекарь выглянул и увидел маму с двумя малышами, которые радостно показывали на булочки и просили их купить. Еще через несколько минут к нему зашли другие покупатели.... Весь день дверь в его пекарню не закрывалась. Вечером уставший пекарь сел, успокоился и задумался: что сегодня произошло?

— Как вы думаете, почему такое произошло? (Психолог выслушивает ответы детей, подводит итог: потому что булочки стали интересными, разными, непохожими друг на друга.) Теперь я предлагаю занять вам испечь еще что-ни будь вкусненькое. Для этого мы возьмем пластилин (ведущий раздает наборы из 5 цветов пластилина на тарелочках). Давайте подготовим нужные части (см. выше). (Психолог напоминает детям, какие части и как нужно сделать, а затем предлагает из полученных частей слепить такие булочки, какие хочется детям. Затем, помогает детям «испечь» булочки, разложить их на бумажные салфетки и все выложить на вторую витрину.)

— Друзья мои, наши булочки готовы! Добро пожаловать в нашу пекарню! Давайте подойдем к витринам. Посмотрите на наши булочки: одни из них похожи друг на друга, а другие — разные. В какую пекарню вам хотелось бы пойти за булочками? Какую булочку вам хотелось бы съесть? Почему именно эту? (Психолог выслушивает детей, подводит итог: разные булочки интереснее, их приятнее выбирать и ими наслаждаться.

То есть «непохожее», «другое», «не такое» — это возможность узнать что-то новое, необычное, с чем-то познакомиться.)

— Эти булочки получились разными, но все равно в них есть что-то похожее, так как их **испекли из одинаковых частей. Они похожи на нас с вами: у каждого из нас есть голова, ноги, руки, но мы разные — у нас разный цвет волос и глаз, сильно отличаются характеры и желания. А теперь послушайте, чем закончилась наша сказка.**

Пекарь понял, что людям нравятся разные, необычные, интересные булочки, которые приятно выбирать, рассматривать, которыми можно любоваться. Каждый день он

придумывал новые узоры для своих булочек, которые день ото дня становились все прекраснее и прекраснее. Однажды пекарь

выглянул в окно и увидел, что на еловых ветках лежит снег, и у него появилась мысль использовать для украшения булочек не только изюминки, но и крем, и орехи, и мармелад... Он тут же побежал к себе в пекарню и попробовал сделать очень необычную, вкусную и красивую булочку. Когда он вытащил ее из печки, то ахнул от восторга, так она была хороша и аппетитна. Потом он еще придумал украшения для своей выпечки. Каждая булочка была неповторима: одни были с изюмом и кремом, другие — с орехами и мармеладом, третьи оделись в разноцветные наряды из глазури... Какая же это была красота и вкуснота! Пекарь выложил свою продукцию на витрину — и тотчас перед ней столпились изумленные и восхищенные люди. Он стал каждый день придумывать все новые и новые рецепты, которые радовали людей своим вкусом и красотой.

— Понравилась ли вам сказка? Что вам понравилось, а что, может быть, не понравилось? Почему? (Психолог выслушивает детей, подводит итог.)

— Друзья мои, сейчас я предлагаю вам еще немного пофантазировать. Закройте глаза и подумайте, какую бы булочку вы съели прямо сейчас. Как она выглядит? Есть ли у нее начинка и какая? Какой у нее вкус? Цвет? Какая она на ощупь? Представили? Теперь подойдите к столу и возьмите себе любое количество пластилина и «испеките» булочку вашей мечты. (Психолог заранее готовит много пластилина на одном из столов. Дети выбирают нужные цвета, садятся выполнять работу, ведущий раздает всем салфетки, на которые можно поставить готовую «выпечку».) — Итак, наши новые булочки готовы. Мы аккуратно поставим их в третью витрину. Подойдите к витринам и подумайте, в какую пекарню вам хотелось бы зайти? Почему? (Ведущий выслушивает ответы детей и подводит итог: интереснее всего выбирать разные необычные булочки, потому что в них есть загадка, секрет.)

Упражнение «пять корзин»

Цель: объединение детей в подгруппы, сплочение, развитие позитивной направленности детей друг на друга, учить видеть сходства и отличия в работах друг друга.

- Рассмотрите внимательно ваши булочки. Положите ваши булочки в пять разных корзин, объединив их по какому-то признаку.

Обсуждение упражнения.

— Скажите, а можно ли людей сравнить с булочками? Есть ли у каждого из нас свои отличительные особенности: изюминка, «начинка», вкус, цвет и пр.? Возьмите, пожалуйста, свои необычные булочки в руки. Давайте подумаем, почему каждый из нас испек именно такую булочку? Чем похож автор на свою булочку? Почему у нас не получилось двух совсем одинаковых булочек? Ведущий подводит итог обсуждения: каждый человек, как и булочка, необычный, интересный, отличающийся от других, нет двух совсем одинаковых людей несмотря даже на внешнее сходство.

Обсуждение

- Что понравилось, / не понравилось в истории про булочки?
- Чему научились? Что самое важное узнали?
- За что готовы похвалить себя? / Какие качества хотели бы похвалить у товарища?
- Какой основной вывод можно сделать после истории про булочки?

Релаксация «Волшебный сон».

Дети ложатся на ковёр. Руки немного согнуты в локтях, лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги немного разведены в стороны. «Сейчас, когда я начну читать стихи, заиграет тихая,

спокойная музыка, вы закроете глаза и начнётся игра "Волшебный сон". Вы не заснёте по-настоящему и будете всё слышать, но вам нельзя двигаться и открывать глаза, пока я не разрешу. Внимательно слушайте мои слова. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. "Волшебный сон" закончится тогда, когда я громко скажу: "Открыть глаза! Встать!" Внимание, наступает "Волшебный сон"...

Реснички опускаются... Глазки закрываются... Мы спокойно отдыхаем... (2раза). Сном волшебным засыпаем... Дышится легко... ровно... глубоко... Наши руки отдыхают... Ноги тоже отдыхают... Отдыхают... засыпают... (2 раза). Шея не напряжена и расслаблена...

Губы чуть приоткрываются,

Всё чудесно расслабляется... (2раза).

Дышится легко... ровно... глубоко...

Напряжение улетело...

И расслаблено всё тело... (2 раза).

Греет солнышко сейчас...

Руки тёплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги тёплые у нас...

Дышится легко... ровно... глубоко...

Губы тёплые и вялые,

Но несколько не усталые...

Губы чуть приоткрываются...

Всё чудесно расслабляется... (2раза).

Нам понятно, что такое...

Состояние покоя... (2раза)».

Долгая пауза (до конца медленной музыки). Начинает звучать бодрая, весёлая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами.

- Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали... Хорошо нам отдыхать! Но пора уже вставать! Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

Упражнение «Эстафета дружбы».

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Психолог: «Я передаю вам свою дружбу, и она идёт от меня к (имя ребёнка) и т. д. и наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

Дома расспросите своих родителей о происхождении вашего имени, что оно означает, в честь кого, вас называли, кто предложил вас так назвать, кого ещё из близких, известных людей так зовут.

[19;200]

Занятие 32 Все мы разные, все мы прекрасные. Продолжение. Не такой как все, или когда тебя обижают.

Цель: развитие самосознания, укрепления «Я» ребёнка, развитие позитивного самовосприятия.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Ход занятия

Игра «поменяйтесь местами те, кто...»

Цель: активизация работы детей в группе, обратить внимание детей на их особенности, различия и сходства.

Дети стоят в кругу. Ведущий игры (сначала психолог, затем кто-то из детей) называет признак, по которому, дети должны поменяться между собой местами.

- поменяйтесь местами те, кто пришёл в хорошем настроении
- поменяйтесь местами мальчики/девочки
- поменяйтесь местами те, у кого светлые волосы/голубые /карие глаза и т.д.

Просмотр м/ф «Одуванчик толстые щёки»

Беседа

1. Как чувствовал себя одуванчик до того, как над ним посмеялся кузнечик?
2. Думал ли одуванчик до того, как над ним посмеялся кузнечик, что с ним что-то не так?
3. Как одуванчик стал чувствовать себя после того, как над ним посмеялся кузнечик?
4. Что начал делать одуванчик после того, как над ним посмеялся кузнечик?
5. Каким на самом деле был одуванчик? Был ли он толстым?
6. Как вёл себя кузнечик? Хотел ли он обидеть на самом деле одуванчика? Что бы вы на месте режиссёра добавили в сюжет м/ф?
7. Что помогло одуванчику справиться с обидой, принять себя?
8. Бывали ли с вами подобные ситуации, когда кто-то над вами смеялся, обижал? Как вы поступали, какой находили выход из ситуации?

Коллективный рисунок на тему «Дружба»

Цель: развитие навыков сотрудничества и взаимодействия, развитие коммуникативных навыков.

Дети все вместе на одном большом листе создают общую творческую работу.

После проводится обсуждение работы в группе.

Упражнение «Эксперты»

Цель: актуализация собственного опыта, расширение поведенческого репертуара, развитие рефлексивных качеств, осознанности.

- Сейчас я предлагаю вам побыть в роли эксперта. Ребята кто такие эксперты?

Тот, у кого на голове шляпа «эксперта» отвечает на вопросы, даёт другим советы:

- что делать если над тобой смеются

- что делать если тебя обижают
- что делать чтобы не обижаться, как справляться с обидой.

Упражнение “Задуй свечу”

Цель: расслабление, сосредоточение на собственном дыхании.

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дуя на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.

Упражнение “Ленивая кошечка”

Цель: расслабление, сосредоточение на собственном дыхании. Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!»

Занятие 33 «Я и мое имя»

Цель: развитие самосознания, укрепления «Я» ребёнка, развитие позитивного самовосприятия.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Ход занятия

Психолог делает краткий пересказ отрывка из книги Э. Успенского «Крокодил Гена и его друзья».

«Однажды в магазин «Овощи-фрукты» из далекой южной страны доставили много ящиков с апельсинами.

Когда их стали открывать, оказалось, что в одном из ящиков апельсинов совсем не осталось, зато на дне его спит какой-то толстый пушистый зверек. Продавец его вытащил из ящика и поставил на прилавок. Зверек секунду постоял, а потом — чебурах! — и упал с прилавка на стул, а со стула — на пол.

— Фу ты, чебурашка какой! — сказал продавец.

Зверек открыл глаза и огляделся.

— Ты кто? — спросил его продавец.

— Не знаю...

— А как тебя зовут?

— Не знаю...

— Может, ты медведь?

— Не знаю...

— Ну ладно! Тогда тебя будут звать Чебурашка.

Так у Чебурашки появилось имя. И у каждого человека есть собственное имя».

Беседа

- Бывают ли люди, у которых нет имен?
- А для чего нужны имена?
- А кто еще имеет имена?

Упражнение «Имена»

- Имена есть и у всех нас. Меня, например, зовут Елена Владимировна. А как вас зовут? Назовите своё имя, отчество. А как вам нравится, чтобы к вам обращались? Кто придумал вас так назвать? Нравится ли вам ваше имя?

Давайте по команде «Раз, два, три! Имя назови!» – хором назовем каждый свое имя! А теперь давайте поиграем в «ласковое эхо». Каждый из вас по очереди будет поворачиваться к кругу спиной. А мы будем его «ласковым эхом» и будем звать его с разной громкостью ласково, несколько раз.

У русских, кроме имени, есть еще и отчество. А у других народов детям часто дают двойные или даже тройные имена: считается, что так у ребенка будет не один ангел-хранитель, а несколько.

Упражнение «Зеркало»

Цель: развитие самосознания ребёнка.

Ведущий просит одного из детей встать перед зеркалом и ответить на вопросы: «Что ты видишь?», «Опиши себя», «А видишь ли ты свое имя?»

- Да, у человека есть тело, которое мы видим, и есть имя, которое мы знаем, но не видим. Имя не видно, но все друг к другу обращаются по именам, значит, это тоже наша часть, хотя и невидимая.

Рисунок «Я и мое имя»

Цель: развитие позитивного самовосприятия

Дети рисуют на специальных тонированных разноцветных листах, ребенок выбирает тот цвет, который ему нравится.

После выполнения задания следует обсуждение, затем дети имеют возможность дорисовать то, что хочется.

Упражнения на релаксацию

"Загораем"

Цель: расслабление мышц ног. Исходное положение (далее - и. п.): лежа.

- Давайте ляжем, представим себе, что ноги загорают на солнце. Поднимите ноги и держите на весу. Ноги напряглись, стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох - пауза. Выдох - пауза.

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим... держим... напрягаем...

Загораем! Отпускаем.

Домашнее задание

- К следующему занятию ребята, я попрошу вас принести рисунок самого себя и своей семьи. Нарисуйте так, как вы умеете, как у вас получается. Постарайтесь нарисовать сами.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[23;225]

Занятие 34 Мой мир

Цель: Развитие доверительного стиля общения, развитие осознанности, позитивного самовосприятия.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

«Определи на ощупь»

Цель: развитие позитивного отношения детей друг к другу.

Группа стоит в кругу. Нужно пройти и определить, у кого самые тёплые руки (носы, уши...).

Обсуждение домашнего задания

Дети обсуждают с психологом свои домашние работы – рисунок семьи и автопортрет.

Коллаж на тему «Знакомьтесь – это Я!»

Цель: развитие самосознания, позитивного отношения к себе, уверенности.

Коллаж – это творческая собирательная работа. Сегодня я предлагаю вам создать творческую работу о себе, через рисунки, фотографии, различные иллюстрации, расскажите о себе, своих увлечениях, о том, какой вы, что отличает вас от другого, что вы любите.

Для создания коллажа дети используют свои рисунки, свой автопортрет, рисунок или фотографию семьи (при желании), вырезки из журналов.

Обсуждение работ. Дети рассказывают о себе.

- Ребята поделитесь, пожалуйста, из услышанного от других ребят, что общего у этих ребят с вами, есть ли вещи, которыми вы похожи, а чем вы отличаетесь?

Вывод:

То, чем мы отличаемся друг от друга делает нас уникальными, неповторимыми. Удивительными. Другого такого ребёнка как вы больше нет нигде в мире. Каждый человек особенный. То, чем мы похожи, объединяет нас, помогает находить друзей по интересам, увлечениям.

Упражнение "Солнышко"

Цель: общая релаксация. И. п.: стоя.

Учитель: Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладонках у вас лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Опустим руки, теперь они у нас отдохнут. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова.

«Эстафета дружбы».

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие.

- «Я передаю вам свою дружбу, и она идёт от меня к (имя ребёнка) и т. д. и наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет».

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[34;125]

Занятие 35 Мои достоинства

Цель: Развитие доверительного стиля общения, развитие осознанности, позитивного самовосприятия.

Оборудование:

- карточки методики Т.В. Громовой «Страна эмоций»;
- карандаши, бумага;

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Бесконечное кольцо».

Цель: активизация работы детей в группе, развитие навыков сотрудничества и взаимодействия.

Группа встаёт в круг и берётся за руки. На руке у ведущего висит верёвочное кольцо. Не разрывая рук все должны пролезть сквозь него (по кругу) и вернуть кольцо обратно. Второе кольцо можно пустить в другую сторону.

Беседа о достоинствах

Цель: развитие осознанности, рефлексивных способностей детей, умения рассуждать.

- Ребята, какие положительные качества человека вы знаете? Какие герои из сказок, мф обладают этими качествами по вашему мнению? А какие положительные качества есть у вас? Как часто вы их проявляете? Приведите примеры. Всегда ли близкие люди, друзья, замечают, когда вы проявляете эти качества? О каких хороших качествах вам говорят ваши родители?

Знакомство с персонажами методики Т.В. Громовой «Страна эмоций»

Знакомство с персонажем Добряной.

- Ребята опишите его героя, как вы его видите? От чего этот герой растёт, чему радуется? Встречались ли вы с ним на неделе? Какого размера Добряна вам нравится? Почему? Каким цветом вы бы её раскрасили? С какими качествами характера, чувствами дружит Добряна? Выберите и раскрасьте тот размер Добряны, который вам больше нравится.

Упражнение «Я в лучах солнца»

Цель: развитие позитивного самовосприятия, самооценки, повышение уверенности в себе.

- у каждого из вас на столе есть чистые листы с нарисованным в центре кругом. Нарисуйте в круге себя, кто умеет – напишите своё имя, кому нужна помощь, я помогу написать.

Когда портрет готов, ребенок украшает его «фон» превращая круг в солнце. Затем с помощью психолога на каждом лучике, записываются все положительные качества ребёнка.

Упражнение «Сколько во мне?»

Цель: Развитие самосознания, внимание к своим чувствам и внутреннему миру.

Покажите руками сколько в вас:

- Смеха и шуток;
- Гнева и злости;
- Упрямства;
- Любопытства, интереса;
- Любви;
- Грусти;
- Страха;
- Радости;
- Знаний;
- Доброты.

“Любопытная Варвара”.

Цель: снятие мышечного напряжения, учить навыкам саморасслабления.

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно – расслабление приятно!

Домашнее задание

- Домой, я хочу дать вам небольшое задание. Составьте дома, вместе со своими родителями, коллаж, или серию рисунков или презентацию о ваших достоинствах, положительных качествах.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[33;54]

Занятие 36 «Наши недостатки»

Оборудование:

- карточки методики Т.В. Громовой «Страна эмоций»;
- мяч;
- шапочка эксперта;
- карандаши, бумага;
- фрагменты м/ф

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, развитие осознанности, позитивного самовосприятия.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Превращения»

Цель: развитие мимики и невербальных средств эмоциональной выразительности.

Психолог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

Упражнение «Шеренга».

Цель: активизация работы группы, развитие внимания и интереса детей друг к другу.

Все дети встают в шеренгу, повернувшись лицом к ведущему. Психолог встает около одного из концов шеренги и говорит: «Необходимо стремиться выполнить каждое задание как можно точнее. Задание первое: надо расположиться в шеренге так, чтобы здесь, около меня, стоял самый высокий из вас, а на другом конце шеренги – тот, у кого самый небольшой рост. Начали!.. Задание второе: около меня должен стоять человек с самыми темными волосами, на другом конце шеренги – с самыми светлыми волосами...».

Обсуждение домашнего задания.

Просмотр презентаций, рисунков, обсуждение работ детей об их достоинствах и положительных качествах.

Беседа «Наши недостатки»

- Почти у каждого человека имеются недостатки, плохие поступки, черты характера, которые иногда очень сильно мешают нам.

- Если бы недостатки, плохие поступки можно было бы представить и нарисовать в виде какого-то образа, рисунка, на, что они были бы похожи?

(Чёрную тучу, огонь, змею, грязь, чудовище, дракона)

Беседа «недостатки у сказочных героев»

Цель: развитие воображения, ассоциативного мышления, умения рассуждать.

- Давайте вспомним героев сказок и м/ф, которые изображают плохие черты характера, недостатки. (Если дети затрудняются с ответом, психолог подбирает фрагменты из м/ф и сказок и просит сказать, какие недостатки у героев они заметили).

Беседа «недостатки у сказочных героев»

Например, дракон – жадность

Нехочуха из м/ф – лень

Старуха Шапокляк – вредность

Буратино, Маша – непослушание

Кощей Бессмертный, Баба Яга – злость.

Рисование образа недостатков

Цель: развитие воображения, ассоциативного мышления.

- Сейчас я предлагаю вам пофантазировать, нарисовать как, по-вашему, может выглядеть какой-то недостаток человека. Например, гневливость, вспыльчивость, или жадность, вредность, упрямство, лень. Какой недостаток рисовать, вы выбираете сами.

Обсуждение рисунков.

Знакомство с персонажами методики Т.В. Громовой «Страна эмоций»

(Упрямычем, Лениью, Заверухой, Жадиной-Недамкой)

Цель: развитие способностей к рефлексии и самоанализу, диагностика эмоционального состояния ребёнка, его направленности.

- Встречались ли вы на неделе с кем-то из наших героев? Например, упрямылись, жадничали, может, ленились или кому-то немного завидовали? Каким цветом вы бы раскрасили каждого героя? Какого размера героя вы бы выбрали?

- Как вы думаете, как чувствуют себя эти герои? Из-за чего эти герои такими? Чего героям не хватает? Могут ли наши герои исправиться? Как им можно исправиться? Поступали ли вы иногда как наши герои? Как вы исправляли свои ошибки?

- Вы можете выбрать и раскрасить любого из наших персонажей.

Упражнение «эксперты»

Цель: развитие способностей к рефлексии и самоанализу, расширение поведенческого репертуара.

- Ребята как вы думаете, кто такие эксперты?

Эксперты, — это люди, которые много знают в определённой области и могут учить других, или давать хорошие советы.

Сейчас я предлагаю каждому из вас побыть в роли эксперта. Тот, кто выступает в роли эксперта – надевает шапочку эксперта и делится с другими, как помочь человеку справиться с каким-то недостатком. Для этого нам пригодятся ваши рисунки недостатков, можете вспомнить также и наших персонажей Упрямыча, Жадину, Завидуху, Лень.

- Скажите ребята, можно ли считать плохим ребёнка, который совершил один плохой поступок, ошибся? Есть ли такие дети и взрослые, которые никогда не ошибаются?

- Что нужно человеку, ребёнку, который совершил ошибку, плохой поступок? (Поддержка, направить, подсказать, как можно исправить, простить).

Если недостатки представить в виде дракона, то можно сделать вывод, что у каждого есть «свой дракон».

Для борьбы с «драконом» почти всем нужны помощники - друзья. Они очень важны в нашей жизни. Способность иметь друзей зависит от того, насколько мы умеем находить хорошее в окружающих нас людях.

- Если человек не умеет видеть в людях хорошее, не умеет прощать, то он сам становится человеком с «каменным сердцем», бесчувственным, который вряд ли будет иметь друзей и будет счастливым.

Упражнение “Лимон”

Цель: снятие мышечного напряжения, учить навыкам саморасслабления.

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак.

Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить “лимон” и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю –

Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов.

Я лимон бросаю, руку расслабляю.

Выполнить это же упражнение левой рукой.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

[11;25]

Занятие 37 Развитие образа «Я». Самооценка.

Цель: развитие позитивного самовосприятия, уверенности.

Ход занятия

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Дождик»

Цель: активизация работы детей в группе.

Дети вместе с ведущим хлопают в ладоши во все убыстряющемся темпе. - Набежали тучки, и пошел дождик... Сначала редкие капли застучали по крыше. Но вот дождик усиливается, капли падают чаще, чаще... Настоящий ливень!

Игра «Салки-обнималки»

Цель: активизация работы группы, налаживание контакта.

Игра идёт по таким же правилам, как и игра в салочки, но с одним новым правилом: нельзя салить тех, кто стоит, крепко обнявшись. Но так стоять можно не более 7 сек.

Упражнение «Определи на ощупь»

Цель: активизация взаимодействия детей в группе, направленности детей друг на друга.

Группа стоит в кругу. Нужно пройти и определить, у кого самые тёплые руки (носы, уши....

Упражнение «Какой из человечков тебе более симпатичен?»

- Психолог показывает детям крупные рисунки с изображением различных эмоциональных состояний), побуждает детей называть эти состояния вслух. Далее следует работа с вопросами и заданиями.

- А каким ты бываешь чаще всего?
- Нарисуй такое же лицо или выбери и запиши нужную цифру, она есть на каждом рисунке.
- А какое у тебя лицо, когда ты:
 - — приходишь в детский сад,
 - — находишься в детском саду,
 - — находишься дома,
 - — уходишь из детского сада.

В результате работы на листочке у детей получаются пять изображений или отметок в виде цифр. Место для каждого изображения отводится заранее так: ребята под руководством ведущего перегибают свой листочек на четыре части. Рисунок на тему «Какой я бываю чаще всего» делается с одной стороны, а четыре других рисунка — с другой, каждый в своей четверти.

Рисование самого себя.

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

- в зелёном -такими, какими они представляются себе;
- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном, – какими их видят друзья.

Упражнение на самооценку «Волшебные дома»

Дети точно так же, как в предыдущем упражнении, перегибают лист и получают четыре части.

Ведущий. В Волшебной стране живет замечательный маг и чародей — Старый Волшебник. У него есть три замечательных дома: Дом Доброты, Дом Ума и Дом Силы. Ведущий показывает детям домик, состоящий из пяти этажей. Представьте, что это — Дом Доброты. На верхнем этаже живут самые добрые люди, на нижнем — те, у кого доброты меньше всех. Расселением в этом доме ведаёт Старый Волшебник. Подумайте, на какой этаж он поселит тебя? А твоих друзей? По ходу выполнения задания ведущий договаривается с детьми, как ребенок будет изображать себя и своих друзей.

А теперь нарисуйте в других частях еще два таких же дома. Это будут у нас Дом Ума и Дом Силы. Куда бы поселил вас Старый Волшебник в этих домах? Нарисуйте свой знак на нужном этаже. А куда бы поселил ваших друзей? Нарисуйте нужные знаки. Дома можно рисовать и цветными, об этом тоже заранее необходимо договориться с детьми.

Рисунок на тему «Настроение»

Тонирование листа гуашью. Цвет и интенсивность тонирования определяются самим ребенком.

Рисуют дети под успокаивающую музыку, позволяющую углубиться в свои чувства и ощущения.

Релаксация «Волшебный сон».

Дети ложатся на ковёр. Руки немного согнуты в локтях, лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги немного разведены в стороны. Воспитатель: «Сейчас, когда я начну читать стихи, заиграет тихая, спокойная музыка, вы закроете глаза и начнётся игра "Волшебный сон". Вы не заснёте по-настоящему и будете всё слышать, но вам нельзя двигаться и открывать глаза, пока я не разрешу. Внимательно слушайте мои слова. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. "Волшебный сон" закончится тогда, когда я громко скажу: "Открыть глаза! Встать!" Внимание, наступает "Волшебный сон"...

Реснички опускаются... Глазки закрываются... Мы спокойно отдыхаем... (2раза). Сном волшебным засыпаем... Дышится легко... ровно... глубоко... Наши руки отдыхают... Ноги тоже отдыхают... Отдыхают... засыпают... (2 раза). Шея не напряжена и расслаблена...

Губы чуть приоткрываются,

Всё чудесно расслабляется... (2раза).

Дышится легко... ровно... глубоко...

Напряжение улетело...

И расслаблено всё тело... (2 раза).

Греет солнышко сейчас...

Руки тёплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги тёплые у нас...

Дышится легко... ровно... глубоко...

Губы тёплые и вялые,

Но нисколько не усталые...

Губы чуть приоткрываются...

Всё чудесно расслабляется... (2раза).

Нам понятно, что такое...

Состояние покоя... (2раза)».

Долгая пауза (до конца медленной музыки). Начинает звучать бодрая, весёлая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами.

- Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали... Хорошо нам отдыхать! Но пора уже вставать! Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[10;34]

Занятие 38 Взросление. Рисунок на тему «Я сегодня и Я взрослый»

Цель: развитие самосознания, позитивного самовосприятия.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Подвижная игра «Ветер дует»

Цель: активизация работы в группе, сплочение детей.

- Сейчас ведущий игры будет изображать ветер, все остальные ребята за ним повторяют, затем ведущий называет на кого ветер дует и те, ребята которых назовут должны быстро поменяться местами. Если ведущий говорит «ураган», все дети меняются местами.

Создание проблемной ситуации

- Сегодня я хотела рассказать вам сказку о том, как одна девочка очень хотела стать взрослой. Вы не знаете, почему дети хотят скорее стать взрослыми? Ответы детей.

Вот и Маленькая девочка скорее хотела стать взрослой. Для этого она сначала решила, что если наденет такую же одежду, как у взрослых женщин, то сразу превратится в тетю. Девочка достала из шкафа мамино платье и туфли, нарядилась в них и стала смотреться в зеркало. Ей показалось, что хорошо бы еще сделать прическу, как у мамы, и подкрасить реснички. Девочка так и поступила. После этого она снова посмотрела в зеркало и увидела...

Как вы думаете, что она увидела?

Ответы детей. «Нет, — решила Маленькая девочка, — одними платьями и прическами здесь не обойдешься. Надо подумать, что еще делают взрослые. Вот мама, например, варит обед! Надо и мне приготовить обед!» — И она живо принялась за дело. Но — странные вещи! Морковка никак не хотела мыться, а картошка — чиститься, капуста же так растопырила свои листья, что к ней вообще было страшно подступиться... А вода на плите хоть и вскипела, но была совершенно не похожа на мамин вкусный борщ... «Нет, — решила Маленькая девочка, — папе такой обед вряд ли понравится!» И она подумала, а не лучше ли пойти погулять во двор. Когда она спускалась по лестнице, навстречу ей поднималась бабушка с тяжелой сумкой. Странное дело! Ноги сами остановились, а язык сказал: «Бабушка! Давайте я вам помогу!» Старушка так устала нести тяжелую ношу вверх, что согласилась отдать один сверток из сумки. Когда девочка проводила бабушку до ее квартиры, та сказала: «Спасибо! Какая взрослая у твоих родителей дочка! Наверное, они этому очень рады!»

И тут Маленькая девочка почувствовала себя и вправду взрослой, хотя не было на ней ни мамино платье, ни высоких каблучков. «Странное дело, — подумала девочка, — я совсем не выросла и почти ничего делать не умею так, как взрослые, а меня называли взрослой!» — И она спросила об этом у старушки. Та ответила: «Ты вела себя так, как взрослая».

Дискуссия

- Ребята, давайте вместе подумаем, когда человек взрослеет? Для этого вы должны поднимать обе руки вверх, если согласны со мной, и не поднимать — если не согласны. Слушайте.

- Человек взрослеет, когда...
- Разговаривает только со взрослыми.
- Пытается потянуться, чтобы стать выше.
- Одевается, как взрослый.
- Играет с теми, кто старше.
- Смотрит кино для взрослых.
- Сам за собой ухаживает: убирает постель, накрывает на стол, раздевается и одевается.
- Сам задумывает дело и сам за него отвечает.

- А можно ли стать взрослым сразу?
- А можно быть очень молодым и в то же время взрослым?
- А наоборот?

Игра «Взрослый человек — это...»

- Сейчас я буду по очереди кидать мячик, а вы, когда поймаете его, должны дополнить мое предложение: «Взрослый человек — это...» Например, я бросаю мяч Оле и говорю: «Взрослый человек — это...» Оля отвечает: «Тот, кто заботится о других» – и бросает мяч обратно мне. Понятно? Приступаем к игре.

Рисунок на тему «Я сегодня и Я взрослый»

После выполнения задания, дети обсуждают рисунки.

"Кораблик"

Цель: расслабление мышц ног. И. п.: стоя.

Учитель: Представьте, что вы на корабле. Качает. Прижимаем по очереди ноги к полу, чтобы не упасть.

Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать! Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

"Штанга"

Цель: расслабление мышц ног, рук, корпуса. И. п.: стоя.

Учитель: Встаньте. Представьте себе, что вы поднимаете тяжелую штангу.

Мы готовимся к рекорду,

Будем заниматься спортом (наклон вперед).

Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, поднять руки вверх).

Крепко держим... и бросаем!

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Нам становится понятно:

Расслабление приятно!

"Шарик"

Цель: расслабление мышц живота. И. п.: стоя.

Учитель: Представьте, что вы надуваете воздушный шарик. Положите руку на живот.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (выполнить вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем (выполнить выдох),

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко. ровно. глубоко.

Подведение итогов занятия.

- Что отличает взрослого от ребёнка? Как вы думаете, чему взрослые могли бы поучиться у детей, а дети у взрослых? Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[23; 176]



IV Блок «Исследование мира общения»

1 раздел «Я и моя семья»

Занятие 39 Внутрисемейные взаимоотношения. Отношение к родителям и другим членам семьи. Рисунок на тему «Моя семья».

Цель: развитие в детях нравственных ценностей на примере семьи, эмпатии.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Строй» (в круге)

Цель: активизация работы детей в группе, сплочение детей, развитие навыков сотрудничества и взаимодействия.

Я уверена, что вы можете легко и быстро построиться

- по росту;
- попрошу вас построиться по алфавиту;
- по цвету волос (от самых светлых до самых темных)

А теперь возьмитесь за руки все вместе постройте:

- квадрат;
- треугольник;
- любую букву;
- птичий косяк.

Обсуждение по вопросам:

- Как вы договорились?
- Кто помогал?
- Кому помогали?
- Кто руководил? и т.д.

Беседа

- Сегодня мы будем о говорить, о семье. -Что такое семья?

- А зачем человеку семья?

- Как относятся к своим детям родители?

- А дети к родителям? Как родители проявляют любовь к своим детям? Как дети могут проявить любовь к своим родителям.

После дискуссии ведущий делает вывод: семья — это самые близкие люди, которые живут вместе. У детей всегда есть родители. Родители очень любят своих детей, даже когда они почему-то сердятся, они часто волнуются и переживают за вас. Семья людям нужна, чтобы каждый чувствовал, что его любят, и чтобы всем было хорошо.

Этюд «Любящие родители»

Цель: развитие навыков сотрудничества, взаимодействия.

(Чистякова М.И. Психогимнастика.)

Дети делятся на пары: мальчик (папа-медведь) — девочка (мама-медведица). Звучит колыбельная. Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тоже тихонько покачивается. Мама-медведица передает медвежонка папе. Теперь он качает малыша, а мама глядит на обоих ласково, с любовью.

Рисунок на тему «Моя семья»

Цель: актуализация положительного образа семьи.

- А теперь давайте выберем тот цвет, который больше всего подходит к тому чувству, какое возникает у вас, когда вы думаете о своей семье. Возьмите губки и затонируйте этим цветом лист.

Пока лист сохнет, давайте поиграем.

Игра «Верно — не верно!»

Цель: закрепление знаний о семье.

- Я буду говорить вам какие-то фразы, а вы, если согласны со мной, поднимайте обе руки вверх, а если не согласны, сидите тихонечко.

- Семья — это все мои друзья и знакомые.
- Семья — это я.
- Мои родители могут быть младше меня.
- Бабушка — это мама моей мамы.
- Дедушка — это папа моего папы.
- Семья — это люди, которые любят друг друга.
- Бабушка и дедушка — это мои родители.
- Я — дочь мамы и папы.
- Всем людям нужна семья.

- Да, я хотела вас запутать, но не смогла! Умницы! Я вижу, что все вы знаете, зачем человеку нужна семья. Как раз сегодня мы и будем рисовать свою семью на разноцветных листочках.

Дети рисуют на тему «Моя семья». После чего следует обсуждение.

Релаксационное упражнение «Птички»

Цель: снятие психомышечного напряжения, расслабление тела.

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любуются его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома я предлагаю вам к следующему занятию, следующее домашнее задание. Создайте вместе со своими мамами, папами, историю о вашей семье, традициях вашей семьи. Вы можете оформить свою работу в любой форме (презентация, рисунок, стенгазета, коллаж из фотографий).

[6;170]

Занятие 40 «Семейный очаг»

Цель занятия: развитие в детях нравственных ценностей на примере семьи, эмпатии.

Задачи:

- продолжать работу по возрождению нравственно-духовных традиций семьи;
- способствовать социокультурной адаптации, способствовать формированию коммуникативных навыков;
- развивать эмпатию, умение слушать своего собеседника;
- формировать позитивную самооценку дошкольника.

Оборудование:

- демонстрационный: компьютер, проектор, муляж камина, презентация "Семья - сокровище мира!".

- музыкальное сопровождение.

Ход занятия

Дети рассаживаются возле импровизированного камина.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Педагог-психолог: - Здравствуйте! Я рада вас снова видеть. Мы с вами сейчас собрались в большом кругу возле камина, как вы думаете, почему мы с вами собрались именно возле камина. Камин ещё можно назвать символом семейного очага. Есть такое выражение - "собраться возле семейного очага как вы думаете, почему раньше семья собиралась возле очага. А сейчас, где собираются все члены своей семьи?

Очаг источник тепла, так очаг даёт нам тепло, а тепло мы сравниваем с любовью, которая нас согревает, питает. Именно поэтому по вечерам мы собираемся все вместе на кухне за ужином и с удовольствием слушаем своих близких о том, как у них прошёл день.

В семье мы учимся любить друг друга, поддерживать, делимся своим теплом и добротой. А сейчас мы с вами попробуем поделиться друг с другом добрыми словами.

Упражнение «добрый стул»

Цель: развитие эмпатии, сотрудничества, чувства общности у детей.

Дети по очереди садятся на "добрый стул", а остальные ребята стараются говорить им только самые хорошие, самые добрые слова.

- Очаг семью скрепляет, а детский сад, группу можно тоже сравнить с семьёй. В садике мы учимся дружить, уважать, любить друг друга, как и делают люди в семьях. Давайте сейчас попробуем поделиться с вами своей любовью друг с другом. Я предлагаю вам сейчас возле нашего камина построить

Упражнение «пирамида любви»

Цель: развитие чувства единства, общности, создание благоприятной эмоциональной атмосферы.

Дети сидят в кругу. Педагог говорит: "Каждый из нас кого-то любит. Я, например, люблю свою семью, свой дом, свой город. Расскажите и вы, кого и что любите вы (следуют рассказы детей) а сейчас давайте построим "пирамиду любви" из наших ладоней. Вы чувствуете тепло рук? Вам приятно? Посмотрите, какая высокая у нас получилась пирамида.

В семье все стараются не только любить друг друга, но и поддерживать, помогать, так как без помощи друг друга нам трудно, и любое дело будет успешней, если взяться за него всем вместе.

Игра «головамеч»

Цель: развитие навыков сотрудничества и взаимодействия.

ребята пытаются перенести мяч, в парах держа его своими головами.

- В какой бы части света вы не оказались, семья с её ценностями почитается как сокровище.

Давайте посмотрим презентацию о традициях разных стран и народов.

- Каждая семья гордится своим домом. Давайте мы попробуем придумать как можно больше слов- описаний синонимов к слову "дом", опишем его какой он. Ребята перечисляют (уютный, тёплый, большой красивый, родной, комфортный, светлый и т.д.)

- А сейчас я предлагаю вам построить большой, красивый дом.

Упражнение «Строительство дома»

Цель: развитие навыков сотрудничества и взаимодействия.

Каким будет ваш общий дом? Что нужно, чтобы дом у вас получился и результат понравился всем? (Обсудить пожелания, договориться, распределить обязанности).

Дети строят дом из мягкого конструктора.

После строительства дети делятся впечатлениями от совместной работы.

- Детский сад тоже можно сравнить с домом, а группу с семьёй, ведь здесь мы проводим вместе так много времени учимся многим полезным вещам.

После строительства дома делается **"семейная фотография" группы на память.**

Обсуждение домашнего задания:

- А сейчас давайте посмотрим на ваши истории о своих семьях.

Просмотр детских презентаций, фотографий, рисунков.

В семье принято делать подарки, они передают любовь и тепло наших близких, помогают увидеть их заботу о нас, внимание. И сейчас я предлагаю вам обменяться подарками.

Упражнение "подарок".

Цель: сплочение детей, развитие положительного отношения детей друг к другу.

Дети по кругу с помощью жестов и мимики показывают, какой подарок они хотели бы подарить кому-нибудь из группы.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Подводим итог: погода в доме только тогда хорошая и теплая, когда все вместе, все члены семьи помогают друг другу, делятся своим теплом, любовью и добротой.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[11;118]

Занятие 41 «Родина начинается с семьи»

Цель: Развитие гражданско-патриотической позиции, нравственных, основ семейных ценностей у детей.

1. Способствовать развитию у детей эмпатии, нравственных качеств.
2. Способствовать развитию, стимулированию когнитивных, познавательных способностей.
4. Способствовать развитию творческой спонтанности, способности к самовыражению, коммуникативных навыков.

Оборудование:

- психологическая песочница
- макет здания кремля
- презентации детей
- презентация главных достопримечательностей Москвы
- фигурки солдат, деревья, галька
- формочки для песка
- фигурки членов семьи, сделанные детьми.

- Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас будет необычное занятие, нас ждёт много интересного и увлекательного. Мы узнаем с чего начинается Родина и как каждый из нас связан с каждым уголком нашей большой и прекрасной страны.

Песенка "Знакомка"

1 куплет

В нашем зале есть друзья!

Вы и мы, и ты и я!

Здравствуй друг, который справа,

Здравствуй друг, который слева.

Мы одна семья!

2 куплет

Руку дай, тому, кто справа,

Руку дай, тому, кто слева,

Мы одна семья!

3 куплет

Рассмеши, того, кто справа,

Рассмеши, того, кто слева!

Мы одна - семья!

- В нашей песенке знакомке говорится, что мы одна семья и тема нашего занятия Родина начинается с семьи. И сейчас я предлагаю вам посмотреть и обсудить те презентации, которые вы готовили дома со своими родителями.

Просмотр презентаций (домашнее задание с предыдущего занятия, смотрим презентации тех детей. Которые не успели на предыдущем занятии).

- Молодцы ребята! Какие у вас получились замечательные презентации, сколько в них чувствуется тепла и любви, ведь без этих качеств невозможно представить себе ни одну семью. Как вы думаете, ребята, почему тема нашего занятия сегодня Родина начинается с семьи?

Предполагаемые ответы детей:

- Потому что если человек не дорожит своей семьёй, то он не может по-настоящему быть привязанным к своей стране.

- Ребёнок рождается и растёт в семье, то все знания, и любовь к своей стране он получает от своих родителей. И когда случается так, что людям нужно подняться на защиту своей Родины, то в первую очередь солдаты думают о своих близких и родных, о своих предках, бабушках и дедушках, прадедах, о тех, кто своей жизнью и трудом помогал нашей стране развиваться и процветать.

- **Семья — это основа любой страны, родины человека.** И мы с вами сейчас не зря смотрели презентации ваших родных и близких на фоне разных городов и достопримечательностей нашей страны, каждый из нас через своих родственников связан тончайшими родственными узами со всеми городами и сёлами нашей необъятной Родины. Мы узнали, что у кого-то бабушки, тёти или двоюродные братья и сёстры бывали, жили в разных городах России, и через наших близких это и нас сближает с этими городами.

- Любая семья, как и любая страна сильна своими традициями. А традиции чаще всего проявляются в праздниках, которые дарят нам столько радости и хорошего настроения! А какой праздник бывает без вкусных угощений. И мы с вами сейчас тоже попробуем подарить себе праздничное настроение, и все вместе испечём один вкусный торт!

Упражнение "Торт"

Цель: развитие эмпатии детей, снижение психоэмоционального напряжения.

Описание упражнения:

Один ребёнок ложиться на спину ему говорить, что он основа будущего торта, его тело как тесто, мягко и аккуратно начинают массировать сидящие вокруг него дети. Затем "тесто" посыпается мукой, сахаром, солью, все ингредиенты лёгкими движениями вбиваются в тесто. После этого по "тесту" разливается тёплое молоко - дети три раза бережно гладят от макушки до пяток лежащего ребёнка. "Тесто" ещё раз посыпается мукой, сахаром и солью. Затем его ставят в печь, где торт начинает подниматься. Все дети вместе с лежащим ребёнком начинают делать глубокий вдох и выдох (три раза). После этого готовый "торт" дети по очереди начинают украшать. Каждый ребёнок проговаривает, чем он хотел бы украсить торт и кладёт воображаемое украшение на "торт".

- Молодцы ребята! Какой красивый и вкусный торт у нас получился! В группе потом вы можете "испечь" ещё много других тортов. Наше настроение теперь праздничное, хорошее, и мы можем продолжать наше занятие. Давайте присядем на стулья и посмотрим небольшую презентацию о разных достопримечательностях нашей столицы. Какой город является столицей России?

- Москва!

Просмотр иллюстраций достопримечательности Москвы.

- А теперь ребята, давайте подойдём к нашей песочнице и попробуем построить вместе с вами Кремль и кремлёвскую стену.

Дети ставят заранее изготовленный картонный макет Кремля и строят из песка кремлёвскую стену. Облагораживают территорию ёлками, расставляют охрану, выкладывают часть дороги камнями (мелкой галькой).

- А теперь давайте отправимся на прогулку по кремлёвским достопримечательностям с нашими близкими.

Дети расставляют в песочнице заранее изготовленные из картона фигурки с фотографиями или нарисованными лицами членов своей семьи.

- Как красиво у нас получилась! Молодцы ребята, вы все сегодня очень хорошо постарались! Понравилось вам наше путешествие по кремлёвским достопримечательностям?

- Да!

- Посмотрите ребята как здорово, что с помощью воображения человек может попасть в любую часть своей страны, и путешествовать там не только один, но и пригласить с собой всех своих близких. Ведь любить и дорожить своей Родиной нас учит наша семья, и не будь семьи мы бы никогда не осознали в полной мере как прекрасна именно наша родная страна!

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый

Озорной, любимый, милый

Быстро я всему учусь

В жизни я всего добьюсь.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

[45;299]

2 Раздел «Я и мои друзья»

Занятие 42 Я и мои друзья. Рисунок на тему «Я в детском саду»

Цель: развитие рефлексивных, коммуникативных качеств, навыков сотрудничества и взаимодействия друг с другом.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Говорящие руки»

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Закройте глаза, вытяните руки вперёд и найдите на ощупь руки друг друга. Слушаем и молча выполняем задание. По моему сигналу внешний круг двигается вправо на шаг.

Попробуйте:

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.

6. Выразить радость.

7. Пожелать удачи.

Упражнение «Дождик»

Цель: активация работы детей, отреагирование мышечного, эмоционального напряжения.

Дети имитируют движениями все слова текста.

- Подул ветер, (дети потирают ладошки друг о друга, дуют ртом), ветер усилился, ещё усилился (дети ещё быстрее и энергичнее на каждую строчку растирают ладони).

Затем пошёл дождь, сначала маленькие капельки (дети изображают капли дождя, указательным пальцем на левой и правой ладони), затем капли покрупнее (дети слегка хлопают в ладоши), затем дождь усилился (дети хлопают в ладоши, и ладошками слегка прихлопывают себя по плечам, рукам, бёдрам и ногам), и наконец начался ураган (дети потирают ладошки друг о друга, дуют ртом, дети хлопают в ладоши, и ладошками сильнее, но не больно, аккуратно, прихлопывают себя по плечам, рукам, бёдрам и ногам, и топают ногами). Но вот ветер, стал тише, тише (дети потирают ладошки друг о друга, дуют ртом), дождь стал меньше, меньше (дети хлопают в ладоши, и ладошками слегка прихлопывают себя по плечам, рукам, бёдрам и ногам), и наконец, дождь совсем перестал, ветер успокоился (дети 3 раза делают глубокий вдох, выдох) и выглянуло ласковое солнце (дети тянутся вверх на носочках с поднятыми руками), и солнышко обняло и погладило всех своими лучиками (дети обнимают и гладят друг друга).

Обсуждение домашнего задания:

- что вы узнали о дружбе из беседы со своими родителями?

Демонстрация творческих работ детей. Обсуждение.

Дискуссия

- Ребята, только что мы с вами играли в игру «Дождик». Дождик у нас действительно получился как настоящий: капель много, падают они часто-часто — настоящий ливень! Каждый из вас был отдельной капелькой, а все вместе вы стали бурным ливнем, который смочил всю землю, дал напиток цветам, травам и деревьям! Далее дети отвечают на вопросы.

- А одна капелька смогла бы это сделать?
- А один человек может прожить на свете?
- А если у него есть друзья и близкие?
- А как вы думаете, кому легче и интереснее жить — человеку одинокому или человеку, у которого есть друзья? Почему?
- Что такое дружба?
- Чем она помогает людям?
- Каким нужно быть, чтобы с тобой хотелось дружить?
- А каким — не нужно?

Рисунок на тему «Я в детском саду»

Цели рисования: диагностические (восприятие ребенком своего положения в группе детского сада, эмоциональное состояние ребенка). Называние и обсуждение рисунков.

Упражнение «Насос и мяч».

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела.

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г. Тюмень Батищева Елена Ярославовна

«Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас – большой надувной мяч, другой насос, который надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ, начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего – у мяча поднимается голова, после четвертого – надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса. Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение.» Затем играющие меняются ролями.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добыюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[19;59]

Занятие 43 Когда и почему ты ссоришься со своими друзьями или родными? Рисунок на тему «Дружба двух цветов»

Цель: развитие коммуникативных, навыков сотрудничества, взаимодействия. Расширение поведенческого репертуара.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т

Разогрев — упражнение «Шум растёт».

Ведущий. Ребята, мы сегодня научимся играть в новую игру, чем-то она похожа на игру «Дождик», но «разговаривать» будут теперь не ваши ладошки, а ваши щечки и горлышки. Называется игра «Шум растёт». Представьте, что на свете жил-был маленький Шумок. Разговаривал он так: «Ш-ш-ш». Но Шумок постепенно рос, вырослел и разговаривал уже

по-другому: «Ж-ж-ж-ж!», и наконец, Шумок превратился в настоящий Шум: «Ж-жжжж!!!» Давайте все вместе покажем, как рос Шумок!

Упражнение «Гусеница».

Цель: игра учит доверию. Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

«Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей, и будем вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается. Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в одной цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту.»

Дискуссия

Ведущий рассказывает детям о том, что у всех людей в мире иногда бывают ситуации, когда они ссорятся со своими родными или друзьями. В этот момент им бывает очень грустно, обидно, иногда они даже сердятся на других и задают вопросы:

- Нужны ли ссоры?
- Что чувствует поссорившийся с кем-то человек?
- А тот, с кем он поссорился?
- Если обоим бывает плохо, то можно ли сделать так, чтобы ссор не происходило вообще?
- А что сделать, чтобы их стало меньше и они не были такими уж серьезными?
- А как можно помирить двух поссорившихся друзей?

Дети вспоминают детские шуточные «мирилки», например: дети цепляют друг друга за полусогнутые мизинцы и говорят: «Мирись, мирись, мирись — и больше не дерись! А если будешь драться, то я начну кусаться!» Ведущий поясняет шуточный характер «мирилки» и предлагает детям вспомнить или придумать другие варианты.

Игра «Ласковые слова»

- Мы с вами научились сдерживать обидные слова, а теперь поучимся придумывать ласковые слова. Давайте встанем в круг и по очереди будем передавать друг другу вот этот красивый шарик. Пока шарик у вас в руках, вы можете придумать ласковое слово и вместе с шариком передать его своему соседу, а он — своему и так — по кругу. Далее дети отвечают на вопросы.

- Вам понравилось играть в эту игру?
- Какие слова были самыми приятными?
- Что труднее — произносить обидные слова или приятные?
- А что приятнее слышать?

Затем ведущий подводит итоги занятия, обобщая ответы детей.

Рисунок на тему «Дружба двух цветов»

- Ребята, я хочу рассказать вам историю о дружбе двух цветов. Было это давно. Жили-были на свете два цвета — желтый и синий. Желтый очень гордился тем, что он такой же, как солнце и как песок на берегу моря в ясную солнечную погоду. Неподалеку от желтого жил синий цвет. Он тоже считал себя очень важным и ни в чем не хотел уступать желтому цвету.

Так они и жили, споря друг с другом, кто же из них важнее. — Я самый важный, ведь солнце и то такого же цвета, как я! — Нет, самый важный я! Смотри — и небо синее, и море синее. Без меня не обойтись! Вот так спорили-спорили они и однажды чуть было совсем не поругались. Но в этот момент подул ветер и перемешал желтый и синий цвет. Так родился зеленый цвет, а из него — трава, цветы, деревья! И на свете стало так хорошо: теперь и море, и солнце, и небо, и трава — все разноцветное! А желтый и синий поняли, что были они не правы, что каждый из них хорош по-своему и что если они будут дружить, появится зеленый цвет, а без него теперь никто уже не сможет обойтись!

Вот и мы, ребята, постараемся подружить желтый и синий цвет, голубой и красный, желтый и красный — и посмотрим, чем их дружба нас порадует. Разделитесь на пары, пусть каждый выберет один цвет, о котором я только что говорила. После этого начнем раскрашивать лист — каждый со своей стороны. Сначала цвета будут совсем разными, но чем ближе к середине листа вы будете двигаться, тем больше ваш цвет должен соединиться с цветом вашего партнера, вы должны подружить свои цвета, так чтобы середина листа у вас приобрела какой-то третий цвет.

После выполнения задания следует обсуждение.

Упражнение «Винт».

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса.

"Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде «Начали» будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. «Начали!.. Стоп!»

Этюд может сопровождаться музыкой Н. Римского-Корсакова «Пляска скоморохов» из оперы «Снегурочка».

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[19;99]

Занятие 44 «Путешествие маленькой снежинки»

Цель: Развитие позитивных отношений детей в группе, направленности детей на общение друг с другом, сплочение.

Задачи:

Способствовать развитию у детей эмпатии, нравственных качеств.

Создавать условия для выражения творческой спонтанности, способности к самовыражению, коммуникативных навыков.

3. Сплочение детей, снятие психоэмоционального напряжения.

Оборудование:

цветные карандаши

- акварельные краски, кисточки, вода

- шаблоны кругов разной величины

целлофановые пакеты

- снежинка

- музыкальные композиции, подобранные под тему занятия.

1. Приветствие.

(На экране идёт презентация огонь в камине под музыку).

Педагог-психолог:

- Раньше ребята, когда не было электричества, люди собирались вечерами вокруг огня чтобы поделиться, друг с другом тем, как прошёл день, согреть друг друга своим теплом и рассказать удивительные сказочные истории.

И сейчас я предлагаю вам также поделиться друг с другом своим теплом.

Упражнение «тёплые ладошки»

- Подумайте ребята о самых дорогих и любимых вам людях, согрейте своим дыханием и потрите друг о друга свои ладони. О ком вы сейчас подумали?

Предполагаемый ответ детей:

-О маме, папе, бабушке, дедушке, братьях и сёстрах, своих друзьях.

Педагог-психолог:

- А теперь передайте по кругу друг другу тепло своих ладоней.

Авторская терапевтическая сказка «маленькая снежинка»

- Сегодня я хочу поделиться с вами историей об одной очень маленькой, но очень любознательной маленькой снежинке. Она сильно отличалась от своих подруг: была намного меньше их, всегда хотела всё узнать и увидеть первой, но самое главное внутри она не была холодной как её подруги. У маленькой снежинки внутри билось самое настоящее горячее, любящее сердце. Ей нравилось дарить окружающим радость и тепло, нравилось щекотать ребятам нос и щёки и слышать звонкий смех по утрам, нравилось видеть зачарованные улыбки взрослых по вечерам. И маленькой снежинке было очень грустно от того, что её подруги не понимали её, ведь им совсем не нравилось дарить другим радость. Наоборот, другие снежинки любили смотреть, как прохожие недовольно ёжатся от холода и спешили залепить им глаза и нос.

И вот однажды маленькая снежинка посмотрела высоко в небо и задумалась, что же

©Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

начинается там, где кончаются облака, есть ли там кто-то кто хоть немного похож на неё. И тогда она решила улететь.

Дети сдувают воображаемую снежинку с ладони, встают на ноги и держась за руки изображают полёт маленькой снежинки.

Ветер начал кружить снежинку всё быстрее и быстрее, он поднимал и прижимал её к самым верхушкам деревьев, а потом опускал опять так низко, что она почти касалась земли. Но вот, наконец, снежинка взлетела далеко, далеко и оказалась там, где кончаются облака, и начинается космос...- Давайте проследим полёт маленькой снежинки. Какие планеты повстречались ей на пути, что её удивило больше всего.

Педагог-психолог включает видеоролик релаксация «полёты над землёй».

- А теперь прилягте на спину, расположитесь на ковре так, чтобы вам было удобно, закройте глаза, сделайте глубокий вдох, глубокий выдох, прислушайтесь к своему дыханию. Вдох-выдох. Представьте себе те планеты, которые видела маленькая снежинка. Рассмотрите каждую из них. Среди нескольких планет найдите ту, что вам больше нравится. Рассмотрите эту планету. Какая она? Какого размера, цвета, формы. Запомните её. Попробуйте её потрогать, если к ней можно прикоснуться, попробуйте походить по ней, почувствуйте какие запахи на этой планете, какие животные, растения, существа её населяют. Кто населяет эту планету? Друзья или враги, какой климат на ней? Комфортно ли там оставаться?

А сейчас медленно заканчивайте ваше путешествие по планете, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов и открывайте глаза.

Упражнение «моя планета»

Цель: развитие воображения, непрямая диагностика самооценки ребёнка и исследование его общения в группе, сплочение детей посредством свободного выбора и обсуждения.

- Перед вами чистые круги разного размера, выберите тот, который больше подойдёт под размер планеты, которую вы себе представили.

В этом круге нарисуйте её.

Сейчас на это рулоне белого листа расположите каждый свою планету там, где вам хочется. Рассмотрите ваши планеты. Расскажите каждый о своей. С какой планетой ваша похожа, с кем она могла бы подружиться?

- Вернёмся к нашей маленькой снежинке. Хотите узнать, что с ней стало дальше?

У маленькой снежинки захватило дыхание от восторга. Ей не хотелось ни о чём думать, а только парить и парить в этом прекрасном и необъятном пространстве.

Игра «звёздочки-магниты»

Цель: сплочение детей, учить детей оказывать поддержку друг другу.

- Вдруг маленькой снежинке стало страшно, ведь в космосе нет земного притяжения, и её могло унести далеко-далеко, и она уже никогда не смогла бы вернуться обратно. Но тут на помощь маленькой снежинке пришли звёздочки, они широко раскрыли свои объятия и сказали ей: «лети к нам, скорее, лети к нам!»

Дети делятся на две команды звёздочки и снежинки. Звёздочки стоят, широко раскрыв руки, а снежинки кружатся и танцуют под музыку. Как только музыка останавливается снежинки должны прижаться к звёздочкам, а те удержать их в своих объятиях, чтобы их не унесло в открытый космос.

- Звёздочки поведали маленькой снежинке, что в космосе, чтобы на большой высоте не превратиться в лёд, маленькой снежинке нужно слушать своё сердце.

- Приложите ребята руку к своему сердцу. Чувствуете, как она бьётся? Что умеет делать наше сердце?

Предполагаемый ответ детей:

- Дышать, биться, любить, и т.д.

Упражнение «большое любящее сердце»

Цель: сплочение детей, развитие чувства общности друг с другом.

- Давайте ребята сделаем большой дружный круг и возьмёмся за руки. Мы одно любящее дружное сердце. Давайте послушаем, как оно дышит. Сделаем глубокий вдох, шаг вперёд, выдох, шаг назад. Глубокий вдох два шага вперёд, выдох, два шага назад. А теперь послушаем, как наше сердце умеет биться. Глубокий вдох — шаг вперёд один раз топаем ногой все вместе, выдох два шага назад два раза топаем ногой все вместе. И ещё раз, глубокий вдох — шаг вперёд один раз топаем ногой все вместе, выдох два шага назад два раза топаем ногой все вместе. Когда наше сердце огорчается, грустит, когда сердечку больно, оно может сжиматься от боли в один маленький комочек. Что может огорчить наше сердце?

Предполагаемый ответ детей:

Ссоры с друзьями, обидные слова, когда кому-то из близких людей плохо.

«Сердце» сжимается в комочек дети, держась за руки плотно подходят друг к другу.

Педагог-психолог:

- И что тогда нужно сделать, чтобы нашему сердцу вновь стало хорошо?

Предполагаемый ответ детей:

- Пожалеть его, обнять, услышать, что его любят.

Педагог-психолог:

- Верно ребята, и тогда наше сердце становится вновь большим и широким и может вместить в себя много любви и тепла. Молодцы! У нас хорошо получилось показать одно большое сердце. А как вы думаете, какого цвета наше сердце внутри?

Предполагаемый ответ детей:

- Красное, розовое.

Педагог-психолог:

- А если в нашем сердце живёт любовь, радость, дружба, то какие цвета у него будут?

Предполагаемый ответ детей:

- Жёлтый, оранжевый, голубой, зелёный и т. д.

Педагог-психолог подводит детей к отрезку чёрной ткани:

- В космосе не было такого голубого неба как его видим мы, там темно. В далеке светят звёзды, но они очень далеко. И чтобы вернуться домой маленькой снежинке нужно было лишь довериться своему сердцу. Представим, какое сердечко билось в груди нашей маленькой героини. Давайте изобразим его все вместе.

Упражнение «разноцветное сердце»

Цель: сплочение детей, развитие коммуникативных способностей, умения работать в группе и договариваться.

Дети под музыку выкладывают с помощью цветных карандашей по контуру одно большое сердце на чёрной ткани.

Педагог-психолог:

- Замечательно ребята у нас получилось? Вам нравится?

Предполагаемый ответ детей:

- Да!

Педагог-психолог:

И наше сердце, если в нём живёт любовь, доброта, дружба, тоже становится ярким и большим как у маленькой снежинки.

- Не замёрзнуть, не потеряться и не испугаться в космосе маленькой снежинке таких помогли её друзья звёздочки.

- Маленькой снежинке пришла пора возвращаться обратно на землю к своим подругам снежинкам. Она поняла, что хотя в космосе очень красиво, там нет её подруг. И хотя её подруги отличались от неё, она решила поделиться с ними частичкой тепла своего сердца и научить их любить, друг друга, людей, окружающий мир.

- У маленькой снежинки получилось научить своих подруг любить. И с тех пор ни одна снежинка не хотела больше вредить людям, наоборот, каждый день в морозное зимнее утро и холодную ночь они радуют детей и взрослым весело искрясь при свете звёзд

вспоминая о полёте своей подружки.

- Понравилась вам эта сказка ребята? Чему она смогла нас научить?

Предполагаемый ответ детей:

- Если ты хочешь, чтобы вокруг тебя люди изменились, стали добрее и лучше ты должен сам подавать им пример и поступать так, как хочешь, чтобы поступали с тобой.

Упражнение «свеча добрых слов»

Цель: учить анализировать, обобщать полученный опыт, развивать рефлексивные способности детей.

Дети, передавая друг другу по кругу свечу отвечают на вопросы.

- Чем полезно было сегодняшнее путешествие-исследование?

- Что мы узнали нового? Чему научились? За что готовы похвалить себя и кого-то (одного или нескольких товарищей)

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый

Озорной, любимый, милый

Быстро я всему учусь

В жизни я всего добьюсь.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[23;225]

Занятие 45 «Калейдоскоп»

Цель: обучение детей навыкам сотрудничества, формирование осознания собственной уникальности.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

- «Здравствуйте! Я очень рада всех вас видеть и также рада тому, что мы встретились здесь все вместе. А какие ощущения испытываете вы? Поделитесь ими»

Ребята сидят за столами. Раздаются калейдоскопы. Психолог предлагает посмотреть в них, последить, как сменяют друг друга узоры и не повторяются.

©Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

- Представьте себе, что вы смотрите в калейдоскоп. Вы видите маленькие частички стекла (пластмассы), каждая из которых имеет свой цвет и только одну постоянную форму. Каждая из них очень хороша сама по себе! Но посмотрите, что происходит в калейдоскопе, когда эти частички объединяются по две, по три, небольшими группками... Получаются яркие, многоцветные узоры, удивительно разнообразные по форме!

Так и люди: каждый сам по себе имеет ценность, каждый красив. Но когда люди общаются друг с другом, они могут создавать удивительные узоры общения...

Волшебные узоры нашей игры можно создавать как из маленьких стеклышек, так и из кусочков цветной бумаги. А можно их создавать, красиво общаясь друг с другом.

Наша игра - о волшебных узорах, которые можно создавать из маленьких стеклышек, из кусочков цветной бумаги, или - общаясь друг с другом.

В нашей игре будет три калейдоскопа. Один — настоящий: в перерывах между упражнениями в него можно будет заглянуть. Вторым — бумажный: он будет создаваться на листе ватмана с вашей помощью. И третий — волшебный «человеческий» калейдоскоп, который появится благодаря тому, что каждый из вас превратится в ребёнка-стеклышко...

Разминка

- Представьте себе, что каждый из нас — цветное стеклышко. Представили? Какого вы цвета, какой формы? Чья-то гигантская рука (наверное, какого-то великана) собрала все стеклышки и зажала их в ладони. Стеклышки оказались близко-близко друг к другу...

Психолог просит детей собраться в тесную кучку.

- А затем рука рассыпала нас по ровной поверхности, но ни одно стеклышко не попало в пределы круга!

Дети разбегаются и застывают. Психолог следит за тем, чтобы все стояли неподвижно.

- А теперь великанская рука берет цветные стеклышки по одному и перекладывает их в гигантский калейдоскоп. Видите, круг? Это и есть наш калейдоскоп. Стеклышко, имя которого я буду называть, перемещается в калейдоскоп и там застывает...

Ведущий называет имена детей по очереди. После того как все дети и педагог перешли в круг, разминка продолжается.

- И завертелся гигантский калейдоскоп в руках великана! Раз -и стеклышки объединились в пары!

Психолог просит детей разбиться попарно и застыть.

- Два — и стеклышки снова распались по одному и застыли!

Игра «Молекулы»

Цель: сплочение детей.

Далее психолог просит детей объединяться то в тройки, то в четверки, каждый раз обязательно застывая на месте.

- А сейчас я прошу вас закрыть глаза и не подглядывать. Наш великан повернул калейдоскоп еще раз и увидел удивительный узор: все его стеклышки выстроились в ровный-ровный круг! Сейчас с закрытыми глазами, касаясь друг друга, постарайтесь встать в круг... Не подсматривайте, так не интересно! Как вы думаете, круг уже получился? Итак, стеклышки застыли... и открыли глаза. Посмотрите: получился ли у нас круг?

На этом разминка заканчивается, психолог просит всех детей встать внутри круга.

Первый узор

- Итак, мы с вами стали частичками узора в великанском калейдоскопе, людьми-стеклышками. Пора появиться первому узору на нашем бумажном калейдоскопе. Каждый

из вас получит сейчас чистый бумажный кружок. Приготовьте свои фломастеры и карандаши. Создайте в кружке свой узор. Пусть он отразит ваш характер, настроение, ваше «Я». Это не обязательно должен быть сюжетный рисунок: это может быть игра цвета, формы — всё что угодно. В этом кружке напишите свое имя.

Психолог раздает детям кружки белой бумаги диаметром 7 — 8 см. Дети рисуют за партами. Затем каждый кружок приклеивается на ватман и получается первый, внешний узор: по всему периметру, вдоль внешней стороны круга, равномерно расположены кружки с рисунками, внутри каждого кружка - имя его автора. Первый узор бумажного калейдоскопа создан.

- Давайте посмотрим на узоры. Каждый из них — уникален, не похож на остальные. Каждый отражает неповторимость его создателя. Все рисунки красивы, а вместе они образовали замечательный узор — узор, состоящий из индивидуальностей.

По сигналу психолога все снова превращаются в стеклышки: возвращаются в круг и застывают.

Второй узор

- Когда люди-стеклышки общаются друг с другом и создают общие узоры им в этом очень помогают две вещи. Первая — они знают о том, что они разные, не похожи друг на друга, каждый уникален. И мы это тоже теперь знаем.

Психолог еще раз обращает внимание детей на рисунки бумажного калейдоскопа.

Вторая — люди знают о том, что у них есть много общего, и это помогает им общаться, находить общий язык. Сейчас мы с вами потренируемся в этом умении.

Психолог предлагает ребятам вытянуть из конверта цветные фигурки-рыбки. В конверте — по две рыбки одного цвета.

— Это маленькие рыбки. Если их приложить друг к другу (по типу двух туфель в обувной коробке), они образуют симметричный узор.

По цвету фигурок вам нужно найти свою пару. В течение 3—4 минут вам нужно придумать как можно больше признаков (во внешности, в характере, в интересах, в способностях, во вкусах), **которые бы вас объединяли**. Надо найти как минимум три таких признака.

Каждая пара называет признаки вслух.

Пока пара называет признаки, помощник (это может быть воспитатель) приклеивает рыбок. В результате возникает второй круговой узор. Каждый его элемент - симметрично расположенные рыбки одного цвета.

Когда дети работают в парах, ведущий и, по возможности, педагог оказывают им помощь. Когда все рыбки приклеены, ведущий предлагает детям внимательно посмотреть на получившейся узор.

- Посмотрите на наш второй узор: фигурки в каждой паре очень похожи друг на друга. У них много общего. Каждая пара создала общий узор благодаря тому, что партнеры нашли друг у друга много похожих черт. **Да, все мы разные, но у нас есть много общего, и мы можем интересно общаться друг с другом!**

Третий узор

- Люди-стеклышки в нашем живом калейдоскопе могут создавать и более сложные узоры, состоящие, например, из трех элементов. При этом им будет интересно друг с другом, и они всегда смогут найти общий язык.

Дети снова тянут фигурки и по цвету бумажных лепестков разбиваются на тройки.

- **1 вариант:** сейчас у вас будет несколько минут, для того чтобы придумать как можно больше тем, на которые вам в вашей тройке будет интересно поговорить. Проговорите эти темы и запомните их. Дети обсуждают темы в течение 2-3-х минут.

А сейчас мы проведем необычное соревнование. Каждая тройка по очереди будет называть одну из тем, на которую в его тройке интересно общаться всем. Когда представитель последней тройки назовет свою тему, снова настанет очередь первой тройки. Повторять темы нельзя, задерживаться тоже: как только представитель предыдущей тройки сел, я начинаю считать до пяти. Если представитель следующей тройки не успел до меня добежать, тройка выбывает из соревнования.

Отведите на эту игру 5-7 минут. Вполне возможно, что за это время из игры не выйдет ни одна тройка. Тогда игру можно просто остановить.

В это время психолог прикрепляет трилистники к бумажному калейдоскопу (после выполнения задания каждой тройкой). Нужно обратить внимание на новый рисунок. Если время позволяет, можно написать над каждым трилистником имена детей.

— Вот видите, сколько существует тем, на которые нам интересно друг с другом поговорить. Это замечательно! Каждая тройка создала в нашем калейдоскопе свой замечательный узор.

2 вариант: игра «Сходство». Найти несколько вещей, которые объединяют между собой. Как только найдется сходство, нужно втроем одновременно подпрыгнуть со словами «Первый», «Второй» ...Нужно найти 10 сходств за 3 минуты.

3 вариант: Трое играющих должны встать плечом к плечу. Первый человек ставит левую ногу в картонную коробку (или на лист бумаги). В ту же коробку ставит правую ногу второй играющий, свою левую ногу он ставит в другую коробку, и туда же ставит правую ногу третий человек. Задача игроков – пройти всем вместе некоторое расстояние.

Четвертый узор

- Удивительное дело, в нашем калейдоскопе произошло чудо: каждое его цветное стеклышко превратилось в цветок! Теперь, если великан посмотрит в свой калейдоскоп, он увидит там не узор из стеклышек, а необыкновенной красоты цветочную поляну. Каждый из вас — цветок на этой поляне.

Ведущий раздает детям маленькие цветочки из цветной бумаги. Просит написать на нем инициалы.

- Некоторые цветы (ребята) растут на этой поляне с самой младшей группы вместе с вами. Кто они? Назовем их по именам... Никого не забыли? Сейчас каждый из них будет подходить к бумажному калейдоскопу, и пока я буду приклеивать его цветок на поляну, остальные будут называть те качества, которыми этот человек-цветок украшает нашу поляну...

Есть цветы, которые растут на нашей поляне со второго класса. Можете их назвать? Давайте каждому из них скажем, какими своими качествами характера, достоинствами и талантами он украшает нашу общую поляну.

Наконец в этом году на поляне выросли новые цветы. Возможно, они еще и не раскрылись до конца. Но какие их достоинства мы уже разглядели?

Завершение игры

Психолог просит всех встать в круг.

- Итак, наш волшебный калейдоскоп закрутился в последний раз... Люди-стеклышки, люди-цветы исчезли, и на ковре образовался последний узор. Имя этому узору –

подготовительная группа (название группы) Что вы думаете об этом узоре? Нравится ли он вам? Чем именно?

Психолог благодарит участников и передает им в подарок от великана бумажный калейдоскоп как напоминание о тех удивительных узорах отношений, которые дети могут, умеют создавать.

Упражнение "Шарик"

Цель: расслабление мышц живота. И. п.: стоя.

Учитель: Представьте, что вы надуваете воздушный шарик. Положите руку на живот.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (выполнить вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем (выполнить выдох),

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Упражнение «Раскачивающееся дерево»

Цель: общая релаксация. И. п.: стоя.

Учитель предлагает детям представить себя деревом. Корни - ноги, ствол - туловище, крона - руки и голова. Начинает дуть ветер. Дерево качается вправо - влево, вперед - назад (по 3-5 раз). При выполнении упражнения следует соблюдать ритмичность дыхания.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[35;87]

Занятие 46 «Доброта похожа на солнце!»

Цель: развитие нравственных качеств, навыков взаимодействия и сотрудничества.

Приветствие.

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

- Поздоровайтесь друг с другом глазами, попробуйте улыбнуться друг другу только взглядом.

Затем, дети по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Игра «ласковое эхо»

Цель: развитие чувства общности, эмпатии детей.

Дети стоят в кругу, один ребёнок отворачивается, а остальные дети превращаются в его «ласковое эхо», зовут его по имени ласково. Игра продолжается до тех пор, пока «ласковое эхо» не позовёт по имени каждого ребёнка.

Упражнение «солнышко»

Цель: сплочение детей, развитие эмпатии, сопереживания.

Дети стоят в две шеренги, они играют роль лучиков. Один ребёнок стоит по середине – он играет роль «солнышка» (на грудь ему вешают игровой атрибут). По очереди один ребёнок идёт через две шеренги «лучиков», «лучики» гладят его, говорят ласковые слова. Играющий доходит до солнышка, солнышко его обнимает и говорит ласковые, добрые слова. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не пройдут через лучики и не побудут в роли солнышка.

- Сегодня мы будем говорить о дружбе и доброте. Скажите ребята есть ли на свете такие люди, которые не хотели бы завести себе друзей? Какими качествами должен обладать человек, чтобы с ним хотели дружить?

Продолжите фразу:

- «Настоящий друг...»

- «Чтобы завести друзей нужно...»

- Как вы думаете, почему слова дружба и доброта стоят рядом? Возможно ли дружба без доброты? Будут ли дружить не добрые люди? Что такое доброта по вашему мнению? На что она похожа, с чем бы вы её сравнили? Какие эмоции испытывает добрый человек/злой? Какие слова говорит добрый человек/злой? Какие поступки совершает добрый человек/злой? Как двигается добрый человек/злой?

Авторская Сказка о мальчике Лучике

- В одном замечательном большом дворе, жило очень много ребят. Двор был очень уютный, красивый, дружный. На площадке стояло много качелей, каруселей, горок. Но самое главное, ребятам в этом дворе никогда не было скучно друг с другом, ведь здесь никто не был одинок – у каждого был друг. Жил в этом дворе мальчик по имени Лучик. Имя очень подходило этому мальчику. Всё его лицо было усыпано мелкими веснушками, волосы были яркие, рыжие как солнышко, а глаза голубые и светлые как весеннее небо над головой. Все дети очень любили Лучика. Бывало, выйдет он во двор, только улыбнётся и всем вокруг уже веселее, как будто само солнышко их обогрело. А уж сколь разных игр знал Лучик, и не перечислить! Конечно, с Лучиком все хотели дружить, а он хотел дружить со всеми, кого видел вокруг.

Как-то раз в этот двор заехала новая семья. Так на площадке появился мальчик Ефим. Ефим не был похож ни на кого из ребят. Конечно, Ефиму очень хотелось поскорее завести себе друзей на новом месте, только вот вёл он себя, очень для этого странно...

Понравится ему какая-то игрушка, и вместо того, чтобы спросить у владельца, Ефим забирал её и убегал с ней домой, или бывало, захочет качаться на качелях, и вместо того, чтобы ждать своей очереди, начинал просто сталкивать ребёнка, который качался. Ребята по началу пытались звать его играть вместе с ними, да, что уж там! Ефим, сразу начинал со всеми спорить, всех перебивать и нарушать правила игры. Конечно же постепенно все ребята стали его просто сторониться, и стараться не связываться. И так Ефим стал гулять и играть каждый раз только один.

Однажды шёл противный, холодный, осенний дождь. Это был из тех дождей, которые, казалось, норовят забраться под куртку и промочить тебя насквозь, небо было серое, грязное, неуютное. Все ребята в такую ненастную погоду сидели по домам, и чтобы не было скучно звали друг друга в гости. Вот только Ефима никто к себе не позвал. Он одиноко сидел на скамейке и горько плакал. Слёзы его капали даже чаще чем капли дождя. В это время в окошко его увидел Лучик. Лучику стало очень жалко Ефима. Он мигом спустился во двор, и заботливо раскрыв зонтик над мальчиком спросил, почему он сидит в такую погоду один на улице. Ефим сказал, что он бы и рад, не сидеть здесь одному, да вот только в гости его никто не зовёт, а дома в такое ненастье ещё грустнее быть в одиночестве.

Тогда Лучик достал из куртки четыре бесцветных, непримечательных листочка.

- Хочешь, я помогу тебе найти друзей? - спросил Лучик.

- Конечно, хочу! – ответил Ефим.

- Как-то раз, мне самому подарили волшебный талисман дружбы, и он мне здорово помог. – сказал Лучик.

- Талисман дружбы? – с сомнением переспросил Ефим, - эти бесцветные бумажки, и есть талисман?

- Подожди, не торопись, - сказал Лучик. – Это лишь части талисмана. Талисман станет по-настоящему волшебным, если ты найдёшь четырёх ребят и попросишь их (только очень вежливо и по доброму) соединить все его части и раскрасив, наделить талисман волшебством. Только повторяю, работать над созданием талисмана нужно всем вместе и дружно. Ну, что готов, попробовать? – спросил Лучик.

- Конечно, обрадовался, Ефим и побежал к ребятам вместе с Лучиком, просить о помощи.

Упражнение «найди свою группу»

Цель: сплочение детей, развитие навыков сотрудничества, взаимодействия, внимания.

Психолог раздаёт каждому ребёнку по 1 части «талисмана» (разрезанную на 4 части раскраску в виде солнышка, у каждой подгруппы, своё солнышко). Дети должны быстро объединиться по рисунку в подгруппу.

Упражнение «талисман дружбы»

Цель: сплочение детей, развитие навыков сотрудничества, взаимодействия, умения работать в команде, внимания.

Дети в подгруппах раскрашивают части рисунка, предварительно договорившись о выборе цвета. Когда рисунок полностью раскрашен у всех, дети соединяют его части и склеивают их прозрачным скотчем.

- Какими главными качествами обладал Лучик?

- Как вы думаете, ребята, получилось у Ефима, потом найти себе друзей? Что ему помогло? В чём на самом деле заключалось волшебство талисмана? Почему талисман, который дал Ефиму Лучик был похож на солнышко?

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Упражнение "Голубое небо"

Цель: общая релаксация.

Дети садятся прямо, кладут руки на колени раскрытыми ладонями вверх. При вдохе представляют, что вдыхают голубое небо (солнечный свет и т. д.) а выдыхают свое беспокойство, страх, напряжение. Вдыхают - спокойствие, уверенность, легкость, выдох – напряжение.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[16;86]

Занятие 47«Сколько раз можно делать добрые дела?»

Цель:

Развитие логических представлений у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Закрепление навыков счёта;
- Развитие пространственного восприятия, зрительного и слухового восприятия;
- Развитие кинестетического воображения, активного, воссоздающего воображения;
- Развитие нравственных качеств детей.

Оборудование:

- мольберт, ватман, карандаши, фломастеры,
- счётные палочки,
- музыкальное сопровождение упражнений, презентация с изображением животных,
- 3 стола,
- ложки по числу детей,
- подносы 4-5 шт.
- одноразовые тарелки 18 шт., ватные палочки,
- молоко, пищевой краситель разных цветов
- небольшой надувной бассейн.

Приветствие.

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

- Поздоровайтесь друг с другом глазами, попробуйте улыбнуться друг другу только взглядом.

Затем, дети по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Логоритмическая игра «Сказочные приключения»

- Сегодня мы отправимся в гости к сказке. Для того чтобы отправиться к сказке и друг друга в дороге не потерять нам понадобятся вот такие цветные браслеты (детям на левую и правую руку привязываются браслеты разных цветов)

Если сказка в дверь стучится,

Ты скорей ее впусти, потому что сказка – птица:

Чуть вспугнёшь

– и не найти.

Ты за нею на порог, а её и нет...

Мы в сказку пойдем необычным путем,

Там дорога вверх поднимается,

Вниз опускается,

Шагает вперед,

А потом возвращается.

А чтобы нам было еще интересней,

Давайте повертимся быстро на месте.

И снова пойдем необычным путем,

Где дорога вверх поднимается,

Вниз опускается,

Шагает вперед,

А потом... обрывается.

Дальше идти по дорожке нельзя,

Встанем на левую ножку, друзья.

Скачу по дорожке

На одной ножке,

В старом лопаточке,

По пенькам, по кочкам,

По холмам, по горам!

А теперь на правой ножке:

Скачу по дорожке

На левой ножке,

В старом лопаточке,
По пенькам, по кочкам,
По холмам, по горам!
Надоело ножкам скакать,
Стали ножки отдыхать:

Мы шагаем по дороге, слышен топот дружных ног.

Топали мы топали,
До тополя дотопали,
До тополя дотопали,
Да ноги-то оттопали.

Стоит тополек строен, невысок,
На каждое дуновение ветерка отзывается:

Подует ветерок слева —
Клонится тополек вправо,
Дунет ветерок справа —
Клонится тополек влево.

(Для облегчения различения ребенком правой и левой стороны мы маркируем левую руку ребенка — по дробно о важности подобной маркировки см.:

А.В. Семенович.)

А если сзади налетит —
Тополек вперед ветки гнет,
Спереди ветерок набегает,
Тополь назад ветки отклоняет.

Нет, не отдохнуть нам под тополем,
Уж очень тут беспокойно.

Надо бы покрепче дерево выбрать.

— А вы, ребята, какие деревья знаете?

Да, думаю, что дуб нам подойдет.

Совсем он другой, не такой, как наш тополек,

А полная его противоположность:

Тополек молодой, а дуб...

Ствол у тополя тонкий, а у дуба...

Тополь под ветром гнется, а дуб стоит, не шелохнётся.

Дуб стоит как богатырь —

Ветви ввысь и ветви вширь!

Ветер веет, повеваает,
Чуть ветвями покачает.
Шли мы шли, к дубу-дереву пришли.
И присели под ним отдохнуть,
Немного вздремнуть.

-Долго мы добирались, а сколько препятствий мы прошли? Давайте ребята, вспомним их и сосчитаем. **(Шли сначала по дороге, затем скакали по пенёчкам, кочкам, холмам, горам,**

Только глаза закрыли, как вдруг
Шух-шах, шум в ушах,
Кто-то шуршит, шелестит
Да это же герой нашей сказки!

Упражнение «Необычное животное»

Цель: развитие воображения, творческой спонтанности детей, сплочение, развитие навыков взаимодействия.

Герой это очень необычный, а, чтобы вы могли его лучше представить попробуем его нарисовать. Рисовать будут все, но по очереди.

(Первый ребёнок подходит к мольберту и рисует голову героя по описанию педагога-психолога.)

- Голова у него не круглая, не квадратная, не треугольная, и даже не прямоугольная, не большая, и не маленькая, а какая? Догадайтесь сами. (Средняя, овальной формы).

- Туловище не маленькое, и не среднее, не короткое и не широкое, а какое? (Большое, длинное).

- Руки его не как у человека, но и не копыта как у лошади, покрыты не чешуёй и не кожей. Какие они получаются? (Лапы, покрытые шерстью).

- Нижние лапы/(ноги) не длинные и не короткие, без копыт и ногтей. (Среднего размера покрытые шерстью).

- Уши не длинные и не короткие, без уголков. (среднего размера, круглые или полукруглые).

- Хвостик не длинные и не средний, а (маленький).

- А вот лицо и какое настроение будет у нашего героя вы можете придумать сами без подсказок, дорисовывая детали по очереди.

(второй вариант этого задания на флипчарте нарисован силуэт персонажа, а дети по очереди дорисовывают его, придумывая детали и имя, пол, возраст в конце)

История, которая приключилась с нашим героем произошла перед новым годом. В это время все в волшебном лесу составляли списки подарков. Подошёл наш герой к лисёнку, а лисёнок, хитро сощуриив глазки говорил: «в этом году я сделал пять добрых дел, два больших и три маленьких добрых дела – значит, мне полагается пять подарков два больших и три маленьких.» Затем наш герой увидел бельчонка, он весь год усердно готовился к наступающим морозам поэтому ему было совсем не до добрых дел. Он рассуждал так: «какие тут могут быть добрые дела для других, когда у самого ещё не все запасы собраны на зиму!» Бельчонок очень любил точный счет, поэтому математика в лесной школе была его любимым предметом. Вот и сейчас он с удовольствием считал, прибавлял и отнимал свои любимые орехи.

Упражнение «считаем хлопки».

Цель: развитие произвольного внимания, слухового восприятия, координации.

1. Педагог-психолог хлопает в ладоши, дети внимательно слушают и повторяют по очереди число хлопков.
2. Педагог-психолог хлопает в ладоши определённое число раз, дети топают это же число.
3. Педагог-психолог хлопает в ладоши определённое число раз, дети топают это число на одно число меньше.
4. Педагог-психолог хлопает в ладоши определённое число раз, дети топают это число на одно число больше.

Устал бельчонок просто так считать, захотелось ему считать с музыкой, позвал он своих друзей и все вместе они пустились в весёлый пляс.

Упражнение «изобрази цифру».

Цель: развитие кинестетического воображения, творческого самовыражения и спонтанности детей.

(1 вариант)

Звучит музыка, дети двигаются по кругу пританцовывая, по сигналу педагога-психолога всем телом изображают какую-то цифру.

(2 вариант)

Ребятам предлагается «протанцевать» цифру, то есть придумать танцевальное движение и протанцевать его определённое число раз.

Пошёл дальше по волшебному лесу наш герой, а навстречу ему медвежонок, идёт сердиться, мама печенье дала, сказала всех в лесу угостить, а он никак разделить его не может. Вдобавок не все в лесу квадратное печенье любят, кому-то прямоугольное нравится, кому-то треугольное, а некоторые вообще только, видите ли, в виде ромба печенье едят.

Упражнение (модификация методики квадраты Никитина) «делим печенье»

Цель: развитие пространственного воображения, логического мышления, математических и творческих способностей детей дошкольного возраста

Медвежонок делил печенье и так, и эдак, да только ничего у него не получается. Тут наш герой вызвался ему помочь.

Материал: цветные счётные палочки.

Дети подходят к столу, где заранее выложены квадраты по числу детей, рядом лежат дополнительные палочки (3 шт.).

1. Не разбирая квадрат, с помощью 1 палочки разделите квадрат так, чтобы внутри него получилось два прямоугольника.
2. А теперь не разбирая квадрат с получившимися прямоугольниками положите ещё одну палочку так, чтобы внутри большого квадрата стало 4 маленьких квадрата. Сколько всего теперь у вас квадратов? (5 квадратов).

- Квадратным печеньем медвежонок угостил барсучка. Какой я молодец, довольный собой, подумал медвежонок, надо же какой большое дело сделал, угостил целой печенькой соседа. Надо записать, что один подарок я себе за это заработал, сказал медвежонок.

3. Лисёнок любил треугольное печенье.

Не разбирая квадрата, с помощью одной палочки разделите его на два треугольника; положите ещё одну палочку так, чтобы внутри квадрата получилось 3 треугольника. Попробуйте сделать 3 треугольника внутри квадрата 2 разными способами.

Разделите квадрат с помощью 2 палочек на 4 треугольника.

4. Бельчонок любит особенное печенье в виде ромба, но у медвежонка в лапах только квадратное, как, же поступить с квадратом, не разбирая его полностью?

(Передвинуть квадрат так, чтобы он стал похож на ромб).

-Ну вот целых три добрых дела сделал, рассуждал медвежонок, я заработал себе целых три подарка! Ведь просто так отдать печенье друзьям не каждый сможет, а я смог!

В это время наш герой увидел у барсучка что-то блестящее и очень красивое. Подойдя поближе, он понял, что это была разноцветная карамель. Она была удивительная разных цветов, форм и размеров.

Но барсучок увидев, что его карамельки заметили, сердито закричал: «моё! Я их просто так никому не дам, а если дам, то это будет большим добрым делом, и я за это попрошу новогодний подарок!»

Барсучок решил заботливо разложить карамель по кучкам. Как вы думаете, сколько кучек у него получилось? По каким признакам вы бы разложили конфеты? Предлагайте свои варианты?

Дети делятся на подгруппы и предлагают свои решения.

1. Разделить на кучки равные по количеству в каждой по две карамельки;
2. Разделить на 2 кучки по размеру в одной большие в другой маленькие.
3. Разделить на кучки по форме в одной кучке круглые, в другой овальные в третьей треугольные.
4. Разделить на 4 кучки по цвету: красные, жёлтые, синие, фиолетовые.
5. Разделить на 2 кучки по цвету тёплые цвета в одной (красный, жёлтый) и холодные (синий, фиолетовый) в другой.

Немного озадаченный и грустный пошёл наш герой дальше. А тем временем в лесу во всю кипел подсчёт добрых дел ведь как известно фея волшебного леса приносит подарки только тем, кто творит добро.

Маленькие зайчата на замёрзшей глади лесной речки писали сколько добрых дел они совершили. Но потом отвлеклись и стали писать просто цифры, примеры и решать разные интересные задачи.

Присоединился к ним и наш герой. Пойдём за ним?

Упражнение «логические задачи на молоке»

Цель: развитие логического мышления.

Педагог-психолог читает задачку, или вопрос, а ребята на молоке с помощью ватных палочек и разведённого заранее в палитре пищевого красителя пишут число ответа.

Вопросы

1. Сколько хвостов у трёх собак?
2. У бабушки Даши внук Паша, кот Пушок, собака Дружок. Сколько у бабушки внуков? (один внук Паша)
3. Батон разрезали на три части. Сколько сделали разрезов? (два разреза).

Сколько ушей у двух ребят вместе? (4 уха)

Рефлексия по сказке

- Понравилась ли вам сказка? Как вы думаете, ребята всякий ли поступок можно отнести именно к «добрым делам».

- Есть много вещей, которые люди делают из вежливости и просто потому, что так принято поступать воспитанным людям. Например, поделиться тем, чего у тебя и так много, а вот поделиться тем, чего у тебя мало и может быть в ущерб себе – это уже добрый поступок, он стоил определённой жертвы с нашей стороны.

- Сегодня мы много чего считали, а как вы думаете, нужно ли на самом деле считать сколько ты совершил добрых дел или хороших поступков? Нужно ли их совершать определённое количество раз или их можно делать сколько угодно?

- В мире многие вещи можно сосчитать, но добрые дела, это то, что не поддаётся счёту, потому что добрым делам не должно быть предела.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый

Озорной, любимый, милый

Быстро я всему учусь

В жизни я всего добьюсь

Прощание

Упражнение «горка ладошек»

- Кто был самым скромным, не перебивал остальных, слушал до конца? Внимательным? Кого ты можешь похвалить?

На память раздать сердечки камушки, – которые можно подарить самым близким, дорогим людям.

[20;209]

Занятие 48 «Из чего же сделаны наши мальчишки, наши девчонки»

Цель:

способствовать формированию правил поведения согласно гендерной принадлежности ребёнка

Задачи:

- способствовать развитию рефлексивных навыков дошкольников
- способствовать развитию осознания значимости правил и ограничений

Оборудование:

- музыкальные произведения к упражнениям
- презентация
- воздушные шары
- клей-карандаш
- рулон обоев или ватманы

Приветствие

Педагог-психолог:

- Здравствуйте ребята! Я рада вас видеть! Вы знаете, какой праздник приближается в этом месяце?

Предполагаемый ответ детей:

- 23 февраля день защитников Отечества.

Педагог-психолог:

- Я предлагаю мальчикам поприветствовать друг друга как приветствуют настоящие мужчины. А девочек поприветствовать как это делаю галантные джентльмены.

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

(улыбнуться, положить руку на грудь и слегка поклониться, а девочки могут слегка присесть в легком реверансе как делали настоящие леди раньше)

- Друг друга мы поприветствовали. А сейчас давайте узнаем о настроении друг друга.

Хлопните в ладоши те, у кого спокойное настроение.

Потопайте те, кто сегодня уже улыбался.

Подпрыгните те, у кого радостное настроение.

- А на что похоже радостное настроение)

Предполагаемые ответы детей:

- Торт, солнце, цветы и т.д.

Педагог-психолог:

- А ещё радостное настроение можно сравнить с красивыми разноцветными воздушными шариками.

Педагог-психолог:

- Давайте поделимся друг с другом радостным настроением с помощью воздушных шариков.

Упражнение «Весёлые шарики»

Дети объединяются в 2, 3, 5, 7 и один общий круг в конце упражнения. Задача, не разжимая рук удерживать воздушный шар в воздухе.

Педагог-психолог:

- Получалось ли удерживать шарики в воздухе? Что помогало вам удерживать их в воздухе?

- Если в каких-то парах шарики падали, то почему? Что было легче удерживать шар в 2, 3, или большим кругом? Почему?

- Сегодня я хочу поделиться с вами одной очень поучительной историей.

Сказка Р. Киплинга «Откуда у кита такая глотка».

Это было давно, мой милый мальчик. Жил-был Кит. Он плавал по морю и ел рыбу. Он ел и лещей, и ершей, и белугу, и севрюгу, и селёдку, и селёдкину тётку, и плотичку, и её сестричку, и шустрого, быстрого вьюна-вертуна угря. Какая рыба попадется, ту и съест. Откроет рот, ам — и готово!

Так что, в конце концов во всем море уцелела одна только Рыбка, да и та Малютка-Колюшка. Это была хитрая Рыбка. Она плавала рядом с Китом, у самого его правого уха, чуть-чуть позади, чтобы он не мог её глотнуть. Только тем и спасалась. Но вот он встал на свой хвост и сказал:

— Есть хочу!

И маленькая хитренькая Рыбка сказала ему маленьким хитреньким голосом:

— Не пробовало ли ты Человека, благородное и великодушное Млекопитающее?

— Нет, — ответил Кит. — А каков он на вкус?

— Очень вкусный, — сказала Рыбка. — Вкусный, но немного колючий.

— Ну, так принеси мне их сюда с полдюжину, — сказал Кит и так ударил хвостом по воде, что все море покрылось пеной.

— Хватит тебе и одного! — сказала Малютка-Колюшка. — Плыви к сороковому градусу северной широты и к пятидесятому градусу западной долготы (эти слова волшебные), и ты увидишь среди моря плот. На плоту сидит Моряк. Его корабль пошел ко дну. Только и одежи на нем, что синие холщовые штаны да подтяжки (не забудь про эти подтяжки, мой мальчик!) да охотничий нож. Но я должна сказать тебе по совести, что это человек очень находчивый, умный и храбрый.

Кит помчался что есть силы. Плыл, плыл и доплыл куда сказано: до пятидесятого градуса западной долготы и сорокового градуса северной широты. Видит, и правда: посреди моря — плот, на плоту — Моряк и больше никого. На Моряке синие холщовые штаны да подтяжки (смотри же, мой милый, не забудь про подтяжки!) да сбоку у пояса охотничий нож, и больше ничего. Сидит Моряк на плоту, а ноги свесил в воду. (Его Мама позволила ему болтать голыми ногами в воде, иначе он не стал, бы болтать, потому что был очень умный и храбрый.)

Рот у Кита открывался все шире, и шире, и шире и открылся чуть не до самого хвоста. Кит проглотил и Моряка, и его плот, и его синие холщовые штаны, и подтяжки (пожалуйста, не забудь про подтяжки, мой милый!), и даже охотничий нож. Всё провалилось в тот тёплый и тёмный чулан, который называется желудком Кита. Кит облизнулся — вот так! — и три раза повернулся на хвосте.

Но как только Моряк, очень умный и храбрый, очутился в тёмном и тёплом чулане, который называется желудком Кита, он давай кувыряться, брыкаться, кусаться, лягаться, колотить, молотить, хлопать, топать, стучать, бренчать и в таком неподходящем месте заплясал трепака, что Кит почувствовал себя совсем нехорошо (надеюсь, ты не забыл про подтяжки?).

И сказал он Малютке-Колюшке:

— Не по нутру мне человек, не по вкусу. У меня от него икота. Что делать?

— Ну, так скажи ему, чтобы выпрыгнул вон, — посоветовала Малютка-Колюшка.

Кит крикнул в свой собственный рот:

— Эй, ты, выходи! И смотри вежи себя как следует. У меня из-за тебя икота.

— Ну нет, — сказал Моряк, — мне и тут хорошо! Вот если ты отвезёшь меня к моим родным берегам, к белым утёсам Англии, тогда я, пожалуй, подумаю, выходить мне или оставаться.

И он еще сильнее затопал ногами.

— Нечего делать, вези его домой, — сказала хитрая Рыбка Киту. — Ведь я говорила тебе, что он очень умный и храбрый.

Кит послушался и пустился в путь. Он плыл, и плыл, и плыл, работая всю дорогу хвостом и двумя плавниками, хотя ему сильно мешала икота.

Наконец вдали показались белые утёсы Англии. Кит подплыл к самому берегу и стал раскрывать свою пасть — все шире, и шире, и шире — и сказал Человеку:

— Пора выходить. Пересадка. Ближайшие станции: Винчестер, Аш-элот, Нашуа, Кини и Фичборо.

Чуть он сказал: «Фич!» — изо рта у него выпрыгнул Моряк. Этот Моряк и вправду был очень умный и храбрый. Сидя в животе у Кита, он не терял времени даром: ножиком расколол свой плот на тонкие лучинки, сложил их крест-накрест и крепко связал подтяжками (теперь ты понимаешь, почему тебе не следовало забывать про подтяжки!), и у него получилась решётка, которой он и загородил Киту горло; При этом он сказал волшебные слова. Ты этих слов не слышал, и я с удовольствием скажу их тебе. Он сказал:

Поставил я решётку, Киту заткнул я глотку.

С этими словами он прыгнул на берег, на мелкие камешки, и зашагал к своей Маме, которая позволяла ему ходить по воде босиком. Потом он женился, и стал жить-поживать, и был очень счастлив. Кит тоже женился и тоже был очень счастлив. Но с этого дня и во веки веков у него в горле стояла решётка, которую он не мог ни проглотить, ни выплюнуть. Из-за этой решётки к нему в горло попадала только мелкая рыбёшка. Вот почему в наше время Киты уже не глотают людей.

А хитрая Рыбка уплыла и спряталась в тине, под самым порогом Экватора. Она думала, что Кит рассердился, и боялась показаться ему на глаза.

Моряк захватил с собою свой охотничий нож. Синие холщовые штаны всё ещё были на нём; когда он шагал по камешкам у самого моря. Но подтяжек на нём уже не было. Они остались в горле у Кита. Ими были связаны лучинки, из которых Моряк сделал решётку. Вот и всё. Этой сказке конец.

Вопросы для обсуждения сказки:

- О чём эта сказка?
- Как вы думаете, эта сказка закончилась для кита? А для моряка?
- Что было бы, если бы моряк не установил киту «решётку»?

- Можем ли мы сказать, за наказанием – установлением правила есть только мелкую рыбу – скрывалась забота?

Обиженный моряком кит получил новую возможность – добывать пищу.

Моряк – установив киту решётку – дал ему правило – поскольку кит был очень большой, то, чтобы не погибнуть от голода самому и не погубить всё живое – он должен есть только мелкую рыбу.

- Как вы думаете ребята для чего нам нужны правила? Какие бывают правила?

Предполагаемый ответ детей:

- Правила дорожного движения, правила поведения за столом и т.д.

Педагог-психолог:

- Вы перечислили разные правила, а ещё есть правила поведения для мальчиков и девочек. Наверняка вы слышали такую фразу: «настоящие мальчики должны вести себя так... или это поведение настоящего мужчины?»

- Давайте посмотрим небольшой м/ф на стихотворение **«Из чего же сделаны наши мальчишки»**

Упражнение «отгадай предмет»

- Предлагаю поиграть. Нам нужно разделить на две команды. Перед вами два макета – девочки и мальчика. В руках у меня мешочек, нащупайте и опишите, предмет, который мы можем отнести к мальчикам или девочкам. Остальные ребята должны его отгадать. Когда предмет отгадан его нужно быстро отнести к макету мальчика или девочки.

Перед детьми макеты мальчика и девочки. Ребята, подумайте, что нужно мальчикам. Как они одеты? Какие игрушки им нужны? **Каждая команда должна наклеить иллюстрации, соответствующие поведению мальчика или девочки, а также положить нужные предметы, вытасненные из мешочка к своему макету.** Игра сопровождается показом пластилинового мультфильма «Из чего же сделаны наши мальчишки?». Один ребенок из каждой команды рассказывает о том, какие предметы/карточки они принесли, приклеили своему макету, каким их команда представляет мальчиков и девочек.

Дети рассказывают о своих макетах.

Педагог-психолог:

- Что помогало вам в выполнении этого упражнения? Какой вывод из нашего занятия, сказки, совместной игры и работы в конце вы можете сделать?

Рефлексия по кругу с мячом

Продолжите фразу: **«Настоящий мальчик, будущий мужчина, папа должен быть... «Настоящая девочка будущая женщина, мама должна быть...»**

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый

Озорной, любимый, милый

Быстро я всему учусь

В жизни я всего добьюсь.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Попрощайтесь как настоящие джентльмены и прекрасные леди.

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[33;325]

3 Раздел «Я будущий школьник. Исследование новой социальной роли».

Занятие 49 Будущие первоклассники. Чем отличаются школьники от дошкольников?

Цель: актуализировать знания, опыт детей по правилам поведения школьников и дошкольников.

Задачи:

- развитие познавательных и психических процессов — восприятия, памяти, внимания, воображения;
- развитие интеллектуальной сферы — мыслительных умений, наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического, творческого и критического мышления;
- создание условий для осуществления ребёнком анализа, рефлексии поведения школьников и дошкольников;
- развитие у детей навыков сотрудничества, умения работать в команде;
- способствование формированию доброжелательных отношений детей;
- Здравствуйте ребята! Мы очень рады вас видеть.

Ритуал приветствия, настроя на совместную деятельность

«Раз-два три посмотри

Я хороший – Ты хороший

Вместе хлопаем в ладоши (дети под музыку хлопают в ладоши по одному, в парах, тройках, пятёрках и в общем кругу)

Упражнение «Я рад тебя видеть, потому что...»

Цель: Создание благоприятной психоэмоциональной атмосферы, создание условий для доброжелательных отношений детей.

- Повернитесь к своему соседу слева, справа и продолжите фразу «я рад тебя видеть, потому что...»

Упражнение «отличия приветствия дошкольников и школьников»

Цель: актуализировать знания, опыт детей по правилам приветствия в школе и детском саду.

- Мы сейчас находимся в детском саду. Как называют детей, которые ходят в детский сад?

Предполагаемый ответ детей:

- Дошкольники
- Как называют детей, которые ходят в школу?

Предполагаемый ответ детей:

- Школьники.

- Предлагаю вам сейчас свободно двигаясь под музыку по группе поприветствовать друг друга как приветствуют товарищей дошкольники.

- А сейчас поприветствуйте друг друга, как приветствуют друг друга школьники. Музыка выключается. Как вы думаете ребята, отличается ли приветствие школьников от дошкольников? Есть ли какие-то правила, ограничения в приветствии школьников и дошкольников? Как дошкольники приветствуют воспитателя? Как школьники приветствуют учителя?

Предполагаемый ответ детей:

Дошкольники могут поздороваться с воспитателем громко, когда заходят в группу, подойти к каждому из ребят если нет занятия. Школьники приветствуют учителя стоя и одноклассников могут поприветствовать только на перемене.

- Сегодня мы предлагаем вам стать исследователями и отправиться в необычное путешествие по стране знаний.

- Вы знаете кто такие исследователи?

- Какие качества необходимы исследователям?

Предполагаемый ответ детей:

- Люди, которые что-то исследуют, изучают, наблюдают. Исследователи должны быть очень внимательны.

Педагог-психолог: или учитель-дефектолог (расписать роли!)

- Тема нашего исследования сегодня будет «школьники и дошкольники»

Кстати, мы уже начали наше путешествие-исследование, когда сравнивали как, приветствуют друг друга дошкольники и школьники.

- А как вы думаете, ребята, как собирают вещи дошкольники в детский сад и школьники? Кто из них собирается сам, а кому помогают родители? Есть ли отличия в том, что они берут с собой?

Предполагаемый ответ детей:

- Школьники берут с собой рюкзак, школьные принадлежности, стараются сами его собирать. Дошкольникам помогают родители, и кладут с собой только одежду.

Упражнение «поменяйтесь местами те, кто...»

Цель: активизация внимания детей, способствовать двигательной активности.

- Мы продолжаем наше исследование и с помощью весёлой игры я предлагаю вам подвигаться и лучше узнать друг друга.

- 1. Поменяйтесь местами, а затем попрыгайте те, кто пришёл в радостном настроении.

2. Поменяйтесь местами, а затем промаршируйте на месте те, кто хочет идти в школу

3. Поменяйтесь местами, а затем, поставив ноги на ширине плеч попрыгайте и похлопайте в ладоши те, кто любит ходить в детский сад.

4. Поменяйтесь местами, а затем покажите любое танцевальное движение те, у кого много друзей в саду.

5. Поменяйтесь местами те, у кого день рождения **зимой**, нарисуйте в воздухе то, что напоминает вам о зиме (новогоднюю ёлку, сугробы и т.д.)

А теперь сделайте два шага назад.

6. Поменяйтесь местами те, у кого день рождения **весной**, нарисуйте в воздухе то, что напоминает вам о весне (тёплое солнце, весеннюю капель, распускающиеся листья и т.д.)

А теперь сделайте два шага назад.

7. Поменяйтесь местами те, у кого день рождения **летом**, нарисуйте в воздухе то, что напоминает вам о лете (солнце, море и т.д.)

А теперь сделайте два шага назад.

8. Поменяйтесь местами те, у кого день рождения **осенью**, нарисуйте в воздухе то, что напоминает вам об осени (листопад, дождик и т.д.)

А теперь сделайте два шага назад.

- У нас получилось **4 команды: 1 – зима, 2-весна, 3-лето, 4-осень.**

Игра «собери портфель первокласснику»

Цель: закрепление представлений детей о школьных принадлежностях, предметах необходимых школьнику.

- Мы обсудили то, что берут с собой школьники и дошкольники. А сейчас мы предлагаем вам почувствовать себя в роли первоклассников, собирающихся утром в школу. Каждая команда, свободно двигаясь по группе должна найти предметы, которые понадобятся школьнику и успеть собрать портфель за 2 мин.

Игра с элементами ТРИЗ технологии «необычная школа»

Цель: развивать аналитическое мышление, учить выделять общие признаки путём сравнения.

- В мультиках, сказках, в школу идут сказочные существа, разные животные, птицы и даже насекомые. Давайте представим себе необычную школу, в которой смогли бы учиться разные, не похожие друг на друга предметы. Например, книга и зубная щётка. Чтобы обучения в школе приносило радость для этого школьник заводит друзей и общается с одноклассниками. Поэтому чтобы в нашей необычной школе предметов всем было приятно и комфортно, все предметы необходимо подружить – найти, чем они могут быть друг с другом похожи, могут быть полезны, связаны друг с другом.

Например, Книга и щётка, щётка может помогать считать пыль с книги, книга может защищать щётку от пыли и влаги если «встанет домиком» и «прикроет своего друга». У книги обложка твёрдая и ручка щётки твёрдая. Щётку можно использовать как закладку для книги и т.д.

Пары предметов: колокольчик – тетрадь; карандаши – кубики; конструктор – ручка.

Игра «Одень дошкольника и школьника»

Цель: закрепление знаний детей об отличиях школьников и дошкольников в одежде.

- Мы с вами обсудили, как приветствуют друг друга школьники и дошкольники, собрали портфель, узнали, что нужно первокласснику в школе. А сейчас давайте подумаем, как одеваются школьники и дошкольники. Есть ли какие-то отличия в их одежде.

Перед вами ребята чистые листы, силуэты мальчиков и девочек и различные геометрические фигуры. Ваша задача за 2 мин. Из геометрических фигур составить и наклеить одежду школьника и дошкольника. У кого на листе наклеена радуга, те делаем одежду дошкольнику, а у кого солнышко, школьнику.

Игра «Дела школьников и дошкольников»

Цель: развитие навыков сотрудничества, невербальных средств общения, актуализация опыта детей о делах школьников и дошкольников.

Дети объединяются в две команды (солнышко-радуга)

- Мы обсудили уже многие моменты из жизни школьников и дошкольников. Давайте подумаем о делах школьников и дошкольников их расписании на день, будут ли там какие-то отличия.

Детям даётся 1 мин. Чтобы обсудить расписание и договориться, кто в какой последовательности будет изображать действие по расписанию школьников и дошкольников. 1 команда пантомимой изображает дела дошкольника по порядку в его расписании дня. 2 команда дела школьника по порядку в его расписании.

Упражнение «Встреча с эмоциями»

Цель: учить детей дифференцировать и адекватно интерпретировать эмоциональные состояния других людей.

- Как вы думаете, что такое эмоции? Какие эмоции вы знаете? Для чего людям эмоции? Что было бы если бы в мире не было эмоций?

- Сейчас я предлагаю вам исследовать эмоции школьников и дошкольников. Как вы думаете, будут ли отличаться эмоции школьников и дошкольников?

Предполагаемый ответ детей:

Эмоции — это то, что мы испытываем, когда с нами происходят какие-то события.

Педагог-психолог:

- Если события приятные нам у нас возникает эмоция радости, например, когда вы с друзьями играете в весёлую игру, если происходит событие, которое нам не нравятся, то может возникнуть эмоция грусти, гнева (педагог-психолог демонстрирует детям карточки эмоций). Например, когда ребята не берут вас в игру. Неожиданные события могут вызвать эмоцию удивления. Например, подарок, сюрприз которого мы не ожидали.

- Сейчас я предлагаю вам побыть в роли экспертов. Кто такие эксперты?

Предполагаемый ответ детей:

- Эксперты – это люди, которые хорошо разбираются в каких-то вопросах.

На экране появляются разные карточки с изображениями эмоций. Дети называют эмоцию, затем изображают её своей мимикой и разными частями тела.

- Когда с этой эмоцией может встретиться дошкольник, школьник?

- Как эмоции гнева, страха могут помочь нам? Чему они могут научить дошкольника, школьника?

- Как помочь себе справиться с эмоциями, когда они слишком сильные?

Дети по очереди надевая шапочку эксперта отвечают на вопросы.

Вывод: Изображая, какие эмоции наше тело было напряжено? Какие части тела у вас были больше напряжены? Изображая, какие эмоции ваше тело было расслаблено? Как вы думаете почему?

- Эмоции помогают нам в общении друг с другом. Помогают понять себя. Нет ненужных эмоций, каждая эмоция нужна, важна и о чём-то на говорит. Когда эмоции становятся слишком сильными мы можем помочь себе и другим с ними справиться.

Рефлексия

Упражнение «свеча добрых слов»

Цель: учить анализировать, обобщать полученный опыт, развивать рефлексивные способности детей.

Дети, передавая друг другу по кругу свечу отвечают на вопросы.

- Чем полезно было сегодняшнее путешествие-исследование?
- Что мы узнали нового? Чему научились? За что готовы похвалить себя и кого-то (одного или нескольких товарищей)

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый

Озорной, любимый, милый

Быстро я всему учусь

В жизни я всего добьюсь.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите со своими родителями их впечатления о школе, воспоминания о первом классе. На следующее занятие, если вам разрешат родители принесите фотографии, или рисунки, где ваши родители были школьниками.

[26;225]

Занятие 50 Первый раз в первый класс

Цель: развитие мотивационной готовности к школе.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

- Уже совсем скоро вы ребята станете школьниками. Какие чувства у вас возникают, когда вы думаете о школе? Продолжите фразу:

- Когда я думаю о школе, то чувствую...

- Я думаю в школе меня ждёт...

- В школе самым сложным мне кажется...

- В школе самым интересным, мне кажется, будет...

Обсуждение домашнего задания:

- дети рассказывают друг другу о том, как их родители были школьниками.

Сказка «Создание "Лесной школы"»

Жил-был Ежик. Он был маленький, кругленький, серого цвета, с остреньким носиком и черными глазками-пуговками. На спине у Ежика были самые настоящие колючки. Но он был очень добрым и ласковым. А жил Ежик в школе.

Да, в самой обыкновенной школе, где было много детей, которых учили мудрые учителя. Как он сюда попал, Ежик и сам не знал: может быть, какой-то школьник принес его для «живого уголка» еще крохотным, а может, он и родился в школе. Сколько Ежик себя помнил, он всегда вспоминал школьные звонки, теплые руки детей, вкусные угощения и уроки...

Очень нравилось Ежику, как проходили уроки. Вместе с детьми Ежик учился читать, писать, считать, изучал и другие предметы. Конечно, это было незаметно для людей. Им казалось: бегают Ежики, радуются жизни. А Ежик мечтал...

И мечтал он о том, что, когда вырастет, станет учителем и сможет научить своих лесных друзей всему, что умеет и чему научился сам у людей в школе.

Вот Ежик стал взрослым, и пришла пора осуществиться его мечте. Лесные жители построили настоящую школу для зайчат, лисят, волчат, мышат и других зверят. Учитель Еж готовил класс к приему первоклассников. В светлой комнате стояли столы, стульчики. На стене висела доска, на которой можно писать мелом. Еж принес учебники — книжки с картинками, которые помогут научить писать, считать.

Сорока принесла в «Лесную школу» блестящий звонкий колокольчик.

— Зачем ты принесла в школу какую-то игрушку? — спросил у Сороки сторож Крот. — Ведь в школе не играют, а учатся!

Сорока важно ответила:

Меня Еж попросил. Я буду отвечать за звонки.

А зачем нам звонить? Школа же не пожарная машина?! — удивился Крот.

Эх, ты ничего про школу не знаешь! Если звенит звонок — значит, пора на урок. А если на уроке звонок, значит, пора отдохнуть, дружок! — затрещала Сорока.

Подожди, Сорока, объясни мне еще разок. Если ребята придут в школу, то, услышав звонок, побегут на урок?

Да, только не побегут, а подойдут к столикам, будут ждать начала урока, — ответила Сорока.

Это верно! — подхватил Еж. — Именно так делают настоящие школьники.

Так наши ребята-зверята могут и не знать эти правила? — заволновался Крот.

Придут в школу и узнают! — вновь затрещала Сорока.

Да, — подтвердил Еж, — узнают, как стать школьником, как правильно писать, считать и многое другое.

Еж, Крот и Сорока затихли. В Лесной школе было тихо и свежо. В ожидании первоклассников деревья на школьном дворе принарядились и шелестели своей желто-красной листвой. Казалось, что они тоже разговаривают:

Пора, пора! — объявляет всему лесу клен.

Обсуждение сказки:

- Что запомнилось, понравилось вам в сказке? Как вы представляете себе свою школу? Своего первого учителя?

Упражнение «Мечты о школе»

Цель: развитие мотивационной готовности к школьному обучению.

Нарисуйте себе, то, как вы представляете себе свою школу, первого учителя.

Обсуждение рисунков.

Упражнение «Мышки»

Цель: улучшение кровообращения, укрепление нервной системы.

(комплекс упражнений для самомассажа головы)

- В один прекрасный летний день на полянке играли мышки (кладем обе руки на голову, выполняем легкие движения кончиками пальцев по всей голове). Неожиданно пошел дождик, который становился все сильнее и сильнее (стучим по голове кончиками пальцев, постепенно увеличивая силу прикосновений). Мышкам пришлось рыть норки, чтобы укрыться от дождя. Шустрые мышки перекопали всю полянку (кончиками пальцев выполняем отрывистые движения от одной точки, направляя их в разные стороны).

Теперь у мышек есть уютная норка, и они отдыхают (кладем пальцы обеих рук на затылок).

Когда дождик закончился, мышки взяли грабли и стали приводить свою полянку в порядок (растопыриваем пальцы и «причесываем» ими волосы).

Полянка вновь стала ровной и красивой, а мышки решили почистить свои ушки (трем пальцами уши). Вдруг мышки услышали какой-то шум (тянем уши вверх-вниз). Ну-ка узнаем, что они там услышали (массируем уши, начиная от мочек и поднимаясь вверх по краю). Да это просто ветер шумит листвою деревьев! Успокоились мышки и стали разговаривать «Пи-пи-пи» (произносим слоги). Наговорились мышки и начали прихорашиваться: пригладили бровки (проводим по бровям поочередно каждым пальцем, начиная с большого), разгладили лоб (кладем кончики пальцев обеих рук на середину лба и ведем ими к вискам), «побежали» пальчиками по лбу (постукиваем по лбу кончиками пальцев). А щеки мышки натерли так, что они стали розовыми (складываем пальцы рук в кулаки и трем ими щеки до тех пор, пока кожа не порозовеет). Проверили мышки, хорошо ли нюхает их носик (закрываем указательным пальцем одну ноздрю и шумно дышим другой, а затем наоборот), и легонько постучали по носику сначала одной лапкой, а затем обеими (постукиваем кончиками пальцев по перегородке носа).

Упражнение "Шарик"

Цель: расслабление мышц живота. И. п.: стоя.

- Представьте, что вы надуваете воздушный шарик. Положите руку на живот.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (выполнить вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем (выполнить выдох),

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите со своими мамами и папами, какие игры были любимыми в их детстве? Как в них нужно играть?

Занятие 51 Игры дома и в школе

Цель: развитие осознанности, мотивационной готовности к школьному обучению, расширение поведенческого репертуара детей.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»

Цель: активизация работы в группе.

- Поменяйтесь местами те, кто: любит шоколад, у кого день рождения весной, кто пришёл в хорошем настроении, у кого в имени есть буква А и т.д.

Обсуждение домашнего задания:

- О каких любимых детских играх ваших родителей вы узнали?

Панфилова М.А. Лесная школа: Коррекционные сказки [33, с. 32]

Сказка «Игры в школе»

На перемене ребята-зверята успели рассмотреть школу и поделиться с друзьями своими впечатлениями.

Да, попрыгать-то здесь особенно негде! — произнесла Белочка. Почему? — возразил Волчонок. — А стулья и столы в классе? Как раз для прыжков пригодятся.

Белочка обрадовалась находчивости Волчонка. Вместе они устроили настоящие гонки с препятствиями по всему классу. Когда прозвенел звонок на урок, игра была в самом разгаре. Возбужденный и всклокоченный Волчонок не сразу заметил учителя. А когда остановился, то с удивлением оглянулся на своих товарищей. Белочка тоже не могла понять, в чем дело. Остальные ученики стояли около своих столиков и растерянно смотрели на беспорядок в классе.

—Да, повеселились... — спокойно произнес Еж. —

А звонок на урок уже прозвенел. «Я не слышал!» — сказал запыхавшийся Волчонок.

«И я не слышала...» — прошептала Белочка.

Белочка и Волчонок, поставьте, пожалуйста, столы и стулья ровно, — попросил учитель.

Когда порядок в классе был восстановлен, учитель объявил урок математики.

Еж предложил ребятам познакомиться с учебником, с тетрадкой в клетку. В тетради надо было выполнить первое задание: сосчитать и нарисовать фигуры. Все справились быстро, только Волчонок с Белочкой не поняли задание.

А когда Белочке стало совсем скучно, она достала из портфеля орешки и принялась их рассматривать, играть.

Как у тебя получилось, Белочка? — обратился к ученице Еж.

«А я ничего не смогла сделать», — произнесла Белочка, спрятав орешки в парту.

Но ведь сейчас Заяц еще раз подробно объяснял задание! Ты не слышала?

Нет! — призналась Белочка. — Не слышала... А что же ты делала? — поинтересовался Еж.

Я играла с орешками, — честно призналась Белочка. Ну что же, пришло время для разговора об играх в школе, — обратился Еж ко всему классу. — Играть в школе можно, но давайте вместе подумаем, когда играть, где, как и в какие игры.

Можно прыгать и бегать! — радостно предложил Волчонок, который еще находился под приятным впечатлением от игры с Белочкой.

Можно, — согласился Еж. — Но только на спортивной площадке или в физкультурном зале. А в классе или в коридоре от таких игр могут произойти неприятности. Какие, ребята?

Испачкаются, сломаются столы или стульчики! — ответил Лисенок, лапкой нежно поглаживая свою парту.

Больно ушибутся сами ученики или ударят кого-то нечаянно! — забеспокоился Зайчонок.

Да, это верно! А еще? После таких игр трудно сразу успокоиться и на уроке ученик становится рассеянным, ему трудно понимать, слушать! — подсказал ребятам Еж. Это точно, — согласились Волчонок и Белочка, но вместе добавили: — Но во что же нам играть во время отдыха на перемене?

Все задумались. И Еж думал вместе с ребятами.

Можно играть в настольные игры, в шашки, в шахматы? — спросил Медвежонок.

Конечно можно! Но если долго сидишь на уроке, а потом сидишь еще и на перемене, спина будет уставать. «Да и подвигаться для организма полезно», — объяснял учитель. А может быть, нам сделать теннисный стол в коридоре и устраивать соревнования? — предложил Заяц.

И еще повесим на стенку цветной круг и будем бросать в цель маленькие мячики на липучках! — размечтался Лисенок.

Молодцы, ребята! Здорово придумали! — похвалил учитель.

Так мы и сделаем. А есть и другие интересные и нешумные игры: «Ручеек», «Тише едешь — дальше будешь», «Путанка» и другие. Я обязательно вас с ними познакомлю. А во что можно играть на уроке?

На уроке не играют, а учатся! — важно произнес Медвежонок.

А то весь урок пропустишь! Как же тогда узнавать новое?

©Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

Правильно, Медвежонок! — согласился Еж.

Но есть игры, которые помогают лучше усвоить, закрепить урок. И я тоже буду вас с ними знакомить. А игрушки на уроке сильно отвлекают самого ученика и его товарищей. Поняла, Белочка?

«Да», — тихо произнесла она. — Я больше не буду, извините меня, пожалуйста. Конечно, мы тебя извиняем, а на ваших ошибках сегодня все научились правильно играть и отдыхать в школе.

Прозвенел звонок с урока. Ребята-зверята дружно стали устанавливать теннисный стол в коридоре. А Еж научил всех новым играм.

Так весело и интересно прошел первый день в Лесной школе.

- Ребята, вам, конечно же, хочется поскорее узнать, что нас ждет на сегодняшнем занятии, для чего мы собрались?

Обсуждение сказки:

- Ребята, а в какие игры вы бы предложили поиграть товарищам в школе?

Проигрывание любой игры (из тех, что называют сами дети) на выбор детей.

Упражнение "Кораблик"

Цель: расслабление мышц ног. И. п.: стоя.

Учитель: Представьте, что вы на корабле. Качает. Прижимаем по очереди ноги к полу, чтобы не упасть.

Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать! Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добыюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Домашнее задание:

- Дома обсудите с родителями, какие у вас дома есть правила. Темой нашего следующего занятия будет обсуждение школьных правил.

[9; 44]

Занятие 52 Школьные правила

Цель: развитие потребности соблюдать нормы поведения, осознанного отношения к правилам.

Приветствие

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Дети садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, передавая колокольчик, говорят друг другу приятные слова. Например: «Я рад тебя видеть, мне с тобой ты хороший, добрый» и т.д.

Без них никак нельзя прожить,

Как позвонить, как поступить.

Дружить с ребятами ль всегда?

И вовремя лечь спать когда?

Идем играть – и их с собой

Мы обязательно берем.

Без них игры ну не бывает,

Что делать, ведь они решают.

Они живут и на дорогах:

Как ехать, или как идти?

В лесу, на море и в походах

Без них нельзя свой путь найти.

Они – вся наша жизнь, друзья!

Так как зовут их?

Дети отгадывают загадку. Ответ правила.

Обсуждение домашнего задания:

- Какие у вас дома есть правила поведения для детей? Какие правила поведения есть в детском саду?

Панфилова М.А. Лесная школа: Коррекционные сказки [33, с. 29]

Сказка «Школьные правила»

На следующий день наши первоклассники спешили в школу. Они смело поднимались по школьным ступенькам, вспоминая события прошлого дня. Когда прозвенел звонок, Еж увидел готовность всех учеников к уроку. Все ребята стояли около своих столиков и улыбались своему учителю.

Здравствуйте, садитесь, пожалуйста! — сказал Еж. — Сегодня мы на этом уроке поговорим о правилах. Что такое правило, кто нам скажет?

«Мне мама говорила», — произнесла Белочка, — что существуют правила питания». Например, когда мы кушаем, то надо меньше разговаривать, чтобы лишний воздух не попал в животик.

А мне папа говорил, — продолжал разговор Волчонок, — что во всем мире живет много правил. Есть правила питания, есть правила игр, поведения: в лесу, на дороге, в гостях и в других местах.

«Правило» — значит делать правильно! — подвел итог Медвежонок.

Молодцы! — похвалил всех учитель. — А зачем нужны эти правила, может быть, и без них можно прожить?

Наверное, можно, но ведь будешь тогда всегда на своих ошибках учиться, — улыбаясь, произнес Волчонок. — Как мы вчера с Белочкой.

Да, и неприятностей будет много, — согласилась с другом Белочка. — А я не люблю неприятности.

Неприятности никто не любит, — подтвердил учитель. — Поэтому и появились правила, чтобы знать, как лучше жить и со всеми дружить.

Как у вас так интересно стихи получаются? — удивился Зайчонок.

А мы сейчас вместе стихи сочинять будем о школьных правилах. Согласны, ребята?

Конечно, согласны! — хором ответили ученики.

Я буду называть правило, а вы будете из него стихотворение придумывать. Правило первое: в школе все ученики здороваются, улыбаясь взрослым и друг другу.

— Готово! — обрадовался Лисенок.

— В школе «Здравствуй» говорят.

И с улыбкой дарят взгляд!

— Отлично, Лисенок! Второе правило потруднее: до звонка на урок надо подготовить все необходимое для учебы. А когда прозвенит звонок, каждый ученик ждет приглашения учителя около своей парты.

— Можно я попробую? — предложил Зайчонок.

— До звонка ты приходи

И порядок наводи!

По звонку все дружно в ряд

Ждут учителя, стоят!

— Молодец, Зайчонок! Третье правило: чтобы узнать новое и многому научиться на уроке, ученики внимательно слушают и выполняют требования учителя. К товарищу с просьбой обращаются редко и только шепотом, а к учителю обращаются, подняв руку.

— Это сложно! Не знаю, подойдет ли то, что я придумал, — проворчал Медвежонок.

Друга зря не беспокой.

Береги его покой.

На уроке тишина.

Руку поднимай тогда,

Если хочешь отвечать или важное сказать.

— Очень хорошо, Медвежонок! Правило четвертое: когда отвечает ученик, подсказки запрещаются, пусть он сам спокойно вспоминает ответ, сам учится думать.

— Это легко! — воскликнул Волчонок. —

На уроке ждут ответ.

Кто-то знает, кто-то нет.

Отвечает только тот,

Кого учитель назовет.

— Превосходно! Да вы как настоящие поэты сочиняете! Еще попробуем?

Правило пятое, оно уже вам знакомо: играем на перемене в спокойные игры, чтобы все смогли отдохнуть с товарищами не мешать. Да, помните о подготовке к следующему уроку и о порядке на парте, в классе.

— Сейчас моя очередь! — произнесла Белочка. —

Вот звонок на перемену,

Приготовься отдыхать:

Можешь с другом прогуляться,

Можешь тихо поиграть,

Подготовь к уроку все,

Чтоб училось нам легко!

— Да, замечательно! Я думаю, что вам будет учиться легко и интересно, раз вы так хорошо справились с этим сложным заданием, — порадовался за своих учеников Еж. — Эти пять правил, мы запомним, но существуют и другие правила, с которыми вы познакомитесь позже.

- О каких школьных правилах вы узнали из сказки? Для чего людям нужны правила? Что произойдёт если никаких правил не будет?

Коллаж «Школьные правила»

Цель: развитие осознанного отношения к правилам поведения, развитие навыков взаимодействия и сотрудничества во время групповой работы.

С помощью рисунков и иллюстраций дети составляют коллаж на тему школьные правила.

Обсуждение работ.

Упражнения на релаксацию «Загораем»

Цель: расслабление мышц ног. Исходное положение (далее - и. п.): лежа.

Учитель: Давайте ляжем, представим себе, что ноги загорают на солнце. Поднимите ноги и держите на весу. Ноги напряглись, стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох - пауза. Выдох - пауза.

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим... держим... напрягаем...

Загораем! Отпускаем.

Подведение итогов занятия.

- Что нового вы сегодня узнали? Что для вас было важного? За, что готовы похвалить себя? Товарища?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,
Озорной, любимый, милый,
Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

[18; 37]

СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Эффективность использования развивающей программы «Калейдоскоп эмоций» оценивалась с помощью следующих **диагностических методик**:

При условии успешной реализации данной программы у ребёнка формируются:

- адекватные механизмы произвольной регуляции деятельности, рефлексивные навыки, помогающие управлять процессами межличностного общения.

Диагностический инструментарий

4. Методики, направленные на исследование самосознания, рефлексивных способностей ребёнка:

«Изучение наличия представлений о себе» (Панасенко К. Е., Коптева О.Д).

(определение сформированности представлений о себе)

Методика исследования самооценки «Лесенка» (В.Г. Щур.)

Методика "Изучение уровня самосознания" (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

5. Методики, направленные на исследование готовности ребёнка к школе, исследования произвольности психических познавательных процессов ребёнка

Тест Тулуз–Пьерона (исследуются свойства внимания, работоспособность и произвольность,

уровень зрительно моторной координации детей;

Тест Бендер (исследование зрительно моторной координации);

Задание 1: исследования кратковременной речевой памяти;

Задание 2: исследование кратковременной зрительной памяти;

Задание: 3 исследование интуитивного речевого анализа – синтеза (исследуется логическое мышление);

Задание: 4 исследование умения находить речевые аналогии;

Задание 5: исследование произвольного владения речью

Задание 6: Исправление семантически неверных фраз

Задание 7. Интуитивный визуальный анализ - синтез

Задание 8. Визуальные аналогии

Задание 9. Абстрактное мышление

6. Методики, направленные на исследование произвольного поведения.

Методика «Графический диктант»

(Оценка умения соблюдать правила)

Методика "Лабиринт"

(Оценка умения соблюдать правила)

Методика "Домик"

(Оценка умения действовать по образцу)

Методика "Да и нет"

Методика «Дождись своей очереди»

Методика «Не подглядывай» И.В. Дубровина

Наблюдение за поведением детей Е.О. Смирновой.

(Оценка умения ребёнка действовать по правилу)

Методика "Палочки и крестики"

(Определение уровня саморегуляции и самоконтроля)

Эмоциональная регуляция деятельности осуществлялась при наблюдении за эмоциональными реакциями детей.

В исследовании приняли участие 30 старших дошкольников, из них 11 детей с общим недоразвитием речи 2 уровня и 19 дошкольников с нормальным интеллектуальным и речевым развитием. Констатирующее исследование проводилось в течение 1 учебного года с сентября по май.

Результаты мониторинга освоения детьми ООП ДО

(уровень развития познавательных процессов, произвольности поведения на начало и конец года)

Учебный год/возрастная группа	Уровень развития детей (кол-во/%)
2018/подготовительная группа № 1	В – 64% С- 36% Н- 0%
2018/подготовительная группа №2	В- 82% С- 18% Н- 0%
2019/подготовительная группа №1	В – 86% С- 14% Н- 0%
2019/подготовительная группа №2	В – 90% С- 5% Н- 5%

Результаты мониторинга развития познавательной активности, произвольности поведения в середине учебного года (январь 2019)

Учебный год/возрастная группа	Уровень развития познавательной активности
	В – 9 С- 15

2018г (февраль начало работы группы) подготовительная группа в исследовании приняли участие 20 детей	Н- 7
2019 г (окончание учебного года в исследовании приняли участие 20 ребёнок)	В – 2 С- 9 Н -20

Таким образом, развивающая программа «калейдоскоп исследований» подтверждает свою эффективность. Данная программа направлена на развитие произвольности поведения и рефлексивных качеств, а также интеграцию знаний ребёнка, о себе, своих чувствах, эмоциях, особенностях, возможностях, об окружающем мире, мире взаимоотношений с другими людьми. Занятия программы помогают выстраивать структуру упорядоченной психологической и социальной действительности ребёнка, и всех участников образовательного пространства дошкольного учреждения (дети, родители, педагоги).

Список литературы

- 1.Алябьева Е.А. Занятия по психогимнастике с дошкольниками: Методическое пособие. – Изд. 2-е – М.: 2008. – 160 с.
- 2.Афонькина Ю.А., О.Е. Борисова, Т.Э. Белотелова развитие умения управлять собой. М.: 2014, - 243 с.
- 3.Баер У. творческая терапия – Терапия творчеством (Теория и практика психотерапии, использующей разнообразные формы творческой активности). – М.: 2015. -552 с.
- 4.Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968. 464 с.
- 5.Бодалева А.А, Столина В.В. Семья в психологической консультации / — М.: Педагогика, 1989,
- 6.Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карабанова О.А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. — М.: Издательский центр «Академия», 2002.
7. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / под ред. Д.И. Фельдштейна, вступительная статья Д.И. Фельдштейна. 3-е изд. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2001. 352 с.
- 8.Волобуева И.В. Дружная семейка: гармонизация детско-родительских отношений в условиях дошкольного учреждения: пособие для педагогов, психологов учреждений. — Мозырь: ООО ИД «Белый ветер», 2006. 145 с.
- 9.Волков Б.С., Волкова Н.В. Закономерности психического развития детей в вопросах и ответах. М., Сфера, 2003. – 345 с.
- 10.Воропаева И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников. М., 1993.- 269 с.
- 11.Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6-ти т. / под ред. А.М. Матюшкина. М.: Педагогика, 1983. Т. 3: Проблемы развития психики. С. 145–146.
- 12.Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? М., Черо, 1998.
- 13.Гребенникова О.В. Роль сверстников в формировании произвольного поведения дошкольников: дис. канд. психол. наук. Москва, 2006. 135 с.
- 14.Григорович Л.А., Марцинковская Т.Д. Педагогика и психология: учеб. пособие. М.: Гардарики, 2004. С. 361–362.
15. Громова Т.В. Страна эмоций: методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка. – М: УЦ «Перспектива», 2002.- 48 с:
16. Данилина Т.А., Зедгенидзе В. Я, Степина Н.М. В мире детских эмоций: пособие для практ. Работников ДОУ/ - 4-е изд. – М.: Айрис -пресс, 2008. – 160 с.

17. Дорофеева Н. В. Научная монография. Рефлексивное развитие в познавательно-творческой активности дошкольников. Нижневартовск 2008., 134 с.
- Дружинина В.Е. Психология эмоций, чувств, воли. М., Творческий центр, 2003.
18. Елена Рябина Калейдоскоп мышления. ТРИЗ плюс triz-plus.ru Вытворяндия vytvoryandia.ru 2015. – с 129.
19. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. СПб.: Речь, 2010. 240 с.
20. Иванников В.А. К сущности волевого поведения // Психологический журнал. 1985. Т. 6, N 3. С. 47–55.
21. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Изд-во УРАО, 1998. 144 с.
22. Икрянникова Т.Н. Формирование гуманных взаимоотношений между детьми старшей и подготовительной групп. – Волгоград: ИТД «Корифей». 2007. – 128 с.
23. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники/ Ростов н/д: Феникс, 2009. – 349 с.
24. Калинина Р.Р. «Тренинг развития личности дошкольника». С.-П., Речь, 2001.
25. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996. – 240 с.,
26. Копп К.Б. Антецеденты саморегуляции перспективного развития // Психология развития. 1982. Т. 18, N 2. С. 199–214.
27. Крюкова С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., Генезис, 2000.
28. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: в 2 т. М., 1983.
29. Лурия А.Р. К вопросу о формировании произвольных движений ребёнка // Доклады АПН РСФСР, 1957, N 1.
30. Мардер Л. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2007. – 143 с.
31. Мануйленко З.В. Развитие произвольного поведения у детей дошкольного возраста // Известия АПН РСФСР. 1948. Вып. 14. С. 89–129.
- Минаева В.М. Развитие эмоций у дошкольников. М.: Сфера, 2000. – 229 с.
32. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. коммуникативный тренинг- СПб.: Речь, 2013. -224 с.
33. Панфилова М.А. Лесная школа. Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников. М.: Сфера, 2002. – 96 с.

34. Овчарова Р.В. Тренинги формирования, осознанного родительства. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 256 с.
35. Оклендер В. Скрытые сокровища: Путеводитель по внутреннему миру ребёнка. – М.: Когито-Центр, 2014. – 271 с.
36. Рослякова Н.И. научная статья развитие коммуникативной рефлексии у детей старшего дошкольного возраста. М.: 2015. 43 с.
37. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004. 713 с.
38. Савченко Е.В. научная статья. Методика диагностики рефлексивных умений на личностном уровне рефлексивной компетентности. Луцк. 2015. – 26 с.
39. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. М.: Акти, 2000. – 208 с.
40. Стародубцева И.В., Завьялова Т. П. Игровые занятия по развитию памяти, внимания, мышления и воображения у дошкольников. М., 2008. 170 с.
41. Слободяник Н.П. Я учусь владеть собой. Коррекционно-развивающая программа формирования эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей. М., Генезис, 2000.
42. Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 1998. 256 с.
43. Тарарина Е.В. Научно-методическое пособие: Арт-кухня: волшебные рецепты. Луганск: Академия, 2014. -140 с.
44. Тарарина Е.В. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера: науч.- метод. Пособ. Астамир-В: Академия, 2016. -224 с.
45. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. «Практикум по дошкольной психологии». М., Академия, 2000. - 289 с.
46. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах: Избранные психологические труды / под ред. Д.И. Фельдштейна, вступительная статья Д.И. Фельдштейна. 3-е изд. М.: М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2001. 416 с.
47. Эльконин Д.Б. Развитие личности ребёнка-дошкольника // Психология личности и деятельности дошкольника / под ред. А. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. Методическое пособие. — М.: Фолиум, 1996. – с. 456.
48. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3–9 лет. М.: Генезис, 2003. – с.180
49. Хухлаева О.В., Хухлаева О. Е., Первушина И.М. Тропинка к своему я. М.: Генезис, 2004. – с. 280
50. Чистякова М.И. Психогимнастика, М., Просвещение, 1995. – с.270.

51. Яковлева Н. Психологическая помощь дошкольнику. М., Валери, 2001. – с. 369
52. Ясюкова Л.А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе: Метод. руководство. — СПб: Иматон, 1999



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТЮМЕНИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»
ГОРОДА ТЮМЕНИ
(МАУ ИМЦ г. Тюмени)

ул. Мельникайте, 97/2а, г. Тюмень, 625026

тел./факс: (3452)-28-09-24, E-mail: gimc172@gmail.com

20.09.2019 № 1324

РЕЦЕНЗИЯ

на развивающую психолого-педагогическую
программу по формированию произвольности поведения
и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста
«Калейдоскоп исследований»
Батищевой Елены Ярославовны, педагога-психолога
МАДОУ д/с 158 г. Тюмени

Программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста изложена на 171 странице, содержит аннотацию, паспорт программы, пояснительную записку, нормативно-правовое основание, используемые методики и технологии работы, описанные в четырех содержательных блоках, перечень ожидаемых результатов, список рекомендуемой литературы, а также тематический план занятий на год. Список литературы включает 52 наименования.

Развивающая психолого-педагогическая программа формирования произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста позволяет педагогам-психологам и воспитателям ДОО посмотреть на содержание работы по-новому - через призму развития осознанности дошкольников.

Автор обозначает проблему исследования, ее научный и практический аспекты; обосновывает актуальность, теоретическую новизну и практическую значимость; ставит цель и задачи.

Основной целью программы является создание условий для формирования произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста через поиск разных способов отражения эмоциональных состояний, решения конфликтных ситуаций; формирование у детей осознанного отношения к жизни, уважения к себе, к семье, к своим товарищам.

В содержании программы освещены все поставленные задачи. На наш взгляд, выделение базовых блоков произведено, верно. Содержание соответствует ФГОС ДО и

ориентировано на детей старшего дошкольного возраста. Обращение к вопросам формирования нравственных ценностей позволит педагогам учитывать в своей профессиональной деятельности особенности современных детей (поколения Z и A) и тем самым точно определять способы и методы работы с детьми, с недостаточной произвольностью.

Елена Ярославовна, опираясь на концепцию деятельностного подхода, считает главным постулат: «Ребёнок может овладеть деятельностью и своим поведением лишь тогда, когда понимает ее смысл, когда сознательно включается в процесс».

Автор убежден, что школьная дезадаптация первоклассников обусловлена неготовностью детей старшего дошкольного возраста к началу школьного обучения, а именно, отсутствием произвольной регуляции деятельности.

Теоретические материалы данной программы представляют структурированную информацию, разделенной на базовые блоки. Главные мысли, термины, впервые встречающиеся в тексте, и дидактические единицы выделены шрифтом, вводимые понятия определены. Соблюдены требования к развивающей психолого-педагогической программе, представляемой на Конкурс. Все это позволит оптимизировать труд специалистов, использующих программу, работающих с воспитанниками, проявляющими низкий уровень рефлексивных способностей на этапе дошкольного образования.

Необходимо отметить что, изучая данную программу, педагог-психолог и воспитатель ДОО, будут иметь возможность использовать теоретические положения и выводы, методические материалы и рекомендации для совершенствования работы по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей у детей старшего дошкольного возраста. Авторские упражнения, включающие коррекционно-развивающие игры и рефлексивные сказки, задания, тренинги смогут служить ориентиром для педагогического творчества и организации условий для развития рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста, обеспечивающих в итоге условия для формирования произвольности поведения.

Это несомненное достоинство программы. Все основные требования к подобного рода работам соблюдены, программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста «Калейдоскоп исследований» может быть рекомендована к публикации.

Директор
Педагог-психолог МАУ НИМЦ
г. Тюмень



Handwritten signature in blue ink.

Н.Т. Старых
Н.Ю. Стрижак

Ученый сотрудник кафедры психологии и педагогики детства ИПиП ТюмГУ

Рецензия
на психолого-педагогическую программу
по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей
детей старшего дошкольного возраста
«КАЛЕЙДОСКОП ИССЛЕДОВАНИЙ»

Понимание перспектив развития дошкольников, подготовка к школьному образованию, формирование предикторов регулятивных универсальных учебных действий аккумулированы в программе Е.Я.Батищевой «Калейдоскоп исследований». Выбор предметом программы «произвольность поведения» и «рефлексивные способности» старших дошкольников нужно признать актуальным как по социальным так и возрастным контекстам. Социально-экономические, информационные изменения характеризуются динамичностью и неопределенностью. Уже от школьника ожидается проявление субъектной позиции при формировании индивидуальной образовательной траектории. Поэтому формирование в дошкольном возрасте соответствующих психологических ресурсов обеспечивает устойчивое и благополучное развитие ребенка.

Рецензируемая программа включает все необходимые элементы, позволяющие понять ее цель, задачи, сроки и этапы реализации программы и т.д. теоретико-методологическая основа соответствует заявленной цели и позволяет теоретически обоснованно решать поставленные задачи. Заявленный деятельностный подход реализуется полноценно на всех этапах, что отражает умение автора совмещать лучшие отечественные психологические теории и современность. Теоретическое обоснование каждого блока программы обеспечивает валидность программы как теоретической модели, так и эффективной психолого-педагогической практики.

Включение в программу диагностического инструментария позволяет осуществлять мониторинг осуществляемых изменений. Развернутый

тематический план позволяет использовать программу другим специалистам. Фотофрагменты занятий обеспечивает большее понимание особенностей проведения упражнений.

Рецензируемая программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста «КАЛЕЙДОСКОП ИССЛЕДОВАНИЙ» соответствует требованиям, предъявляемым к данному виду научно-методических разработок и рекомендуется к участию во Всероссийском конкурсе лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде – 2019

Доцент кафедры психологии и педагогики детства

ФГАОУ ВО «Тюменский

государственный университет»,

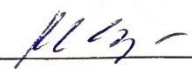
канд. психол. наук, доцент



 Е.А.Кукуев

Подпись доцента кафедры психологии и педагогики детства, канд. психол. наук, доцента ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет» Е.А.Кукуева подтверждаю

Секретарь



Т.А.Мачулис



Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка - детский сад № 158 города Тюмени
(МАДОУ д/с № 158 города Тюмени)

ул. Александра Логунова, д. 8, г. Тюмень, 625016

Тел./факс: (3452) 543-510, 543-511, 334-301 e-mail: tyumdetsad15863@mail.ru

<http://www.ds158.ru>

ОКПО 83332337; ОГРН 1077203063222;

ИНН/КПП 7203207356/720301001

25.09.2019

№ 367

На №

от

Рецензия

на развивающую психолого-педагогическую программу по формированию
произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного
возраста «Калейдоскоп исследований»

*автор: Батищева Елена Ярославовна, педагог-психолог МАДОУ д/с № 158 города
Тюмени.*

Рецензируемая развивающая психолого-педагогическая программа формирования произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста программа Батищевой Е.Я., содержит аннотацию, паспорт программы, пояснительную записку, нормативно-правовое основание, используемые методики и технологии работы, ожидаемые результаты, список рекомендуемой литературы, а также тематический план занятий на год. Содержательно программа соответствует ФГОС ДО, отвечает принципам и задачам образовательного стандарта. Программа рассматривает актуальные проблемы развития ребёнка дошкольного возраста, предлагает пути решения этих проблем.

Программа рассчитана на учебный год, дополнена формами индивидуальной работы с детьми и их родителями.

Содержание программы состоит из 4-х взаимосвязанных между собой блоков, направленно на формирование и развитие у ребёнка умений исследовать свой внутренний мир: способности, возможности, эмоции, свою уникальность. Это новый подход к решению психолого-педагогических задач, которые стоят сегодня перед педагогами-психологами и воспитателями.

Новообразования, которые формируются у ребёнка при усвоении программного материала, позволят ему научиться ставить цель, составлять алгоритм её достижения, делать выводы, анализировать.

Автор предлагает эффективные формы коррекционной работы с дошкольниками и родителями: тренинги, мастер-классы, консультации, семинары. Авторские упражнения, включающие коррекционно-развивающие игры и рефлексивные сказки, задания, тренинги смогут служить ориентиром для педагогического творчества и организации условий для развития рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста, обеспечивающих в итоге условия для формирования произвольности поведения.

В основе программы лежит принцип единства всех психических процессов, целостности и взаимосвязанности всех сфер жизни, развития и социального окружения ребёнка (семья, педагоги учреждения). В содержании программы освещены все поставленные задачи.

Методические средства, используемые автором при реализации программы, основаны на принципах равенства и сотрудничества с детьми. Методические принципы рецензируемой программы учитывают ведущую деятельность детей дошкольного возраста – игровую, а также познавательную.

Все основные требования к структуре образовательных программ выдержанны, программа по формированию произвольности поведения и рефлексивных способностей детей старшего дошкольного возраста «Калейдоскоп исследований» может быть рекомендована к публикации и реализации в образовательных учреждениях дошкольного образования.



Заведующий

Методист

Т.М. Константинова

А.В. Сидорова

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

АНКЕТА № 1 (для родителей)

Цель 1-й части, в которую входит 14 вопросов — сбор анамнеза и общих сведений о ребенке и составе семьи.

2-я часть включает 10 вопросов, касающихся эмоционального развития ребенка, его привязанностей.

3-я часть содержит подборку из 14 вопросов. Проанализировав ответы на них, психолог познакомится с особенностями воспитания ребенка в семье, его интересами и проблемами.

Результаты анкеты рекомендуется обрабатывать с помощью условных обозначений:

(+) — нет предпосылок к межличностным конфликтам;

(Н—) — предпосылки могут появиться;

(—) — наличие конфликтных предпосылок.

Данные оформляются в специальную таблицу.

1. Общие сведения о ребенке и семье

1. Фамилия, имя ребенка

2. Дата рождения

3. Ф.И.О. отца, профессия

4. Ф.И.О. матери, профессия

5. Домашний адрес, телефон

6. Какой ребенок по счету в семье (возраст сестры, брата)?

7. Как протекали беременность и роды?

Было ли что-то необычное или проблематичное в раннем развитии ребенка?

9. Развитие ребенка идет замедленно, нормально, ускоренно (подчеркните)

- Использование игры как терапевтического средства 2. Эмоциональное развитие ребенка

1. Часто ли ребенок плачет? (Да, нет)

2. Какое обычно состояние у ребенка? (Спокойное, плаксивое, возбужденное и др.)

3. Как долго ребенок остается расстроенным?

10. Какие болезни перенес ребенок?

4. Чего боится ребенок?

5. Часто ли ребенок бывает сердитым, агрессивным?

11. Есть ли у ребенка какие-либо проблемы, связанные с медицинской (хронические заболевания, физические помехи, прошлые госпитализации)?

6. Быстро ли устает ребенок?

12. Употребляет ли сейчас ребенок какие-либо лекарства? Напишите и объясните, каково их назначение
7. На кого в семье похож характером ребенок?
8. Как ребенок относится к незнакомым взрослым?
9. Как ребенок относится к детям?
13. Есть ли аллергия у ребенка на пищевые продукты, медикаменты?
10. Как ребенок относится к животным?
11. Состоял ли ребенок на учете у психоневролога? Укажите диагноз
время снятия с учета

Особенности воспитания ребенка в семье, его склонности, интересы

1. Посещал ли ребенок детский сад, лицей, группы развития и др.? Укажите с какого возраста.
Какие игрушки, игры, материалы для занятий есть у ребенка?
Где и как они хранятся?

Использование игры как терапевтического средства —

1. Какие из перечисленных видов деятельности выполняет ребенок успешнее других? (Придумывание совместных игр; рассказывание сказок, историй; рисование, лепка, пение, танцы, сооружения из кубиков)
2. Кто чаще воспитывает ребенка?
3. Есть ли трудности у ребенка (подчеркните): в одевании, в засыпании (спит ли днем), в умывании, в еде, в уборке игрушек при самообслуживании в туалете? '

Какие качества вашего ребенка вы особенно цените? (Доброту, общительность, трудолюбие, усидчивость, послушание)

4. Какой режим в семье (подъем, кормление, прогулка, сон)?

Существуют ли у ребенка следующие проблемы: писается в постель (ночью, днем); грызет ногти; сосет палец или другие?

5. Единодушны ли взрослые члены семьи в подходе к ребенку, в том, что ему разрешают или запрещают? (Единодушны, не всегда единодушны, нет)
6. Какие меры воздействия на ребенка применяются в семье? (Поощрения, наказания, внушение, выговор, объяснение, рассуждения)
7. Кого в семье ребенок слушается? (Всех, папу, маму, никого)
8. Помогает ли ребенок по дому?
9. Назовите любимые игры и игрушки ребенка, любимые сказки и книжки, любимую пищу.

10. Является ли религия важной частью семейных традиций?
Какая религия практикуется?

АНКЕТА № 2 (для воспитателей)

Из 30 вопросов, предлагаемых в анкете Т. А. Репиной, мы использовали 20 вопросов, которые соответствуют цели нашей работы. Восемь вопросов (2-6, 10, 7, 28) определяют наличие конфликтности в общении ребенка со сверстниками, 12 вопросов дают представление о сформированности навыков общения ребенка со взрослыми и сверстниками.

Анкета дается воспитателям в форме готовых вариантов ответов. Полученные данные систематизируются в специальную таблицу.

Инструкция. Подчеркните один из наиболее соответствующих, с Вашей точки зрения, ответов. Если не уверены в правильности ни одного из них, не подчеркивайте ничего.

Фамилия, имя, дата рождения ребенка

1. Общительный со взрослыми; не очень; замкнутый (необщительный).

2. Общительный с детьми (в большинстве случаев предпочитает играть с детьми, а не один); не очень общительный (в одинаковой степени любит играть с детьми и один); замкнутый, необщительный (любит играть один).

Если ребенок общительный, то он предпочитает: играть с детьми старше себя; с ровесниками; с детьми младше себя.

3. Умеет организовать детей в игре и других детских занятиях, выполняет только ведущие роли; одинаково успешно выполняет в игре ведущие и второстепенные роли; в игре чаще подчиняется другим детям и выполняет второстепенные роли.

4. Умеет дружно, без конфликтов играть с другими детьми; конфликты возникают, но редко; часто конфликтует.

5. Делится игрушками, сладостями с другими охотно; не очень охотно; неохотно.

6. Сочувствует другому, когда тот чем-нибудь огорчен, пытается помочь ему, утешить, пожалеть; только иногда выражает сочувствие другому; внешне не выражает своего сочувствия.

7. Часто обижает других детей, дерется; иногда бывает агрессивен; редко дерется с детьми и редко обижает их; спокоен, со всем не дерется.

8. Часто жалуется взрослым, когда ссорится с товарищами; редко жалуется; совсем не жалуется.

9. Обидчивый; не очень, совсем не обидчивый.

10. Всегда бывает справедливым во взаимоотношениях со сверстниками, разбирает конфликты других, мирит товарищей; не всегда бывает справедливым; чаще бывает несправедливым.

11. Обычно говорит правду, никого не обманывает; иногда говорит неправду; часто обманывает.

12. Всегда старается быть вежливым; иногда бывает вежливым, иногда нет; часто бывает грубым, забывает говорить «волшебные слова».

13. Почти всегда послушен; в равной мере бывает послушным и непослушным; чаще бывает непослушным, упрямым.

14. Любит делать все самостоятельно, даже если и не умеет; не очень стремится к самостоятельности; предпочитает, что бы за него все делали другие.
15. Старается доводить начатое дело до конца.
16. Охотно и старательно выполняет трудовые поручения взрослых проявления трудолюбия неустойчивы; не любит трудиться — чаще всего плохо выполняет поручения взрослых.
17. Уверенный, решительный; не очень уверенный; неуверенный.
18. Умеет придумывать интересные игры, игровые навыки и умения развиты хорошо; игровые навыки и умения развиты средне; игровые навыки и умения развиты плохо.
19. Преобладает веселое, жизнерадостное настроение (радуется, смеется, смешит других, почти не плачет); в равной мере бывает веселым и недовольным (часто смеется, радуется и часто плачет); чаще бывает недоволен окружающим (плаксив, плачет из-за малейшего пустяка).
20. Приятный, красивый, симпатичный; просто приятный, симпатичный, с малопривлекательной внешностью.

Диагностика развития самосознания детей старшего дошкольного возраста

Методика "Изучение уровня самосознания" (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

Подготовка исследования. Подобрать вопросы для двух вариантов вне ситуативно-личностной беседы с детьми:

- 1) о желаниях и предпочтениях;
- 2) о прошлых и будущих действиях.

Число и характер вопросов жестко не фиксируются, они зависят от активности ребенка, от его отношения к беседе. За основу можно взять следующие вопросы.

Вариант I

1. Что ты любишь больше всего на свете?
2. Чем бы ты стал заниматься, если бы тебе разрешили делать все?
3. Расскажи о своем любимом занятии: как ты играешь, гуляешь и пр.
4. Расскажи, что ты больше всего не любишь (просто терпеть не можешь).
5. Тебе все нравится в детском саду? Что бы хотелось изменить?
6. Я волшебница и могу выполнить любое твоё желание. Что ты хочешь попросить?

Вариант II

1. Что ты делал перед тем, как я позвала тебя?
2. Расскажи, что вы делали сегодня на занятии.
3. Случалось ли с тобой вчера, позавчера или еще раньше что-нибудь интересное (важное, смешное)? Расскажи, пожалуйста.
4. Что собираешься делать, когда вернешься в группу?
5. Что будешь делать сегодня вечером или завтра?

Проведение исследования. Эксперимент проводится индивидуально с детьми 5-7 лет. Взрослый задает вопросы, конкретизирует или изменяет их, чтобы ребенку было легче ответить.

Обработка данных. Результаты беседы о желаниях и предпочтениях детей оформляют в таблицу. Приложение А

«Изучение наличия представлений о себе» (Панасенко К. Е., Коптева О.Д).

Подготовка исследования: объектами внимания при изучении данного критерия являлись детские рисунки: автопортрет, моя семья, мой мир; беседа с детьми: «Расскажи, какой ты».

Проведение исследования. При изучении наличия представлений о себе детям дается серия заданий по описанию самих себя. Ребенку предлагают рассказать по фотографиям и собственным рисункам о себе. Затем, задают вопросы, используя рисунки: «Чем ты похож и чем отличаешься от остальных?».

Данная методика позволяет определить наличие сформированности представлений о себе.

Обработка данных. Полученные результаты фиксируются в таблице. Приложение Б

Методика исследования самооценки «Лесенка» (В.Г. Щур.)

Подготовка исследования. Рисуем на листе бумаги лестницу из 7 ступенек

Проведение исследования: показываем ребенку лесенку и говорим, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки. На второй - чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки. На какую ступеньку поставил бы ты себя? Нарисуй себя на этой ступеньке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человечка. А на какую тебя поставят мама, учитель?».

Обработка и анализ результатов:

Обращается внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. Положение на любой из нижних ступенек (а тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессии, асоциальности. Данные заносятся в таблицу. Приложение В

Методика «Не подглядывай» И.В. Дубровина

Цель: изучить уровень произвольного поведения у детей подготовительной группы.

Проведение исследования – индивидуально с каждым ребенком.

Экспериментатор сообщает ребенку, что принес интересную игру, но, прежде чем начать играть, ребенку нужно подождать, не подглядывая, пока взрослый приготовит все необходимое. Так как будет не интересно играть. Предложить ребенку посидеть 3 минуты с закрытыми глазами, а сам создает видимость активной подготовки к игре и наблюдает за поведением испытуемого. Через три минуты ребенок получает обещанную игру. Если дошкольник не выдерживает и открывает глаза раньше, сделать вид, что не заметили нарушения правил и дать ему игру.

Методика «Дождись своей очереди»

В исследованиях участвуют дошкольники парами.

Экспериментатор предлагает одному из дошкольников поиграть в новую игру, а другому посидеть 3 минуты с закрытыми глазами и подождать своей очереди.

Обработка и интерпретация результатов: фиксируется время, которое ребенок может ждать с закрытыми глазами, количество подглядываний за 3 минуты эксперимента, поведение в процессе ожидания, число и репертуар самостоятельных действий ребенка во время ожиданий.

Наблюдение за поведением детей Е.О. Смирновой.

Цель: выявление уровня произвольного поведения, детей 6-7 лет в художественном ручном труде.

Наблюдение проводилось в течение 15 минут за детьми на занятиях.

Проводится наблюдение за ребенком 6-7 лет, группы «А» в разных видах деятельности. Анализ проводится по схеме:

1. Умеет ли ребенок удерживать и достигать цели, поставленной взрослым, самостоятельно ставить цель и руководствоваться ею в деятельности, достигать результат и причины, не достигнутой цели.

2. Умеет ли ребенок сдерживать эмоции (не заплакать, если больно) и непосредственные желания (помочь дежурным, когда хочется, играть, не вскакивать на занятия, подождать свою очередь).

3. Какие волевые качества у ребенка сформированы (дисциплинированность, самостоятельность, настойчивость, организованность, инициативность).

4. Какие волевые привычки сформированы: культурно-гигиенические, привычка к регулярному труду, к напряженной деятельности.

Фиксируют время отвлечения.

Критерии оценки: способность удерживать непосредственное импульсивное движение; способность управлять своими процессами восприятия, внимания в ситуации выполнения задания; способность опосредовать свои действия наглядным образом.

Высокий уровень развития произвольного поведения – проявление познавательной активности, сдерживание непосредственных импульсивных движений во время занятия, удерживание инструкции педагога, самостоятельное планирование деятельности;

Средний уровень развития произвольного поведения – снижение работоспособности детей к концу занятия, опосредование собственных действий наглядным образом, сдерживание непосредственных движений в ситуации интересующей деятельности большую часть занятия;

Низкий уровень развития произвольного поведения – частые отвлечения от темы занятия, непринятие учебной задачи, низкая познавательная активность, импульсивное поведение.

Л.А. Ясюкова. Методика определения готовности к школе, развитие психических познавательных процессов.

Первый этап — групповой. Психолог проводит в классе с детьми тест Тулуз–Пьерона (имеется в данном разделе сайта) и тест Бендер (см. ниже).

С помощью теста Тулуз–Пьерона выясняются динамические характеристики детской психики, свойства внимания, работоспособность и произвольность.

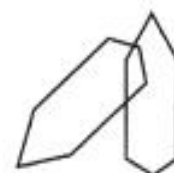
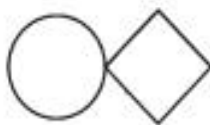
Тест Бендер позволяет определить наличный уровень зрительно-моторной координации детей.

Групповой этап исследования осуществляется школьным психологом, он является наиболее сложным. Время проведения исследования — примерно 30 минут.

Приготовьте для каждого ребенка отдельный двусторонний бланк формата А4

(стандартный машинописный лист). С одной его стороны должен быть воспроизведен тест Тулуз–Пьерона, с другой— тест Бендер. Для работы вам понадобится секундомер.

Приложение № 3. Тест Бендер



Далее попросите детей перевернуть бланк, так чтобы перед ними оказался тест Бендер. Покажите им правильное (книжное) расположение листа. Покажите детям на рисунок, приведенный вверху.

Инструкция: «Ребята, внимательно посмотрите на рисунок вверху листа. Вот здесь внизу на свободной части листа (показать) постарайтесь перерисовать этот рисунок так, чтобы получилось очень похоже. Не торопитесь, здесь время не отмеряется, главное, чтобы получилось похоже».

Анализ теста Бендер

Анализ теста Бендер носит качественный характер. Плохую зрительно-моторную координацию выдает рисунок, выполненный ребенком без детального анализа изображения образца, когда не соблюдаются основные пропорции и сопряжения элементов (имеются лишние пробелы и пересечения линий), количество кружков не соответствует образцу, пропущены некоторые элементы, имеются существенные перекосы изображения.

Второй этап — индивидуальное собеседование ребенка. Оно структурировано специальными заданиями на изучение объема зрительной и словесной памяти ребенка, освоенных им мыслительных операций и речевых навыков. Всем детям предъявляются одни и те же задания, что позволяет определить уровень успешности в выполнении как отдельного упражнения, так и всего комплекса в целом.

Нелишне напомнить, что:

- перед началом исследования ребенок должен отдохнуть;
- недопустимо изучать готовность к школе в тот период, когда ребенок болен;
- перед работой ему стоит предложить посетить туалет.

В процессе исследования готовности детей к обучению в школе необходимо создать для них комфортную, доброжелательную обстановку. Не забывайте хвалить ребенка за выполнение каждого задания независимо от того, справился ли он с поставленной задачей или нет.

Индивидуальный этап исследования проводится по предлагаемой ниже методике. Необходимо ксерокопировать стимульный материал, увеличив его в два раза, а также приготовить для каждого ребенка бланк фиксации результатов.

Приложение № 8

Бланк «Готовность к школе»

мальчик/девочка

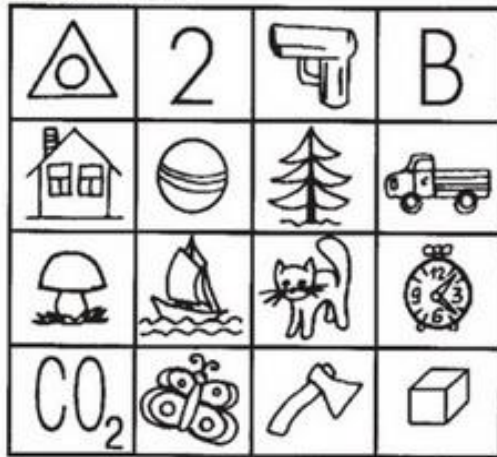
Дата встречи с ребенком _____ Время с _____ по _____
 Ф.И.О ребенка _____
 Дата рождения _____ Возраст на момент беседы _____ лет _____ месяцев

1. «Кратковременная речевая память»

ставьте «плюс», если ответ верный и записывайте ответы при ошибке

Словосочетание	Ответ ребенка	Баллы
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

2. «Кратковременная зрительная память»



Отметьте верные ответы крестиком!

На исследование вам понадобится примерно 15 минут.

Перед его началом ребенку ничего в руки не выдается. Педагог лишь фиксирует в бланке его ответы, обязательно отмечая номер используемого варианта задания.

Порядок предъявления тестовых заданий:

Задание 1. Кратковременная речевая память

Инструкция: «Сейчас я тебе буду говорить слова, а ты слушай внимательно и запоминай. Когда я перестану говорить, сразу повторяй все, что запомнилось, в любом порядке». Четко произнесите все слова из любого ряда (1–4) с интервалом в полсекунды, по окончании кивните головой и тихо скажите: «Говори».

Запишите все, что скажет ребенок (слова, которые он придумал сам, повторы и т. п.), не поправляя, не критикуя и не комментируя его ответы. Записывайте слова так, как они произнесены ребенком, помечая для себя искажения и дефекты произношения. В конце работы обязательно похвалите ребенка, сказав: «Задание было трудное, и ты — молодец, много запомнил» (даже если ребенок запомнил всего 2–3 слова).

Слова для запоминания: (выбрать одну из строчек)

1. Рог, порт, сыр, грач, клей, тон, пух, сон, ром, или
2. Сор, ком, рост, боль, ток, кит, рысь, бег, соль, или
3. Кот, блеск, миг, крем, бур, гусь, ночь, торт, луч, или
4. Печь, дождь, сорт, торт, мир, бант, грань, зуд, дом.

За каждое верно названное слово начисляется 1 балл (максимально 9 баллов).

Задание 2. Кратковременная зрительная память

Положите перед ребенком таблицу с 16-ю картинками.

Инструкция: «А здесь нарисованы картинки. Смотри и запоминай. Потом я у тебя заберу

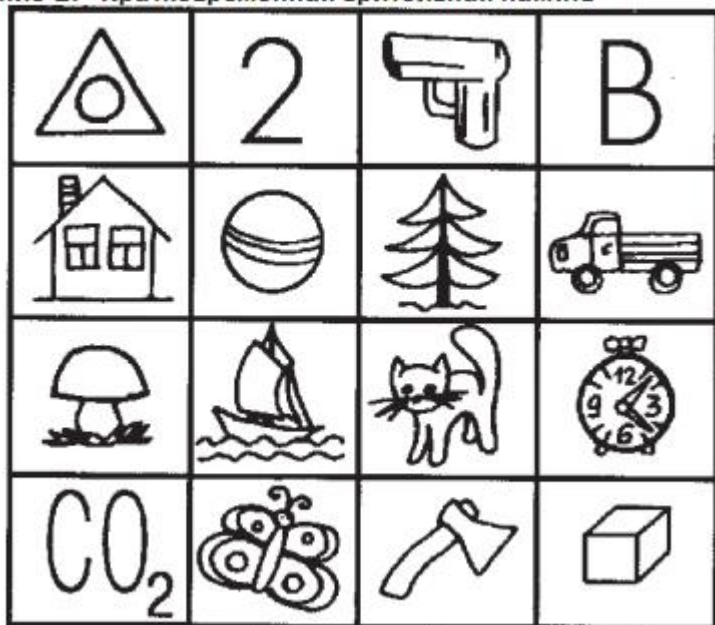
эти картинки, а ты

мне назовешь все, что запомнилось, в любом порядке». Время предъявления картинок— 25–30 секунд.

В бланке ответов отметьте крестиком все, что ребенок назовет правильно. Когда ребенок замолчит, скажите ему: «Попробуй мысленно просмотреть картинку, может быть, ты еще что-то увидишь». Обычно детям удается вспомнить что-нибудь еще. Запишите то, что вспомнит ребенок, и обязательно похвалите его за работу. За каждую, верно, названную картинку начисляется 1 балл (максимально 16 баллов).

Приложение № 4

Задание 2. «Кратковременная зрительная память»



Задание 3. Интуитивный речевой анализ - синтез

Инструкция: «Теперь я тебе буду говорить слова. Ты должен найти, какое слово лишнее. Всего будет пять слов, четыре можно объединить, они друг к другу подходят, а одно— неподходящее, лишнее, его и называй».

Зачитайте последовательность слов (см. ниже три варианта последовательностей слов) и запишите лишнее слово, которое назовет ребенок. Похвалите его.

Не просите ребенка объяснять, почему он выбрал то или иное слово. Если ребенок неправильно выполняет

первое задание или не понимает, как это— найти лишнее слово, — разберите с ним пример: «астра, тюльпан, василек, кукуруза, фиалка». Пусть о каждом слове ребенок скажет, что оно означает. Помогите ему выбрать лишнее слово и объясните, почему оно лишнее. Отметьте, смог ли ребенок догадаться сам.

Если при выполнении первого задания ребенок в качестве лишнего назвал последнее слово в ряду, притом,

что до этого он плохо справился с заданием на кратковременную речевую память (см. задание №1), спросите у него, все ли слова он запомнил. Прочитайте слова еще раз.

Если после этого ребенок дает правильный ответ, следующие ряды ему надо зачитывать 2–3 раза. Все повторные предъявления слов отмечаются в бланке ответов для того, чтобы потом при интерпретации выяснить причину, анализируя показатели скорости переработки информации, внимательности, речевой памяти, мышления, тревожности. Курсивом выделены правильные ответы. За каждый правильный ответ начисляется 1 балл (максимум 4 балла).

Вариант 1

3.1. Лук, лимон, груша, дерево, яблоко.

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

- 3.2. Электrolампа, свеча, прожектор, светлячок, фонарь.
- 3.3. Сантиметр, весы, часы, радиоприемник, градусник.
- 3.4. Зеленый, красный, солнечный, желтый, фиолетовый.

Вариант 2

- 3.1. Голубь, гусь, ласточка, муравей, муха.
- 3.2. Пальто, брюки, шкаф, шапка, куртка.
- 3.3. Тарелка, чашка, чайник, посуда, стакан.
- 3.4. Теплая, холодная, пасмурная, погода, снежная

Вариант 3

- 3.1. Огурец, капуста, виноград, свекла, лук.
- 3.2. Лев, скворец, тигр, слон, носорог.
- 3.3. Пароход, троллейбус, автомобиль, автобус, трамвай.
- 3.4. Большой, маленький, средний, крупный, темный.

Задание 4. Речевые аналогии

Инструкция: «А теперь представь «стол» и «скатерть».

Эти два слова как-то между собой связаны. Тебе надо найти подходящее слово к слову «пол», чтобы получилась такая же парочка, как «стол–скатерть». Я назову тебе слова, а ты выбери, какое из них подойдет к слову «пол», чтобы получилось так же, как «стол–скатерть». «Пол», — выбирай: «мебель, ковер, пыль, доски, гвозди».

Запишите ответ. Если ребенок ответил неправильно, не говорите ему об этом, а следующее задание разберите с ним как пример.

Продолжение инструкции: «Ручка–писать» — как связаны эти два слова? Можно сказать, что ручкой пишут, да? Тогда к слову «нож» какое слово подойдет, чтобы получилось так же, как «ручка–писать»?

«Нож», — выбирай: «бежать, резать, пальто, карман, железный».

Запишите ответ. Если ребенок снова ответил неправильно, больше примеры не разбирайте. Доделайте задания в соответствии с общей инструкцией. Не поправляйте ребенка и не делайте критических замечаний в процессе работы.

Пары слов

- 1. стол: скатерть = пол: мебель, ковер, пыль, доски, гвозди.
 - 2. ручка: писать = нож: бежать, резать, пальто, карман, железный.
 - 3. сидеть: стул = спать: книга, дерево, кровать, зевать, мягкий.
 - 4. город: дома = лес: деревня, деревья, птицы, сумерки, комары.
- За каждый правильный ответ — 1 балл (максимально - 4 балла).

Задание 5. Произвольное владение речью

Задание 5.1. Исправление семантически неверных фраз

Инструкция: «Послушай предложение и подумай, правильное оно или нет. Если неправильное, скажи так, чтобы было верно».

Зачитайте предложение. Если ребенок говорит, что все верно, так и запишите и переходите к следующему предложению. По просьбе ребенка предложение можно повторить. Этот факт необходимо обязательно отметить в бланке ответов. Если ребенок, прослушав первое предложение, начинает объяснять, почему предложение неправильное, остановите его и попросите сказать так, чтобы было правильно. Аналогично поступайте и со вторым предложением.

Предложения

- 1) Взошло солнце, и закончился день. (Начался день.)
- 2) Этот подарок доставил мне большую печаль. (Доставил мне большую радость.)

Задание 5.2. Восстановление предложений

Инструкция: «А в этом предложении в середине что-то пропущено (слово или несколько слов). Вставь, пожалуйста, пропущенное и скажи предложение целиком».

Зачитайте предложение, делая паузу на месте пропуска. Запишите ответ. Если ребенок называет только слово, которое надо вставить, попросите его сказать предложение целиком. Если ребенок затрудняется, не настаивайте. Аналогично поступайте и со вторым предложением.

Предложения

- 1) Оля ... свою любимую куклу. (взяла, сломала, потеряла, одела и т. п.);
- 2) Вася ... красный цветок. (сорвал, подарил, увидел и т. п.).

Задание №5.3. Завершение предложений

Инструкция: «А теперь я начну предложение, а ты закончи».

Произнесите начало предложения так, чтобы оно интонационно звучало незаконченным, и ждите ответа.

Если ребенок затрудняется с ответом, скажите ему:

«Придумай что-нибудь, чем можно было бы закончить — это предложение». Затем повторите начало предложения. Этот факт необходимо обязательно отметить в бланке ответов. Ответы записывайте дословно, сохраняя порядок слов и их произношение. Не поправляйте ребенка и похвалите его за работу.

Предложения

- 1) «Если в воскресенье будет хорошая погода, то...» (мы пойдем гулять и т. п.) или «Если на улицах лужи, то...» (нужно надеть сапоги, был дождь и т. п.);
- 2) «Ребенок ходит в детский сад, потому что...» (он еще маленький, ему там нравится и т. д.) или «Мы тепло одеваемся, потому что ...» (на улице холодно и т. п.);
- 3) «Девочка ударилась и заплакала, потому что...» (ей стало больно, очень торопилась и т.п.) или «Дети любят мороженое, потому что...» (оно вкусное, сладкое и т. д.);
- 4) «Саша еще не ходит в школу, хотя...» (уже собирается, уже подросла и т. п.) или «Даша еще маленькая, хотя ...» (уже ходит в садик и т. д.).

За каждое безупречное дополнение начисляется 1 балл. Если содержатся мелкие ошибки— 0,5 балла (максимально 8 баллов).

Задание 6. Интуитивный визуальный анализ - синтез

Покажите ребенку картинки, предназначенные для выполнения этого задания (см. приложение №5).

Инструкция: «Посмотри на эти картинки. Кто в верхнем рядочке лишний? Покази. А в следующем рядочке какая картинка лишняя?» (и так далее).

Запишите ответы. Если ребенок медлит с ответом, спросите его: «Ты понимаешь, что нарисовано на картинках?» Если ему не понятно— назовите сами.

Если ребенок говорит, что лишних картинок нет (это может произойти после рассмотрения четвертого ряда картинок), отметьте это в бланке ответов. Затем попросите ребенка вновь посмотреть на ряд картинок и найти лишнюю. Запишите, какую картинку он выберет повторно.

Если ребенок отказывается искать, не настаивайте.

Правильные ответы:

1. Собака (ряд картинок №1)

2. Цветы (ряд картинок №2)

3. Батон (ряд картинок №3)

4. Бумага (ряд картинок №4)

За каждый правильный ответ— 1 балл (максимально - 4 балла).

Приложение № 5**Задание 6. «Интуитивный визуальный анализ-синтез»****Задание 7. Визуальные аналогии**

Покажите ребенку картинки, предназначенные для выполнения этого задания (см. приложение №6).

Инструкция: «Посмотри, здесь уже объединили «кошечку» и «котенка» (показать). Тогда к курочке вот сюда

(показать) какую из этих картинок (показать на картинки снизу) надо добавить, чтобы получилась такая же парочка? Если «кошечка и котенок», то «курочка и....»? Покажи».

Запишите ответ. Покажите следующие картинки. Повторите инструкцию, но больше не называйте то, что

нарисовано на картинках, а только показывайте. Принимайте и записывайте все ответы без критики, за правильные ответы обязательно хвалите ребенка.

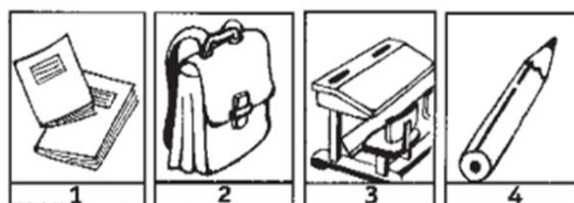
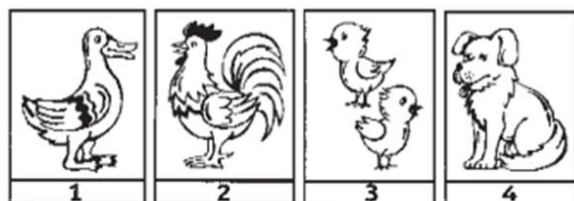
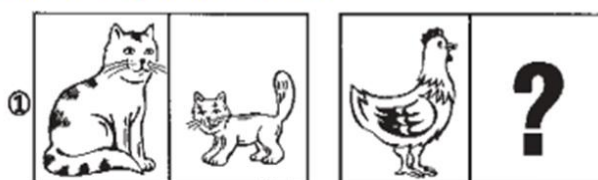
За каждый правильный ответ— 1 балл (максимально - 8 баллов).

Правильные ответы:

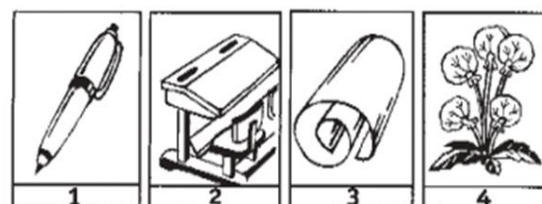
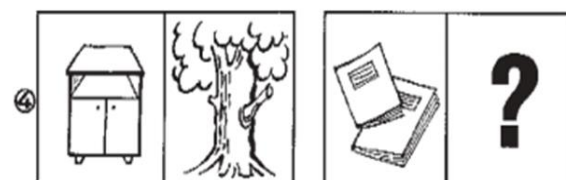
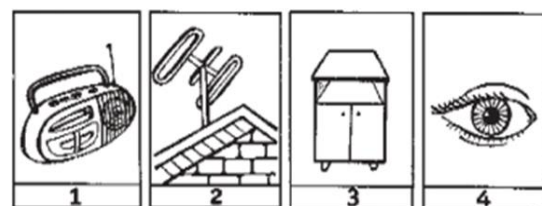
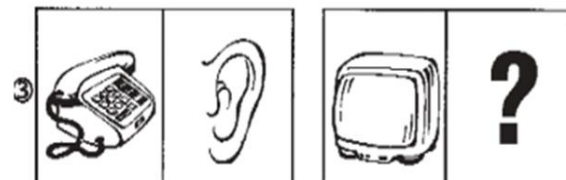
1. Цыпленок (картинка 3).

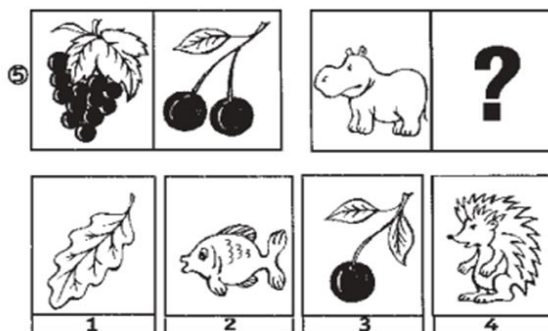
2. Портфель (картинка 2).
3. Глаз (картинка 4).
4. Бумага (картинка 3).
5. Еж (картинка 4).
6. Электроплитка (картинка 2).
7. Мороженое (картинка 1).
8. Лицо (картинка 4).

Приложение № 6
Задание 7. «Визуальные аналогии»



Продолжение приложения № 6





Задание 8. Абстрактное мышление

Покажите ребенку картинки, предназначенные для выполнения этого задания.



Задание №8.1

Инструкция: «Посмотри, нарисован холодильник. Знаешь, для чего холодильник используют? На какой из этих картинок (показать на картинки справа) нарисовано что-то такое, что используют не для того, для чего нужен холодильник, а наоборот? Покажи эту картинку». Запишите ответ, не требуйте объяснений. Перейдите к следующему заданию. Правильный ответ: электроплитка— картинка 2.

Задание №8.2

Инструкция: «У этих двух картинок (показать на две верхние картинки) есть что-то общее. Какую из нижних картинок (показать) к ним надо добавить, чтобы она одновременно подошла и к этой (показать на желуди), и к другой картинке (показать на сов), и чтобы это об ещё повторилось? Какая из нижних картинок лучше всего подойдет сразу к двум верхним? Покажи». Записать ответ; если ребенок указывает на «ягоды», спросить: «Почему?» и записать. Правильный ответ: две ягоды— картинка 2

Задание №8.3.

Инструкция: «Какое слово длиннее— «кот» или «котенок»?». Запишите ответ. В этом задании инструкцию повторять нельзя.

Задание №8.4

Инструкция: «Посмотри, вот так цифры записаны (показать): 2, 4, 6, ... Сюда (показать на многоточие) какую цифру надо добавить: 5, 7 или 8?».

Записать ответ. Похвалите ребенка и скажите, что работа закончена.
За каждый правильный ответ— 1 балл (максимально- 4 балла).

Собеседование с учителем позволит определить достигнутый к моменту опроса уровень развития умственных навыков ребенка. В бланке фиксации результатов подсчитайте общую сумму баллов, набранных ребенком с первого по восьмое задание. Если ребенок сможет безупречно выполнить все предложенные ему задания, то он наберет в сумме 57 баллов. Однако практика показывает, что нормальным результатом для 6–7летних детей, готовящихся к поступлению в школу, является сумма в 21 балл.

Высокий суммарный результат для дошкольника— более 26 баллов, низкий— менее 15 баллов.

Обыкновенно «средний» дошкольник запоминает с первого раза около 5 слов и 5–6 картинок;

в 3, 4, 6, 8 заданиях набирает по 2–3 балла, в 5м задании — 5–6 баллов, а в 7м — только 2 балла.

Диагностика произвольного поведения

4. Методика «Графический диктант»

Оценка умения соблюдать правила.

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

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

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

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

На самостоятельное продолжение узора даётся полторы-две минуты.

Последующая инструкция звучит так:

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

И заключительный узор.

«Поставь карандаш на последнюю точку. Внимание! Три клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Три клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Три клетки вверх. Теперь продолжай сам рисовать этот узор».

Проанализируйте, как ребёнок выполняет задание под диктовку и самостоятельно. Первый показатель свидетельствует об умении внимательно слушать и чётко выполнять указания, не отвлекаясь на посторонние раздражители. Второй – о степени самостоятельности ребёнка.

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

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

5. Методика «Лабиринт»

Оценка умения соблюдать правила.

Предложите ребёнку рисунки. На них изображены лабиринты по возрастающей трудности.

Задача заключается в том, чтобы как можно быстрее выбраться из каждого лабиринта.

Объясните ребёнку, что есть условия, которые необходимо соблюдать в процессе работы.

1. В начале работы поставь карандаш в центр лабиринта, пока выход не будет найден, не отрывая карандаш от бумаги.
2. Сразу начинай движение карандашом, не пытаясь предварительно просматривать путь следования.
3. Не задевай линии лабиринта, не пересекай их (это будет считаться ошибкой).
4. Нельзя поворачивать назад (это тоже ошибка).

Время выхода из каждого лабиринта – не более 1 минуты, количество ошибок в каждом случае не более пяти. Для тренировки придумайте новые лабиринты.

6. Методика «Домик»

Оценка умения действовать по образцу.

Дайте ребёнку чистый лист бумаги и карандаш, а затем попросите его посмотреть внимательно на образец и постараться как можно точнее нарисовать такой же домик на своём листочке бумаги. Далее сказать: «Если ты что-то не так нарисуешь, то стирать резинкой нельзя, а надо поверх неправильного или рядом нарисовать правильно».

Когда вы убедитесь в том, что ребёнок всё понял, дайте ему команду начинать.

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

Когда ребёнок сообщает об окончании работы, предложите ему проверить, всё ли у него верно. Если он найдёт неточности в своём рисунке, он может их исправить. Для оценки используются показатели:

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

Ребёнок 5-6 лет довольно точно копирует этот рисунок, в отдельных случаях бывают небольшие ошибки, связанные с неправильным изображением какого-либо элемента или наличием разрывов между линиями в тех местах, где они должны быть непрерывными.

7. Методика «Да и нет»

Оценка умения ребёнка действовать по правилу.

Этот тест является модификацией известной детской игры «Да и нет не говорите, чёрного с белым не носите». Ребёнку, отвечая на вопросы, нельзя говорить слова «да» и «нет».

Когда вы убедитесь в том, что ребёнку понятны правила игры, задавайте ему вопросы:

1. Трава зеленая?
2. Ты сам просишь, чтобы тебе почитали книжку?
3. Ты любишь, когда тебе читают сказки?
4. Ты любишь смотреть мультфильмы?
5. Какой твой любимый цвет?
6. Ты любишь мороженое?
7. Тебе нравится заниматься в детском саду?
8. Ты любишь гулять?
9. Заяц прыгает?
10. Ты любишь играть?
11. Что ты любишь делать зимой?
12. Ты любишь болеть?

Оценка результатов проводится путём подсчёта ошибок, под которыми понимаются только слова «да» и «нет».

Хороший результат для ребёнка 5-6 лет, если он сделает не более трех ошибок.

8. Методика «Палочки и крестики»

Определение уровня саморегуляции и самоконтроля.

Подготовьте для ребёнка тетрадный лист в клеточку с полями и попросите его писать палочки и крестики так, как это записано в образце, в течение 5 минут.

При этом необходимо соблюдать следующие правила:

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

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

Если вы предполагаете, что ребёнок не справится с таким сложным заданием, начните с более лёгкого, например, сначала только копирование одной палочки или только крестика, затем копирование целого ряда палочек и крестиков, и так далее по мере усложнения.

ОПИСАНИЕ ИСПОЛЪЗУЕМЫХ МЕТОДИК, ТЕХНОЛОГИЙ, ИНСТРУМЕНТАРИЯ

«Колесо эмоций»

Авторское пособие для занятий с детьми старшего дошкольного возраста 5-7 лет



Цель: формирование у детей навыков осознания и различения собственных чувств.

Задачи:

- создать условия для осуществления ребёнком рефлексии собственных чувств и их отреагирования;
- развивать умение осознавать собственное эмоциональное состояние на уровне тела;
- развивать ассоциативно-образное восприятие;

- развивать у детей самосознание, уверенность, внимание к своему эмоциональному состоянию;
- развитие кинестетического воображения; расширение экспрессивно-двигательного опыта детей;
- осознание, отреагирование эмоций на телесном уровне;
- развитие умения работать в группе;
- развитие эмоциональной восприимчивости к своей личности и к личности другого на уровне мимики, пантомимики;
- учить детей распознавать эмоции через различные источники (фотографии, рисунки, жесты, пантомимику);
- учить работать со схемой, графическим изображением;
- способствовать формированию доброжелательных отношений у детей.

С каждым годом детей с трудностями в общении, эмоциональными и поведенческими нарушениями становится всё больше. Это связано с рядом причин и одна из них — это больший уклон в сторону интеллектуального развития детей нежели эмоционального

Чтобы воспитать гармоничную личность, необходимо развивать не только познавательные процессы, но и «эмоциональный интеллект».

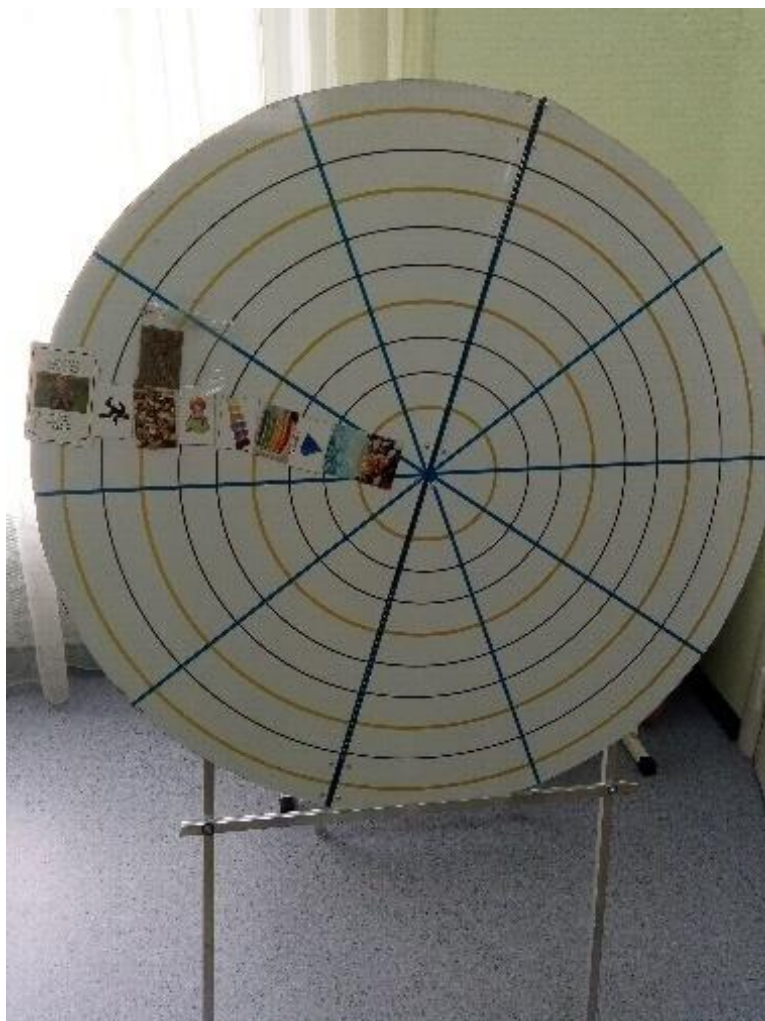
«Колесо эмоций» данное пособие может использоваться в коррекционной и развивающей работе с детьми, индивидуально и в группе, в зависимости от целей занятия работать как на решение коммуникативных задач развития, так и познавательных.

«Колесо эмоций» — это авторская модифицированная дидактическая разработка. Интеграция техник, приёмов, принципов метафорической терапии, гештальт терапии, Колеса эмоций Роберта Плучека, Колеса Жизненного баланса, арттерапии, мандолотерапии, элементов техники психокатализа телесных ощущений, методики немецкого психотерапевта Удо Баера «Звезда чувств».

Исходя из определения, предложенного Изард К.: **эмоции — это переживания, в которых выражается отношение к происходящим событиям, а также переживание, которое направляет, организует восприятие, мышление, действие, поведение.**

В данном пособии, разделённом на **10 секторов, соответствующих 10 фундаментальным эмоциям согласно классификации Изард Кэрролл**, каждая эмоция раскладывается на **8 аспектов 1) образ-ассоциация; 2) вкус; 3) запах; 4) вес 5) температура 6) эмоция в движении 7) ощущение в теле 8) как эмоция влияет на поведение.** На каждую характеристику переживания эмоций разработаны свои карточки. Функция карточек подтолкнуть к описанию своего переживания данной эмоции. Если ребёнок или взрослый (пособие также используется в работе с педагогами, родителями, в детско-родительских парах, индивидуальном консультировании) не находит условно, говоря «своей карточки», он может создать собственную.

Данное пособие помогает получить моментальный эмоциональный снимок состояния ребёнка, помогает определить способности ребёнка к распознаванию, дифференциации эмоций, степени их выраженности и проявления, помогает расширять представления ребёнка о поведенческом репертуаре, повышает интерес к миру переживаний другого. Магнитная основа карточек позволяет ребёнку легко поменять картину своего настроения, объединить совпавшие карточки с другим ребёнком и т.д. Использование эмоциональных карт способствует укреплению детско-родительских отношений, повышению степени вовлеченности родителя в эмоциональный мир ребёнка.







Задачи:

- развитие кинестетического воображения; расширение экспрессивно-двигательного опыта детей
- осознание, отреагирование эмоций на телесном уровне;
- развитие умения работать в группе
- развитие эмоциональной восприимчивости к своей личности и к личности другого на уровне мимики, пантомимики
- учить детей распознавать эмоции через различные источники (фотографии, рисунки, жесты, пантомимику).
- учить работать со схемой, графическим изображением.



Данное пособие может использоваться в коррекционной и развивающей работе с детьми, индивидуально и в группе, в зависимости от целей занятия работать как на решение коммуникативных задач развития, так и познавательных.

МАК «Волшебные превращения»

Описание авторской методики

«Метафора – это уникальный вклад правого полушария в языковую способность левого»

Леонард Шлайн

Сложно найти такого человека, который не любил, бы смотреть на животных. Их бесхитростные повадки, уморительные ужимки способны вызвать детский интерес даже у самого рационального взрослого, ну а дети просто любят и восхищаются животными со всей страстью своей души. Благотворный эффект общения с миром животных учёные, врачи и психологи заметили давно. На основе полученных наблюдений, исследований было открыто множество направлений терапией животными канистерапия, иппотерапия, дельфинотерапия, фелинотерапия и т.д. Общение с животными, созерцание животных способно избавлять человека от стресса, улучшать работу нервной системы и психики в целом. Психотерапевтическая функция анималотерапии заключается в том, что на образы животных детям гораздо легче, безопаснее переносить свои эмоциональные состояния, это помогает ребёнку освободиться от внутреннего напряжения, научиться понимать себя и других. Эти образы просты, понятны, эмоционально насыщены и привлекательны для детей. Поэтому при работе с образами животных легко выйти на архетипический уровень, уровень метафор.

Неразрывная связь с восприятием, с непосредственным чувственным опытом — характерная особенность мышления детей, тем ярче выраженная, чем младше ребенок. **Ребенок мыслит образами.** Обобщения, к которым он приходит или которые усваивает от взрослого, еще очень тесно связаны с их чувственным источником, с чувственной опорой. Чем ярче и богаче чувственный опыт, тем больший отклик он способен вызвать в душе и сознании ребёнка.

В данной колоде используются принципы антропоморфизма, анималотерапии, сказкотерапии, не директивной игровой терапии, арт-терапии.

Антропоморфизм (от греч. *anthropos* — человек и *morphe* — вид, форма) - представление о наличии у животных психических свойств и способностей, присущих в действительности только человеку. Этот принцип положен в основу сказок о животных, различных легенд и притч. Дети до пяти лет отдают предпочтение сказкам о животных, они более привлекательные для них и близкие чем взрослые персонажи. Поэтому сказки о животных (метафора, образ, представления проявления высших чувств у животных) лучше всего передадут маленьким детям жизненный опыт, помогут ненавязчиво и интересно ввести понятия границ, правил, способов поведения в той или иной затруднительной ситуации.

Существование таких историй вполне обосновано, ведь животные – существа, которые обитают с нами в непосредственной близости. Именно этот факт повлиял на то, что народное творчество использует образы животных, причем самых разнообразных: как диких, так и домашних. Вместе с тем следует обратить внимание на то, что животные, встречающиеся в сказках, представлены не как типичные животные, а как особенные животные, наделенные человеческими чертами. Они живут, общаются и ведут себя как настоящие люди. Такие художественные приемы позволяют сделать образ понятным и интересным, наполнив его при этом определенным смыслом. Прием, использования притч, воздействующих на оба полушария, активизирует мышление и память детей, задействуя глубинные структуры психики. Включение притч в начало занятия и в его завершающую часть, согласно теории системного мышления, помогает детям лучше запомнить все, что было сказано.

В психологии использование метафор сознательный терапевтический прием, образный способ описания ситуации, символическое сравнение, помогающее через изображение увидеть новые смыслы.

Метафора – прекрасное средство установления контакта, которое можно использовать в индивидуальной, и в групповой работе.

Метафоры — более эффективное средство для улавливания смысла, чем беседа. Применение метафор даёт возможность коснуться сложностей социальной и эмоциональной жизни клиента без прямого болезненного вмешательства и критики, создавая символические эквиваленты мыслям, переживаниям и поступкам. Работа с метафорами в особенности с детьми — безопасный для ребёнка, приятный и весёлый способ затрагивать серьезные темы.

Подсознание говорит на языке символов, ощущений, образов и метафор. Предлагая «здоровую» метафору —, мы даем толчок к этой волшебной исцеляющей работе.

Использование метафорического значения может напрямую способствовать мощному прогрессу в терапии клиента, особенно если этот клиент ребёнок. Дети в силу возраста, развития психики не всегда могут понять и выразить то, что происходит с ними внутри. Они могут быть агрессивными, сквернословить или наоборот, впасть в состояние регрессии испытывая чувство колоссального напряжения и тревоги внутри. Но сказать об этой тревоге доступным понимаем взрослому языком они не всегда могут. В этом случае язык символов образов, который проявляется в детских играх, сказках, творчестве является для ребёнка своеобразной катарсической, эмоциональной разрядкой. Предоставляя ребёнку

возможности для такой психологической разрядки, мы даём выход накопившемуся напряжению ребёнка, помогаем ему лучше узнать себя, а, следовательно, способствуем укреплению его «Я».

Ребёнок способен освободиться от эмоционального напряжения только тогда, когда он находится в атмосфере полного, безоценочного принятия, разрешённости, веры в его природные способности к «самоисцелению», изменениям, адаптации. Особенно это касается социально неодобряемых эмоций, гнева, неприязни, ненависти, отвращения, презрения. Общественные, родительские установки загоняют эти и без того болезненные чувства настолько глубоко, что они порой становятся причиной глубокой дезадаптации и невротизации ребёнка.

При всё многообразии колод метафорических ассоциативных карт, колод, рассчитанных для работы с детьми всё же не так много. Преимущество колоды в том, что она рассчитана на детей начиная с младшего дошкольного возраста. Данную колоду карт можно использовать в работе как с детьми начиная с 2 лет для знакомства с основными эмоциями, развития речи, инсценировки сказок и игр, так и со взрослыми, родителями, педагогами. Некоторые упражнения подойдут как для работы со старшими дошкольниками, так и для тренинговой работы с родителями, педагогами (см. упражнения «визитка», «ассоциации», «суд над эмоциями», «найди единомышленников», «найди пару»). Подобные упражнения можно включать в семинары по коррекции позиции родителя, педагога, тренинги управления стрессом, профилактики эмоционального выгорания, сплочения педагогического коллектива.

Колода состоит из 194 карточек, изображающих животных, которым можно было бы присвоить различные эмоциональные состояния, чувства, ощущения. Именно поэтому колода и называется **«волшебные превращения»**.

В набор входят 55 опорных карточек с различными чувствами, состояниями, эмоциями. В основу предложенных эмоций легла классификация К. Изарда Кэрролла Э, а также пояснительная записка с примерами упражнений. Опорные карточки можно использовать с читающими детьми после того, как произошло знакомство, с основными эмоциями начиная с 6.5 – 7 лет, а также взрослыми, предлагая, подобрать к ним карточки животных.

Также в набор входят притчи, афоризмы и цитаты, подталкивающие родителей, педагогов к глубокой работе с установками, с их детскими переживаниями и обидами.

Если обобщить, то основные причины нарушения поведения, и как следствие часто успеваемости детей это - нарушенные отношения с социумом (родители, учителя, сверстники) и слабо развитое ощущение собственного «Я» (какой «Я», что люблю, чувствую, хочу и т.д.)

В колоде многие упражнения направлены на развитие воображения, фантазии. Ценность воображения часто преуменьшается взрослыми. Дети, способные к игре воображения, имеют более высокий показатель интеллекта (IQ), легче преодолевают трудности, а развитие способности к фантазированию улучшает их адаптационные способности и процесс обучения.

Области применения колоды с детьми:

- развитие эмоционального интеллекта, умения чувствовать своё эмоциональное состояние, транслировать его окружающим социально приемлемым способом, учиться распознавать эмоции других людей и применять эти знания в общении;
- развитие эмпатии, чувства сострадания и сопереживания, учиться принимать других;
- отреагирование, распознавание чувств, снятие внутреннего эмоционального напряжения;
- развитие творческого, вариативного, ассоциативного мышления;

- развитие активного, воссоздающего воображения;
- работа с ресурсами и ресурсными состояниями;
- повышение адаптационных возможностей ребёнка, расширение его поведенческого репертуара;
- развитие познавательной сферы (мышления, внимания, памяти, восприятия);
- развитие, экспрессивной речи, эмоционального словаря.

Области применения (темы) для работы со взрослыми:

- отреагирование эмоций;
- работа с родительскими установками, сценариями;
- возвращение клиента в образ «творящего ребёнка», работа с «внутренним ребёнком»;
- работа с ресурсами клиента;
- работа над психологической отверженностью («мой ребёнок не такой как все», неприятием, как своего ребёнка, так и самого себя);
- работа над налаживанием взаимопонимания в детско-родительских отношений («мой ребёнок совсем не похож на меня», «не могу понять своего ребёнка»).

Примеры упражнений, игр, заданий для работы с МАК «Волшебные превращения»:

Упражнение «Семья животных»

(модификация рисуночного теста «Семья животных»)

Инструкция

До этого упражнения можно провести рисуночный тест «Рисунок семьи».

Данная модификация рисуночного теста служит хорошей альтернативой при сопротивлении, нежелании ребёнка рисовать, страхе перед оценкой рисунка, а также слабо развитой моторике руки (особенно актуально для детей с речевыми нарушениями, педагогически запущенных, с ЗПР). Также использование данной колоды метафорических карт позволяет повысить интерес ребёнка, его включённость в занятие, вызывает положительный эмоциональный отклик.

«Выбери любое понравившееся число карточек животных из колоды и объедини их в одну семью (составь семью животных из любого числа, понравившихся тебе карточек)». Можно пояснить, что речь идет о сказочной семье, поскольку на самом деле звериные семьи состоят из одинаковых животных. Далее беседа проводится аналогично беседе по «рисунку семьи».

После того как ребёнок выбрал все необходимые ему карточки для семьи животных психолог выясняет, какие это животные, и кто они в семье (кто какой член семьи). Ответы также можно фиксировать в протоколе. Задавая вопросы, нельзя произносить слов «мама», «папа», «ребенок», «бабушка» и др. Нужно использовать нейтральное словосочетание «член семьи».

Вопросы для обсуждения:

1. Скажи, кто тут изображён? Придумай название выбранным карточкам.
2. Попробуй наделить любое из этих животных своим голосом. О чём они будут говорить между собой?

3. В какое животное хотелось бы превратиться тебе и т.д.
4. Каким животным ты бы наоборот не хотел быть?
5. Какое животное тебе кажется самым красивым, сильным, привлекательным?
6. Где они находятся?
7. Что они делают? Кто это придумал?
8. Им весело или скучно? Почему?
5. Кто из изображённых животных самый счастливый? Почему?
6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Последние два вопроса стимулируют ребенка на открытое обсуждение чувств, что не каждый ребенок склонен делать. Поэтому, если он не отвечает на них или отвечает формально, не следует настаивать на ответе.

После обсуждения ребёнку предлагается проиграть одну из ситуаций которая могла произойти с этой семьёй животных. Для этого можно использовать картонные подставки-опоры с самоклеющейся стороной (в набор они не входят, их можно изготовить самостоятельно). Полем для игры может служить как психологическая песочница, так и созданное из предложенных для игры предметов (различные жанры фигурок миниатюр, наборы солдатиков, кукол, конструктора, мебели и т.д.) самим ребёнком игровое пространство. Во время игры ребёнка рекомендуется опираться на основные принципы не директивной игровой терапии:

1. Терапевт должен выстраивать тёплые дружеские отношения с ребёнком.
2. Терапевт принимает ребёнка таким, какое есть.
3. Терапевт устанавливает в отношениях атмосферу разрешённости, чтобы ребёнок чувствовал свободу в выражении своих чувств.
4. Терапевт должен быть готов распознавать чувства ребёнка и отражать их так, чтобы он смог достичь понимания в отношении своего поведения.
5. Ответственность делать выбор и начинать изменения принадлежат ребёнку.
6. Терапевт не пытается направлять действия или диалог ребёнка. Ребёнок задаёт направление, а терапевт следует за ним.
7. Терапевт не пытается ускорить терапию. Это постепенный процесс.
8. Терапевт накладывает только те ограничения, которые необходимы, чтобы ребёнок осознавал реальность происходящего и свою часть ответственности за взаимоотношения.

Встречаются случаи, когда в тесте «Рисунок семьи» ребёнок воспроизводит реальные семейные отношения, а в тесте «Семья животных» — идеализированные (такие, какими он хотел бы их видеть). Встречается и обратное соотношение: чтобы произвести благоприятное впечатление, ребёнок изображает в тесте «Рисунок семьи» идеализированную картину, а в тесте «Семья животных», из-за его большей нейтральности, проявляется прямая проекция реальных семейных отношений. Содержательный анализ серии рисунков и последующей игры позволяет установить, какой вариант имеет место в каждом конкретном случае.

«Поезд эмоций»

Цель: развитие ассоциативного мышления, воображения, связной речи.

(модификация игры «логический поезд»)

1 вариант игры Инструкция: «Расположи карточки так, чтобы между ними была определённая связь. Группы карточек должны быть связаны между собой по смыслу словно вагоны в поезде, один вагон «загруженный» карточками объединяет несколько

карточек чем-то похожих между собой. Тебе нужно составить несколько вагонов для своего поезда».

Когда «поезд» готов, ребёнка просят аргументировать выбор карточек для вагонов.

Вариации для вагонов могут быть следующими: вагон «радостных эмоций», «вагон животных одной группы хищники/травоядные/домашние/дикие, животных, объединённых средой обитания, животных, объединённых схожими повадками, вагон «эмоций, помогающих общению», вагон «эмоций, мешающих общению», вагоны с большими и маленькими животными, вагоны с приятными и отталкивающими ребёнка животными, вагоны с животными героями какой-то одной истории и т.д.

«Группировки» (2 вариант игры)

Инструкция: «Объедини животных в группы, создать как можно больше групп; назови отличия между группами, сравни их по количеству; перечисли признаки, по которым ты распределил животных на группы; назови каждую группу одним двумя обобщающими словами».

«Угадайка»

Цель: развитие навыков классификации, обобщения, выделения существенных признаков, связной речи.

Инструкция: Каждый ребёнок выбирает глазами одну карточку животного и не называя его описывает его признаки, остальные должны отгадать, что это за животное.

«Визитка»

Цель: развитие навыков самопрезентации, ассоциативного мышления.

Инструкция: Представься с помощью, карточки, которую ты вытянул (можно использовать как открытый, так и закрытый выбор). Например, «я такой же сильный, трудолюбивый и стойкий как слон».

Варианты: «В профессии я как...» (слон, черепаха и т.д. в зависимости от выбранной карточки) далее следует аргументация, «В семье я как...» «В отношениях с ребёнком/мужем/друзьями/коллегами я как...»

«Запоминайка» (Модификация методики 10 слов)

Цель: развитие слуховой, зрительной, двигательной памяти.

Инструкция: 1 вариант после рассмотрения карточек ведущий на слух называет 10 (количество зависит от возраста и возможностей ребёнка) животных, затем убирает и просит запомнить, и назвать их, повторяя задание 3 раза;

2 вариант после рассмотрения карточки животных названия, которых ребёнок хорошо знает ведущий молча выкладывает перед ребёнком, затем убирает и просит запомнить и назвать их, задание повторяют до 3 раз.

3 вариант ведущий вместе с ребёнком сначала называют, а затем изображают повадки и движения животных, после ребёнку предлагается изобразить и назвать всех животных самостоятельно.

«Ассоциации»

Цель: развитие образного, ассоциативного мышления.

Придумать ассоциацию на каждого участника группы опираясь на колоду. При этом ведущий даёт установку все ассоциации должны быть не обидными и не оскорбительными. Если же кто-то из участников всё равно обиделся, остальным можно предложить найти 5-10 преимуществ этого животного над остальными.

«Кто кого перехващает»

Цель: развитие логического мышления, умения рассуждать, аргументировать, работа с самооценкой, ресурсами, навыками самопрезентации.

Каждый из игроков выбирает по одной карточке, их задача «расхвалить» выбранное животное, а также придумать объяснение почему их животное сильное, ловкое и т.д. Например, черепаха догадливее льва, потому что может спрятаться, зарывшись в песок и панцирь и лев не догадается, где она.

«Найди животное на звук»

Цель: развитие фонематического слуха, внимания, быстроты реакций.

Инструкция: «Ведущий называет какой-то звук игрокам нужно быстро найти животное название которого начинается/заканчивается/имеет в середине этот звук.

Как вариант. Найти животных названия которых начинаются только на гласные/согласные/звонкие/глухие/мягкие/парные и непарные звуки.

«Кто куда пошёл»

Цель: развитие пространственного восприятия, закрепления предлогов, наречий.

Инструкция: Ведущий располагает карточки животных в разных направлениях и местах, ребёнок просят назвать кто-куда отправился.

«Самый внимательный»

Цель: развитие внимания, логического мышления, пространственного восприятия, способности аргументировать, рассуждать, воображения.

1 вариант Инструкция: «Как-то раз пошли животные погулять слон шёл первым, за ним шла собака, за собакой жираф и т.д. Когда животных набирается 10 (после, количество можно постепенно увеличивать или уменьшать в зависимости от возраста и способностей ребёнка), игрока просят отвернуться и что-то меняют в ряду, затем просят назвать все изменения.

2 вариант Инструкция: Ведущий придумывает историю о животных, которые изображены на карточках, рассказывая историю он выкладывает по одной карточке перед слушателями, при этом стараясь их запутать. Например, «в одном уютном маленьком доме жил слон. Каждое утро он ходил на работу...» Выигрывает тот, кто сумеет лучше остальных «запутать» слушателей. Задача слушателей пытаться всячески аргументировать выдумку, пытаясь придумать ей объяснение. Например, «дом был сказочный поэтому был маленьким только снаружи, а внутри на самом деле был просто огромным».

«Придумай историю»

Цель: отреагирование эмоций, сплочение группы, развитие связной речи и эмоционального словаря.

Упражнение можно проводить как в детской группе, так и во взрослой, а также возможны индивидуальная и групповая формы проведения.

Инструкция:

Каждый участник выбирает одну карточку (для малознакомой, недавно созданной группы лучше открытый выбор) и по кругу рассказывает историю обязательно описывая эмоциональное состояние своего персонажа.

Варианты вопросов и заданий:

1. «Найди «свою карточку», «свое животное», то, что больше остальных привлекло твоё внимание». Какое настроение у животного на этой карточке? Что происходит на картинке? Какие события могли быть до этого? Что произойдёт дальше? Как ты думаешь почему у животного такое настроение? Что больше всего тебе нравится в этой карточке? Придумай ей название. Что ты чувствуешь, когда смотришь на эту карточку?
2. Подбери чувства противоположности к карточкам. Например, к карточке, где к животному как тебе кажется радостное настроение подбери грустное, где спокойное, наоборот, возбуждённое. Что ты чувствуешь, когда смотришь на эти пары? Что хочется с ними сделать? Попробуй наделять этих животных своим голосом и озвучить диалог между этими парами, о чём бы они говорили друг с другом?
3. Найди самое не похожее на тебя животное. Самое приятное для тебя. Самое раздражающее, неприятное. Какие у них настроения? Что хочется сделать с этими карточками? Как можно помочь этим животным?
4. С каким из этих животных или пары животных ты бы хотел сейчас пообщаться? Озвучь их своим голосом. Далее можно предложить перенести диалог в психологическую песочницу или на игровое пространство.
5. С каким животным тебе хотелось бы уйти домой? Ты можешь нарисовать его, слепить так как тебе хочется, так как будет именно тебе нравиться. По окончании работы можно предложить придумать название ей. Спросить хочется ли что-то изменить, доволен ли клиент полученным результатом, какие чувства были в процессе работы, сейчас, как эти чувства отзывались в теле. Чему мы можем научиться у этого животного? Какие свои навыки можем передать ему?
6. Инсценировки сцен жизни животных на понравившихся ребёнку карточек.

«Эмоция замри»

(модификация игры «море волнуется раз»)

Цель: развитие мимики и пантомимики, снятие психоэмоционального, мышечного напряжения.

Дети ходят по кругу. Ведущий говорит слова: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три в рассерженного/весёлого льва превратись».

«Найди похожий предмет»

Цель: развитие восприятия, сенсорной, тактильной чувствительности, ассоциативного мышления, воображения.

Инструкция: из предложенных различных имеющих ценность тактильных ощущений материалов (кусочков различной по текстуре тканей, губок, мочалок, гальки, скрепок т.д.)

«Найди то, что по ощущениям похоже на зубы льва, шкуру слона, язык кошки и т.д.»

«Найди свою группу»

Цель: сплочение коллектива, развитие коммуникативных навыков.

1 вариант Инструкция: участники вытягивают по одной карте (если группа до 10 человек возможен открытый выбор, если больше лучше закрытый). Задача найти свою семью среди других участников. Сразу оговаривается, что группа может состоять из животных разных видов, главное, чтобы потом группа смогла объяснить, что их объединяет по какому признаку, они собрались.

Для психолога важным будет понаблюдать за тем как идёт объединение в группы, есть ли лидеры в каждой группе, кто какую позицию занимает, как быстро человек находит свою группу, все ли группы легко принимают своих участников, есть ли малочисленные, закрытые для участников группы, какой признак объединения выбрала группа (это один признак или несколько). Всё это можно обсудить после упражнения с группой. Данные наблюдения дадут материал для дальнейшей работы с коллективом, помогут узнать особенности взаимодействия его участников.

2 вариант «Найди пару»

Инструкция: «Найди себе пару, животное чем-то похожее на тебя».

Для психолога важным будет понаблюдать как быстро прошло объединение, остались ли участники без пары, был ли кто-то кто долго не мог найти себе пару. Всё это говорит о коммуникативных особенностях участников, открытости, доверии группе, желании быть в данном коллективе, инициативности в общении.



Упражнения, техники, методики для коррекции детско-родительских отношений

Примерный комплекс упражнений для повышения психолого-педагогической культуры родителей

Коррекция детско-родительских отношений, обучение родителей демонстрации принятия в отношении ребенка

Участники: родители и их дети.

Упражнение 1. Диаграмма «Семья»

Цели: диагностика эмоционального микроклимата семьи.

Всем членам семьи раздаются круги, вырезанные из бумаги (размер не имеет значения). Круг является символом планеты Земля. А также символом защищенности материнского лона. При вхождении в круг очерчивается граница, защищающая физическое и психологическое пространство. Спонтанная работа с цветом и формой внутри круга способствует изменению состояния человека, открывает возможности для духовного роста личности. Участникам предлагается обозначить территорию, которую занимает каждый член в их семье. После выполнения задания проводится обсуждение.

Упражнение 2. «Если бы я была мамой»

Цели: развитие доверительных отношений, рефлексия внутрисемейных отношений.

Психолог обращается ко взрослым и просит пофантазировать: что было бы, если бы они на миг стали детьми — дочками и сыновьями, а их дети, которые присутствуют на занятии, стали бы их родителями. Затем передает по кругу мяч и просит по очереди сказать, чтобы они делали в этой ситуации. Затем психолог просит детей сказать, что было бы, если бы они стали мамами и папами. Дети по очереди отвечают на этот вопрос.

Упражнение 3. Качели «Детство — взрослость»

Цели: развитие способности к децентрации, навыков координации совместных действий.

Комната условно разбивается на две части. Посередине комнаты проводится черта. Психолог: «Представьте качели. Вы садитесь на них. Когда качели поднимаются, вы оказываетесь в мире взрослых, когда опускаются, вы возвращаетесь в мир детства. В мире детства вы можете дурачиться, капризничать и т. п., в мире взрослых нужно вести себя «по-взрослому». По команде «Вверх» вы должны переместиться вправо, а если прозвучала команда «Вниз» — переместиться влево, т. е. побывать то в детстве, то во взрослой жизни».

Обсуждение упражнения: «Кем быть легче — взрослым или ребенком? Почему? «Своим мнением делятся и взрослые, и дети.

Упражнение 4. «Сверху вниз»

Цель: содействие гуманизации отношений в семье.

Участники разбиваются на пары: родитель — ребенок. Ведущий предлагает родителям посмотреть на своего «ребенка» сверху вниз. Затем роли меняются.

Обсуждение упражнения: что видят/чувствуют обе стороны?

По мнению И. П. Подласого, именно это несовпадение плоскостей зрения и создает множество причин для нарушения отношений между родителями и детьми. Поэтому, если родители хотят установить дружеские отношения с детьми, необходимо держать свои глаза на уровне глаз ребенка.

Упражнение 5. «Грань»

Цель: обучение саморегуляции в межличностных отношениях, умению совершать обдуманные поступки.

«Совершая отдельные поступки, мы не всегда умеем находить границу «нормативного» поведения, ту черту, за пределами которой находятся конфликты, кризисы и т. п. Поэтому важным умением человека является умение остановиться в нужный момент».

Упражнение может проводиться в парах и тройках. Участникам даются одинаковые по площади куски пленки. Их задача — максимально растянуть пленку и не разорвать её. Важна согласованность действий участников, «чувствование» грани, за которой может произойти разрыв.

Упражнение 6. «Передай свою любовь ребенку»

Цель: обучение родителей демонстрации принятия в отношении ребёнка.

Родители и дети разбиваются по парам: один из них выполняет роль «ребенка», другой — «родителя», затем — меняются. «Родитель» должен разными способами (вербальными и невербальными) продемонстрировать любовь к своему «ребёнку».

Определение роли родителя в жизни ребёнка, формирование осознанной, ответственной родительской позиции, установки родителя на саморазвитие, самоактуализацию

Упражнения для родителей с детьми.

Упражнение 1. «Яйцо»

Цель: моделирование детско-родительских отношений в динамике, активизация эмоционально-телесных связей, чувства безопасности и доверия у детей.

Родитель играет роль «скорлупы», а ребёнок — «цыплёнок». Ребёнок садится на ковёр, поджимает калинник груди и обхватывает их, голову прижимает к коленям. Родитель садится сзади, обхватывая ребёнка руками и ногами. Звучит релаксационная музыка.

Психолог: «Цыплёнку хорошо и уютно в своём домике. Скорлупа защищает его, согревает, даёт всё необходимое. Цыплёнок пошевелился, покрутил головой — нет, ещё не пришло время. Так хорошо сидеть тихонько в скорлупе, тепло... Но вот солнышко стало пригревать сильнее, цыплёночку становится там жарко, тесновато... Он поводит плечиками, стараясь освободиться... Скорлупа не пускает — ей тоже очень приятно, когда внутри неё цыплёнок. Она крепко держит... Но цыплёнок не сдаётся, он всё активнее шевелится, пробует носиком пробить скорлупу, стараясь освободиться. Вот уже головка показалась, вот уже и плечики освободились. Скорлупа уже не сопротивляется — она понимает, что пришло время отпустить своего цыплёночка. Ещё чуть-чуть и цыплёнок на свободе! Он расправляет свои пока ещё маленькие крылышки, потягивается, и довольный, устраивается в своём гнездышке».

Упражнение 2. «Послушный — непослушный»

Цель: определение родительской позиции как позиции постоянной поддержки ребёнка, психоэмоциональная разрядка для детей.

Родители сидят на ковре, дети спиной к ним, между ногами.

Психолог: «Цыплята, как и дети, бывают послушными и непослушными. Когда цыплёнок непослушный, стучит ножками, машет руками. Родитель его крепко держит, обняв сзади.

Когда цыплёнок послушный — родитель его гладит по головке, обнимает». Ситуации с «послушным и непослушным цыплёнком» проигрываются несколько раз.

Упражнение 3. «Коршун»

Цель: определение позиции родителя как позиции защиты ребёнка, развитие чувства безопасности у детей.

Звучит весёлая музыка. Родители — «домики» — стоят произвольно. Дети — «цыплята» — бегают, веселятся. Психолог — «коршун» — спит. Когда «коршун» выходит на охоту — «цыплята» прячутся в «домики». Игра повторяется 3-4 раза.

Упражнение 4. Арт-техника «Совместный рисунок»

Цель: актуализация реальных стилей взаимоотношений в паре, определение детско-родительских отношений как сотрудничества, партнёрства в совместной деятельности.

Каждой паре предлагают нарисовать совместный рисунок на любую тему, например: «Наш дом», «Семья», «Праздник» или произвольное рисование. Затем идёт презентация:

- Как называется рисунок?
- Что на нём главное?
- Кто был инициатором идеи?
- Кто что рисовал?
- Удобно ли было рисовать вдвоём?
- Какие чувства вы испытывали при совместном рисовании?

Упражнение 5. «Портрет»

Цель: активизация эмоционально-телесных связей, ориентация на взаимное познание.

Звучит приятная, спокойная музыка. Родитель и ребёнок садятся друг напротив друга. Они «рисуют» лицо. Начинает родитель. Осторожно обводит черты лица ребёнка сначала пальцем, а затем кисточкой. Ребёнок так же «рисует» портрет родителя.

Упражнение 6. Игра «Похвалилки»

Цель: отработка навыка демонстрации поддержки, повышение самооценки ребёнка.

Ребёнку предлагают рассказать о том, как он однажды что-то здорово сделал или совершил какой-то поступок. На обдумывание даётся несколько минут. Рассказ следует начинать словами: «Однажды я...» Родители слушают и высказываются словами: «Я рада...» или «Мне приятно...» Ребёнку задают вопрос: нравится ли ему такая похвала?

В заключении подводят итоги.

Психолог: «Легко ли хвалить? Часто ли вы хвалите своих детей? Можно ли «перехвалить» своего ребёнка при существующем дефиците времени для общения?»

Упражнения только для родителей.

Упражнение 7. «Воспоминание»

Цель: изменение родительской позиции оценки на позицию принятия и доверия.

Родителям предлагается оглянуться на своё прошлое и вспомнить те наивные и непосредственные поступки, совершённые родителями в возрасте, в котором находится ребёнок. Обратит внимание на наивность поведения в прошлом. Подумать, чем оно обусловлено, и попросить привести примеры из воспоминаний детства, затем:

- составить список из пяти поступков ребёнка, с которыми родитель не согласен;
- попробовать найти в каждом из этих поступков такие стороны, которые могут вызвать ощущение радости, удовольствия. Определить в каждом конкретном случае, что напоминает поступки родителей в прошлом или кажется наивным, а также насколько они выявляют его индивидуальность. Подумать о том, к чему стремится ребёнок.

Упражнение 8. Сказка «Фиолетовый котёнок»

Цель: ориентация на позитивные методы воспитания, профилактика жестокого обращения с детьми.

«Фиолетовый котёнок мыл лапы только в лунном свете.

— Ну что мне с ним делать? — Кошка всплёскивала лапами. — Ведь хороший. Умный котёнок, а тут — ну что ты будешь делать, хоть кол на голове теши — ни в какую. Только в лунном! Ну что ты будешь делать?

— Да что с ним цацкаться? — рычал кабан.

— Макнуть его головой в солнечный ушат или просто в речку! Ишь ты — все котята как котята, а этому лунный свет подавай!

— Он просто глупый! — каркала ворона.

— Голова маленькая, мозгов немного. Вырастет — его из солнечного света не вытащишь!

Фиолетовый котёнок мыл лапы только в лунном свете.

Луна была большая, белая, яркая.

— Милый котёнок, — говорила Луна, — а почему ты фиолетовый?

— А как бывает ещё? — удивлялся котёнок.

— У меня есть брат, — сказала Луна, — он очень большой и ярко-жёлтый. Хочешь на него посмотреть?

— Он похож на тебя? Конечно, хочу.

— Тогда не ложись спать, когда я стану таять в небе, а немножко подожди. Он выйдет из-за той горы и займёт моё место.

Ранним утром котёнок увидел Солнце.

— Ух, какой ты тёплый! — воскликнул котёнок. — А я знаю твою сестру Луну!

— Передай ей привет, сказала Солнце, — когда встретишь. А то мы редко видимся.

— Конечно. Передам.

Фиолетовый котёнок теперь умеет мыть лапки не только на солнце, а даже в мыльной ванной.

Ну и что?»

Эта сказка об отношении к воспитанию. Кошка, кабан и ворона — это обычные методы воспитания. Это, в сущности, вина, угроза и насмешка. А Луна — это символ веры. Она не оказывает давления на котёнка, а расширяет его кругозор и возможности.

Упражнение 9. «Зато мой ребенок...»

Цель: развитие установки на позитивное восприятие своего ребенка.

«Психологи утверждают, что любить ребенка надо не «за что-то», а просто так и вопреки всему. Тем не менее часто мы любим детей за «что-то». И если в семье несколько детей, любим мы их по-разному. Дети это тонко чувствуют, поэтому часто от них можно услышать упрек: «Ты Машу любишь больше, чем меня!». Очень важно вовремя им объяснить, что

не больше и не меньше, а просто по-другому. Для этого на листе бумаги напишите с левой стороны минусы вашего ребенка, а с правой стороны- все его плюсы».

После того, как родители закончат, они по очереди зачитывают написанное, вставляя между минусами и плюсами слово «зато»: «Мой сын Илья рассеянный, зато он отличается своей вежливостью. Мой Илья упрямый, зато он всегда добивается своих целей» и т. д.

Затем психолог предлагает родителям разорвать листки вдоль пополам и половинку, где перечислены отрицательные стороны ребенка, разорвать и выбросить в мусорную корзину.

Упражнение 10. «Мне в тебе нравится»

Цель: гармонизация детско-родительских отношений, повышение у ребенка уверенности в себе.

В повседневной жизни родители склонны чаще обращать внимание на недостатки своих детей, чем подчеркивать их достоинства. У большей части взрослых существуют «запреты на поглаживание», они испытывают трудности при высказывании положительных оценок. О недостатках других людей мы, как правило, говорим легко, но смущаемся в присутствии человека вслух назвать его достоинства.

Давайте попробуем произнести вслух достоинства своих детей, как бы обращаясь непосредственно к ним:

- «Я ценю твою искренность».
- «Мне нравится твоя доброжелательность».
- «Я восхищаюсь тем, как ты умеешь развеселить гостей».
- «Я горжусь твоей целеустремленностью».

Упражнение 11. «Список»

Цель: реорганизация стереотипов поведения в семье, формирование у родителя установки на саморазвитие, само актуализацию.

Методика проведения:

1. Родители должны внести в список всех людей, о которых они должны заботиться, то есть тех, за которых несут ответственность. Психолог должен обратить внимание, включили ли они в этот список самих себя, и если да, то каким по счёту; а также сказать, что, забыв о себе, они взваливают на себя непосильную ношу заботы о других. Если включили, то спросите, уделяли ли они себе столько же заботы и внимания, сколько отдавали другим людям. Нужно предложить родителям принять решение заботиться о себе, о своём внутреннем «Я».
2. Затем каждый должен написать ответ на следующий вопрос: «В чём состоят мои обязанности по отношению ко мне самому?». После этого написать ответ на вопрос: «В чём состоят мои обязанности по отношению к ребёнку? «И, наконец, написать ответ на вопрос: «В чём состоят обязанности моего ребёнка по отношению ко мне?»
3. Сравнить ответы. Имеют ли они двусторонние обязанности?
4. Групповая дискуссия на тему: «Проблемы ребёнка — проблемы родителя».

12 «Пластилиновые острова» (авторская методика Дмитриевой В.А.)

Психолог в начале встречи рассказывает о характере проводимой процедуры, в общих чертах описывает методику и этапы совместной работы.

Инструкция: «Сейчас вам, всем вместе, предстоит совершить увлекательное путешествие

в мир фантазии с экзотическими ландшафтами, создать с помощью пластилина на большом листе бумаги, острова в океане, а затем обустроить их, так как вы себе это представляете.

Подойдите, пожалуйста, поближе к ватману, изучите пространство бумаги, подумайте, в каком месте вам бы хотелось создать свой остров, но не произносите этого вслух. Теперь закройте, пожалуйста, глаза и протяните вперед ту руку, которая менее активна, положите ее на бумагу, теперь, когда рука лежит на листе, откройте глаза и обведите графитовым карандашом, свободной рукой, ладонь, лежащую на бумаге овалом, а затем, выбрав цвет пластилина по своему вкусу, нанесите плотным слоем в очерченных границах».

Затем территория острова инсталлируется автором, различными объектами, постройками, созданными им из пластилина (это может быть поселок, город или один дом, элементы быта, вынесенные отдельно, животные, растения). Этот этап работы, важен тем, что проявляет характерный стиль взаимоотношений родителей с ребенком (гиперопека, гипоопека, паритетные, поддерживающие отношения), а также родителей друг с другом, что во многом определяет модель поведения ребенка. Важно в процессе создания обратить особое внимание на следующие моменты:

- Кому принадлежит инициатива, кто завершает работу, в какой последовательности работают члены семьи;

- Чьи творческие идеи находят поддержку членов семьи, а чьи нет;
- Кто предпочитает работать на собственной ограниченной территории, а кто стремится проявлять инициативу на всем пространстве;
- Кто из членов семьи пытается вытеснить других;
- Кто и как проявляет инициативу в установлении партнерских отношений в процессе совместной творческой работы, а кто демонстрирует агрессию и избегает контактов;
- Кто стремится обособиться;
- Кто проявляет независимость, а кто полагается на других;
- Чья работа провоцирует сильные чувства, и кто на них реагирует;
- Меняется ли позиция и характер взаимодействий лидера семьи;
- Кто работает более продуктивно, а кто медленно;
- Имело ли место взаимодействия членов семьи определенную структуру;
- Работают ли члены семьи одновременно или последовательно (есть ли какой-то ритм);
- Работали ли все члены семьи сообща, их высказывания соответствовали ли действиям, или действия противоречили высказываниям в процессе совместной работы, были ли элементы конфронтации и конкуренции.

Все вышеперечисленные характеристики анализа совместной творческой деятельности помогают оценить особенности взаимодействия членов семьи, стили коммуникации и роли отдельных членов семьи, общую структуру внутрисемейных отношений.

После окончания декорирования островов, наступает этап закрашивания масляными мелками пространства, символизирующего океан. Обычно используются мелки: синего, голубого, зеленого, сине-зеленого, светло-зеленого цветов. С учетом пожеланий участников, в океане могут появиться разноцветные пятна водорослей, кораллов, рыб на фоне воды.

Если к моменту полного окончания работы над островами, участники чувствуют себя немного уставшими (снижается общий темп работы), то психолог может предложить свою

помощь в закрашивании пространства океана (изредка участники сами обращаются за помощью).

Если у участников сохраняется хорошая работоспособность, то они договариваются между собой, кто и как будет создавать океан (двигаясь на встречу, или от центра к периферии, либо от своего острова равномерно во все стороны, пока не встретятся, что само по себе дает ценную информацию).

Следующий этап - активизация взаимодействия между участниками техники, в данном случае, присутствующих членов семьи. Психолог предлагает каждому продумать рассказ о жизни на своем острове, в процессе рассказа могут быть заданы уточняющие вопросы. После окончания представления участниками своих «проектов», психолог задает вопросы, касающиеся особенностей освоения водного пространства и политики в отношении соседних островов (или «островных государств», в зависимости от общего контекста происходящего, психологической атмосферы, эмоционального настроя участников процессе работы).

Вопросы задаются только в том случае, если выступающие не озвучили этого самостоятельно. Важно обратить внимание на наличие или отсутствие на острове людей и других живых существ (их количества, особенностей жизни). Уместно задать уточняющие вопросы, особенно ребенку о том, как живут «островитяне», чем занимаются, есть ли на острове все необходимое для полноценной жизни (гармонии) или нужна помощь (участие кого-то извне, если да, то уточняется характер помощи). Важным, психологическим параметром при анализе хода выполнения и результатов работы, является наличие «средств сообщения» между островами (лодка или плот, а возможно мост или песчаная коса, коралловый риф по которому можно попасть на другой остров, (в одном случае это был подводный тоннель – диагностично). В случае отсутствия таковых, задаются дополнительные вопросы. Например, хочет ли «остров» поддерживать какие-либо отношения с другим (или другими, если их несколько), если да, то каким образом?

Задача психолога на протяжении выполнения работы, заключается с одной стороны в стимулировании типичных поведенческих стратегий участников, с другой стороны - в их рефлексии.

Анализ сформированных и устоявшихся годами стереотипов межличностного взаимодействия с ребенком (и другими присутствующими членами семьи), приводит к переосмыслению и вербализации нового понимания сложившейся ситуации и поисков выхода из нее.

На данном этапе – задача психолога, фасилитировать «обновленный» процесс взаимодействия родителей с ребенком и друг с другом, организовать детальное, поэтапное обсуждение возможных вариантов будущего островных отношений (нового характера межличностных взаимодействий и общих семейных перспектив).

Каждый участник может озвучить свои пожелания, в отношении друг друга. Все вербально обозначенное участниками, может найти отражение в преобразованиях, которые можно внести в территориальную, или содержательную организацию своего острова, а возможно содружества островов (в случае если таковое желание имеется).

Выводы. Таким образом, проектируя и создавая микро- и макроструктуру социальных связей, арт-методика формирует навык создания и перестраивания (в случае необходимости), взаимодействия с близкими людьми и социумом. Также помогает ребенку (и его родителям) понять механизмы эффективного межличностного взаимодействия, а в будущем- получать необходимую психологическую поддержку от родителей и строить новые связи.

Примечание: если присутствует второй ребенок (старший или младший), важно организовать и проанализировать характер его взаимодействий со всеми участниками, особенно в ситуации конкуренции и частых конфликтов между детьми.

Примеры Упражнений, способствующих укреплению Самости Ребенка. Стимуляция и воспитание чувств.

Видение.

Книги серии про чувства

Подробное изучение рисунков.

Рисование карандашом или красками цветов, фруктов или деревьев.

Эксперименты с ощущениями, возникающими при соприкосновении с разными субстанциями, например, с глиной; сначала с закрытыми, а затем с открытыми глазами. Рассматривание вещей через стекло, воду, целлофан, лупу или калейдоскоп.

Слушание.

Внимательное вслушивание в любые звуки окружающего мира.

Рисование под музыку (особенно полезно рисование пальцами)

Извлечение громких и тихих, высоких и низких звуков с помощью ударных инструментов.

Сравнение звуков.

Переговаривание посредством отдельных звуков.

Игра в распознавание звуков.

Сопоставление звуков с возникающими чувствами.

Прикосновение.

Угадывание на ощупь предметов, помещенных внутрь непрозрачной сумки.

Описание ощущений от прикосновения пальцев или босой ступни к предметам, поверхность которых имеет различную текстуру.

Рисование пальцем по влажной глине, разгребание песка руками.

Восприятие на слух слов. Передающих тактильные ощущения (бугристый, вязкий, теплый, холодный, горячий, ледяной, шершавый, дырявый, колющий, покалывающий, воздушный, резиновый, тонкий, пористый, кашеобразный, шелковистый, волосатый)

Приписывание цветов этим словам.

Рисование картинок, изображающих эти слова.

Театрализованный показ этих слов в форме загадок для терапевта или группы детей.

Вкус.

Упражнение с апельсином.

Обсуждение любимых и нелюбимых вкусовых ощущений.

Опробование вкуса различных продуктов и сравнение их вкуса и структуры.

Пантомима на тему того, как едят разные продукты.

Обоняние.

Беседа о приятных и не слишком приятных запахах.

Пантомимическое изображение запаха разных предметов, чтобы другие могли угадать, о каком запахе идет речь.

С целью ознакомления с запахами цветов, фруктов, трав можно поместить в непрозрачные флаконы, например, духи, корицу, банан, яблоко, репчатый лук и попросить ребенка угадать что это за аромат.

Обсуждение (или рисование) образов воспоминаний, навеваемых определенными запахами.

Тело, дыхание, голос.

Эксперимент с разными способами дыхания и оценка их влияния на организм.

Надувание шаров и поддержание их в воздухе силой дыхания.

Соревнование на скорость перекачивания по столу ватных шариков с помощью дыхания.

Игра на губной гармонии.

Эксперимент со звуками голоса и ударными инструментами.

Пение.

Ролевая игра с озвучивание разных интонаций (просьба, гнев, страх и так далее)

Соревнование по крику.

Оригинальные способы упасть на подушки.

Изображение разных игр и спортивных занятий посредством пантомимы.

Сражения на битах в роли разных героев, короля и королевы, двух стариков, двоих детей.

Бросание мягких мячей разными способами.

Игры с очень большими мячами, на которых можно посидеть или полежать.

Придание вычурности разным движениям.

Демонстрация всех движений, которые ты можешь сделать различными частями тела.

Игра в Твистер.

Танцы под музыку.

Демонстрация разных способов усаживания.

Пантомимическое изображение разных ситуаций, начинающиеся с движения пальцев и последовательно подключающее разные части тела.

Темы бесед родителей с ребёнком:

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

- Что тебе больше всего понравилось, запомнилось в этом дне?
 - С кем ты больше всего любишь проводить время? Что тебе при этом больше всего нравится делать?
 - Когда в последний раз ты чувствовал себя счастливым? Радостным? Когда в последний раз ты улыбался, смеялся? Что вызывает у тебя радость? Заставляет смеяться? Вспомни свои самые радостные моменты жизни? Вспомни, поделись самыми смешными случаями, которые с тобой произошли? Что нужно чтобы люди чувствовали себя счастливыми?
 - Что ты чувствуешь, когда у тебя что-то не получается? Когда ты ошибаешься (проигрываешь)? Что ты обычно делаешь при этом? А что-то бы ты посоветовал самому себе сейчас чтобы исправить эти ошибки? Для чего человеку нужны ошибки? Чему ты научился у своих ошибок?
- Представь себе, что было бы если бы человек никогда не ошибался, не проигрывал, что бы при этом было? Принесло бы это человеку радость, пользу? Как ты обычно добиваешься то, что хочешь?
- Когда тебе бывает грустно? Из-за чего ты грустил последний раз? Что ты обычно при этом делаешь? Как можно себе помочь если тебе грустно? Для чего человеку нужна грусть?
 - Когда ты сердишься? Из-за чего ты сердился последний раз? Что ты обычно при этом делаешь? Как можно себе помочь если ты очень рассержен? Для чего человеку нужен гнев?
 - Какие профессии тебе кажутся интересными? Кем бы ты хотел стать в будущем? Каким ты себя представляешь в будущем?
 - Опиши себя, свою внешность, характер, увлечения, привычки.
 - Как ты помогаешь своей семье?
 - Какими суперспособностями ты хотел обладать? Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты пожелал сейчас? Если бы у тебя был ковёр самолёт куда бы ты отправился? Кого бы ты взял с собой в это путешествие?
 - За что ты готов сегодня себя похвалить? Какими своими успехами ты гордишься?
 - Кто твой лучший друг? Что нужно сделать, чтобы завести друзей? Что нужно сделать если ты поссорился с другом? Что укрепляет дружбу? Что разрушает дружбу? Зачем человеку нужны друзья?
 - Назови свою любимую одежду? Назови своё любимое блюдо?
 - Назови своё любимое время года?
 - Назови свой любимый мультфильм? Книгу? Игру?

Темы коллажей для домашней работы родителей с ребёнком:

- «Я и мой мир»
- «Я и мои победы, достижения»/ «Я научился»
- «Я мечтаю»
- «Мои радости»
- «Мои огорчения»

«Всё, (все, кого я люблю) что я люблю»

«Я и мои друзья»

«Мой самый счастливый/идеальный день»

«Я супергерой/волшебник»

«Я будущий первоклассник/школьник»

«Мой детский сад/ моя школа»

Групповые детско-родительские занятия «Путешествие в сказочное королевство»

Цель: гармонизация взаимоотношений в диаде родитель-ребёнок.

Задачи:

- актуализация позитивного эмоционального опыта во время общения в паре родитель-ребёнок;
- осознание семейных ролей и отношений, способствование взаимной открытости;
- снятие психоэмоционального напряжения.

Данное занятие является первым из цикла занятий для детско-родительских пар. Занятие игротренинга рассчитано на родителей чьи дети уже посещают занятия в группе коррекции эмоциональных, поведенческих нарушений (данный игротренинг рассчитан на детей старшего дошкольного возраста).

С каждым родителем проводится предварительная консультация.

Продолжительность занятия 45-50 минут. Число участников 4-6 родительских пар (до 12 человек).

Ожидаемый результат:

- улучшение взаимопонимания в детско-родительской паре;
- освоение и активное применение семьёй новых навыков взаимодействия и сотрудничества с ребёнком.

1. Упражнение «Приветствие»

Цель: создание психологического настроения на совместную работу.

Психолог: Давайте здороваемся. А здороваться будем необычно – разными частями тела, т.е. правая рука с правой рукой, левая нога с левой ногой, нос к носу, спина к спине, лоб ко лбу, ухо к уху; меняемся партнерами – здороваемся - бедро к бедру, колено к колену, пятка к пятке.

2. Знакомство. Создание психологического настроения на работу.

Упражнение «Клубочек»

Цель: знакомство участников, создание психологически комфортной атмосферы.

Участники передают друг другу клубочек называя своё имя и то, как его называли в детстве ласково. Дети тоже говорят, как дома их называют ласково. Также участники проговаривают с каким настроением они пришли (можно использовать ассоциации, например, моё настроение, похоже на солнышко и т.д.) свои ожидания от встречи.

Упражнение «Синхронисты».

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Участники разбиваются по парам родитель-ребёнок и становятся спина к спине. Задача – медленно не отрывая своей спины от спины партнера сесть на пол, потом так же встать. Упражнение повторяется несколько раз под разные стили музыки. Как варианты заданий спина к спине родитель и ребёнок двигаются одновременно назад, вперёд, два шага вправо, два шага влево.

Основная часть

Упражнение «Назови эмоцию».

Цель: развитие эмоциональной выразительности, эмоционального интеллекта.

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, помогающие, а затем мешающие общению и показывают их разными средствами – через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

Упражнение «Глаза в глаза».

Цель: развитие эмоциональной выразительности, эмоционального интеллекта.

Дети и родители встают в пары, берутся за руки. Ведущий предлагает: «Глядя только в глаза и чувствуя руки, попробуй молча передать разные эмоции: «Я грустный, помоги мне!» «Мне весело, давай поиграем!» «Я не хочу с тобой дружить!» «Я рассержен!». Затем дети и родители обсуждают, в какой раз какая эмоция передавалась и воспринималась лучше всего.

Игра «Волшебные заросли».

Цель: развития умения добиваться своей цели социально-приемлемым способом.

Все дети (взрослые по желанию) пытаются проникнуть в центр круга, образованного тесно прижавшимися друг к другу «волшебными зарослями» - всеми участниками. «Заросли» понимают человеческую речь и язык прикосновений. Они могут расслабиться и пропустить если их попросить вежливо и ласково, а могут и не пропустить. Тому, кто прошёл в центр круга участники поют песенку: «, Кто у нас хороший (имя ребёнка)? Кто у нас пригожий? Кто у нас добрый и ласковый?». Психолог: - Когда «заросли» распутались легко, а когда неохотно? Что вы чувствовали, находясь в центре круга?

Упражнение «Совместное рисование».

Цель: исследование межличностных взаимоотношений и конфликтов. Положите между собой и ребёнком большой лист бумаги, возьмите каждый по несколько цветных мелков. Внимательно посмотрите друг другу в глаза и затем спонтанно начинайте рисовать. Старайтесь выразить свои чувства. Если вы хотите общаться с ребёнком, делайте это с помощью линий, форм и цветов. Когда закончите рисовать, обменяйтесь с партнером впечатлениями о том, что происходило во время упражнения. Говорите о любых эмоциях, которые у вас вызывает рисунок партнера. - Посмотрите, не можете ли вы провести параллели между тем, как вы рисуете, и тем, как действуете в семье. Что вы смогли узнать, понять друг о друге? Довольны ли вы получившимся результатом? Комфортно, приятно ли вам было рисовать одновременно? Кто из вас заполнил своим рисунком лист больше? Было ли так, что кто-то из вас залазил на территорию, рисунок другого? Что вы при этом чувствовали? Дорисовывал ли вашим изображениям партнёр какие-то детали? Что вы чувствовали при этом? Как опыт совместного рисования мы можем перенести на семейную жизнь, общение,

отношения друг с другом?

Упражнение «Купаемся в хорошем настроении».

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Родитель и ребёнок представляют, что они будут принимать необычную, бодрящую ванну. Они должны по очереди «искупать» друг друга в хорошем настроении с помощью ласковых прикосновений, комплиментов и приятных слов.

Рефлексия.

Для активизации процесса рефлексии участники используют методику неоконченных предложений: «Мне понравилось... мне было трудно.... Мне хотелось и т.д.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Детско-родительский тренинг «Путешествие в сказочную страну. В поисках утраченного волшебства».

Цель: гармонизация детско-родительских отношений.

Задачи:

- посредством разрешения игровых задач научить родителей эмоционально присоединяться к ребёнку;
- работать в паре, сотрудничать с ребёнком;
- находить совместные решения поставленным задачам;
- укрепление детско-родительских отношений за счёт проживания опыта позитивного сотрудничества.

Оборудование:

Музыка

Толстая нить;
Мягкий куб;
Карточки обозначающие станции (дом, сердце, маяк)
Колокольчики;
Свеча, подносы;
Тесто для лепки, клеёнки, влажные салфетки;
Цветной песок, стеклярус;
Воздушные шары по количеству детей.

Ход занятия

Приветствие педагога-психолога и воспитателя.

- Здравствуйте уважаемые папы, мамы, ребята! Мы очень рады видеть вас! Сегодня нас ждёт удивительное и увлекательное путешествие мы отправимся в необычное путешествие по волшебной стране. Но прежде, чем мы туда поспешим, давайте познакомимся, поприветствуем друг друга.

Педагог-психолог

Упражнение «необычное приветствие»

- Встаньте те, кто пришёл сегодня в хорошем настроении, и крепко пожмите друг другу руку, улыбнитесь друг другу.

- Встаньте родители девочек и сами девочки поприветствуйте друг друга локоточками.

Встаньте родители мальчиков и поприветствуйте друг друга плечиками.

- Замечательно! Друг друга мы поприветствовали, а теперь давайте познакомимся.

Упражнение «взаимные презентации»

- Сейчас мамы и папы расскажите, пожалуйста, о своём ребёнке, называя его имя, какие-то может особенные увлечения, качества, и дети представьте своих мам и пап. Нужно также назвать имя родителей и кратко рассказать, что делает для вас ваших маму и папу особенными.

2. Мотивационный момент

- А сейчас мы откроем наш сундучок, но это не простая шкатулка – это шкатулка сказок. (к примеру)

Сказка о потерянном волшебстве

- В одной далёкой и прекрасной сказочной стране, где всегда светит яркое солнце и светит ослепительно голубое небо жили добрые и очень приветливые, дружелюбные жители. По утрам они выходили на улицы своей маленькой сказочной страны, улыбались, приветствовали друг друга, если нужно было помогали, приходили на помощь друг другу и тогда тонкой, необыкновенно красивой дымкой по всей стране рассеивалось в воздухе настоящее, ароматное ВОЛШЕБСТВО. Поскольку страна была сказочной, то в волшебстве она нуждалась так же, как в солнце, воде и земле, без волшебства она просто не могла существовать. Но вот однажды один из жителей страны обиделся на другого, он подумал, что он помогает другим больше, чем помогают ему, улыбается чаще, чем улыбаются ему в ответ. И тут же как только житель страны подумал об этом в волшебной стране стали происходить очень странные вещи...Вдруг солнце потускнело, а ветер всегда такой лёгкий и приятный, вдруг подул резко и холодно, обрывая при этом ещё неокрепшие первые весенние побеги трав и цветов. Потом другой житель страны вдруг почувствовал с утра

злобу и раздражение и вместо того, чтобы приветливо всем улыбнуться с утра, вдруг начал хмуриться и на улице расталкивать всех локтями. И тогда...тогда волшебство прекратило рассеиваться над сказочной страной. А без волшебства как вы знаете в сказочной стране всё постепенно начинает увядать.... Тогда жители волшебной страны в отчаянье принялись рассылать по всему свету карты, по которым желающие помочь им и найти потерянное волшебство, смогли бы прийти в их королевство. Так путешествуя по свету эти карты попали и к нам.

Предлагаем детям и родителям помочь найти утраченное волшебство. Раздаём карты. Объясняем, что в пути нам несколько раз нужно будет выполнить задания чудо-куба. Если ребята и родители услышат звон колокольчика куб нужно будет бросить и в зависимости от выпавшего числа каждому родителю и ребёнку предстоит выполнить своё задание, задание написано на обороте карты. И как раз первая наша станция – это история о потерянном волшебстве в сказочной стране.

Упражнение «паутинка» (если упражнение с лесом не нравится вы можете предложить свою игру)

Чтобы отправиться в путь и найти потерянное волшебство, ребятам и родителям предстоит вместе преодолеть дремучий лес. В этом лесу растут ядовитые растения, если их затронуть они звенят как звенят колокольчики, поэтому пройти лес нужно осторожно и аккуратно.

(появляется видео леса на экране и звучит загадочная музыка)

После прохождения леса дети и родители по очереди в парах бросают чудо-куб и выполняют задания с карты.

I Упражнение с воздушными шарами «поделись радостью»

На этой станции у нас нарисовано сердце. Как вы думаете какие чувства, настроения, эмоции живут в нашем сердце?

(дети вместе с родителями перечисляют по очереди называя все эмоции и чувства. При упоминании радости психолог предлагает подумать, как можно сделать так чтобы радости в сердце стало больше, родители и дети называют свои варианты ответов)

-Чтобы радости стало больше её нужно поделиться. А как вы думаете ребята и родители на что похожа радость? С каким предметом её можно сравнить? (дети и родители называют свои ответы)

- А ещё радость можно сравнить с воздушным шаром. И сейчас с помощью шариков мы предлагаем вам поделиться друг с другом радостью и попробовать пробудить этим волшебство в сказочной стране, где без радости всё чахнет и увядает.

- Сначала в парах ребёнок родитель, затем в 2, 3 парах и наконец одним общим кругом, участники должны, не разжимая рук удерживать шар в воздухе.

После игры поделись радостью дети и родители по очереди в парах бросают чудо-куб и выполняют задания с карты.

II Создание новых героев для волшебной страны

Упражнение «прижималки»

Чтобы жители сказочной страны вновь научились дружить и радоваться общению друг с другом к ним на помощь поспешили удивительные жители соседнего королевства. А узнать, как они выглядели вам поможет ваша фантазия и воображение.

Мама и ребята возьмите по одному кусочку цветного теста сожмите его в вашей ладони слегка прижав, а теперь разомните, посмотрите и обменяйтесь друг с другом. Мама

представляют, кто бы это мог быть, какой герой, дополняя деталями кусочек из ладони ребёнка, а дети из ладоней мам. У вас должно получиться два героя, придумайте им имя, подумайте какие они могут быть по характеру, что любят.

Восстановление волшебной страны

Все родители вместе с детьми восстанавливают разрушенную страну.

Используя получившихся из теста героев, населяем и восстанавливаем заново волшебную страну.

Дети используют кинестетический песок и кварцевый песок, ткань разных цветов, которая служит основой для рек, озёр, лесов, неба и свои фигуры.

После восстановления страны дети и родители по очереди в парах бросают чудо-куб и выполняют задания с карты.

III Рефлексия

- Как вы думаете, ребята, мамы, папы удалось нам разгадать секрет волшебства в нашей сказочной стране

- А как вы считаете, в чём заключается секрет настоящего волшебства, радости? Что нужно делать, чтобы никогда её не терять?

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «свеча»

- Передавая, друг другу свечу родители и дети делятся впечатлениями о встрече, пожеланиями друг другу.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Детско-родительский тренинг «Путешествие в джунгли».

Цель: гармонизация детско-родительских отношений.

Задачи:

- посредством разрешения игровых задач научить родителей эмоционально присоединяться к ребёнку;
- работать в паре, сотрудничать с ребёнком;
- находить совместные решения поставленным задачам.

Оборудование:

Музыка;

Видеоролики;

Толстая нить;

Колокольчики;

Атрибуты джунглей;

Свеча, поднос, зажигалка;

Генератор мыльных пузырей;

Светомузыка;

Стеклярус камушки, сундучки по количеству детей;

Мука, клей ПВА, соль, вода, масло растительное, гуашь, одноразовые стаканчики, одноразовые ложки;

Клеёнки 6-7 штук;

Ватманы;

Покрывало для игры «ковёр самолёт».

Воздушные шары по количеству детей.

Ход занятия

Приветствие педагога-психолога и воспитателя.

- Здравствуйте уважаемые папы, мамы, ребята! Мы очень рады видеть вас! Сегодня нас ждёт удивительное и увлекательное путешествие мы отправимся в загадочные и далёкие тропические джунгли. Но прежде, чем мы туда поспешим, давайте познакомимся и поприветствуем друг друга.

Упражнение «необычное приветствие»

- Встаньте, кто пришёл сегодня в хорошем настроении, и крепко пожмите друг другу руку, улыбнитесь друг другу.

- Встаньте родители девочек и сами девочки поприветствуйте друг друга локоточками.

Встаньте родители мальчиков и поприветствуйте друг друга плечиками.

- Замечательно! Друг друга мы поприветствовали, а теперь давайте познакомимся.

Упражнение «взаимные презентации»

- Сейчас мамы и папы расскажите, пожалуйста, о своём ребёнке, называя его имя, какие-то особенные увлечения, качества, и дети представьте своих мам и пап. Нужно также назвать имя родителей и кратко рассказать, что делает для вас ваших маму и папу особенными.

2. Мотивационный момент

- А сейчас мы открой наш сундучок, но это не простая шкатулка – это шкатулка сказок.

(Звучит сказочная музыка.

Затем звучит музыка звуку леса во время рассказывания истории).

- Сказка зовёт нас отправиться в тропические джунгли. Но как же мы туда можем попасть ребята?

«Упражнение плот»

Дети называют разные средства передвижения.

- Здорово ребята! Вы много знаете, а есть ещё и волшебные транспортные средства. И мы предлагаем вам отправиться на волшебном ковре самолёте.

- Чтобы на ковре самолёте нам не упасть нужно крепче держаться друг за друга. Ковёр самолёт совершил первую остановку. Можно сойти, пройтись по кругу, размять ноги перед дальнейшей дорогой. Наш ковёр немного загнулся в пути поэтому стал меньше.

Вторая остановка, опять уменьшаем ковёр.

И приземляемся! Успешно добрались!

Эта история произошла далеко, далеко в загадочных и дремучих тропических джунглях. В тропических джунглях всегда светит ласковое тёплое солнце, погода в любой день располагает к прогулкам и весёлым играм, там всегда много сочных, сладких фруктов, орехов и прочих вкусностей для обитателей леса. И вот в таком счастливом месте, вдруг, в один погожий день все жители обнаружили, что у них пропала волшебная шкатулка радости! Как пропала?! - спросите вы, - обитатели джунглей обнаружили, что разучились улыбаться, смеяться, шутить, что то, что раньше их радовало, казалось приятным, теперь не приносит никакой радости. И тогда голубой ара (появляется на экране видео голубого попугая) сказал, что отправляется на поиски пропавшей радости, но ему нужны помощники. Готовы ли вы ребята вместе со своими папами и мамами отправиться в загадочное и может быть трудное путешествие по джунглям за потерянной радостью?

Упражнение «паутинка»

Попугай ара предположил. Может быть радость забрали пауки, что жили в самой дремучей части леса. И смело отправился туда. Паутина пауков была соткана из тонких ниток, и хитрые пауки привязали к ним множество колокольчиков. Поэтому, когда мы будем проходить её нам нужно делать это очень осторожно чтобы не разбудить тропических пауков.

(появляется видео на экране и звучит загадочная музыка)

- Нет, попугай ара ошибся, у пауков не оказалось шкатулки радости. Тогда он подумал может быть озорные и всегда такие весёлые обезьянки знают где спряталась радость?

Упражнение «обезьянки»

(появляется видео скачущих обезьянок и весёлая музыка)

- Обезьянки как увидели попугая сразу предложили с ними поиграть.

Что больше всего любят обезьянки? (Прыгать, есть бананы, и подражать друг другу). Для игры вам нужно в паре со своими мамами договориться кто будет ведущей обезьянкой – той которая первая придумывает под музыку разные движения, а кто ведомой, той, которая в точности повторяет движения. Затем по сигналу бубна вы меняетесь ролями. Кто был ведомым, становится ведущим и придумывает разные движения.

- С обезьянками оказалось очень интересно, но и у них шкатулки радости ара не нашёл. Тогда он подумал, может совсем маленькие обитатели джунглей знают, где искать шкатулку радости.

- Ребята, а каких обитателей джунглей вы знаете?

- Ара решил спросить у тех, кто ещё даже не вылез из тёплого яйца, вдруг они пока сидят там что-то слышали про шкатулку радости.

- Ребята, а какие животные вылупляются из яйца?

Упражнение «Яйцо»

(Звучит тихая мелодичная музыка, появляется видео вылупляющихся птенцов)

- Давайте и мы последуем за попугаем арой к птенцам и попробуем представить каково это сидеть в уютном маленьком яйце, попробуем превратиться в маленьких птенчиков.

Мама выполняют роль «яйца» мягко обнимая ребёнка, а ребенок пробует вылупиться, постепенно освобождаясь от объятий.

- Ой что это ребята?! Вы слышите?

(На экране появляется видео большой птицы и звуки)

К попугаю ара только что прилетела большая птица, пролетая над высокими горами, она нашла волшебный сундучок радости. Нашла даже не один, а много сундучков. Но вот незадача. Сколько бы попугай ара не раскрывал сундучок ничего не происходило. Тогда ара вспомнил, чтобы волшебство шкатулки проявилось его нужно наполнить тёплыми, радостными воспоминаниями.

Упражнение «шкатулка радости»

- сейчас в парах по очереди, родители и дети на каждый камушек шкатулки делятся друг с другом приятными совместными воспоминаниями. Звучит тихая музыка.

- Как вы думаете, ребята, мамы, папы удалось нам пробудить волшебную силу шкатулки радости? Вернуть радость обитателям джунглей?

- А как вы считаете, в чём же заключается секрет радости? Что нужно делать, чтобы никогда её не терять?

Упражнение «волшебные краски»

- Мы предлагаем вам для обитателей джунглей нарисовать как выглядит радость.

- Какова она может быть цвета? На что похоже? Какая радость на вкус? Ощупь?

Но краски у нас будут не простые, а волшебные раз мы находимся сейчас в сказочном путешествии. Волшебные краски нам нужно изготовить самостоятельно. Для этого нам необходимо смешать воду (100 мл) и муку (2 столовые ложки), добавить соль (1 чайная ложка), немного масла (1 чайная ложка) и тщательно перемешав добавить немного цвета (гуашь).

Родители и дети вместе рисуют картину радости для обитателей джунглей.

Заполнение рефлексивной таблицы

Дети по очереди подбирают карточки, соответствующие их настроению, ощущениям по каждой колонке (1. своё настроение; 2. отношение к товарищам, дружба; 3. отношение к своим знаниям, ответам на занятии) рефлексивной таблицы. Затем, по кругу каждый ребёнок комментирует свой выбор.

Психологический настрой

Я весёлый, я счастливый,

Озорной, любимый, милый,

Быстро я всему учусь, в жизни я всего добьюсь!

Упражнение «свеча»

- Передавая, друг другу свечу родители и дети делятся впечатлениями о встрече, пожеланиями друг другу.

Ритуал прощания

Упражнение «горка ладошек»

Дети по очереди кладут свои ладони на ладони соседа образуют «горку ладошек» и хором говорят «до свидания!».

Семинар-практикум для родителей «Ступеньки взаимопонимания»

Цель: гармонизация семейных отношений.

Задачи: осознание родительских установок; развитие интереса к своему ребенку; формирование позитивного родительского опыта, снятие эмоционального напряжения.

Материал:

большой лист бумаги, краски, оргстекло (по количеству присутствующих),

схема формирования личности во взаимодействиях «взрослый - ребенок» (см Приложение 2),

индивидуальные задания к упражнениям «Чувства», «Я- сообщения»

клубочек шерстяных ниток, магнитофон, спокойная музыка.

Ход семинара-практикума

Знакомство. Игра «Имя».

Цель: знакомство, настрой на взаимодействие. Передавая клубочек, участники называют свое имя и какое-то качество на начальную букву имени.

Арт-техника «Групповая монотипия».

Цель: самовыражение, снятие нервно-психического напряжения.

Родителям предлагается выполнить рисунок на оргстекле и сделать его отпечаток на большом листе бумаги. Затем ставится задача: объединить все рисунки в одну картину. Родители обсуждают возможные варианты и выполняют задание.

Обсуждение: что помогало в выполнении задания, что мешало.

Беседа «Формирование личности во взаимоотношениях "взрослый — ребенок».

Цель: осознание родительских установок, психологическое просвещение.

-Какими вы хотите видеть своих детей?

— Что нужно делать, чтобы они стали такими? Предлагаю вашему вниманию «Схему формирования личности...». Давайте рассмотрим ее.

- Согласны ли вы с таким результатом? Что присутствует в ваших взаимоотношениях с детьми?

— В чем испытываете трудности? Что делаете для решения проблемы?

— Одной из главных составляющих уверенной в себе личности является адекватно-положительная самооценка. Самооценка ребенка формируется под непосредственным воздействием оценочных суждений значимых взрослых.

— Начиная со старшего дошкольного возраста (а именно в таком возрасте сейчас ваши дети), в формировании самооценки участвует и индивидуальный опыт ребенка, его знания о себе (которые также формируются в результате взаимодействия). Чем более гармоничным будет

сочетание этих двух компонентов, тем более адекватная, положительная самооценка сформируется.

- Надо заметить, что ориентиры для самооценки, заложенные в детстве, сохраняются в течение всей жизни, и отказаться от них чрезвычайно трудно...
- Как же решить такую сложную задачу? Как ни странно, но начинать нужно с безоценочного принятия ребенка, с понимания, с безусловной любви к нему. Нужно попытаться посмотреть на мир глазами своего ребенка. Постараться понять, что он чувствует, о чем думает в тот момент, когда, по-вашему, он невыносим.

Упражнение «Чувства».

Цель: развитие рефлексии, приобретение опыта гармоничного взаимоотношения с детьми.

Родители выбирают задания, обдумывают, затем обсуждают свои решения.

Упражнение «Я-сообщения».

Цель: развитие рефлексии, приобретение опыта гармоничного взаимоотношения с детьми.

Родители выбирают задания, обдумывают, затем обсуждают свои решения.

Родители выбирают задания, обдумывают, затем обсуждают свои ощущения и сообщения. После обсуждения представляется популярная литература по вопросам воспитания, решения проблем взаимодействия с ребенком.

Игра «Я — ребенок».

Цель: актуализация «комплекса детства».

Родителям предлагают вспомнить, в какую игру они любили играть в детстве, и представить ее невербальным способом.

Рефлексия.

Цель: рефлексия занятия, обобщение приобретенного опыта. Психолог:

- Наше занятие подходит к концу. В заключение я хотела бы спросить: что заинтересовало вас больше всего?
- Что полезное вы унесете с собой с этого занятия?
- Что бы хотели изменить во взаимоотношениях с ребенком сейчас?

Занятие для родителей с элементами тренинга

«Калейдоскоп родительской мудрости. Как помочь ребёнку преодолеть трудности».

Цель: способствовать повышению грамотности родителей по вопросам воспитания и развития детей.

Задачи:

- способствовать расширению, углублению знаний родителей по вопросам воспитания детей;
- создать условия для сотрудничества и обмена опытом родителей друг с другом;
- посредством разрешения игровых задач научить родителей эмоционально присоединяться к ребёнку;
- работать в паре, сотрудничать с ребёнком;
- находить совместные решения поставленным задачам.

Оборудование:

Музыка

Бейджи

Геометрические тела

Мяч

Макароны

Разноцветные детские резинки

Соломка

Картон цветной

Цветные карандаши, фломастеры, бумага

Пластмассовые подносы, тарелочки

Свеча

Стеклярус камушки, тарелочки, подносы, ткань, фольга, фигурки из киндера сюрпризов.

Ход мастер-класса

Организационный момент

Регистрация участников, раздача цитат, памяток, бейджиков

Приветствие педагога-психолога и воспитателей.

Педагог-психолог:

- Здравствуйте уважаемые папы, мамы, ребята! Мы очень рады видеть вас! Сегодня у нас необычный формат мероприятия. Наша встреча называется «Калейдоскоп родительской мудрости. Как помочь ребёнку преодолеть трудности.» На этой встрече не будет привычного формата лекций какой-то теоретической информации от педагогов. Цель мероприятия способствовать обобщению и распространению именно родительского опыта воспитания, развития ребёнка и преодоления трудностей. Личный опыт каждого из вас очень важен и ценен, поэтому, сегодня мы будем учиться друг у друга. Единственное условие – это принятие без осуждения тех точек зрения, которые могут показаться вам не близки. Наша цель не найти истину в последней инстанции и доказать свою правоту, а попытаться извлечь уроки и поучиться друг у друга.

«Чтобы уметь воспользоваться опытом, нужен опыт». Цицерон

Но прежде, чем мы начнём, давайте познакомимся и поприветствуем друг друга.

Педагог-психолог

Упражнение «необычное приветствие»

Поприветствуйте друг друга ладошками и назовите друг другу своё имя;

Поприветствуйте друг друга локоточками и назовите друг другу имя и 3 особенных качества вашего ребёнка.

Сбор ожиданий

«Игры на кухне из подручных средств».

(Упражнения с помощью соломки, резиночек, идеи домашних занятий с макаронами)

«Макаронные картины»

1 подгруппа картина из макарон на тему «Счастливый ребёнок»

2 подгруппа картина из макарон на тему «Счастливый родитель»

3 подгруппа картина из макарон на тему «Преодоление трудностей в воспитании»

Упражнение «Сочинялки»

Упражнение «угадай фигуру»

Упражнение «устаревшие слова»

Педагог-психолог

- В начале нашей встречи мы сформулировали ожидания той информации, которую вы хотели бы получить. Сейчас мы попробуем систематизировать ваш родительский опыт и создадим 3 памятки. Памятки мы будем создавать в любой необычной, творческой форме. Каждая подгруппа выбирает тот формат работы, который ей ближе. Вы можете использовать любые художественные материалы, фольгу, бумагу, цветные карандаши, у вас может быть художественная инсталляция (объёмная картина), коллаж, комикс, рекомендация в виде рецепта, инструкции для новобранцев-молодых родителей и т.д.

Упражнение «создание памяток»

1 подгруппа тема памятки «Развитие самостоятельности».

2 подгруппа тема памятки «Интеллектуальное развитие ребёнка».

3 подгруппа «Рекомендации по коррекции нарушения поведения».

Упражнение «Шеренга»

- В начале нашей встречи я проанонсировала формат нашей встречи – обмен именно родительским опытом по воспитанию, развитию, обучению детей. Сейчас я предлагаю вам выполнить упражнение, которое называется шеренга. Нам нужно разделить на две шеренги и встать так чтобы напротив вас лицом к вам стоял родитель из другой шеренги. Первый кому достаётся мяч называет какое-то затруднение, вопрос, который возникает в процессе развития, воспитания ребёнка. Например, мне сложно добиваться выполнения моих просьб с первого раза и передаёт мяч любому человеку напротив, тот у кого в руках мяч делится именно своим опытом преодоления этой трудности, начиная со слов: «А я делаю это так... или я справляюсь с этим так...» и затем также формулирует вопрос и бросает мяч человеку напротив.

Подведение итогов

Рекомендации от педагогов

«Рекомендации по развитию самостоятельности у детей»

«Рекомендации по стимулированию познавательной активности у детей».

Педагог-психолог

«Рекомендации по коррекции нарушения поведения. Рекомендации по укреплению самооценки».

Рефлексия

Семинар-практикум для родителей будущих первоклассников "Готовимся к школе в игре"

Задачи:

- Способствовать повышению родительской компетентности по вопросам психологической готовности детей к школе.
- Развивать у родителей навыки рефлексии.

Добрый вечер! Я рада видеть вас на нашей сегодняшней встрече.

Спасибо, что дела свои отложили,
В зал наш светлый поспешили.
Пошутить и поиграть,
Много нового узнать.

А пригласила я вас, чтобы поговорить о том, как же лучше подготовить наших детей к школе. Ведь от того, насколько успешным будет начало школьного обучения, зависит успеваемость ученика в последующие годы, его отношение к школе, учению, и, в конечном счете, благополучие в его школьной и взрослой жизни.

“Самопрезентация” - оформление визиток.

Для того, чтобы нам легче было общаться друг с другом, предлагаю вам сделать визитную карточку. Каждому из вас предоставляется удивительная возможность, обычно недоступная в реальной жизни – выбрать себе имя. Ведь часто бывает – кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями, кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, или хочется, чтобы обращались необычно и ласково. У вас есть 10 минут для того, чтобы выбрать для себя игровое имя и оформить визитку следуя принципу:

- **зеленый цвет** означает: “Владею достаточной информацией по вопросу готовности ребенка к школе”;
- **желтый цвет**: “Владею недостаточным объемом информации по вопросу готовности ребенка к школе”;
- **красный цвет**: “Не владею информацией по вопросу готовности ребенка к школе”.

Возьмите на столах все, что вам нужно, оформите свой бейджик и прикрепите к одежде.

“Буква имени” - знакомство.

Сейчас будем знакомиться. Я по кругу буду передавать игрушку, у кого игрушка окажется в руках, отвечает на два вопроса:

- Как зовут + 1-2 качества, присущие вам, но начинающиеся на первую букву имени.

© Педагог-психолог МАДОУ д/с 158 г.Тюмень Батищева Елена Ярославовна

- Почему бейджик оформлен именно так? Попытаться объяснить, почему использовали такой цвет?

Игра “Да – нет”

Сейчас я вам предлагаю поиграть в игру, в которой вам нужно отвечать “Да”, если вы согласны с моим высказыванием и “нет”, если не согласны.

Скажите громко и хором, друзья
Деток своих все вы любите? (да)

С работы пришли, сил совсем нет,
Вам хочется лекции слушать здесь? (нет)

Я вас понимаю...Как быть, господа?
Проблемы деток решать нужно нам? (да)

Дайте мне тогда ответ
Помочь, откажитесь нам? (нет)

Последнее спрошу вас я
Активными все будем? (да)

Игра-ассоциация “Школа”

Подумайте, с каким словом у Вас ассоциируется слово “Школа”? Например, учеба. Следующий участник должен дать свою ассоциацию на слово “школа” и т.д. (Упражнение выполняется по кругу, участники передают мяч друг другу).

После выполнения упражнения анализируются предъявленные ассоциации, и делается вывод: получена многообразная палитра ощущений, связанных с представлениями о школе. Они определяются опытом школьного обучения родителей.

Упражнение “Снежинка”

Сейчас мы с вами выполним интересное упражнение. Главное условие: не смотреть ни на кого и слушать мою инструкцию. Перед вами у каждого на столе лежит лист. Все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее:

1. Сложите лист пополам.
2. Оторвите правый верхний уголок.
3. Опять сложите пополам.
4. Снова оторвите правый верхний уголок.
5. Сложите лист пополам.
6. Оторвите правый верхний уголок.

Продолжите эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я прошу вас найти среди остальных снежинок точно такую же, как у вас. Снежинки должны быть совсем одинаковые.

Нашли? Как вы думаете, почему?

Вывод: одинаковых людей нет, поэтому и снежинки получились разные, хотя инструкция для всех была одинаковая.

Каждый из вас индивидуален. Это мы увидели даже из оформления ваших бейджиков. Вы использовали разные цвета, по-разному украсили свои визитки.

Также и ваши дети: все они разные, различны их способности, возможности и личностные качества. Но каждый из них уникален по-своему. Один из них уже вполне самостоятелен.

Другому – достаточно напомнить и он сам все выполнит. Третьему ребенку следует показать, и он будет действовать, подражая взрослому. А вот с четвертым может быть намного сложнее: взрослому придется вместе с ним выполнять действия, чтобы он понял.

Упражнение “Цветик-семицветик”

Предлагаю вам немного помечтать. Окунитесь в детство, когда вы были детьми. Ведь именно в этом возрасте все легко удастся, нет ваших житейских “взрослых” проблем, зато всегда есть ощущение счастья и родительской любви. А еще вера в сказку, волшебство, чудо. Вспомните девочку Женю из сказки “Цветик-семицветик”. Представьте, что у вас в руках оказался такой волшебный цветок. Подумайте, какими вы хотели бы увидеть своих детей в конце учебного года? Запишите свои желания на разноцветных лепестках цветика-семицветика. (Выполняют задание).

- Кто из вас хочет озвучить свои желания? Кто хочет что-то дополнить?

Наши дети, конечно же, верят в чудеса и волшебство. Но мы с вами уже, к сожалению, твердо усвоили простой, но жизненно важный урок: чтобы наши желания сбывались, нужно хорошо потрудиться нам самим. Поэтому сбываться наши прогнозы будут не по щучьему велению, а только тогда, когда мы все вместе приложим свои усилия и способности, будем каждый день маленькими шажками и конкретными делами приближаться к намеченной цели.

Как же реализовать наши желания? Как подготовить ребенка к школьному обучению?

Психологи в этом вопросе единодушны: готовить к школе нужно в игре.

Выступления детей (чтение стихов)

Играть мы любим очень:
Вы знаете, друзья!
Без игр прожить ребенку
Никак, никак нельзя.
Мы взрослых понимаем –
Сегодня новый век.
Без знаний и учебы
Нет шансов на успех!
Нам тесты предлагают,
И все хотят понять:
Чего нам не хватает,
Ну чем нас развлекать?
А мы хотим всего лишь
Спокойно поиграть
В семью, в солдаты, в шашки,
Вприпрыжку поскакать.
И куклы засиделись,
Все ждут и ждут детей,
А мы же ожидаем хороших новостей –
Что снова поиграем в компании друзей!
Вернитесь в свое детство,
Побудьте с нами в нем,
И лучшими друзьями
Мы взрослых назовем!

Игра – что может быть интереснее и значимее для ребенка? Это и радость, и познание, и творчество. Это то, ради чего ребенок идет в детский сад.

Игра – это ведущий вид деятельности для ребенка дошкольного возраста. Игра – это не только удовольствие и радость, это жизнь ребенка, его существование, это мир, в котором

он живет, через который постигает жизнь, учится строить взаимоотношения с другими людьми.

Недооценивать значение игры в развитии дошкольника нельзя. Ведь учебная деятельность формируется только с семи лет. А значит, для того чтобы научить ребенка чему-то новому, надо учить его в игре.

С помощью игры можно развивать память, внимание, мышление, воображение - психические функции, необходимые для успешного обучения в школе, благополучной адаптации в новом детском коллективе.

Многие учителя начальных классов указывают, что отставание в учебе нередко связано с низким уровнем развития памяти, неумением поддерживать внимание, осуществлять самоконтроль. Поэтому необходимо научить ребенка играм, вырабатывающим у него способность следовать правилу, управлять своим вниманием, памятью, мышлением.

И сегодня я предлагаю вам поиграть в те игры, которые так необходимы вашим детям, чтобы подготовиться к школе.

Игра “Действуй по инструкции”

Пожалуйста, послушайте, что вам нужно будет сделать, а потом выполняйте. Инструкция: встаньте, потянитесь, повернитесь сначала направо, потом налево, посмотрите в окно, хлопните в ладоши, сядьте и громко скажите “хорошо”!

- Возникли ли у вас какие-то трудности? Почему?

- Как вы считаете, что развивается у детей в этой игре?

В этой игре у ребенка развивается память, умение внимательно выслушивать задание до конца, закрепляется умение ориентироваться в пространстве.

Игра “Загружаем баржу”

Нам нужно загрузить баржу именами, начинающимися на букву “А”.

Можно предметами, относящимися к одному классу (обувь, одежда, инструменты, цветы и т.д.)

Игра “Необитаемый остров”

“Давайте представим с вами, что мы будто бы плыли по морям и океанам на корабле. И вдруг однажды посреди моря нас застал самый настоящий шторм!

На наш корабль налетел сильный-сильный ветер, волны захлестнули нашу палубу, молния ударила в наши мачты, и корабль стал тонуть... Но мы с вами все успели спастись. Мы запрыгнули в маленькую лодочку, которую волны вынесли на необитаемый остров. Так мы оказались на этом безлюдном клочке земли. Все наши вещи утонули, и остался лишь этот маленький мешочек, который нам удалось схватить с тонущего корабля. Как же нам теперь выжить на этом острове, дожидаться помощи? Может быть, для этого нам пригодятся те предметы, что нам удалось спасти в мешочке. Давайте посмотрим и подумаем, как они могут нам помочь”.

Затем взрослый достает из мешочка по одному предмету и предлагает подумать и сказать, как этот предмет поможет им выжить на острове, позвать на помощь, для чего он может быть полезен, что и как из него можно сделать. Принимаются любые, даже самые несуразные варианты.

Предметы, лежащие в волшебном мешочке:

Газета, спички, дискета, колпачок от дезодоранта, ножик канцелярский, пластмассовая ложка, пакет целлофановый, стеклянный пузырек из-под духов, бутылка пластмассовая из-под шампуня, неисправный фотоаппарат.

- Возникли ли у вас какие-то трудности? Почему?
- Как вы считаете, что развивается у детей в этой игре?

Эта игра способствует развитию у детей воображения, мышления, восприятия и внимания. Кроме того, играя в “Необитаемый остров”, дети имеют возможность научиться быстро думать, высказывать самые смелые и невероятные гипотезы и предложения, творчески подходить к решению проблем.

Пытаясь осмыслить игровую ситуацию, дети вспоминают опыт, полученный во время просмотра кинофильмов и мультфильмов, чтения книг. Размышляя о каждом предмете, дети учатся внимательно его изучать, анализировать все его свойства (форма, материал, явное или неявное предназначение, размер) и находить ему применение. Это развивает их целенаправленное и дифференцированное восприятие, аналитическое мышление и воображение.

Игра “Колпак мой треугольный”

Сейчас мы поиграем в следующую игру. Каждое слово поочередно мы будем заменять различными движениями.

Колпак мой треугольный,
Треугольный мой колпак,
А если не треугольный,
То это не мой колпак.

А теперь вместо слова “колпак” мы показываем рукой на голову, а само слово не произносим. Затем на слово “мой” касаемся рукой груди, а само слово не произносим. На слово “треугольный” вы должны показать три пальца, вытянуть руку вперед, а затем перевести ее на пояс.

Рефлексия “Все у меня в руках”

А теперь давайте подведем итоги нашей сегодняшней встречи.

Сейчас на листе бумаги нарисуйте свою руку и впишите внутри контура свои ответы на вопросы.

- Больше всего мне понравилось...
- В дальнейшем я буду использовать...
- Здесь я сегодня узнал(а) нового...
- Я и раньше знала то, что сегодня услышала о ...
- Неожиданным для меня сегодня было...

Не забывайте, что детство – это удивительное время в жизни каждого человека – не заканчивается с поступлением в школу. Уделяйте достаточно времени для игр, проводите больше времени вместе. Ведь именно сейчас ваши внимание, любовь, забота нужны ребенку больше всего.

Берегите друг друга,
Добротой согревайте!
Берегите друг друга,
Обижать не давайте!
Берегите друг друга,
Суету позабудьте.
И в минутку досуга
Рядом вместе побудьте!

Желаю успехов вам и вашим детям!

Работа с педагогами**Семинары, тренинги, направленные на развитие осознанности, развитие рефлексивных навыков.****Тренинг****«Развитие рефлексивных способностей педагогов».****Цель тренинга:**

Способствовать осмыслению педагогами значимости развития рефлексивных навыков.

Задачи тренинга:

1. Раскрыть понятие рефлексия.
2. Способствовать осмыслению педагогами особенностей своего восприятия себя и своей профессиональной деятельности.
3. Способствовать осмыслению педагогами своих личных интересов, ценностей.

Приветствие участников.

- Здравствуйте! Рада приветствовать вас на тренинге «развитие рефлексивных способностей педагога» Профессия педагога требует непрерывного самообразования, личностного и профессионального роста. Чтобы у человека появлялись новые способности, возможности, он должен хорошо осознавать, чем владеет сейчас, и что хочет получить в будущем. Появлению новых возможностей способствует способность к рефлексии. Что это такое и как развивать рефлексивные способности мы сегодня и будем обсуждать. Прежде чем мы перейдём к нашей теме, предлагаю вам выполнить полезную психологическую зарядку.

«Психологическая зарядка»**Цель:**

Упражнение направлено на овладение приемами релаксации и концентрации, способствующими повышению энергетического потенциала.

1. Стоя, свести лопатки, улыбнуться и подмигивая левым, потом правым глазом повторить: "Очень я собой горжусь, я на многое гожусь".
2. Положив на лоб левую ладонь, затем правую повторять: "Я решаю любые задачи, со мною всегда любовь и удача".
3. Потирая ладонь о ладонь повторить: "Я принимаю удачу, с каждым днем становлюсь богаче".
4. Встав на цыпочки, руки над головой сомкнуть в кольцо, повторить: "Я согрета солнечным лучиком, я достойна самого лучшего".
5. Руки в стороны, кулаки сжать, делая вращения руками: "На пути у меня нет преграды, все получиться так, как надо".
6. Руки на поясе, делая наклоны вправо - влево, повторить: "Покой и улыбку всегда берегу, и мне все помогут, и я помогу".
7. Руки на поясе наклоны вперед-назад, повторять: "Ситуация любая мне подвластна, мир прекрасен - и я прекрасна".

8. Подпрыгивая на правой, затем на левой ноге, повторить: "Я бодра и энергична, и дела идут отлично".

9. Сложив руки в замок, делая глубокий вдох: "Вселенная мне улыбается, и все у меня получается".

- В начале нашей встречи мы говорили о возможностях, способностях. Мы учимся на своём опыте и на опыте друг друга. Сейчас бросая друг другу мяч, подумайте и назовите, каким качествам вы могли бы поучиться друг у друга.

«Я учусь у тебя»

Цель: развитие навыков осознанности профессиональной деятельности.

Участники бросают друг другу в произвольном порядке мячик со словами: «Я учусь у тебя...» (называется профессиональное или личное качество данного человека, которое действительно обладает ценностью, привлекательностью для говорящего). Задача принявшего мяч, прежде всего, подтвердить высказанную мысль: «Да, у меня можно научиться...» или «Да, я могу научить...». Затем он бросает мячик другому участнику.

- Легко ли было называть качества другого человека? Были ли высказывания участников, которые заставили вас задуматься, удивили, обратили внимание на то, на что вы не обращали внимание раньше?

Лучше всего усваивается тот материал, который мы непосредственно пропускаем через все каналы восприятия, обоняние, ощущение, осознание цвета, формы, эмоциональный отклик.

«Яблоко»

Цель: исследование особенности самовосприятия, осознание участниками своей индивидуальности через использование метафорического образа.

Для проведения этого упражнения необходимы яблоки (примерно одного размера и цвета) по количеству участников. Психолог выкладывает яблоки в центр круга и просит каждого взять себе одно. Некоторое время участники внимательно рассматривают своё яблоко, изучают его структуру, стараются запомнить цвет, форму. Затем яблоки складываются обратно в мешочек, перемешиваются и снова выкладываются в центр круга. Задача каждого участника – найти своё яблоко.

Как правило, «свое» яблоко узнаётся с первого взгляда. После того, как все яблоки нашли своих владельцев, психолог приступает к обсуждению. Интересно узнать, кто как запоминал своё яблоко, какой стратегией пользовался, чтобы потом его найти (запоминал его особенности, или просто ждал, пока все разберут свои орехи, а в конце останется нужный). На первый взгляд кажется, что все яблоки очень похожи, но если потратить время, чтобы присмотреться повнимательней, то можно заметить, что они очень разные и почти невозможно перепутать своё яблоко с другими. Так и люди: все очень разные, запоминающиеся, у каждого свои индивидуальные черточки, «неровности», своя красота и привлекательность. Нужно ее только почувствовать и понять. Иногда, в силу различных причин, человек перестаёт помнить, чувствовать свою индивидуальность, и начинает говорить и думать о себе по принципу «Я как все».

- Хочу поделиться с вами притчей, которая называется «серебряный клубочек».

Притча «серебряный клубочек»

В одном городе жил был очень бедный юноша. Он много и тяжело трудился, но не смотря на все усилия был стеснён в средствах. Каждый день идя на работу он горько вздыхал и мечтал о будущем, о том времени, когда все трудности будут позади. Однажды он встретил мудрого старца, которому посетовал на свою нелёгкую долю. Старец внимательно его выслушал и сжалившись над ним, решил сделать ему необычный подарок.

— Вот, возьми, этот серебряный клубочек ниток. Но будь с ним очень осторожен и мудр в обращении. Этот клубочек не простой. Он умеет переносить через время трудности. Стоит тебе только отмотать от него небольшой отрезок как трудное время окажется уже позади. Но смотри, не пользуйся им слишком часто!

Юноша был несказанно рад. Придя в свою лавку, где он работал подмастерьем, он решил сразу воспользоваться клубочком и загадать перенестись в том время, когда он уже не будет учеником, а будет мастером и будет вести своё дело. Сказано, сделано. Открыл юноша глаза и увидел себя в зеркале взрослым молодым мужчиной, у него была уже своя лавка. Хорошо пошли дела у юноши, который стал уже взрослым, не было больше такого тяжёлого изнуряющего труда и нужды. Единственное, что немного беспокоило его, он совсем не помнил те годы как стал взрослым. Но, не беда, - думал, он- зато теперь стало легче. Прошло время, надумал он жениться. Вскоре у него появились дети, он построил большой дом. Жизнь шла своим чередом. Но однажды случилось несчастье, в соседнем доме начался пожар и перекинулся на его дом. Сгорело всё, дом, вся одежда и утварь. Юноша и его семья остались на улице. И снова начались дни лишений и испытаний. Тогда юноша вновь решил воспользоваться волшебным клубочком, и отмотать немного времени, чтобы хоть чуточку отдохнуть от забот. И снова открывает глаза - он уже зрелый мужчина, дети почти взрослые. Новый дом, всё по-другому. Трудности позади. Но как прошли эти года он не мог вспомнить.

После этого к серебряному клубочку обращался юноша несколько раз, то старший сын попал в большие долги и всем было тяжело, то жена болела, и казалось, время испытаний тянулось бесконечно. Однажды открыл он глаза и себя узнать не может. Стоит перед ним в зеркале старый дед. Вокруг бегают дети, но уже не его дети, а внуки. Горька заплакал тогда юноша, так незаметно и прошла его жизнь, а вспомнить нечего....

- Как вы думаете, чему учит эта притча? Чего самого главного не хватало юноше? Принёс ли на само деле подарок старца ему счастье?

Юноше не хватало сознательности, что трудности временны и даже во время испытаний жизнь ценна. Другими словами, юноша из притчи не обладал рефлексивными способностями.

Слово рефлексия происходит от латинского *reflexio* – обращение назад.

Словарь иностранных слов определяет рефлексию как размышление о своем внутреннем состоянии, самопознание. Толковый словарь русского языка трактует рефлексию как самоанализ. В современной педагогике под рефлексией понимают самоанализ деятельности и её результатов. Рефлексия – это способность отслеживать собственные мысли, чувства, понимать истинную причину тех или иных поступков, способность к анализу.

Отрефлексировать что-то — это значит это "пережить", "пропустить через свой внутренний мир", "оценить".

Без самопознания, адекватного признания собственных сильных сторон и недостатков невозможно двигаться вперёд. Особенно это актуально в профессии педагога. Воспитать личность, способную свободно высказывать и отстаивать свою позицию, ставить цели и достигать их, преодолевая трудности и осмысливая ошибки, способен человек, который сам обладает этими качествами. Когда я на семинарах задаю вопросы: «что вам это дало? Чему научила ситуация?» и т.д. Часто в ответ слышны вздохи. Некоторые педагоги избегают «неудобных» вопросов. Однако умение провести рефлексию своей деятельности снижает риск профессионального выгорания.

Формы рефлексии.

Рефлексия рассматривается в трех основных формах в зависимости от функций, которые она выполняет во времени: ситуативная, ретроспективная и перспективная рефлексия.

Ситуативная рефлексия выступает в виде «мотивировок» и «самооценок» и обеспечивает непосредственную включенность субъекта в ситуацию, осмысление ее элементов, анализ происходящего в данный момент, т.е. осуществляется рефлексия "здесь и теперь". Рассматривается способность субъекта соотносить с предметной ситуацией собственные действия, координировать, контролировать элементы деятельности в соответствии с меняющимися условиями.

Ретроспективная рефлексия служит для анализа и оценки уже выполненной деятельности, событий, имевших место в прошлом. Рефлексивная работа направлена на более полное осознание, понимание и структурирование полученного в прошлом опыта, затрагиваются предпосылки, мотивы, условия, этапы и результаты деятельности или ее отдельные этапы. Эта форма может служить для выявления возможных ошибок, искать причины собственных неудач и успехов.

Перспективная рефлексия включает в себя размышление о предстоящей деятельности, представление о ходе деятельности, планирование, выбор наиболее эффективных способов, конструируемых на будущее.

Функции рефлексии.

На Ваш взгляд, какие функции у рефлексии? (беседа с педагогами). В педагогическом процесс рефлексия выполняет следующие функции:

- проектировочная (проектирование и моделирование деятельности участников педагогического процесса);
- организаторская (организация наиболее эффективных способов взаимодействия в совместной деятельности);
- коммуникативная (как условие продуктивного общения участников педагогического процесса);
- смысловая (формирование осмысленности деятельности и взаимодействия);
- мотивационная (определение направленности совместной деятельности участников педагогического процесса на результат);
- коррекционная (побуждение к изменению во взаимодействии и деятельности).

Давайте попробуем расшифровать это слово написав на каждую букву характеристику присущую этому понятию. (Например, р- размышления, разумность; е – естественность, ф- философствовать, л – любознательность, е – ежесекундно, к – конструктивно, с – серьезно, и – искренне, я – «я – люблю себя»

Рефлексия – это способность отслеживать собственные мысли, чувства, понимать истинную причину тех или иных поступков, способность к анализу. Без самопознания, адекватного признания собственных сильных сторон и недостатков невозможно двигаться вперед. Особенно это актуально в профессии педагога. Воспитать личность, способную свободно высказывать и отстаивать свою позицию, ставить цели и достигать их, преодолевая трудности и осмысливая ошибки, способен человек, который сам обладает этими качествами. Когда я на семинарах задаю вопросы: «что вам это дало? Чему научила ситуация?» и т.д. Часто в ответ слышны вздохи. Некоторые педагоги избегают «неудобных» вопросов. Однако умение провести рефлексию своей деятельности снижает риск профессионального выгорания.

Давайте попробуем расшифровать это слово написав на каждую букву характеристику присущую этому понятию. (Например, р- размышления, разумность; е – естественность, ф- философствовать, л – любознательность, е – ежесекундно, к – конструктивно, с – серьезно, и – искренне, я – «я – люблю себя».

«Три цвета личности»

Цель: развитие способности оценивать свои личностные черты.

Каждый участник получает три небольших листочка разного цвета. Психолог объясняет значение каждого цвета: зеленый – «как все», синий – «как некоторые», желтый – «как никто больше». Каждому участнику предлагается на листочках соответствующего цвета сделать запись про себя, про собственные свойства и черты. При этом на листочке «как все» должно быть записано качество, реально присущее данному человеку и объединяющее его (на его взгляд) со всеми другими участниками группы. На листочке «как некоторые» - качество, свойство характера или особенность поведения, стиля жизни, роднящее его с некоторыми, но не со всеми участниками. На листочке «как никто больше» указываются уникальные черты данного человека, которые или вообще не свойственны остальным, или выражены у него значительно сильнее.

После завершения работы участники обращаются к листочку, на котором записаны черты «как все». Их задача – в свободном режиме пообщаться со всеми членами группы, выяснить, действительно ли они обладают такой же особенностью. Затем организуется обсуждение. Таким же способом психолог просит обсудить содержание листочков «как некоторые». Каждый должен убедиться в том, что в группе есть люди, обладающие подобными особенностями, с одной стороны, и что эти свойства присущи не всем – с другой. С листочками «как никто больше» работа организуется непосредственно в кругу: каждый участник озвучивает качество, которое он считает своим, неповторимым в данной группе. Группа либо соглашается с ним, либо помогает найти другое, действительно уникальное качество.

Упражнение позволяет участникам увидеть себя как некое «единство непохожих», помогает каждому обрести поддержку и в то же время подчеркнуть свою индивидуальность.

Упражнение «палитра моего настроения»

Цель: исследовать особенности своего самовосприятия.

Участники на больших круглых белых подносах с помощью цветного песка и разноцветных камней (стеклярус) выкладывают своё настроение. Когда индивидуальная работа готова. Все работы совмещаются в одну общую.

Обсуждение работ:

- 1.Расскажите, что у вас получилось?
- 2.Какие чувства наполняли вас в процессе создания работы?
3. Какие чувства работа вызывает сейчас?
- 4.Как изменилось восприятие картины твоего настроения, когда она стала лежать со всеми? Как изменились ваши чувства?
- 5.Есть ли в общей картине настроений, какие-то части, которые хотелось переделать, усовершенствовать?
- 6.На что стала похожа общая картина?
- 7.Какая картина вам ближе?
- 8.Как вы думаете будет лучше выглядеть ваша картина, находясь вместе со всеми или если будет лежать одна?
- 9.Какой опыт вы получили сегодня, создавая свою личную работу и создавая общую картину?

Упражнение «дерево осознанности»

Цель: подведение итогов встречи.

1. Как вы думаете почему для этого упражнения был выбран образ дерева?

2. Что даёт нам развитие рефлексивных навыков? Участники отвечают на вопрос приклеивая к «дереву рефлексии» листья.

Варианты ответов участников:

Начинаем лучше осознавать свои возможности, оценивать себя, свою профессиональную деятельность, возможность профессионального, личностного роста, возможности личностных изменений, профилактика эмоционального выгорания, гармония с собой, мотивация к профессиональным и личностным достижениям.

Тренинг

Коррекция эмоционального отношения педагогов к детям

Цель: коррекция эмоционального отношения педагогов к детям.

Задачи:

- оптимизация способов общения
- развитие умения без оценочного принятия партнёра по общению
- развитие эмоциональной открытости общения
- освоение механизмов эмпатии, рефлексии.

Упражнение «Я рад тебя видеть...»

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Каждый из участников обращается к своему соседу со словами: «Я рад тебя видеть, потому что...». Продолжить это высказывание нужно не внешними описаниями человека, а личностными качествами участников.

Рефлексия:

1. Легко ли вам было выполнять упражнение?
2. Какие чувства вы испытывали, когда к вам обращался ваш сосед?
3. Что вы испытывали, когда вам нужно было обратиться к другому человеку со словами «Я рад тебя видеть...»?
4. Легко ли вам было определить, почему вы рады видеть своего соседа?
5. Часто ли вам в жизни приходится говорить людям комплименты?

В становлении личности ребенка важная роль принадлежит педагогу. Ошибки воспитателя детского сада, учителя школы, тренера детского кружка – могут приводить к тяжелым последствиям для развивающейся личности. Требования к личным и профессиональным качествам педагога высоки. При этом, особое внимание обращается на то, как строит свое общение взрослый с подопечным ребенком, умеет ли понять его эмоциональное состояние, откликнуться эмоционально на его переживания, встать на его позицию, вызвать доверие к себе. Данный тренинг нацелен на повышение качества общения педагогов с детьми.

Упражнение «Солнце способностей»

Цель: осознание собственных способностей.

Задача участников создать солнце своих способностей. Каждому раздаются лучики. Участники пишут на них свои способности, умения, которые им помогают в работе с детьми. Затем каждый приклеивает свой лучик к общему солнцу.

Вопросы для обсуждения

— Кто испытывал неловкость, затруднения?

— Кому показалось, что кто-то хвастается?

— Узнали ли вы что-то новое о людях?

- Большой «багаж» способностей мы с вами собрали. Пусть это солнце греет нас всё занятие и помогает в работе. После того, как вы приняли себя со всеми своими недостатками, а тем более способностями можно двигаться дальше.

Притча о путешественнике

У ворот города сидел старик. К нему подошел путешественник. Было видно, что юноша пришел издалека.

— Я никогда не бывал в этих местах. Скажи, дедушка, какие люди живут в этом городе? — спросил юноша у старика. — А какие люди жили в городе, который ты покинул? — спросил у него старик.

— Это были злые и эгоистичные люди, и я без сожаления расстался с ними.

— Здесь ты, юноша, встретишь таких же.

Некоторое время спустя другой путешественник задал старому человеку тот же вопрос:

— Скажи, добрый человек, что за люди живут в этом городе? Я только что приехал и не знаю местных обычаев.

Старик вновь ответил вопросом на вопрос:

— А что за люди жили в городе, откуда ты пришел?

— Это были замечательные люди, добрые и гостеприимные. Многие стали моими друзьями, и мне было нелегко оставлять их.

— Здесь ты найдешь таких же.

Купец, который привез в город свои товары, слышал оба разговора и в недоумении обратился к старику:

— Как же так? Ты двум людям на один и тот же вопрос дал совершенно разные ответы...

— У каждого в сердце свой мир. Если кто-то не нашел ничего хорошего там, откуда пришел, он и здесь его не найдет. А у кого были друзья, он и здесь без добрых людей не останется.

Ведь мы видим в окружающих нас людях только то, что имеем внутри себя.

Для совершенствования своего стиля общения необходимо развитие способности к безусловному принятию другого. Безусловное принятие — это означает принятие ребёнка, его родителей, коллег такими, какими они есть. Безусловное принятие - означает признание за ним права на собственные интересы и потребности.

На развитие способности к безусловному принятию другого оказывают влияние такие особенности характера как:

- Способность к самопринятию
- Развитый уровень рефлексии
- Толерантность, терпение в общении
- Доброжелательность и открытость общению, развитию и изменениям в себе

Упражнение «Преобразование оценочных суждений в более эффективные».

Преобразуйте оценочные суждения в более конструктивные «Я- сообщения».

Психолог раздает педагогические ситуации.

По двойкам идет обсуждение. Педагоги по кругу высказывают свои решения.

Ответы.

Ситуации.

Ситуация 1. Я не люблю, когда дети приходят в неухоженном, неопрятном виде. Мне неприятно и неловко делать на эту тему замечания родителям и детям.

Ситуация 2. Мне трудно проводить занятие, когда несколько детей не включаются в работу, а начинают мешать.

Ситуация 3. Я начинаю сердиться, когда дети много капризничают.

Ошибки:

- иногда, начав «Я- сообщение» взрослый заканчивает фразу «ты- сообщением»: «Мне не нравится, что ты такая неряха». Избежать ошибки можно, если использовать безличные предложения: «Мне не нравится, когда за стол садятся с грязными руками» или «Меня раздражает, когда дети хнычут».

Упражнения «Я- сообщения».

Психолог раздает каждому бланк.

Используя «Я- сообщения», важно называть именно то чувство, которое вы испытываете и именно такой интенсивности. И это не так просто. Мы привыкли думать о словах, которые надо сказать ребенку, а не о наших чувствах, которые порой загоняем внутрь.

В этом задании вам нужно побольше послушать себя. Сначала, не думайте, что ответить ребенку, а попытайтесь дать себе отчет в том, чтобы вы пережили в каждом случае. Заполните в начале только столбец 2.

А теперь, имея в виду свое чувство запишите в столбце 3 ваше «Я- сообщение» (10 – 15 минут).

«Техника активного слушания».

В ситуации возникновения эмоциональных проблем у ребенка эффективным является использование педагогом техники активного слушания. Это дает возможность ребенку получить эмоциональную поддержку взрослого. Активно слушать ребенка, значит «возвращать» ему в беседе то - что он вам передал, при этом обозначив его чувства.

Техники активного слушания включает вербальные и невербальные компоненты.

Невербальные: (повесить лист на доску для всех)

- ☐ Позиция лицом к лицу (нельзя в это время чем-то заниматься, например, помогать одеваться другому ребенку или стоять, отвернувшись спиной или в пол оборота);
- ☐ Контакт глаз с ребенком;
- ☐ Теплая улыбка, полуулыбка, доброжелательная мимика лица;
- ☐ Дистанция в пространстве между ребенком и взрослым 50-70 см (если ребенок маленький, взять его на руки или на колени, притянуть его к себе);
- ☐ Умение держать паузу (после каждой реплики лучше всего помолчать):

- ☐ Не следует «забывать» ребенка своими соображениями.

Вербальные:

- ☐ повторение «слова в слово» высказывания ребенка (выражение эмпатии);
- ☐ более глубоко и полно описать чувства и переживания ребенка по сравнению с исходным высказыванием самого ребенка;
- ☐ фразы взрослого должны звучать в утвердительной, а не в вопросительной форме.

Для реализации «активного слушания» взрослому необходимо иметь следующие установки:

- ☐ хотеть услышать ребенка. Поэтому применять активное слушание можно только тогда, когда у педагога достаточно времени, чтобы выслушать ребенка, не прерывая его на полуслове;
 - ☐ желать быть полезным ребенку в решении его проблемы, а не использовать АС в манипулятивных целях;
 - ☐ быть готовым принять чувства ребенка такими, какие они есть, не оценивая их и не осуждая, даже если они вступают в противоречие с вашими установками и моральными ценностями.
- Признать
- право ребенка на его чувства;
 - ☐ искренне доверять ребенку и верить в возможность развития личности, в его способность справиться со стоящими перед ним проблемами;
 - ☐ воспринимать ребенка как самостоятельную, не зависимую от вас личность со своей личной жизнью и правом выбора.

Упражнение «Ситуации».

Раздать бланки. Прочтите ситуации и в первой колонке напишите ваш ответ ребенку, используя первый прием вербального АС (повторение «слова в слово» высказывания ребенка (выражение эмпатии)).

Во второй колонке опишите прием более глубокого и полного описать чувства и переживания ребенка по сравнению с его исходным высказыванием.

	ситуации	Выражение эмпатии	Описание чувств
1	Сегодня, когда я играла на улице, Саша меня толкнул и я упала	Саша толкнул тебя, и ты упала	Тебя было очень обидно

2	Ребенку сделали укол. Он плачет: «Доктор плохой!»	Тебе сделали укол и тебе больно	Тебе больно, и ты рассердился на доктора
3	Ребенок роняет чашку. Она разбилась. «Ой, чашка разбилась...»	Ты уронила чашку, и она разбилась	Ты испугалась и чашечку очень жалко
4	«Анна Ивановна, я первая справилась с аппликацией!»	Ты самая первая справилась с аппликацией	Здорово! Я вижу ты очень рада.
5	«Я не хочу пить молоко!»	Тебе не хочется пить молоко	Тебе оно очень не нравится
6	«У меня на музыкальном занятии не получилось танцевать так как показала Инна Петровна»	У тебя не получилось правильно танцевать	Ты очень огорчилась и хочешь, чтобы я тебя пожалела
7	«Я на занятии ничего не понял и сказал неправильно, и все дети смеялись»	Ты не понял задание и ответил неправильно	Тебе было очень неловко и обидно

Упражнение «Рука».

Все должны молча глазами найти себе пару. 30 сек.

Ведущий произносит: «Рука». Все должны мгновенно показать на человека, который составляет с ним пару. При нестыковке упражнение повторяется.

Разделиться на пары.

Упражнение «Жизненные силы»

- В заключении я предлагаю, с помощью психологических карт разработанных Т.Д. Зенкевич- Евстигнеевой задать себе вопрос «Какая жизненная сила необходима мне для работы с детьми с вызывающими у вас сложные, смешанные чувства?» Возьмите одну карту и прочитайте рекомендацию.

Рефлексия

- Что важного для себя вы сегодня узнали? Какие выводы по работе вы можете сделать сегодня?

- За, что вы сегодня готовы похвалить себя? Другого педагога?

Тренинг с педагогами «Искусство взаимопонимания»

Цель: способствовать развитию у педагогов коммуникативных способностей.

Задачи:

- развивать групповую сплоченность и эмпатию;
- отработать навыки взаимодействия в группе;
- создать доброжелательную атмосферу и сплочённость в группе;
- развитие рефлексивных качеств педагогов.

Ход тренинга

- Здравствуйте уважаемые коллеги, я рада вас приветствовать на нашем тренинге под названием «Искусство взаимопонимания».

Умение общаться с окружающими – это жизненно важное и необходимое умение для каждого человека, это ключ к созданию семейного счастья и успешной карьеры. И особенно это важно для профессии педагога. Сейчас в эпоху цифрового поколения, как нельзя больше ценится настоящее, эмоциональное общение. Никакие технологии не заменят ребёнку того, что может дать живой контакт со сверстниками и взрослыми. Мы как педагоги на протяжении большей части дошкольного периода находимся в непосредственном контакте с ребёнком, и на нас возложена большая ответственная задача – учить ребёнка понимать свои чувства, грамотно отражать его чувства и учить взаимодействовать с другими детьми.

Чтобы наше занятие было более продуктивным, мы с вами выработаем правила работы в группе, и постараемся их соблюдать до конца тренинга. У вас есть предложение?

Правила:

1. Один говорит, остальные слушают
2. принцип искренности
3. принцип активности
4. принцип здесь и сейчас.

Упражнение «Для приветствия»

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу.

Во время этой психологической разминки группа должна настроиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать свое доброе отношение друг к другу. Ведущему следует обратить внимание на способы установления контактов и в завершение упражнения разобрать типичные ошибки, допущенные участниками, а также продемонстрировать наиболее продуктивные способы приветствий.

Основная часть

Упражнение «Рисунок настроения за минуту»

Цель: развитие творческой спонтанности и умения самовыражать свои чувства и эмоции.

В течении одной минуты с помощью линий, цвета, форм изобразите своё настроение. Старайтесь избегать конкретных образов и не думать слишком долго, доверитесь интуитивным, спонтанным движениям.

По истечению минуты, участники обмениваются рисунками и пробуют определить настроение друг друга по рисункам.

Упражнение «Диалог на листе бумаги».

Инструкция для участников: Сядьте напротив друг друга. Возьмите каждый по мелку разного цвета. За время рисования нужно обсудить с партнером все, что угодно, все, что вам хочется,

приходит на ум. Запрещается разговаривать, пользоваться жестами, меняться местами или мелками, писать друг другу письма, использовать цифровые изображения.

- Запрещается разговаривать (и вербально и жестами, меняться местами, меняться мелками, писать друг другу письма, использовать цифровые изображения). Участники пребывают в диалоге только посредством рисунков, образов.

- Упражнение лимитировано по времени (максимально - 15 минут, минимально - 7 минут). По истечении времени ведущий говорит «Стоп».

После того, как участники закончили рисовать, можно дать участникам время (около 3 минут) обменяться впечатлениями.

Вопросы для обсуждения:

- Посмотрите на рисунок, на котором разворачивается какое-то общение, что можно сказать об этом общении? Какое название дали бы рисунку?
- На какую тему Вы общались?
- Каким цветом (например: красный и зеленый)?
- Как ведет себя Красный? Какую стратегию использует? Что при этом Вы чувствуете, ощущаете?
- Как чувствует при этом себя Зеленый?
- Как ведет себя Зеленый? Какую стратегию использует.
- Что при этом чувствует Красный?
- Как вам кажется, им удастся слышать друг друга?
- Что хотелось сделать? Как себя вести?
- Позволяли себе делать то, что хотелось?
- Как вам кажется, вы были услышаны, поняты? Что при этом чувствуете?
- Удалось ли вам в процессе общения осознать свои стратегии?
- Попытались ли вы попробовать какую-то новую для себя стратегию, способ взаимодействия?

После того как проговорили оба автора рисунка, ведущий предлагает им подумать и ответить на следующие вопросы:

- Если бы вы снова разговаривали с помощью рисунка, что сделали бы иначе?
- Что это вам дает? Что меняет?

Затем снова предлагаем участникам пары вступить в диалог посредством рисования. Смотрим что изменилось. Обсуждаем поведенческие паттерны и стратегии, исходя из рисунка и самого процесса рисования.

Упражнение "Узнать через прикосновение"

Участники сидят по кругу. В центре круга стоит пустой стул.

Педагог-психолог: Один из вас сейчас войдет в центр круга, сядет на стул, положит руки на колени ладонями вверх и закроет глаза. Мы все в произвольном порядке будем подходить к нему, и класть свои руки ему на ладони. Сидящий на стуле должен понять, чьи это руки и сказать кто это.

Каждый раз я буду говорить «да», если подошедший будет назван правильно, и «нет» в случае ошибки. Напоминаю, что подходить мы будем в произвольном порядке, и может оказаться так, что кто-то подойдет несколько раз, а кто-то - ни разу.

Упражнение «Однажды в автобусе»

Цель: способствует повышению групповой динамики.

Тренер делит участников на две группы и просит стать в два круга, лицом друг к другу, образуя внешний и наружный круги.

Внутренний круг – это «билетики», а наружный – «пассажиры». Каждый пассажир имеет только «свой» билетик, стоящий напротив него. В центре двух кругов стоит «заяц» - безбилетник.

По команде «поехали» круги начинают вращаться в противоположные стороны. По команде «Контролер» пассажиры начинают искать свои билетики, а «заяц» имеет право поймать любой «билетик». Пассажир, оставшийся без билета, становится «зайцем».

Упражнение «Передай настроение»

Цель: развитие невербального способа общения, умения распознавать и передавать эмоциональное состояние окружающим.

Участники стоят в шеренге друг за другом. Ведущий шепчет на ухо последнему в шеренге название эмоции, этот участник должен передать эту эмоцию только с помощью жестов касаясь лишь спины соседа, и так по цепочке пока не дойдёт очередь до первого из шеренги. Первый в шеренге должен назвать эмоцию, которую ему передавали.

После того как эмоции отгадали. Участники делятся впечатлениями, легко ли было через касание передать информацию другому человеку. Насколько в обычной жизни мы используем язык жестов и прикосновений. Насколько это важно в общении с детьми.

Коллективная работа в круге создание общей мандалы на тему общение, взаимопонимание

Цель: развитие групповой сплочённости, осознанию своего места и роли в коллективе, умению обозначать свои границы, отстаивать точку зрения.

Участники все вместе с помощью различных круп, стекляруса, шпажек (если захотят обозначить территорию своей работы), создают рисунок в круге на тему «взаимопонимание». По окончании работы участники могут дать своей работе более полное, расширенное название.

Рефлексия по упражнению:

- Насколько было комфортно работать вместе? Хотелось ли обозначить, выделить «свою территорию» в общей работе? Какое настроение преобладало во время работы? Какие возникали мысли, ассоциации? Название работы. Кто предложил? Все ли были с этим названием согласны? Какое настроение передаёт ваша общая работа?

Притча «Камин».

Жил-был на свете Камин. Надежный, ладный, ответственный, а еще очень щедрый. Огромная потребность отдавать была у этого Камина. Про такого, как он, говорят: «Последнюю рубаху, не задумываясь, отдаст». Здорово, что потребность Камина совпадала с его предназначением отдавать свое тепло, согревать других. Люди в суровую морозную зиму или сырую, слякотную осень были очень рады погреться у Камина. Они были очень ему благодарны и на все лады расхваливали его.

Ах, какой хороший, какой замечательный наш Камин!

Какой он щедрый! Какой бескорыстный! Все отдает и никогда ничего не просит.

Что бы мы без него делали!

Очень такие речи Камину нравились, приятно было, когда хвалят, он даже глаза закрывал от удовольствия. И возомнил наш Камин о себе, что он такой важный, такой нужный, просто применимый. И решил он не ходить в этом году в отпуск, не отдыхать. Решил: буду топиться и день и ночь. Пусть меня еще больше хвалят. И вот пыхтит наш Камин круглосуточно, старается, себя не щадит, все греет и греет, даже не заметил, что на дворе уже лето. Жаркое лето, знойное, за окном больше тридцати градусов. А Камин все трудится, все греет. Люди взмолились:

- Уймись, отдохни, — просили по-хорошему. Но Камин не унимался. И люди стали ругать его.

- Ну что за глупый! Слов не понимает. Никого не слушает. У нас уже мозги от жары плавятся, а он все не уймется.

Обиделся Камин и в отпуск ушел.

- Странные существа эти люди, то хвалят, души не чают, то ненавидят - и, в сущности, заодно и то же дело, - думал он.

- О чём она? Каким, жизненным урокам учит нас эта притча? Как эта притча отзывается именно вам?

Рефлексия

Что сегодня было важного для вас? За, что готовы похвалить себя? Отметить высказывания, работу другого педагога на тренинге? С каким настроением вы уходите?

Ритуал прощания

Психолог подводит итог занятию: «Каждый из нас сегодня сделал шаг к самоизменению и самопознанию. Давайте поднимемся, возьмёмся за руки, закроем глаза, почувствуем тепло, пошлем, друг другу импульс добра и радости и мысленно произносят добрые пожелания кому-либо из группы или группе в целом. Помните: «Счастье – это когда тебя понимают»

Завершение работы

Тренинг «Марафон эффективного педагогического общения»

Цель: расширение представлений участников о коммуникативных средствах в рамках общения педагогов друг с другом.

Задачи:

- рассмотреть функции общения
- рассмотреть, проанализировать факторы, препятствующие эффективной коммуникации педагогов друг с другом
- рассмотреть способы повышения его эффективности в педагогическом коллективе
- способствовать эффективной коммуникации педагогов друг с другом посредством получения практического опыта (тренинговые упражнения, техники)
- сплочение педагогов

Приветствие участников

Бросая мячик одному из участников, продолжите фразу: **«я рад тебя видеть, потому что...»** старайтесь не повторяться.

Сбор ожиданий

Напоминание правил тренинга

Разминка

Сегодня я предлагаю провести нашу встречу в необычном формате – форме марафона. Мы все вместе будем преодолевать определённую дистанцию, не забывая при этом останавливаться, восстанавливать силы и думать над стратегией чтобы достичь победы. Победа в нашем случае – эффективное общение в педагогическом коллективе.

Движемся в ритме нашего марафона и переходим на к месту начала нашего движения ориентируясь на указатели – красные стрелки.

Упражнение «Взаимодействие» (перемещаемся в спорт зал)

За одну минуту все участники в круге не разжимая рук, должны каждый перешагнуть через овальной формы большую корсажную ленту. При этом нужно стараться чтобы лента не упала на пол и руки не должны разжиматься ни в коем случае. Если руки разжимаются упражнение начинается заново.

- Насколько легко было выполнять упражнение? Если возникли трудности, то какие? Какие параллели с нашим педагогическим взаимодействием мы можем провести?

Какой **1 секрет эффективного педагогического общения мы вывели?** Записываем его каждый в своих блокнотах.

(1. Умение договариваться, поддержка)

Движемся дальше в ритме нашего марафона и переходим на следующую дистанцию.

Перемещаемся обратно в музыкальный зал

Упражнение «гора самоцветов»

- Какие ассоциации у вас возникают со словом Общение?

У меня при слове общение возникают 2 ассоциации.

1. круговорота – как в природе существует круговорот воды, так и в мире отношений, то, что мы сеем, то так или иначе получаем. Пусть не всегда от одного и того же человека.

2. Драгоценных камней, самоцветов. Любимая моя цитата немецкого писателя Эриха Марии Ремарка «что может дать один человек другому кроме капли тепла, и что может быть больше этого», как раз об этом моменты искреннего общения – бесценны! И сейчас я предлагаю Вам вспомнить эти моменты общения друг с другом и поделиться.

Возьмите один или несколько камней которые Вам понравятся и передайте их одному или нескольким участникам со словами: «Мне было приятно, или Я благодарен тебе за...» Вспомните драгоценные моменты общения, помощи, каких-то открытий, за что Вы могли бы сказать друг другу Спасибо.

- Какой 2 секрет эффективного общения мы вывели? Запишите его в своих блокнотах.

(2 Умение признавать, принимать ценность друг друга. Умение быть благодарными друг другу.)

Двигаемся дальше по синим указателям. Продолжаем нашу дистанцию.

Упражнение «СЛОВАРЬ ЖЕРТВЫ» (перемещаемся в кабинет логопеда)

Многие люди привычно попадают в позицию Жертвы только потому, что привыкли к распространенным фразам и оборотам, запускающим жертвенный стиль мышления и переживания. Язык во многом формирует наше мировосприятие, и очистив язык, мы помогаем и нашему мышлению. Какие же фразы, слова и обороты запускают состояние и позицию Жертвы?

Надо сказать, что подобных слов и оборотов – многие сотни, мы приведем лишь некоторые, для примера.

Из-за ... я не могу ничего поделать! Я не могу работать в такой обстановке! Это ужасно. Кошмар! Мне всегда не везет. Почему такое случается только со мной? Все равно ничего не получится. Это сильнее меня. Ну я же не умею! Не могу, у меня такой характер. Как она могла так поступить?! Нет, вы посмотрите! Он/она лезет без очереди! Людей не переделаешь! С этим нужно смириться... Мною всю жизнь пользуются. Я ей ничего не сделала, а она... Мне все это надоело. Мне это никогда не нравилось. Что бы я ни сделала, ему все плохо... Она во всем виновата. У меня никогда нет для себя свободной минутки. Наверное, я плохая мать... Меня никто не понимает...

Для человека, который чего-то хочет на самом деле, все преграды преодолимы и несущественны. Кто хочет, ищет возможности, кто не хочет - оправдания.

Согласитесь, если человек очень хочет в туалет, смешно слышать фразы типа: "Я описался, потому что "не было времени сходить в туалет", "я был слишком уставший", "потерял надежду. Я не верил, что смогу добежать..."...

Все это - словарь Жертвы, ссылающейся на ужасные и трудные внешние обстоятельства.

Как с этим работать?

- Выпишите на лист А4 несколько характерных для себя несколько фраз и оборотов из словаря «жертвы» и повесьте похожих на те, что приведены в пример выше.

Дома как напоминание себе, повешайте их на видном месте. Если вы будете видеть их часто, вам скоро станет трудно употреблять их всерьез...

Вместо фраз и оборотов Жертвы сейчас продумайте более конструктивные для вас формулировки. Кроме того, полезно найти себе помощника: контролера, кто будет следить за вашими словами и вашими действиями. Это может быть ваш друг, коллега-

напарница или кто-то кому вы доверяете.

Теперь у вас появляется игра: если ваш помощник ловит вас на оборотах из словаря Жертвы, он хлопает в ладоши: «Жертва!», а вы должны сделать хлопок в ответ: «Спасибо!» - и сделать три приседания.

Возможно, ваш партнер тоже захочет приседать вместе с вами - и для поддержки, и потому что это просто полезно для здоровья.

Словарь Дурика: "А почему я?", "А откуда я знал?", "Мне не сказали, что так можно", "Мне не разрешили", "Просто так получилось", "У меня не получается", "У меня такой характер!".

Словарь Беспомощного: "Здесь я бессилён", "Обстоятельства сильнее нас", "Люди не меняются", "Меня так воспитали", "Меня уже поздно переделывать", "Меня никто не слушает", "Все бесполезно», «все, что я делаю - это пустота", "Все это чушь", "Все зря", "Это все равно никому не нужно", "Я ничтожество», «Я ни на что не способен", "Люди идиоты", "Что я вообще могу?», «Я ничего из себя не представляю", "Все тят-ляп», «Руки не из того места растут", "Я никому не нужен", "Я глупый», «Я неудачник".

Словарь Мученика: "За что мне все это?", "Жизнь несправедлива", "Меня все раздражает", "Меня никто не понимает", "Мне все надоело", "Мне всегда не везет", "Мне даже собой некогда заняться", "Мне приходится все делать самой!", "Мне так не хочется все это делать!",

Словарь Скандалиста: "Какого черта!", "Это ужасно! Кошмар! Безобразие!", "Как же меня это достало!", "Если бы не эти выскочки, у меня бы все получилось", "Мне даже никто не поможет!", "Если бы ты любил меня, ты бы так не сделал", "Какие все вокруг наглые!", "Они должны вести себя приличнее!", "Так нечестно!", "Ты все время давишь на меня, и мне приходится делать так как ты хочешь", "Ты должен извиниться передо мной", "Я всю жизнь работала, что бы прокормить тебя, и никакой благодарности!".

В противостоянии позиции жертвы или беспомощности работают только позиция решимости. Проговорите эти фразы: **«Только Я в ответе за свою жизнь! Только Я в ответе за своё настроение, поведение, решения».** Продолжите фразы:

Я решил ...
Я выбираю ...
Я счастлив ...
Я испытываю нужные мне чувства....
Я могу выбирать свою реакцию на....
Я могу подготовиться...
Я могу держать себя в руках
От моих усилий многое зависит
Я сделаю....

Какой **3** секрет эффективного общения мы вывели?

(3. Каждый старается брать личную ответственность за своё поведение, настроение, поступки, свой личный результат, личную эффективность.)

Движемся дальше по жёлтым стрелкам

Перемещаемся в коридор на 3 этаже.

Упражнение «Рука помощи»

Бывают в нашей жизни ситуации, когда вместо 2 хочется иметь все 4 руки, дел накапливается много и нам очень нужна, бывает помощь. Но бывает и так несмотря на наше желание помощи на практике возникают разные сложности с её принятием. А всем хочется лёгкого и приятного общения, – которое можно сравнить с красивым, приносящим радость воздушным шаром.

Сейчас я предлагаю Вам разделиться на пары в зависимости от цвета дорожной карты, которую вы получили. Жёлтые встают с жёлтыми в пару и т.д.

Ваша задача пройти дистанцию в паре с воздушным шаром удерживая его в воздухе, не давая упасть на протяжении всего пути. Каждая из Вас может ударить по шару один раз – передавая другой возможность ударить по нему. Таким образом, удары чередуются и у каждой работает только одна рука.

4 секрет эффективного общения. Уметь ценить помощь другого и просить о ней, когда в этом есть необходимость.

Перемещаемся в кабинет психолога.

Упражнение «Запрещаю другим – Разрешаю себе».

- Как вы думаете, какая позиция в общении способствует его эффективности?
- Почему происходит смещение позиции?
- Как Вы чувствуете себя в ситуации смещения позиции в общении?

На наши отношения с окружающими влияют наши установки. Иногда они осознаваемые и когда мы понимаем, что они деструктивны, то можем от них избавиться, но часто есть вещи, которые как говорят «делаются на автомате, по привычке, сложившемуся стереотипу поведения».

Сейчас я предлагаю вам поработать над своими установками на общение.

1. Запрещаю другим	2. Разрешаю себе
3. Запрещаю другим	4. Запрещаю себе

5. Разрешаю себе	6. Разрешаю другим

Золотое правило нравственности, оно же одна из библейских заповедей гласит: «относись к другим так, как ты бы хотел, чтобы относились к тебе».

5 секрет эффективного общения (Цени каждого человека рядом с собой, обращайся с каждым так, как тебе бы хотелось, чтобы обращались с тобой).

Барьеры эффективного общения

Перемещаемся в музыкальный зал

Мы говорили сейчас об эффективном общении. Давайте обсудим основные барьеры, препятствующие ему.

Каждый участник называет один какой-то барьер и пробует построить его из кубиков чтобы определить его высоту. После озвучивания этого барьера участники проговаривают способы его преодоления и все вместе, взявшись за руки перепрыгивают его.

Перемещаемся в кабинет изостудии

Упражнение «Я – могу...»

- Какие ассоциации у Вас возникают со словом коллектив?

Дружный коллектив часто сравнивают с крепким, красивым домом. Когда строиться дом очень важны действия и качество работы каждого строителя. Если хотя бы один допустить оплошность в работе весь дом рискует рухнуть. Как эту метафору можно перенести на наши отношения в коллективе?

Сейчас я предлагаю Вам построить прочный дом при этом, когда Вы будете класть кирпичики – проговаривайте какой личный вклад каждая сможете внести для того, чтобы он простоял долго и в нем было тепло, уютно, комфортно?

Какой 6 секрет эффективного общения вы вывели? (Для того, чтобы жить в дружном коллективе каждый ответственен за его поддержание)

Рефлексия

Записываем все секреты общения на общий лист, дополняем их своими.

Участники по кругу отвечают на вопросы:

- Насколько Я была включена в происходящее на тренинге сегодня? По 10 бальной шкале как бы я оценила сама свою эффективность, активность?

Какие выводы, открытия Я сделала на тренинге?

С каким настроением Я уйду?

Пожелание каждому участнику тренинга от педагогов.

Презентация психологической игры «тайный друг» - объяснение правил.

Мини тренинг "Развитие креативности педагогов"

Цель: развитие креативности, творческого мышления воспитателей.

Уважаемые коллеги! Мы не раз встречались с вами и говорили о синдроме эмоционального выгорания. Этот спутник профессиональной деятельности воспитателя может проявляться по-разному, однако в той или иной степени присутствует в каждом из нас. (Можно подтвердить это данными диагностики.)

К решению проблемы профессионального выгорания подходят разными способами. Кто-то осваивает дыхательные упражнения, другие навыки саморегуляции ... А я хочу напомнить вам о том, что творчество, гибкость, нестандартность мышления также являются одним из способов преодоления СЭВ.

Сегодняшняя встреча будет полностью посвящена вам. Возможно, вы не сможете применить предложенные игры и упражнения в повседневной работе, однако с их помощью, надеюсь, вспомните или ещё раз убедитесь в том, что все мы – люди позитивные, спонтанные, креативные, умеющие решать нестандартные задачи и творчески подходить к любым ситуациям.

Итак, начинаем...

Игра "Апельсин". Участники группы сидят по кругу. У ведущего в руках мяч.

Цель: упражнение направлено на развитие беглости мышления, скорости извлечения информации из памяти, а также способности осознанно переходить в новые содержательные области.

Инструкция: "Давайте, вообразим, что это (ведущий показывает мяч) – апельсин. Сейчас мы будем бросать его друг другу, говоря при этом, какой апельсин мы бросаем. Будем внимательны: постараемся не повторять уже названные качества, свойства апельсина и сделаем так, чтобы мы все принимали участие в работе".

Ведущий начинает работу, называя любую характеристику воображаемого апельсина, например, "сладкий". В процессе выполнения упражнения тренер побуждает участников к более динамичной работе, формулируя свои высказывания позитивно, например, "Давайте работать быстрее".

Также психолог обращает внимание группы на те моменты, когда происходит переход в другую содержательную плоскость. Например, звучали такие характеристики как "желтый", "оранжевый", а следующий участник говорит: "Кубинский". В этом случае тренер может сказать: "Появилась новая область – страна – производитель".

Упражнение "Одно из двух".

Цель: развить спонтанность, творческое, ассоциативное мышление.

Психолог задаёт вопрос, участники отвечают по кругу (или по желанию - свободно). При этом необходимо аргументировать свой выбор.

Например:

– Чёрное или белое?

– Чёрное, потому что эффектнее...

– День или ночь?

– Ночь, романтичнее...

Круг или зигзаг?

Прямая или поворот?

Кислое или сладкое?

Пропасть или небо?

Свобода или необходимость?

Простота или сложность?

Ум или чувство?

Теория или практика?

Можно один и тот же вопрос задать нескольким участникам.

Если есть необходимость, обсудите пользу данного упражнения для группы. Не будет лишним, я думаю, поговорить о мышлении "от противного", привести примеры жизненных ситуаций, где может пригодиться подход к решению проблем, задач "от противного".

Упражнение "НГОК" Участники группы сидят по кругу. У них в руках листы бумаги и ручки.

Цель: упражнение направлено на развитие гибкости, беглости и точности мышления.

Инструкция: "Задание, которое я сейчас вам предложу, надо будет выполнять письменно. Напишите в верхней части листа четыре буквы: Н Г О К. По моему сигналу мы начнем работу: надо будет составить как можно больше предложений, причем в каждом из написанных вами предложений первое слово должно начинаться на букву Н, второе – на букву Г, третье – на О, четвертое на К. Например, "Николай Говорит Очень Красиво". Сейчас у вас есть три минуты на выполнение задания. Начали".

Через три минуты психолог предлагает каждому участнику по очереди сказать, сколько у него написано предложений, а затем просит каждого прочитать одно из написанных им предложений, любое, по выбору самого участника. Это может быть то предложение, которое сам участник считает наиболее удачным. При ознакомлении с результатами работы участники обнаруживают для себя не использованные ими стилевые, содержательные и другие возможности для составления предложений, что усиливает их мотивацию и позитивно сказывается на результатах последующей работы.

Психолог предлагает продолжить составление предложений еще в течение трех минут. Когда отведенное время закончится, каждый участник снова сообщает, сколько ему удалось написать предложений и зачитывает одно из них по своему выбору.

Затем тренер продолжает инструкцию: "Теперь каждый напишет рассказ о нашей группе. Количество слов в предложениях, из которых будет состоять этот рассказ, может быть любым, но слова должны начинаться на буквы НГОКНГОКНГОК и т.д. При этом знаки препинания могут ставиться в любом месте. На выполнение этого задания у вас будет

пять минут". (Можно не задавать тематику написания рассказа). Когда работа завершена, каждый участник зачитывает свой рассказ. Содержание рассказов не обсуждается, не комментируется и не оценивается.

Мои наблюдения: упражнение можно сократить, например, не писать рассказ. Важно, чтобы воспитатели получили позитивные эмоции (озвучивания «перлов» некоторых участников), почувствовали безграничные возможности своих творческих способностей, даже ограниченные рамками четырёх букв.

Некоторые из предложений воспитателей: "На государство обрушился кризис", "Низко гнётся ольха, качаясь", "Ночью громко орал ковбой".

Упражнение "Командный узел".

Цель: сформировать гибкость и творческий подход к задаче, навыки группового сотрудничества.

Материалы: длинная верёвка.

Группа выстраивается в шеренгу. Ведущий даёт команде длинную верёвку. Каждому участнику нужно взяться за неё обеими руками. Задание: не отнимая от верёвки рук, завязать её узлом.

Мои наблюдения: если группа справляется с заданием быстро, предложите также, не отнимая рук от верёвки, развязать её.

Заключительное упражнение "Солнце и туча".

Цель: получение обратной связи от участников занятия, подведение итогов встречи.

листочки цветной бумаги (жёлтой и голубой) или стикеры, ручки, клей.

Участникам по очереди предлагается написать впечатления от занятия.

Рефлексия

Материалы, иллюстрирующие реализацию указанной программы в образовательном учреждении.

Фрагмент занятия с детьми «Наше настроение»



Фрагмент занятия с детьми «Семейный очаг»





Фрагмент занятия «эмоция гнева»



Фрагмент занятия «эмоция гнева»





Фрагмент занятия «необычное в обычном»



Фрагмент занятия «путешествие маленькой снежинки»



Фрагмент занятия «доброта похожа на солнце!»



Фрагменты детско-родительских тренингов



Фрагмент тренингового занятия с педагогами «коррекция эмоционального отношения к детям»



Мотивационная таблица поведения

ШАГИ К УСПЕХУ							
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
 отношение к знаниям							
 отношение к труду							
 отношение с взрослым							
 отношение к другим							
							

