

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №12 «Алёнушка» посёлка Псебай муниципального
образования Мостовский район**

Методическая разработка

**«Система педагогической работы по профилактике и
преодолению агрессивного поведения детей старшего
дошкольного возраста».**

Автор: **Симонова Олеся Сергеевна**

Пояснительная записка

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для педагогов и психологов, но и для общества в целом. Нарастающая волна детской преступности и увеличение числа детей, склонных к агрессивным формам поведения, выдвигают на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления. Особенно важным изучение агрессивности является в дошкольном возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда ещё можно предпринять своевременные корригирующие меры.

Актуальность:

В последние годы научный интерес к проблеме детской агрессивности существенно возрос. Однако, несмотря на значительное количество исследований и монографий, посвящённых этой тематике, ключевые вопросы, связанные с природой и истоками агрессивности, остаются открытыми. Поэтому, я обратилась к данной проблеме, считая её актуальной.

В настоящее время вопрос о способах преодоления агрессивности детей в основном возложен на психологов. Недостаточно исследована проблема профилактики и преодоления агрессивного поведения дошкольников в процессе непосредственной работы педагога ДОУ, которому необходимо не только разобраться в истоках данного явления у конкретного ребёнка, но и выстроить, реализовать последовательную систему работы с ним и семьёй. Решение этой задачи возможно при наличии мотивации, знаний и умений педагогов в этой сфере профессиональной деятельности.

Основываясь на теоретических и практических разработках в области эмоционального развития детей (И.В. Дубровиной, А.Д. Кошелевой, Н.Л. Кряжевой и др.), можно выделить следующие методические средства в профилактике и преодолении агрессивного поведения детей дошкольного возраста.

В первую очередь это **игровая терапия** – метод воздействия на детей с использованием игры. Данное понятие включает в себя множество методик, но все они основываются на том, что в игре заложен большой потенциал влияния на личность ребёнка. Формирование в игре новых эмоций связано с тем, что она, по Л.С. Выготскому, «даёт ребёнку новую форму желания к фиктивному «Я», т.е. к роли в игре и её правилам». Можно предположить, что игровая деятельность предоставляет особые возможности для изучения и перестройки эмоциональной сферы детей с агрессивным поведением. Прежде всего, игра является деятельностью привлекательной и близкой дошкольникам, поскольку исходит из непосредственных интересов и потребностей, рождающихся из их контакта с окружающим миром, в который дети включены с самого начала. Как ведущая деятельность, определяющая психическое развитие дошкольника, игра является и адекватным средством для перестройки различных отклонений в эмоциональном развитии.

В работе с детьми можно использовать **произведения детских писателей и поэтов, фольклор** – они являются особой формой осмысления действительности, формирования эмоционального отношения к миру. Сказки, потешки и другие произведения обогащают словарь эмоциональной лексики, развивают образное мировидение, отзывчивость. В некоторых случаях целям коррекции более соответствуют игры – драматизации на темы художественных произведений, сказок.

В работе по коррекции эмоциональной сферы ребёнка – дошкольника, в том числе и агрессивного поведения, используется **психогимнастика** – курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка (как познавательной, так и эмоционально - личностной).

Отдельным методом можно выделить **релаксацию** – физиологическое состояние покоя, полное или частичное расслабление, наступающее в результате произвольных усилий типа аутогенной тренировки и других психологических приёмов.

Следующий метод – **проективное рисование**. Отмечается, что проективное рисование как коррекционный метод особенно эффективен в работе с детьми дошкольного возраста. Так как у агрессивных детей нарушены формы общения, лучше начать корректировать их поведение опосредованно, через рисунок.

Как отмечает Н. Ежкова, в последние годы становится всё больше детей с нарушениями психоэмоционального развития, к которым относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность. На фоне таких нарушений возникают вторичные «отклонения», которые проявляются в негативном поведении, отражающемся в общении с окружающими. Поэтому необходим системный подход в работе по предотвращению появления таких тенденций именно для педагогов ДООУ, которые чаще других специалистов сталкиваются с агрессивными проявлениями детей и имеют возможность своевременно, последовательно и постоянно применять методы, средства по их профилактике и преодолению.

Сознавая всё это, я в первую очередь разработала цикл игр по профилактике и преодолению агрессивного поведения для детей старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет).

Затем составила перспективное планирование, которое отражает краткое содержание игр по профилактике и преодолению агрессивного поведения.

Вывод: организованная таким образом работа способствует снижению проявления агрессивности в поведении детей на основе выстраивания конструктивного отношения к миру в противовес деструктивному.

Я считаю, что игры по профилактике и преодолению агрессивного поведения позволяют решать многие задачи: от снятия эмоционального напряжения, возбуждения и аффективных реакций детей до формирования социально приемлемых, адекватных способов выражения гнева и агрессивности, воспитания доброжелательного отношения к окружающему миру.

Литература:

1. Дубинко Н.А. Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в детском возрасте. // Вопросы психологии. 2000, № 1, - с. 53-57.
2. Калинина Р.Р. Прикоснись к душе ребёнка. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011. – 160с.
3. Коррекционно – развивающие занятия: комплекс мероприятий по развитию воображения. Занятия по снижению детской агрессии. /сост. С.В. Лесина, Г.П. Попова, Т.Л. Снисаренко. Изд. 2-е. – Волгоград: Учитель, 2016.- 164 с.
4. Сазонова Н.П., Новикова Н.В. Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и семье.: Учебно – методическое пособие. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2010. – 128с.
5. Смирнова Е.О., Хузеева Г.Р. Психологические особенности и варианты детской агрессивности. - // Вопросы психологии.- 2002, № 1, - с. 17-26.
6. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 175с.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 1990.
8. Шевченко М. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых / Маргарита Шевченко. – Екатеринбург: У-Фактория; М.: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009.- 128с.

Перспективное планирование игр по профилактике и преодолению агрессивного поведения дошкольников.

Тема	Содержание
Блок 1. «Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций». 1. «Я и моё имя»	Приветствие; игра «Моё имя»; игра «Угадай, кого не стало»; игра «Узнай по голосу»; игра «Мой хороший попугай»; рисование «Я и моё имя»; упражнение «Ласковое имя»; расслабление «Путешествие на голубую звезду»; рефлексия.
2. «Моё имя»	Приветствие; беседа; игра «Связующая нить»; игра «Прогулка»; рисование «Я в трёх зеркалах»; игра «Возьми и передай»; игра «Тух-тиби-дух»; игра «Волшебный кувшин»; расслабление; домашнее задание; рефлексия.
3. «Я люблю»	Приветствие; беседа; игра «Переходы»; игра «Разыщи радость»; игра «За стеклом»; рисование «Я люблю больше всего»; танцевальный этюд «Подари движение»; игра «Я вижу...»; расслабление «Путешествие дыхания»; рефлексия.
4. «Настроение»	Приветствие; этюд «Солнечный зайчик»; рисование «Моё настроение»; игра «Картина»; игра «Ласковые лапки»; упражнение «Тренируем эмоции»; расслабление; рефлексия.
Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия. 5. «На что похоже настроение?»	Приветствие; беседа; игра «На что похоже настроение»; игра «Колечко»; игра «Угадай эмоции»; игра «Встреча эмоций»; игра «Настроение и походка»; игра «Толкалки»; рисование «Лицо Кати»; расслабление «Полёт птицы»; рефлексия.
6. «Наши страхи»	Приветствие; сценка по произведению К. Чуковского «Тараканище»; упражнение «Расскажи свои страхи»; рисование «Нарисуй свой страх»; игра «Рубка дров»; релаксационный комплекс «Музыкальная мозаика»; расслабление; рефлексия.
7. «Наши страхи»	Беседа о страхах; рисование «Я тебя

	больше не боюсь!»; Этюд по сценке из мультфильма «Котёнок по имени Гав»; игра «Головомяч»; этюд «Стойкий оловянный солдатик»; расслабление; рефлексия.
8. «Я больше не боюсь»	Этюд «Смелые ребята»; игра «В тёмной норе»; релаксационный комплекс «На лесной поляне»; игра «Тень»; игра «Слепой и поводырь»; Этюд «Фея сна»; расслабление; рефлексия.
Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки. 9. «Новичок»	Приветствие; игра «Молчок»; этюд «Три характера»; игра «Скучно, скучно так сидеть»; игра «Дракон кусает свой хвост»; игра «Комплименты»; расслабление «Светлые мысли»; рефлексия.
10. «Ласка»	Разминка; игра «Назови и покажи»; этюд «Страшный зверь»; рисование «Страшный зверь»; этюд «Ласка»; игра «Прогулка с компасом»; расслабление «Волшебный сон»; рефлексия.
11. «Общая история»	Сочинение «Общая история»; инсценировка «Общая история»; игра «Колдун»; игра «Иголка и нитка»; этюд «Дружная семья»; расслабление; рефлексия.
12. «Волшебный лес»	Приветствие; этюд «Ёжик»; этюд «Ёжики смеются»; игра «Ёж»; игра «Тропинка»; рисование «Волшебный лес»; упражнение «Танец»; расслабление; рефлексия.
Блок 4. Повышение уровня самостоятельности в решении возникающих проблем. Коррекция зависимости от окружающих. 13. «Сказочная шкатулка»	Приветствие; игра «Сказочная шкатулка»; игра «Волшебное колечко»; игра «Принц и принцесса»; рисование «Волшебные зеркала»; игра «Путаница»; упражнение «Танец чувств»; расслабление «Спаси птенца»; рефлексия.
14. «Доброта»	Этюд «Злодей»; чтение рассказа Э. Шима «Не смей!»; этюд «Впереди всех»; игра «Попугайчики»; проигрывание ситуаций; расслабление; рефлексия.
15. «Радость»	Этюд «Утро»; этюд «Радость»; этюд «Я всё люблю»; этюд «Шарик»; рисование по темам этюдов; расслабление «Гора с плеч»; рефлексия.

16. «Волшебники»	Приветствие; игра «Взаимоотношения»; этюд «Солидарность»; игра «Передай по кругу»; упражнение «Волшебники»; игра «Волшебные шарики»; расслабление; этюд «Цветок»; рефлексия.
Блок 5. Снятие враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения. 17. «Солнце в ладошках»	Приветствие; игра «Встреча сказочных героев»; Игра «Мальчик (девочка) - наоборот»; этюд «Солнце в ладошке»; этюд «Просто так»; игра «Клеевой дождик»; этюд «Идём за синей птицей!»; игра «Солнце»; расслабление «Солнечный зайчик»; рефлексия.
18. «Встреча с другом»	Приветствие; этюд «Встреча с другом»; этюд «Два друга»; рисование «Мои друзья»; этюд «В магазине зеркал»; проигрывание ситуаций (продолжение); расслабление; игра «Окажи внимание другому»; рефлексия.
19. «Помирились»	Этюд «Поссорились и помирились»; упражнение «Мирная считалка»; беседа «Кого мы называем вежливым»; этюд вежливый ребёнок; разыгрывание ситуаций; игра «Розовое слово «привет»»; расслабление «Улыбка»; рефлексия.
20. «Правила дружбы»	Приветствие; игра «Найди друга»; игра «Секрет»; рисование «Новоселье»; упражнение «Правила дружбы»; игра «Доброе животное»; расслабление; рефлексия.
Блок 6. Формирование социально приемлемых способов выражения гнева и агрессивности. 21. «Жужа»	Игра «Глаза в глаза»; игра «По кочкам»; игра «Жужа»; этюд «Король Боровик не в духе»; этюд «Волшебный круг – злая кошка»; игра «Улей»; упражнение «Танец пяти движений»; расслабление «Путешествие в волшебный лес»; рефлексия.
22. «Джаз тела»	Этюд «Хмурый орёл»; игра «Волшебный круг - каратист»; танец «Джаз тела»; рисование «Я в детском саду, мои друзья»; упражнение «Дождик»; игра «Зайчики»; расслабление; рефлексия.
23. «Турнир»	Игра «Турнир»; игра «Прогоняем злость»; игра «Газета»; этюд «Гиена»; игра «Волшебный круг – капризный

	ребёнок»; танец «Весёлая зарядка»; этюд «Чуня просит прощения»; расслабление «Вузель»; рефлексия.
24. «Сражение»	Игра «Тигр на охоте»; игра «Ругаемся овощами»; этюд «Разъяренная медведица»; игра «Хищник»; игра «Клубочек»; расслабление; рефлексия.
Блок 7. Игровой комплекс для агрессивных детей. 25. «Марсиане» (автор М.А. Панфилова).	Прибытие; игра «Яблоко»; упражнение «Минута разговора»; речевая игра «Первые слова»; игра «Пугающая встреча»; этюд «Смешная газировка»; «Добрые приветствия»; рефлексия.

Цикл игр по профилактике и преодолению агрессивного поведения дошкольников.

Блок 1. «Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций».

Игровая образовательная ситуация № 1 «Я и моё имя»

Приветствие

Дети совместно с педагогом разучивают приветствие.

Доброе утро, Дима (улыбнуться и кивнуть головой; по кругу называются имена детей);

Доброе утро, солнце (все поднимают и опускают руки);

Доброе утро, небо (все поднимают и опускают руки);

Доброе утро всем нам (разводят руки в стороны).

Игра «Моё имя». Цель - способствовать идентификации ребёнком себя со своим именем, формировать позитивное отношение ребёнка к своему «Я»;

Ход. Ведущий задаёт вопросы по кругу, дети отвечают на них. – Тебе нравится твоё имя? – Хотел бы ты, чтобы тебя звали по – другому? Как? Педагог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие, и имена у вас маленькие. Когда вы подрастёте и пойдёте в школу, имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например: Дима – Дмитрий, Юля - Юлия».

Игра «Угадай, кого не стало». Цель – развитие внимания, наблюдательности, принятия детьми друг друга.

Ход. Дети становятся по кругу, спиной в круг, одного Ребёнка выводят из комнаты. Дети должны угадать, кто вышел из комнаты, описать его.

Игра «Узнай по голосу». Цель – развивать внимание, умение узнавать друг друга по голосу, создавать положительный эмоциональный фон.

Ход. Дети стоят в кругу, один из детей – в кругу, с закрытыми глазами. Все дети произносят слова: «Аня (имя ребёнка, стоящего в кругу), ты сейчас в лесу. Мы зовём тебя: «АУ!» (произносит кто-то один). Ты глаза не открывай, кто позвал тебя – узнай!»

Игра «Мой хороший попугай»

Цель – способствовать развитию чувства эмпатии, умения работать в группе.

Ход. Дети стоят в кругу. Затем взрослый говорит: «Ребята! К нам в гости прилетел попугай. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прилететь к нам снова?»

Дети предлагают: «Говорить с ним ласково», «Научить его играть» и т.д.

Взрослый бережно передаёт кому-либо из них плюшевого попугая (мишку, зайчика). Ребёнок, получив игрушку, должен прижать её к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласковым именем и передать (или перебросить) попугая другому ребёнку.

Игру лучше проводить в медленном темпе.

Рисование «Я и моё имя»

Эта работа строится таким образом, чтобы от рисования «в одиночку» была возможность взаимодействовать в парах, тройках, потом и всей группой, что способствует развитию общения, умения договориться, организует общую деятельность, саморегуляцию.

Ход. Педагог кратко пересказывает отрывок из книги Э. Успенского «Крокодил Гена и его друзья» до момента «Ну ладно, тебя будут звать Чебурашка!» и проводит беседу по вопросам:

- Бывают ли люди, у которых нет имени?
- Для чего необходимо имя?
- Кто ещё имеет имена?

Педагог говорит: «У всех нас есть имена, давайте произнесём их». Дети произносят свои имена.

Упражнение «Ласковое имя»

Цель – формировать благожелательное отношение друг к другу, совершенствовать лексическую сторону речи детей.

Ход. Педагог просит каждого ребёнка (по кругу) произнести ласковые имена – своё и соседа справа. Дети рисуют своё имя, после чего идёт обсуждение результатов, подведение итогов, затем дети имеют возможность дорисовать то, что им хочется.

Расслабление «Путешествие на голубую звезду»

Цель – способствовать расслаблению мышц, расширению сосудов, развивать умение сознательно контролировать возникающие ощущения покоя, расслабленности.

Ход. Педагог говорит: «Наша родная планета – Земля. Здесь живут люди, звери, птицы, насекомые, растения. Но люди любят мечтать и хотят знать, есть ли у них соседи. Сейчас и мы помечтаем... Лягте удобно, закройте глаза. Представьте себе тёмное ночное небо с яркими звёздами. Где-то там, далеко, тоже есть жизнь. Мы отправляемся в загадочное путешествие к Голубой звезде. Вы – команда межпланетного космического корабля землян. Сейчас корабль поднимется в небо: вдох – выдох (3 раза). Крепко сожмите кулачки со штурвалами, надавите на педали. А теперь отпустите их. Вдох – выдох. Чувствуете, как приятная тяжесть растекается по телу, прижимает нас? Корабль взлетает. Нам становится легко. Важно сейчас правильно дышать – вдох – выдох. Молодцы! Мы почти не чувствуем своё тело – оно лёгкое и невесомое. Мы летим в космосе, на нас смотрят звёзды и приглашают в гости, но наша цель – Голубая звезда... И вот она уже близко, давайте сделаем плавную посадку. Вновь крепко возьмёмся за штурвалы и нажмём на педали, сделаем глубокий вдох – выдох. Хорошо приземлились! Выйдем из корабля... Перед нами океан, где нет воды. Повсюду цветы: белые, жёлтые, красные, с голубыми стебельками, поэтому вся планета кажется голубой. Здесь живут необычные существа с прозрачными

крылышками и огромными голубыми глазами. Это и есть наши соседи – Чистокрылышки. Они рады нам, протягивают свои чистые крылышки и улыбаются. Мы тоже протягиваем им руки и чувствуем, как в наше тело входят тепло и доброта. Пора возвращаться на Землю. Мы возьмём с собой это добро, чистоту, радость и поделимся счастьем со своими близкими и со всеми людьми».

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 2

«Моё имя»

Приветствие – см. ИОС №1.

Беседа.

Цель – раскрытие своего «Я», разгадывание характера с опорой на художественное изображение.

Ход. Дети раскладывают свои автопортреты, выполненные на прошлом занятии. Педагог предлагает сказать что-то хорошее о каждом рисунке. Если дети затрудняются, педагог помогает им.

Игра «Связующая нить»

Цель – формировать чувства близости с другими людьми.

Ход. Дети, сидя в кругу, передают друг другу клубок ниток, сопровождая высказываниями о том, что он чувствует, что может пожелать другим и себе. Когда клубок вернётся к педагогу, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

Игра «Прогулка»

Цель – способствовать двигательной и эмоциональной разгрузке детей.

Ход. Дети действуют в соответствии со словами педагога: «Летний день, дети гуляют, пошёл дождь, дети побежали домой. Прибежали они вовремя – началась гроза. Гроза прошла быстро, перестал идти дождь, дети снова вернулись на улицу, стали бегать по лужам».

Рисование «Я в трёх зеркалах»

Цель – способствовать раскрытию своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Ход. Педагог предлагает каждому из детей нарисовать себя в трёх зеркалах:

- в зелёном – таким, каким он представляет себя;
- в голубом – таким, каким желаешь быть;
- в красном – таким, каким тебя видят друзья.

Игра «Возьми и передай»

Цель – способствовать возникновению взаимопонимания и сплочённости, формировать умение передавать положительное эмоциональное состояние.

Ход. Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, улыбку.

Игра «Тух-тиби-дух»

Цель – снятие негативных настроений и восстановление сил.

Ход. Педагог говорит: «Я скажу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований». Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнёте ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по

комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово.

Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

Игра «Волшебный кувшин»

Цель – развивать способность характеризовать свои чувства.

Ход. Педагог просит представить, что у детей в руках «волшебные кувшины», в которые налита определённая жидкость. По команде дети пробуют тот напиток, который объявлен: кофе, солёный чай и т.п. Дети должны сказать, что чувствуют и испытывают, когда пробуют тот или иной напиток.

Расслабление – см. ИОС № 1.

Домашнее задание

Дети должны расспросить родителей о своём имени, почему их назвали именно так.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 3 **«Я люблю».**

Приветствие.

Беседа

Педагог беседует по теме домашнего задания – об истории имён детей. Педагог говорит: «Для каждого человека его имя – самый приятный звук, который звучит как самая лучшая в мире музыка. Поэтому каждый раз, начиная наше занятие, мы приветствуем друг друга по имени».

Игра «Переходы»

Цель – развивать навыки кооперации, снять психофизическую нагрузку детей.

Ход. Дети встают в круг и смотрят друг на друга, затем по команде строятся по росту, цвету волос, глаз и т.п.

Игра «Разыщи радость»

Цель – формировать оптимальный эмоциональный тонус, открытость внешним впечатлениям, развивать любознательность, нивелировать тревожность.

Ход. Педагог просит детей по очереди назвать все вещи, события, явления, которые приносят им радость. Выслушав ответы детей, педагог предлагает завести книгу со следующими главами:

- качества, которые нравятся в людях;
- дела, которые удаётся делать хорошо;
- любимые вещи;
- любимые книги, фильмы, мультфильмы;
- любимые места;
- приятные сны;
- наши мечты.

Игра «За стеклом»

Цель – тренировать эмоциональную открытость детей.

Ход. Дети разбиваются на пары, пытаются передать друг другу своё настроение, обсудить его, находясь за звуконепрозрачным стеклом.

Рисование «Я люблю больше всего»

Цель – укрепление положительного впечатления от предыдущей игры, перевод в зрительный ряд.

Танцевальный этюд «Подари движение»

Цель – способствовать укреплению эмоциональных контактов, взаимопонимания, доверия.

Ход. Дети встают в круг, звучит музыка, педагог начинает движение, дети повторяют за ним. Затем кивком головы педагог подаёт знак кому-то из детей продолжить движения и передать его другому.

Игра «Я вижу...»

Цель – установить доверительные отношения между взрослым и ребёнком, развивать память, внимание.

Ход. Участники, сидя в кругу, по очереди называют предметы, которые находятся в комнате, начиная каждое высказывание словами: «Я вижу...».

Повторять один и тот же предмет дважды нельзя.

Расслабление «Путешествие дыхания»

Цель – способствовать расслаблению мышц, расширению сосудов, развивать умение сознательно контролировать возникающие ощущения покоя, расслабленности.

Ход. Дети лежат на ковре, не касаясь друг друга. Педагог говорит: «Каждому из вас нужно постараться как можно внимательнее прислушаться к своему дыханию. Понаблюдайте, как вы делаете вдох и выдох, как воздух проходит сквозь тело. Где теперь находится воздух, который вы вдохнули? В животе. Попробуйте, почувствовать, что где-то в глубине находится воздух. Пусть воздух, который вдохнули сейчас, отправится через руку до самых кончиков пальцев правой руки. Теперь воздух путешествует по левой руке. Почувствуйте, как он движется от плеча к кончикам пальцев». (Таким же образом – по ногам и по всему телу.)

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 4

«Настроение»

Приветствие

Этюд «Солнечный зайчик»

Цель – способствовать снятию психоэмоционального напряжения, развивать способности понимать своё состояние и умения его выразить словами.

Ход. Дети сидят в кругу, педагог говорит: «Солнечный зайчик заглянул вам в глаза, закройте их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладьте его ладонями: на лбу, носу, щеках, шее, руках, ногах. Поглаживайте аккуратно, не спугните его. Подружитесь с ним и улыбнитесь ему».

Рисование «Моё настроение»

Цель – формировать осознание ребёнком своего эмоционального состояния, умения его выразить.

Игра «Картина»

Цель – развивать воображение, снять напряжённость, развивать умение описывать свои чувства.

Ход. Один ребёнок берёт чистый лист и, глядя на него, начинает описывать воображаемую картину и то настроение, которое он испытывает. Лист передаётся по кругу.

Игра «Ласковые лапки»

Цель – снять мышечное напряжение рук, помочь снизить агрессивность ребёнка, развить чувственное восприятие, способствовать гармонизации отношений между ребёнком и взрослым.

Ход. Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и др. Всё это выкладывается на стол. Ребёнку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверёк» прикоснулся к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребёнком местами.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Цель – развивать умение чувствовать настроение окружающих и сопереживать им.

Ход. Педагог предлагает детям:

- нахмуриться, как осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться, как злая волшебница; 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.

Расслабление – см. ИОС № 3.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия.

Игровая образовательная ситуация № 5

«На что похоже настроение?»

Приветствие.

Беседа.

Цель – способствовать преодолению негативных переживаний, развивать самостоятельность в принятии решений, уменьшить тревожность.

Ход. Дети по кругу передают способы, помогающие повысить настроение, например, сделать доброе дело, улыбнуться себе в зеркале и т.п.

Игра «На что похоже настроение»

Цель – способствовать эмоциональному осознанию ребёнком своего состояния, развивать симпатии.

Ход. Дети по кругу говорят, на какое время года, погодное явление похоже их настроение. Игру начинает педагог: «Моё настроение похоже на белое облачко».

Игра «Колечко»

Цель – развивать умение чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Ход. Дети садятся в круг, педагог-ведущий прячет в ладонях колечко и передаёт его по кругу, ребёнку предлагается внимательно смотреть на лица детей и угадать, у кого колечко. Угадавший становится ведущим.

Игра «Угадай эмоции»

Цель – упражнять детей в распознавании различных эмоций, учить идентифицировать себя с определённой эмоцией.

Ход. Дети рассматривают карточки с изображениями эмоций, распознают их, выбирают, какая из них нравится.

Игра «Встреча эмоций»

Цель – упражнять в различении эмоциональных состояний.

Ход. На карточках изображаются проявления различных эмоциональных состояний (грусть, радость, злость и т.п.). Ребёнок должен описать «встречу» эмоций (2 карточки расположены рядом друг с другом).

Игра «Настроение и походка»

Цель – способствовать снижению эмоционального напряжения, уменьшению тревожности, снятию мышечных зажимов.

Ход. Педагог показывает движения и просит детей изобразить настроение: «Покапаем как мелкий дождик, как большие тяжёлые капли и т.п.»

Игра «Толкалки»

Цель – научить детей контролировать свои движения.

Ход. Педагог говорит: «Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнёра. По сигналу ведущего начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места,

вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот кто устанет, может сказать: «Стоп!».

Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнёра только левой рукой; толкаться спиной к спине.

Рисование «Лицо Кати»

Цель – закреплять умение детей различать эмоциональные состояния радости, грусти, обиды, страха.

Ход. Педагог говорит: «Ребята, посмотрите, какую куклу мне принесли! Но мне так и не удалось с ней познакомиться. Почему? Верно, ведь у Кати нет лица! Надо придумать ей лицо». Затем проводится беседа по вопросам: «Какими бывают лица? Что они выражают?»

Педагог говорит: «Я буду показывать вам картинки, а вы постарайтесь изобразить такие же чувства. Как вы считаете, какое лицо хотелось бы иметь Кате?» Дети рисуют. Далее идёт подведение итогов, обсуждение результатов.

Расслабление «Полёт птицы»

Цель – способствовать расслаблению мышц, расширению сосудов, развивать умение сознательно контролировать возникающие ощущения покоя, расслабленности.

Ход. Педагог говорит: «Всем нам часто снятся прекрасные сны. В них мы превращаемся в принцев и принцесс или зайчиков, понимаем язык зверей. Давайте сегодня попробуем превратиться в птицу. Мы узнаем секрет доброты, красоты, лёгкости, летаем по небу. Небо – это голубое царство волшебных птиц. Одна из самых красивых птиц – лебедь: белая как снег, с длинной гибкой шеей, золотистым клювом. Поднимите подбородок вверх, выпрямите спинку, расправьте плечи. Вы прекрасны как лебедь! Давайте подышим, как птицы: вдох-выдох. Молодцы! Согните в коленях ноги, напрягите и резко поднимите их. Глубокий вдох-выдох. Можете свободно махать крыльями. Тело лёгкое, как пушинка, вы совсем его не чувствуете. Как радостно и свободно! Под нами блестит озеро. Мы плавно летим, нам совсем не страшно. Спустимся пониже, вот уже и люди видны. Расправим крылья, вытянем шею – прекрасный был полёт! Не беда, если у кого-то не получилось, ведь и лебедь не сразу научился летать. Он когда-то был гадким утёнком. Но важно хотеть быть лебедем, всё прекрасное сбывается, надо только верить в себя!»

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 6 «Наши страхи»

Приветствие.

Сценка по произведению К. Чуковского «Тараканище»

Цель – развивать умение выражать различные эмоциональные состояния, имитировать преувеличенное чувство страха.

Ход. Педагог предлагает детям исполнить сценки, где звери испугались тараканища, используя при этом выразительные движения: задрожать от страха, спрятаться, убежать и т.д. По окончании инсценировки педагог просит объяснить пословицу «У страха глаза велики».

Упражнение «Расскажи свои страхи»

Цель – выявить реальные страхи детей, развивать умение говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формировать социальное доверие.

Ход. Начинает рассказывать о своих страхах педагог: «Когда я была такой же маленькой, как вы, то...» Затем педагог говорит: «А у вас такое бывало? А кто ещё боится чего-то, расскажите!» Дети по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Педагог каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее, и следит, чтобы сюжеты рассказов не повторялись. Следует обсудить все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.

Рисование «Нарисуй свой страх»

Цель – способствовать снятию страхов, осознанию своих страхов.

Ход. Дети рассаживаются за столами и рисуют. Звучит тихая музыка. Затем педагог просит детей по желанию рассказать, какие страхи они изобразили. Педагог предлагает оставить рисунки со страхами в группе на ночь, а дома подумать и на следующем занятии рассказать, появился ли страх опять и как можно с ним справиться.

Игра «Рубка дров»

Цель – помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» её во время игры.

Ход. Педагог говорит: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!»

Для проведения этой игры можно даже разбиться на пары и, попадая в определённый ритм, ударять по одной чурке по очереди.

Релаксационный комплекс «Музыкальная мозаика»

Цель – ауторелаксация, развитие умения двигаться в такт музыкальным фрагментам разных темпов.

Ход. Звучит плавная музыка, под эту музыку движения детей мягкие, текучие, переходящие одно в другое. Под импульсивную – движения резкие, сильные, чёткие, «рубящие». Под лирическую – тонкие, изящные, нежные. Когда звучит спокойная тихая музыка, дети стоят без движения и «слушают» своё тело.

Расслабление – см. ИОС № 5.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 7

«Наши страхи»

Беседа о страхах

Цель – способствовать уменьшению тревожности; развивать уверенность в себе.

Ход. Педагог просит детей ответить на вопросы: «Все ли страхи плохие? Бояться – это плохо или хорошо? А бывает ли страх хорошим? Например, если мама боится за тебя – это плохо? Бывают ли полезные страхи? Как вы думаете, кто больше боится дети или взрослые?»

Далее педагог рассматривает с детьми рисунки, сделанные на прошлом занятии и спрашивает: «Кто какой страх изобразил? Как побороть его? А может, его можно пожалеть, ведь он стал маленьким, если помещается на альбомном листочке?»

Рисование «Я тебя больше не боюсь!»

Цель – помощь в преодолении негативных переживаний.

Ход. После прозвучавших предложений о том, как можно побороть свой страх, педагог предлагает нарисовать картину на эту тему. Он раздаёт детям рисунки с их страхами и чистые листочки бумаги. У каждого ребёнка есть выбор: на чём рисовать свой страх (на старом рисунке или заново – на чистом листе), какой способ избавления от него выбрать (закрасить, нарисовать рыцаря или просто порвать рисунок со страхом и выбросить его)

Этюд по сценке из мультфильма «Котёнок по имени Гав»

Цель – помощь в преодолении негативных переживаний.

Ход. Педагог предлагает «отправиться» в мультфильм «Котёнок по имени Гав». Котёнок в грозу забрался на чердак и сидит там один, дрожа от страха. Всё кругом грохочет, а он не убегает и даже приглашает своего друга – щенка Шарика – побояться вместе. Дети обсуждают поступки персонажей, затем разыгрывают сценку. На роли персонажей мультфильма выбирают детей, имеющих страх грозы и страх одиночества.

Игра «Головомяч»

Цель – развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу.

Ход. Ведущий говорит: «Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг на против друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой партнёра. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате».

Этюд «Стойкий оловянный солдатик»

Цель – помощь в снятии страхов, развитие уверенности.

Ход. Педагог читает сказку Г.-Х. Андерсена «Стойкий оловянный солдатик». Затем дети разыгрывают сценку по сказке, предлагают другой финал сказки и разыгрывают его.

Расслабление - см. ИОС № 5.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 8

«Я больше не боюсь»

Этюд «Смелые ребята»

Цель – способствовать преодолению негативных переживаний, воспитанию уверенности в себе.

Ход. Дети выбирают ведущего, он – страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «Бойтесь меня, бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей «дракон» постепенно «уменьшается» (ребёнок спрыгивает со стула), «превращается» в маленького воробышка. Начинает чирикать, «летать» по комнате.

Игра «В тёмной норе»

Цель – способствовать снятию страха перед темнотой.

Ход. В комнате, где находятся дети, как бы по ошибке выключают на 3-5 минут свет. Педагог предлагает представить, что они попали в нору к кроту. К нему в гости спешит светлячок со своим волшебным фонариком. На роль светлячка выбирается ребёнок, боящийся темноты. «Светлячок» с помощью своего волшебного фонарика (использовать любой заранее приготовленный фонарик) помогает детям дойти до освещённого места.

Релаксационный комплекс «На лесной поляне»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Педагог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем поляну, на которую со всех сторон сбежали и слетелись разные букашки – таракашки, роль которых нужно сыграть детям.

Звучит ритмичная задорная музыка. «Кузнечики» высоко подпрыгивают, сгибают лапки, лягаются, весело скачут по поляне. «Бабочки» порхают с цветка на цветок. «Жучки» жужжат и перелетают с травинки на травинку. «Гусеницы» ползают между стеблей. Непоседливые «муравьишки» снуют туда-сюда.

Игра «Тень»

Цель – развивать наблюдательность, память, внутреннюю свободу и раскованность.

Ход. Звучит спокойная музыка. Дети разбиваются на пары: один ребёнок – «путник», другой – его «тень». «Тень» старается точно скопировать движения «путника», который ходит по помещению, делает разные движения, неожиданно поворачивает, приседает, нагибается «сорвать цветок», подобрать «красивый камушек», кивает головой, скачет на одной ножке и т.п.

Игра «Слепой и поводырь»

Цель – развивать внимание друг к другу, социальное доверие.

Ход. Дети могут оставаться в парах, на которые они разбились в предыдущей игре, или образовать новые. Один – «слепой», другой – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные

препятствия. Препятствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» - провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники меняются ролями. Для повышения интереса можно менять маршрут.

Этюд Фея сна

Цель - способствовать расслаблению мышц, расширению сосудов.

Ход. Дети сидят на стульях, стоящих по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке - это фея сна (мальчик - волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на детей: все спят, улыбается и тихонько уходит.

Расслабление - см. ИОС № 3.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки.

Игровая образовательная ситуация № 9 «Новичок»

Приветствие.

игра «Молчок»

Цель – коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ход. Ведущий читает стихотворение А. Бродского «Новичок».

В детский сад пришёл Молчок –

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел,

С нами песенок не пел.

А потом, глядим, привык:

Словно зайка – скок да прыг.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

Ребёнок, исполняющий роль Молчка, сначала робко сидит на стуле, затем, согласно тексту, преобразуется в смелого: прыгает со стула, а потом поёт какую-нибудь знакомую песенку (см. этюд «Робкий ребёнок»).

Этюд «Три характера»

Цель – дать моральную оценку злости, плаксивости; работа над мимикой и пантомимой.

Ход. Дети слушают три музыкальные пьесы Д. Кабалевского: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка». Вместе с ведущим дают оценку поведения Злюки, Плаксы и Резвухи. Трое детей изображают девочек, все остальные догадываются по их мимике и пантомиме, кто из них кто.

Игра «Скучно, скучно так сидеть»

Цель – развивать раскованность, тренировать самоорганизацию.

Ход. Вдоль противоположных стен комнаты расставлены стулья. Возле одной – по количеству детей, возле другой – на один стул меньше. Дети садятся на стулья вдоль стены. Ведущий читает стихотворение:

Скучно, скучно так сидеть,
Друг на друга всё глядеть.
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?

Как только педагог заканчивает читать стих, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять стулья. Выбывает тот, кто остался без стула. Продолжая игру, педагог убирает один стул и т.п.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цель – способствовать снятию напряжённости, невротических состояний, развитию сплочённости группы.

Ход. Звучит весёлая музыка. Дети становятся в линию, держась за плечи стоящего впереди. Первый ребёнок – «голова» дракона, последний –

«хвост». «Голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Игра «Комплименты»

Цель – помочь ребёнку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Ход. Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза товарищу, ребёнок говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно». Упражнение продолжается по кругу. После упражнения желательно обсудить, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

Расслабление «Светлые мысли» (автор Г.Е. Акимова)

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Лягте рядом с ребёнком, оба закройте глаза. Можете при этом тихонько разговаривать друг с другом. Попробуйте оба представить, что вы лежите в тени дерева в тёплый день. Сделайте глубокий вдох, представьте, что вы вдыхаете тепло и тишину. А затем выдохните наружу печальные и тревожащие мысли. Продолжайте вдыхать счастливые лёгкие мысли и выдыхать неприятные, пока не наполнитесь любовью и счастьем.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 10

«Ласка»

Разминка

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться, наморщить нос и т.д. Желательно, чтобы дети выполняли упражнение перед большим зеркалом.

Игра «Назови и покажи»

Цель – закреплять умение детей определять и передавать эмоциональные состояния, выраженные при помощи мимики.

Ход. Дети сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу, я такой» - и показывает мимикой своё состояние. Остальные дети по очереди изображают названную эмоцию – каждый по – своему. Когда очередь вновь доходит до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает, а остальные угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

Этюд «Страшный зверь»

Цель – коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Семерина «Страна зверей»:

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

Хищный глаз косится,
Шерсть на нём лоснится...
Может, это львица?
Может быть, волчица?
Глупый мальчик крикнул:
- Рысь!
Храбрый мальчик крикнул:
- Брысь!

Дети, получившие соответствующие роли – «кошка», «глупый мальчик», «храбрый мальчик», - действуют согласно тексту. К ним могут присоединяться все дети.

Рисование «Страшный зверь»

Цель – развивать умение передавать эмоциональные состояния через художественный образ.

Когда дети закончили рисовать, ведущий предлагает им выбрать самый удачный рисунок и рассказать, чем он понравился.

Этюд «Ласка»

Цель – развивать умение выражать чувства радости, удовольствия.

Ход. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котёнок». Дети разбиваются на пары: один – «котёнок», другой – его «хозяин», мальчик. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого «котёнка». «Котёнок» прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к «хозяину» тем, что трётся головой о его руки. Все дети «превращаются» в пушистых озорных котят, которые бегают, прыгают, кувыркаются, щурятся на солнышке от удовольствия.

Игра «Прогулка с компасом»

Цель – формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Ход. Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (*он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнёру руки на плечи*) завязывают глаза. Задание: пройти всё игровое поле вперёд и назад. При этом «турист» не может общаться с «компасом» на вербальном уровне (*не может разговаривать с ним*). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий – других туристов с компасами.

После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнёра.

Расслабление «Волшебный сон»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Педагог просит детей закрыть глаза и читает стихотворение М. Чистяковой:

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, *(2 раза)*

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Напряженье улетело...

И расслаблено всё тело, *(2 раза)*

Будто мы лежим на травке,

На зелёной мягкой травке...

Греет солнышко сейчас...

Руки тёплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги тёплые у нас...

Дышится легко, ровно, глубоко...

(Длительная пауза.)

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянулись! Улыбнулись!

(Всем открыть глаза и встать.)

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 11. **«Общая история»**

Сочинение «Общая история»

Цель – помочь детям выразить свою индивидуальность; учить высказывать свои мысли, научить адекватным способам взаимодействия – взаимопонимания, развивать умение спокойно выслушивать собеседника.

Ход. Дети выбирают основную тему сказки. Затем они садятся в круг и по очереди, держа в руках «волшебную палочку», начинают сочинять. Первый ребёнок говорит первое предложение, второй продолжает и т.д. В конце проводится обсуждение: понравилась ли детям эта история, что они чувствовали, говоря по кругу, что они делали, если хотелось поправить другого ребёнка и т.п.

Инсценировка «Общая история»

Цель – способствовать коррекции поведения, снятию эмоционального напряжения, формированию выразительности движений, сплочению детской группы.

Игра «Колдун»

Цель – способствовать овладению неречевыми средствами общения.

Ход. «Колдун» «заколдовывает» одного из детей так, что он «теряет способность говорить». Чтобы избавиться от «колдовства», ребёнок должен объяснить, как это произошло. Дети задают ему вопросы. Отвечая на них, ребёнок старается рассказать историю о том, как его «заколдовали»: с помощью жестов и мимики показывает направление и предметы, их размер и форму, показывает настроение «колдуна» и своё состояние в момент «колдовства». Дети «переводят» его рассказ.

Игра «Иголка и нитка»

Цель – развивать произвольность, коммуникативные и организаторские способности.

Ход. Дети выбирают водящего. Под весёлую музыку он играет роль иголки, остальные дети – роль нитки. «Иголка» бежит по комнате, «петляет», а «нитка» (группа детей друг за другом) – за ней. Роль иголки нужно поручать застенчивым, зажатым, замкнутым детям.

Этюд «Дружная семья»

Цель – активизировать детей, создать положительное настроение.

Ход. Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, кто-то шьёт или вяжет и т. п. Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают.

Дети должны производить руками манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.

Расслабление - см. ИОС № 9.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 12. **«Волшебный лес»**

Приветствие.

Этюд «Ёжик»

Цель – научить передавать эмоциональное состояние героя, развивать способности понимать чувства другого.

Ход. Педагог читает рассказ Г. Цыферова «Ёжик»: «Пошёл тёмной ночью серый ёжик по лесу гулять. Увидел красную клюквинку и наколол её на серую иголочку. Увидел жёлтые листья и тоже наколол. Заметил, наконец, в голубой луже звезду. Тоже хотел наколоть – да ничего не вышло. Подумал ёжик, подумал и накрыл её лопушком: пусть до утра полежит. А утром под лопухом вместо голубой звезды нашёл большое красное солнышко. Вот ёж смеялся! Очень».

Этюд «Ёжики смеются»

Цель – тренировка психомоторных функций.

Ход. Педагог читает стихотворение К. Чуковского «Ёжики смеются»:

У канавки
Две козявки
Продают ежам булавки.
А ежи-то хохотать:
«Эх вы, глупые козявки!
Нам не надобны булавки:
Мы булавками сами утыканы!»

Дети, используя выразительные средства, изображают походку ежей, их позы: наклон головы, прищуренные глаза, трясущийся от смеха живот, улыбку и т.д.

Игра «Ёж»

Цель – реализует потребность детей в агрессии, снимающей у них мышечные зажимы.

Ход. Дети «превращаются» в ежей, которые приготовились встретить опасность, защищаются иголками, сильно-сильно сжимаясь в клубочек. Но когда все неприятности разбегутся, ежи остаются в кругу друзей. Медленно они вытягиваются и греются на солнышке.

Игру повторить 3 раза.

Игра «Тропинка»

Цель – активизировать воображение и сопровождающие его положительные эмоции, развивать оптимистический чувственный фон.

Ход. Все дети выстраиваются в затылок и идут «змейкой» по воображаемой тропинке. По команде педагога они переходят воображаемые препятствия. «Спокойно идём по тропинке. Вокруг кусты, деревья, зелёная травка... Птицы поют... Шелестят листья... Вдруг на тропинке появились лужи... Одна... вторая... третья... Снова спокойно идём по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик с перилами. Переходим по мостику, держась за перила... Спокойно идём по тропинке... Тропинка

пошла через болото. Появились кочки. Прыгаем с кочки на кочку. Раз...два...три...четыре... Перешли болото, снова идём спокойно. Перед нами овраг. Через него перекинута бревно. Переходим овраг по бревну... Осторожно идём!.. Ух! Наконец-то перешли...Идём спокойно! Что это? Тропинка вдруг стала липкой от мокрой раскисшей глины. Ноги так и прилипают к ней... Еле-еле отдираем ноги от земли... А теперь через тропинку упало дерево. Да какое огромное! Ветки во все стороны!.. Перелезаем через упавшее дерево... Вот и пришли! Молодцы!»

Текст необходимо читать спокойно, с соответствующими интонациями.

Рисование «Волшебный лес»

Цель – развивать воображение, умение передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ.

Ход. Педагог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке, и ответить: какое время года было, какая погода стояла в лесу, какое время суток, какое настроение было у каждого во время прогулки по лесу. Можно дать слово каждому ребёнку и затем нарисовать индивидуальные картины, другой вариант – коллективное рисование.

Упражнение «Танец»

Цель – проведение танцевальной психотерапии, тренировка психомоторных функций, формирование самовыражения индивидуальности ребёнка.

Ход. Ведущий предлагает детям потанцевать, причём каждый танцует что хочет. Ребёнок должен выразить в танце какой – либо образ. Лучше, если он придумает образ сам. При затруднении педагог предлагает станцевать «бабочку», «зайчика», «весёлого ёжика», «лошадку», «цветок», «птичку» и т.п. Педагог следит за тем, чтобы дети именно танцевали, то есть выполняли под музыку танцевальные движения в соответствующем темпе и ритме, а не изображали чувства мимикой.

Расслабление - см. ИОС № 10.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 4. Повышение уровня самостоятельности в решении возникающих проблем. Коррекция зависимости от окружающих.

Игровая образовательная ситуация № 13. «Сказочная шкатулка»

Приветствие.

Игра «Сказочная шкатулка»

Цель – формировать положительную «Я»-концепцию, самопринятие, уверенность в себе.

Ход. Педагог сообщает детям, что фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что у вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину. Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеётся и веселится».

Игра «Волшебное колечко»

Цель – способствовать коррекции негативного образа «Я», снятию тревожности, неуверенности в себе.

Ход. Педагог говорит: «Вот колечко из сказочной шкатулки. Оно не простое, а волшебное. Если надеть его на мизинец, станешь маленьким-маленьким – это твоё прошлое. Если надеть его на средний палец, останешься самым собой – это твоё настоящее. Если надеть колечко на указательный палец, станешь большим, сильным и красивым – это твоё будущее. Кто хочет путешествовать во времени?»

Если ребёнок выбирает «прошлое», он садится на корточки или сворачивается клубочком, а остальные ребята гладят его, укачивают, баюкают... Если ребёнок выбирает «настоящее», то ему предлагается оценить то, что с ним происходит, с помощью жеста («В моей жизни всё хорошо» - Большой палец вверх, «В моей жизни не всё хорошо» - большой палец вниз). Если же он выбирает «будущее», то закрывает глаза и фантазирует – что интересного и увлекательного случится в его жизни.

Игра «Принц и принцесса»

Цель – дать почувствовать себя значимым, выявить положительные стороны личности; сплотить детскую группу.

Ход. Дети стоят в кругу. В центр ставится стул – это трон. Выбирают принца (принцессу). «Принц» по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

Рисование «Волшебные зеркала»

Цель – гармонизация и развитие здоровой «Я»-концепции.

Ход. Педагог предлагает нарисовать себя снова в трёх зеркалах, но не в простых, а в «волшебных»: в первом – маленьким и испуганным, во втором – большим и весёлым, в третьем – счастливым.

Когда рисунки готовы, педагог задаёт детям вопросы: «Какой человек симпатичнее? На кого ты больше похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?»

Игра «Путаница»

Цель – поддержание группового единства.

Ход. Выбирается при помощи считалки водящий. Он выходит из комнаты, остальные дети берутся за руки и образуют круг. Не разжимая рук, они начинают запутываться – кто как умеет. Когда образовалась путаница, водящий заходит в комнату и распутывает, также не разжимая рук детей.

Упражнение «Танец чувств»

Цель – использовать выразительные движения в воспитании эмоций и высших чувств.

Ход. В качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства. Под разную музыку по заданию педагога дети танцуют «радость», «страх», «горе», «веселье», «удивление», «каприз», «счастье», «жалость».

Расслабление «Спаси птенца»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Педагог говорит: «Представь, что у тебя в руках маленький беспомощный птенец. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей его медленно, по одному пальчику сложи ладони, спрячь в них птенца, подыши на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложи ладони к своей груди, отдай птенцу доброту своего сердца. А теперь раскрой ладони, и ты увидишь, что птенец радостно взлетел, улыбнись ему, он ещё прилетит к тебе!»

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 14. «Доброта»

Этюд «Злодей»

Цель – формировать моральные представления, воспитывать новые формы поведения.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Еремина «Злодей»:

Выселил Петя
Из норки
Жука,
Кошку с котёнком
Согнал
С чердака,
Новые классики
В скверике
Стёр,
Скучную книжку
Забросил
В костёр.
И услышал
От знакомых людей,
Что из него
Вырастает злодей.
Стыдно и страшно
Стало Петру.
Бросился Петя
Обратно
К костру.
Скучную книжку
Спешит он
Спасти,
Только костёр
Догорает почти...
Грустно склонился
Злодей
Над золой.
Значит, он добрый,
А вовсе не злой?

Педагог предлагает детям обсудить поведение героя: «Почему люди назвали мальчика злодеем? Какие плохие поступки он совершил? Как вы бы поступили?» Далее педагог предлагает разыграть этюд. Если на роль Пети не найдётся желающего, можно разыграть только вторую часть этюда.

Чтение рассказа Э. Шима «Не смей!»

Цель – развивать человеческие качества, прививать новые формы поведения.

Ход. Педагог читает детям рассказ, после прочтения задаёт вопросы: «Почему Фёдор был главным на песочной куче? Как Татьяна победила его? Боялась ли его Татьяна? Почему она защитила паучка?»

Этюд «Впереди всех»

Цель – развивать социальные эмоции, обучать проявлениям сочувствия, сопереживания по отношению к сверстникам.

Ход. Ведущий читает рассказ Я. Тайца «Детский сад пошёл гулять»: «Все стали в пары: Петя – с Толей, Люся – с Галей, Женя – с Вовой, Сёма – с Димой. Много пар. А Маша осталась одна.

- А я с кем пойду?

Толя сказал:

- Возьми Мишку косолапого!

Маша взяла мишку. Вот и пара. Эта пара лучше всех. Она пойдёт впереди всех».

После чтения педагог спрашивает: «Какое качество проявилось у Толи? Хорошо ли он поступил? А что ещё можно было предложить в подобной ситуации?»

Игра «Попугайчики»

Цель – реализовать вербальную активность детей, развивать у них слуховое внимание.

Ход. Ведущий произносит слова или имитирует голоса животных и выбирает глазами «попугайчика». «Попугайчик» повторяет слова и голоса с такой же интонацией, как у ведущего.

Проигрывание ситуаций

Цель – научить детей самостоятельно принимать верные решения.

Ход. Дети делятся на пары. Каждому предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя. После разыгрывания дети меняются ролями с партнёром, то есть разыгрывают роли своего партнёра. Затем ведущий предлагает детям вместе найти выход из ситуации, беседуют о том, каких людей можно назвать добрыми. Желательно, чтобы дети сами предлагали варианты ответов. Для проигрывания можно брать вымышленные ситуации или те, которые происходили с детьми в реальной жизни.

Примеры ситуаций. 1. Ребята из группы играют в интересную игру. А ты опоздал в детский сад, и игра уже началась. Попроси, чтобы ребята и тебя приняли в игру. Что ты будешь делать, если они не захотят принять тебя?

2. Тебе очень хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят. Попроси её.

3. На прогулке ты увидел, что двое ребят сейчас начнут драться. Твои действия?

Расслабление - см. ИОС № 13.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 15. «Радость»

Этюд «Утро»

Цель – создать положительный эмоциональный фон, помочь ощутить прелесть окружающего мира, психомышечная тренировка.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Данько «Утро»:

Дили-дили - дили – дили!
Дили - дили - дили – дили! –
Колокольчики звонили,
Колокольчики будили.
Дили - дили - дили – дили!
Всех зайчат и ежат
Колокольчики будили,
Всех ленивых медвежат,
Всех жуков, пауков,
И воробушек проснулся,
И весёлых мотыльков,
И галчонок встрепенулся...
Динь–день! Динь-день!
Динь–день! Динь-день!
Начинаем новый день!
Не проспите новый день!

Дети под весёлую музыку изображают пробуждение лесных жителей.

Этюд «Радость»

Цель – способствовать воспитанию эмоций и высших чувств.

Ход. Выделяя звонкие слова, ведущий читает стихотворение М. Карема «Радость» (в переводе В. Берестова).

Радость пробежала по дорожке,
Радость распахнула все окошки.
Радуетя клён, что он силён, -
Радугу на ветках держит он.
Рады зайцы, что спугнули волка.
Новым шишкам радуется ёлка.
Разбудите, дети, всех людей!
Радость запрягает лошадей.
Надевайте лучшие одёжки, -
Радость распахнула все окошки!

Этюд «Я всё люблю»

Цель – способствовать воспитанию эмоций и высших чувств.

Ход. Педагог читает стихотворение А. Костецкого:

Я всё люблю, что есть на свете:
Цветы и липу у ворот,
И почтальона дядю Петю,
Весну и лето, Новый год.
Люблю я очень маму с папой,

Люблю печенье с молоком,
Люблю здороваться за лапу
С соседским косолапым псом.
Люблю лететь на карусели
И сны смотреть, когда я сплю,
И так, немножко, еле-еле,
Вот столечко – себя люблю!..

Педагог просит детей определить эмоциональный настрой мальчика в отношении окружающего мира и себя и ответить на вопрос «Чем он обусловлен?»

Этюд «Шарик»

Цель – способствовать развитию взаимоотношений детей, сочувствия, умения прийти на помощь.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Томилиной «Шарик»:

На верёвочке у Вари
Красный шарик с петушком.
Ой, какой красивый шарик!
Все мечтают о таком.
Но поднялся ветер вдруг,
Шарик выхватил из рук!
Улетает красный шарик
Высоко под облака.
Чуть не плачет наша Варя:
Очень жаль ей петушка.
Подошла к подружке Таня,
Стала Варю утешать:
- Шарик твой мы не достанем,
Так давай с моим играть!
Зайчик беленький на нём.
Будем с ним играть вдвоём!

После чтения стихотворения дети отвечают на вопросы: «Какие чувства переживают девочки? Какие добрые качества у них проявляются? Как игрушка влияет на отношения между ними?» Затем дети разыгрывают этюды по ролям.

Рисование по темам этюдов.

Расслабление «Гора с плеч»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Когда ты очень устал, тебе тяжело, хочется лечь, а надо ещё что-то сделать, сбрось «гору с плеч». Встань, широко расставь ноги, подними плечи, отведи их назад и опусти плечи. Сделай это упражнение 5-6 раз, и тебе сразу станет легче.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 16. «Волшебники»

Приветствие.

Игра «Взаимоотношения»

Цель – способствовать формированию доброжелательного отношения к окружающему, развивать чувство эмпатии.

Ход. Игра построена на обсуждении стихотворения Л. Кузы «Дом с колокольчиком»:

Стоит небольшой старинный
Дом над зелёным бугром.
У входа висит колокольчик,
Украшенный серебром.
И если ты ласково, тихо
В него позвонишь, то поверь,
Что в доме проснётся старушка,
Седая-седая старушка,
И сразу откроет дверь.
Старушка приветливо скажет:
- Входи, не стесняйся, дружок.
На стол самовар поставит,
В печи испечёт пирожок.
И будет с тобою вместе
Чаёк распивать дотемна.
И старую добрую сказку
Расскажет тебе она.
Но если, но если, но если
Ты в этот уютный дом
Начнёшь кулаком стучаться,
Поднимешь трезвон и гром,
То выйдет Баба Яга,
И не слышать тебе сказки
И не видать пирога.

После чтения дети обсуждают стихотворение и приходят к выводу, что результат зависит от характера, поведения, намерений. Одного и того же можно добиться разными путями, но эти пути также могут привести к разным результатам. Далее они отвечают на вопрос – почему во второй части стихотворения к ребёнку вышла не добрая старушка, а Баба Яга.

Этюд «Солидарность»

Цель – закреплять умение детей проявлять сочувствие в конкретном действии.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Томилиной «Солидарность»:

За кота и за юлу
Брат опять стоит в углу.
Плачет Леночка всерьёз:
Жалко братика до слёз.

Горько плакала сначала,
Вдруг затихла, замолчала.
Лена плакать
Перестала...
Рядом с братом в угол встала.

Дети отвечают на вопросы: «Какие чувства переживает девочка? Чем они вызваны?», выясняют, что во внимании, заботе нуждается не только младший, но и сверстник. Сочувствие у него проявляется в конкретном действии: если друг упал, надо помочь ему встать, если ему больно – утешить, предложив игрушку. Далее дети разыгрывают этюд в парах.

Игра «Передай по кругу»

Цель – достичь взаимопонимания между детьми, сплочённости.

Ход. Дети встают в круг, на ходу передают (пантомимикой) «горячую картошку», «ледышку», «бабочку», «цветочек», «пушинку» и т.п.

Упражнение «Волшебники»

Цель – развивать чувства на основе воображения.

Ход. Детям дают две одинаковые фигурки «волшебников» (изображения их заранее приготовлены). Задача – дорисовать эти фигурки, «превратив» одну в доброго, а другую в злого волшебника. Для девочек можно заменить «волшебников» на «волшебниц».

Во второй части задания дети должны сами нарисовать доброго и злого волшебников, а также придумать, что совершил плохого злой волшебник и как его победил добрый. Затем устраивается выставка рисунков.

Игра «Волшебные шарики»

Цель – снятие эмоционального напряжения.

Ход. Дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «лодочку». Затем он вкладывает каждому ребёнку в ладошки шарик – и даёт инструкцию: «Возьмите шарик в ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения».

Расслабление – см. ИОС 15.

Этюд «Цветок».

Цель – способствовать приобретению навыков саморасслабления.

Ход. Педагог говорит: «Тёплый луч упал на землю и согрел семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем». Дети по ходу рассказа выполняют соответствующие движения: садятся на корточки, голову и руки опускают; поднимают голову, распрямляют корпус, руки разводят в стороны – цветок расцвёл; голову слегка откидывают назад, медленно поворачиваются за солнцем. Глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 5. Снятие враждебности во взаимоотношениях со сверстниками.

Развитие навыков общения.

Игровая образовательная ситуация № 17.

«Солнце в ладошках»

Приветствие.

Игра «Встреча сказочных героев»

Цель – способствовать коррекции негативных поведенческих реакций, формировать опыт положительных взаимоотношений в процессе игры.

Ход. Педагог подбирает каждому ребёнку сказочный персонаж, который обладает противоположными личностными особенностями. Конфликтному ребёнку даётся роль персонажа, который со всеми дружит, всем помогает (например, Золушка, Мальчик-с-пальчик); ребёнку с низкой самооценкой даётся роль героя, которым все восхищаются (например, Илья Муромец); активному ребёнку с двигательной расторможенностью даётся роль, предусматривающая ограничения активности (например, «стеклянный» человек, часовой на посту). Каждому ребёнку волшебник даёт по пять жизней, которых они лишаются, если изменят поведение своих героев.

Дети садятся в круг и открывают встречу сказочных героев. Тему для разговора они выбирают сами. Они придумывают сказку для своих героев и разыгрывают её. После игры проходит обсуждение по вопросам и заданиями:

- Опишите свои ощущения в новой роли.
- Что мешало сохранять определённый стиль поведения?
- Сможете ли вы в реальной жизни вести себя так, как ваш герой?
- Каковы сильные и слабые стороны каждого героя?

Игра «Мальчик (девочка) - наоборот»

Цель – развивать произвольный контроль за своими действиями, способствовать снятию двигательной расторможенности, негативизма.

Ход. Участники вступают в круг. Ведущий показывает действия, все повторяют за ним. Мальчик – наоборот должен делать не так, как все.

Этюд «Солнце в ладошке»

Цель – снятие эмоционального напряжения, развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений.

Ход. Педагог читает стихотворение С. Эргус «Солнце в ладошке»:

Бежит и торопится к маме Антошка,
Капля дождя у него на ладошке.
От счастья совсем замирает сердечко,
А в капельке – солнце свернулось колечком.
- Мама, смотри! Несу солнца немножко!
Я не шучу! Взаправду! Не понарошку!

Дети по желанию изображают персонажей стихотворения, насыщаясь атмосферой радости и добра.

Этюд «Просто так»

Цель – развитие социального доверия, воспитание новых способов общения, формирование адекватных форм поведения.

Ход. Дети разыгрывают сценки из мультфильма «Просто так», где щенок подарил букет цветов, а вместе с ним и своё хорошее настроение тому, кому было грустно, просто так – ничего не требуя взамен. И его доброе дело пошло по цепочке дальше – от одного героя к другому.

Игра «Клеевой дождик»

Цель – способствовать формированию социального доверия, развивать сплочённость группы.

Ход. Дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они преодолевают различные препятствия:

- подняться и сойти со стула;
- проползти под столами;
- обогнуть «широкое озеро»;
- пробраться через «дремучий лес»;
- спрятаться от «диких животных».

На протяжении всей игры дети стараются избежать отцепления от своего партнёра.

Этюд «Идём за синей птицей!»

Цель – создать благоприятный эмоциональный фон, способствующий успокоению возбуждённых детей и их организации.

Ход. Дети идут по залу, взявшись за руки и произнося многократно под музыку (И. Сац «Шествие») слова:

Мы длинной вереницей
Идём за синей птицей,
Идём за синей птицей,
Идём за синей птицей!

Игра «Солнце»

Цель – активизировать детей, создать положительное настроение.

Ход. Дети сидят за столами. Педагог произносит слово «солнце», и дети медленно встают со своих мест, поднимают руки вверх, разводят их в стороны («лучики») и улыбаются друг другу.

Расслабление «Солнечный зайчик»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке; поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, он забрался за шиворот – достань и погладь его. Он не озорник – он любит тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 18. **«Встреча с другом»**

Приветствие.

Этюд «Встреча с другом»

Цель – закреплять умение детей передавать с помощью выразительных движений внутреннее состояние героев.

Ход. Педагог говорит: «У мальчика был друг. Летом они расстались. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошёл месяц. Однажды идёт мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!»

Дети с помощью объятий и улыбки показывают радость от встречи с другом.

Этюд «Два друга»

Цель – закреплять умение детей сопоставлять различные черты характера; развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить своё.

Ход. Дети слушают в исполнении педагога стихотворение Т. Волиной «Два друга»:

Пришли два юных друга на речку загорать.
Один решил купаться – стал плавать и нырять.
Другой сидит на камушке и смотрит на волну,
И плавать опасается: «А вдруг я утону?»
Пошли два юных друга кататься на коньках.
Один стрелой мчится – румянец на щеках!
Другой стоит растерянный у друга на виду:
«Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?!»
Гроза дружков застала однажды на лугу.
Один пробежку сделал – согрелся на бегу.
Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:
Лежит под одеялами – «Кха-кха!.. Апчхи!»

Рисование «Мои друзья»

Цель – способствовать развитию доброжелательных взаимоотношений детей внутри группы; осознанию себя и черт своего характера.

Ход. Педагог предлагает нарисовать друг друга. Дети могут нарисовать своих друзей – как в виде людей, так и в виде животных, птиц, цветов, деревьев и т.п. После выполнения задания дети обсуждают рисунки и отвечают на вопросы: «Кто здесь нарисован? Почему нарисован именно этот ребёнок? Почему они нарисованы именно в таком виде?»

Этюд «В магазине зеркал»

Цель - развивать наблюдательность.

Ход. В магазине стояло много больших зеркал. Туда вошел человек, на плече у него была обезьянка. Она увидела себя в зеркалах и подумала, что это другие обезьянки, и стала корчить им рожицы. Обезьянки ответили ей тем же. Она погрозила им кулаком, и ей из зеркал погрозили, она топнула

ногой, и все обезьянки топнули ногой. Что ни делала обезьянка, все остальные в точности повторяли ее движения.

Проигрывание ситуаций (продолжение) – см. ИОС № 14.

Цель – формировать адекватные формы поведения.

Ход. Педагог предлагает разыграть следующие ситуации.

1. Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился. Помоги ему успокоиться.
2. Твой друг попросил у тебя твою игрушку, а отдал её сломанной.
3. Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться.

Расслабление – см. ИОС № 17.

Игра «Окажи внимание другому»

Цель – развивать умение детей выражать своё положительное отношение к другим людям, учить оказывать и принимать знаки внимания.

Ход. Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т.п. В ответ ребёнок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я...» (повторяет сказанное ему), а затем подкрепляет ещё одной похвалой в свой адрес: «А ещё я думаю, что я...»

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 19. «Помирились»

Этюд «Поссорились и помирились»

Цель – развивать выразительность движений, воспитывать чувство взаимопонимания.

Ход. Два ребёнка сначала изображают поссорившихся детей. Они стоят спиной друг к другу и притопывают одной ногой; руки на поясе или за спиной. Затем дети изображают помирившихся: поворачиваются лицом друг к другу и, улыбаясь, берутся за руки, весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

Этюд выполняется под музыку Т. Вилькорейской «Помирились».

Упражнение «Мирная считалка»

Цель – формировать у детей чувство взаимопонимания, развивать способность идти на компромисс.

Ход. Педагог разучивает с детьми «Мирную считалку» М. Яснова:

На дороге у развилки,
Повстречались две дразнилки.
Повстречались, подразнились,
Не сдержались – и сцепились!
Прибежали разнималки –
Помешали перепалке.
И к развилке на кобылке
Прискакали две мирилки.
Прекратилась перепалка,
И тогда пришла считалка:
Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо друзей считать!

Беседа «Кого мы называем вежливым»

Цель – закреплять умение детей регулировать своё поведение в коллективе.

Ход. Педагог обсуждает с детьми некоторые человеческие качества, способствующие эффективному общению, после этого они вырабатывают правила того, как развивать в себе эти качества.

1. Вежливость – умение вести себя так, чтобы другим было приятно с тобой.
2. Будь всегда приветлив: здоровайся при встрече, благодари за помощь, уходя – попрощайся.
3. Не заставляй о себе волноваться, уходишь – скажи, куда идёшь и во сколько вернёшься.
4. Не капризничай, не ворчи. Твой каприз может испортить настроение другим.

Этюд вежливый ребёнок

Цель – формировать адекватные формы поведения.

Ход. В группе на стульчиках сидят дети. Звучит музыка Ю. Литовко «Танец с поклонами». Входит ребёнок и вежливо здоровается с каждым сидящим в группе.

Разыгрывание ситуаций

Цель – формировать социально и морально приемлемые формы поведения детей в различных жизненных ситуациях.

Ход. Детям предлагается проиграть следующие ситуации.

1. Твой друг обижен на тебя, извинись перед ним и попробуй помириться.
2. Два мальчика поссорились – помири их.
3. Твой мячик укатился в лужу, дети помогли его достать, поблагодари их за помощь.

Игра «Розовое слово «привет»»

Цель – формировать умение детей эмоционально осознавать своё поведение, предвидеть последствия своих действий.

Ход. Педагог читает отрывок из рассказа Дж. Родари: «Один мальчик растерял все хорошие слова, остались у него только плохие. Тогда мама отвела его к доктору, тот сказал: «Открой рот, высунь язык, посмотри вверх, посмотри на кончик своего носа, надуй щёки». И потом велел мальчику пойти поискать хорошее слово. Сначала мальчик нашёл такое слово (*показывает расстояние сантиметров в двадцать*), это было «у-у-уф!», То есть нехорошее слово». Потом вот такое (*сантиметров в пять-десять*) – «отстань!» Тоже плохое. Наконец он нашёл розовое слово «привет!», положил его в карман, отнёс домой и научился говорить добрые слова, стал вежливым».

Дети получают роли мамы, врача и мальчика и начинают действовать в соответствии с фабулой рассказа.

Расслабление «Улыбка»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

«Дети, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу. Закройте глаза и послушайте меня: другой человек есть радость для тебя... Окружающий мир есть радость для тебя... Теперь откройте глаза и посмотрите на природу. Ты всегда радость для другого... Береги себя и другого береги... Уважай, люби всё, что есть на Земле, - это чудо! И каждый человек – тоже чудо! Спасибо всем за работу, за то, что вы есть! Спасибо!»

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 20.

«Правила дружбы»

Приветствие.

Игра «Найди друга»

Цель – научить детей чувствовать и переживать, развивать коммуникативные навыки.

Ход. Дети делятся на две группы. Детям одной группы завязывают глаза, дают возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Когда друг найден, игроки меняются ролями.

Игра «Секрет»

Цель – развивать социальную активность детей.

Ход. Ведущий кладёт в ладошки всем участникам по «секрету» из красивого сундука (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.д.) и зажимает в кулачок. Участники игры ходят по помещению и находят способы уговорить каждого показать ему свой «секрет». Ведущий следит за процессом обмена «секретами», помогает всем найти общий язык.

Рисование «Новоселье»

Цель – формировать чувство единения с группой.

Ход. Дети рисуют автопортреты и «селят» их в домик, рисунок которого висит на стене.

Упражнение «Правила дружбы»

Цель – формировать умение детей конструктивно выходить из конфликтной ситуации

Ход. Дети обговаривают некоторые приёмы и правила, способствующие тому, чтобы общение ребят протекало без ссор и конфликтов, которые оформляются в «Правила дружбы».

1. Помогай товарищу. Если умеешь что-то делать – научи и его. Если товарищ попал в беду, помоги ему чем можешь.
2. Делись с товарищем. Играй так, чтобы самое лучшее хотелось отдать другу.
3. Останови товарища, если он делает что-то плохое.
4. Избегай ссор, споров по пустякам; играй дружно, будь скромн, если у тебя получилось лучше, чем у других; умей порадоваться успехам товарища.
5. Умей спокойно принять помощь, советы и замечания от других ребят.

Игра «Доброе животное»

Цель – способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других.

Ход. Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперёд, на выдох – шаг назад. А теперь, на вдох делаем 2 шага вперёд, на выдох 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперёд. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же чётко и ровно бьётся его

большое и доброе сердце. Стук – шаг вперёд, стук – шаг назад и т.д. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе».

Расслабление – см. ИОС № 19.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 6. Формирование социально приемлемых способов выражения гнева и агрессивности.

Игровая образовательная ситуация № 21.

«Жужа»

Игра «Глаза в глаза»

Цель – развивать умение детей чувствовать настроение и сопереживать окружающим, способствовать снятию напряжённости, формировать умение передавать свои эмоции с помощью пантомимики.

Ход. Дети разбиваются на пары, берутся за руки. Педагог говорит: «Глядя друг другу в глаза и чувствуя только руки, попробуйте молча передать эмоции: «Я грустный, помоги мне!», «Мне весело, давай поиграем!»

Игра «По кочкам»

Цель – способствовать снижению агрессии, ослаблению негативных эмоций.

Ход. На полу раскладываются мягкие модули, которые можно преодолеть с помощью прыжка. Дети – «лягушки, живущие в болоте». Вместе на одной кочке им тесно, они запрыгивают на модули соседей и квакают. Если им тесно, то одна из них прыгает дальше.

Игра «Жужа»

Цель – отработать отрицательные эмоции, снять агрессивность в поведении.

Ход. Выбирается ведущий – Жужа, он сидит на стуле с полотенцем в руках, а остальные дети бегают вокруг него и дразнятся. По сигналу Жужа догоняет детей, задевая полотенцем по ногам.

Этюд «Король Боровик не в духе»

Цель - отработать отрицательные эмоции, выражение гнева, способствовать снятию агрессии.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Приходько, а дети выполняют движения согласно тексту:

Шёл король Боровик
Через лес напрямик,
Он грозил кулаком
И стучал каблуком.
Был король Боровик не в духе –
Короля покусали мухи.

Этюд «Волшебный круг – злая кошка»

Цель – способствовать профилактике нежелательных эмоциональных нарушений, снятию напряжения, снижая потребность в агрессии.

Ход. В центр зала кладётся обруч – это «волшебный круг», где будут происходить «волшебные превращения». Один ребёнок выходит в круг и по сигналу превращается в злую кошку – мяукает, царапается, не выходя из круга. Дети за кругом кричат: «Сильнее, злее!» Затем ребёнок становится «доброй кошкой».

Игра «Улей»

Цель – реализовать вербальную потребность детей.

Ход. Все дети «превращаются» в диких пчёл, которые тихо жужжат в своём улье. Но, почувствовав, что кто-то хочет забрать их мёд, они усиливают жужжание, становятся сердитыми. Однако волнения напрасные. И пчёлы успокаиваются.

Упражнение «Танец пяти движений» (Г. Рот)

Цель – снять мышечные зажимы, напряжённость, способствовать выходу агрессии.

Ход. Необходима музыка разных темпов, продолжительностью около минуты.

1. «Течение воды» - плавная музыка, плавные, переходящие одно в другое движения.
2. «Переход через чашу» - импульсивная музыка, резкие, сильные движения.
3. «Сломанная кукла» - неструктурированная музыка, «встряхивающие», незаконченные движения.
4. «Полёт бабочек» - лирическая музыка, тонкие, изящные движения.
5. «Покой» - спокойная, тихая музыка, состояние без движений.

Расслабление «Путешествие в волшебный лес»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Педагог говорит: «Сядь удобно, можно закрыть глаза. Ты видишь перед собой лес, деревья и разные цветы. В самой чаще стоит белая каменная скамейка. Присядь на неё, прислушайся к звукам и насладись запахами. Пахнут влажная земля, сосны. Ты слышишь пение птиц, шорохи. Представь, что сказочные персонажи пришли к тебе. Они рассказывают секреты, смешат тебя. Подружись с ними... Как ты себя чувствуешь? Тебя ждёт долгая дорога из сказочного леса домой».

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 22.

«Джаз тела»

Этюд «Хмурый орёл»

Цель – способствовать выходу отрицательного напряжения, агрессии.

Ход. Педагог читает стихотворение В. Викторова, ребёнок выполняет движения – «взмахивает крыльями», хмуро разглядывает детей:

Вот за решёткой, хмур и зол, сидит орёл.
Могучих крыльев гордый взмах внушает страх.
Давно ль громады грозных скал он облетал
И камнем падал свысока на врага?
Он был свободный властелин седых вершин.
Теперь в неволе, хмур и зол, сидит орёл.

Игра «Волшебный круг - каратист»

Цель – способствовать профилактике нежелательных эмоциональных нарушений, снятию напряжения, снижая потребность в агрессии.

Ход. В центре зала кладётся обруч – это «волшебный круг», где будут происходить «волшебные превращения». Один ребёнок выходит в круг и по сигналу «превращается» в каратиста – выполняет характерные движения, не выходя из круга. Дети за кругом кричат: «Сильнее!» Затем ребёнок выходит и становится самим собой – добрым и спокойным.

Танец «Джаз тела»

Цель – способствовать снятию мышечных зажимов, выходу агрессии.

Ход. Танцующие встают в круг, педагог показывает движения: начинает с движения головой, потом остальных частей тела по отдельности, потом – постепенно соединяя движения. В конце упражнения надо стараться двигаться всеми частями тела одновременно.

Рисование «Я в детском саду, мои друзья»

Цель – формировать чувство единения с группой.

Ход. Дети рисуют автопортреты и портреты своих друзей.

Упражнение «Дождик»

Цель – способствовать выходу эмоционального напряжения.

Ход. Дети мелкими движениями пальцев постукивают по коленям, имитируя капли дождя.

Затем, педагог говорит: «Только что мы играли в игру «Дождик»: каждый из вас изображал отдельную капельку, а все вместе стали бурным ливнем, который смочил всю землю и дал напиток травам, деревьям. Одна капелька смогла бы это сделать? А один человек может прожить на свете? А есть ли у него друзья и близкие? Как вы думаете, кому легче и интереснее жить? Что такое дружба? Чем она помогает? Каким необходимо быть, чтобы с тобой дружили? У вас есть друзья? Какие они, расскажите о них в рисунке».

Далее идёт обсуждение результатов, придумывание названий.

Игра «Зайчики»

Цель – дать ребёнку возможность испытать разнообразные мышечные ощущения, научить задерживать внимание на этих ощущениях, различать и сравнивать их.

Ход. Взрослый просит детей представить себя весёлыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий – силу, темп, резкость – и направляет внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений.

Расслабление – см. ИОС № 21.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 23.

«Турнир»

Игра «Турнир»

Цель – способствовать коррекции аффективного поведения, развивать смелость, воспитывать произвольный контроль.

Ход. Участниками обговариваются правила игры-борьбы, например бороться на одной ноге, не переступая линии. Педагог – судья. Грубость недопустима.

Игра «Прогоняем злость»

Цель – способствовать выходу эмоционального напряжения, агрессии.

Ход. Дети обутые ложатся на ковёр, между ними – мягкие модули. Дети начинают сильно бить ногами по полу, а руками по модулям, не попадая к соседу. Дети кричат: «Уходи, злость, уходи!» Затем дети закрывают глаза и успокаиваются, педагог заканчивает игру словами «Вся злость ушла!»

Игра «Газета»

Цель – развивать коммуникативные навыки, учить детей преодолевать тактильные барьеры.

Ход. На пол кладётся газета, на которую встают четыре ребёнка. Затем газету складывают пополам, все дети должны вновь встать на неё. Игра продолжается до тех пор, пока кто-то из детей не выйдет из газеты.

Этюд «Гиена»

Цель – развивать выразительность движений, способствовать выходу агрессии.

Ход. Дети изображают гиену и обезьяну. «Гиена» стоит у одинокой пальмы, в листьях которой прячется «обезьяна». «Гиена» ждёт, когда «обезьяна» спрыгнет на землю, тогда она её съест: «Я страшная гиена, я гневная гиена. От гнева на моих губах всегда вскипает пена»

Игра «Волшебный круг – капризный ребёнок»

Цель – профилактика нежелательных эмоциональных нарушений, снятие напряжения, снижение потребности в агрессии.

Ход. В центр зала кладётся обруч – это «волшебный круг», где будут происходить «волшебные превращения». Один ребёнок выходит в круг и по сигналу «превращается» в капризного ребёнка – выполняет характерные движения, не выходя из круга. Дети за кругом кричат: «Сильнее!» Затем ребёнок выходит из круга и становится самим собой – добрым и спокойным.

Танец «Весёлая зарядка»

Цель – способствовать снятию мышечного напряжения, выходу агрессии.

Ход. Педагог рассказывает и показывает, дети вместе с ним: «Чтобы заработала машина, надо завести мотор. Спящий человек похож на выключенную машину, каждый из вас – хозяин своего тела. Вы можете его завести и выключить. Давайте попробуем. Теперь вы маленькие котята, крадущиеся тигры, воздушные шары, молоты и т.д.»

Этюд «Чуня просит прощения»

Цель – научить детей понимать свою ошибку, уметь попросить прощения у друзей.

Ход. Воспитатель говорит: «От хвастунишки-поросёнка Чуни ушли его друзья - ёжик и белочка, а волк тут как тут. Чуня зовёт друзей:

Где вы, верные друзья?
Чуне помогите!
За бахвальство и за смех
Вы меня простите.
(В. Соколов, Т. Дмитриева)

Выразительные движения. Первая-вторая строчки: поворачивать головы в разные стороны, брови приподняты, руки протянуты вперед. Третья-четвертая строчки: опущенная голова, брови приподняты, губы вытянуты и слегка надуты, руки висят вдоль тела.

Расслабление «Вузел»

Цель – способствовать снятию эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ход. Дети садятся по кругу, у педагога в коробке лежит приготовленный материал – мячик с пупырышками, который передаётся каждому ребёнку, что сопровождается рассказом: «Вузел – маленький лесной зверёк – вовсе не ёж, хотя и в иголках. В один прекрасный день Вузел отправился гулять по лесу. Он так обрадовался, найдя мяпа (*из коробки достают кусочек меха и передают по кругу*)! Вдруг Вузел почувствовал необычный запах, который притягивал его магическим ароматом майского ландыша. И Вузел покати́лся на запах, вдыхая по пути множество ароматов. Но вот перед Вузелем оказался луг, и манящее благоухание волной захватило его. Сколько же майских ландышей росло там, а какой чудесный запах! И он стал трогать лепестки ландышей, нежные как шёлк (*кусочек шёлка*) «Ах, если бы мне встретить такого же, как я, - я бы поделился с ним своими чувствами», подумал Вузел, но он никогда не встречал никого похожего на него. Вузел бросился на поиски друга».

Теперь понадобится множество мячиков, разных по форме, размеру, весу, фактуре. Под конец из корзины вынимают ещё один мячик с пупырышками: «Вот и нашёлся друг для Вузеля!»

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Игровая образовательная ситуация № 24.

«Сражение»

Игра «Тигр на охоте»

Цель – способствовать развитию произвольного контроля за своим поведением, снятию напряжённости.

Ход. Взрослый - «тигр», за ним становятся дети – «тигрята». «Тигр» обучает «тигрята» охотиться. «Тигрята» должны подражать движениям и не выскакивать вперёд «тигра». «Тигр» очень медленно выставляет ногу вперёд, вытягивает голову, выгибает спину и медленно крадётся к добыче. Сделав 5-6 скачков, он группируется и резко прыгает, издавая громкий клич: «Ха!»

Игра «Ругаемся овощами»

Цель – способствовать выражению речевой агрессии в социально приемлемой форме.

Ход. Предложить детям ругать не обидными, плохими словами, а используя названия овощей: «Ты – огурец!» и т.п.

Этюд «Разъяренная медведица»

Цель – снять мышечные зажимы, напряжённость, способствовать выходу агрессии.

Ход. Педагог рассказывает: «На лесной полянке мальчик увидел маленького медвежонка. Медвежонок подбежал к мальчику и стал хватать его за ноги передними лапами, как бы приглашая поиграть с ним. Медвежонок был смешным и веселым. Почему бы с таким пушистым несмышленишем и не поиграть? Вдруг послышалось какое-то громкое урчание, и мальчик увидел, что на него, поднявшись на задние лапы, идет медведица. Мальчик подбежал к большому дереву и быстро влез на него. Медведица не полезла на дерево за мальчиком, а стала яростно царапать ствол когтями, рычать, злобно глядя на мальчика. Вдруг где-то далеко заскулил медвежонок. Медведица оставила дерево и побежала выручать медвежонка теперь уже из настоящей беды. Мальчик еще немного посидел на дереве, потом спустился и побежал домой».

Выразительные движения. Ярость: сдвинутые брови, оттопыренные губы, сморщенный нос, рычание, тело дрожит, усиленная жестикуляция.

Игра «Хищник»

Цель – игра реализует потребность в агрессии, снимаемой мышечное напряжение.

Ход. Дети выбирают для себя какой-либо образ хищника (тигра, льва, волка, рыси и т.п.), располагаются друг от друга на безопасном расстоянии. Хищники демонстрируют друг другу свою силу и храбрость. Показав свои возможности, хищники успокаиваются, уважая силу и достоинство каждого.

Игра «Клубочек»

Цель – развивать коммуникативные навыки.

Ход. Дети становятся в полукруг, педагог – в центре. Намотав на палец нитку, педагог бросает ребёнку клубок, спрашивая его о чём-либо. Ребёнок отвечает на вопрос и передаёт клубок другому, задав вопрос.

Расслабление – см. ИОС № 23.

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.

Блок 7. Игровой комплекс для агрессивных детей.

Игровая образовательная ситуация № 25.

«Марсиане» (автор М.А. Панфилова).

Прибытие

Цель – отражение негативных эмоций.

Ход. Дети идут друг за другом тяжёлым шагом (2 круга).

Педагог рассказывает: «Марсиане идут, они смотрят недоверчиво, враждебно на чужую планету Земля. Шаги изменяются, становятся более сильными, громкими. Так двигаются марсиане в своих тяжёлых скафандрах, дышать и двигаться в которых очень трудно. Марсианам хочется сбросить с себя скафандры, но страх неизвестной планеты сдерживает желание. И вдруг один из марсиан срывает с себя шлем и вдыхает свежий воздух Земли. Ему это нравится. Все следуют его примеру, их хмурые лица улыбаются».

Игра «Яблоко»

Цель – активизация потребностей, снятие мышечных зажимов.

Ход. Дети идут свободным шагом (2 круга).

Педагог рассказывает: «Марсиане идут рядом с фруктовыми деревьями. Запахло ароматными яблоками, марсианам хочется попробовать этот фрукт. Они тянутся к дереву, каждый резко срывает яблоко и съедает его. Затем все съедают по второму, третьему яблоку. Очень вкусно!»

Упражнение «Минута разговора»

Цель – свободная реализация вербальной активности.

Ход. Педагог рассказывает: «Марсиане останавливаются и прислушиваются к звукам, голосам. Им очень хочется самим поговорить. Разговор был разрешён, но только на одну минуту. Каждый быстро проговаривает какие-то слова, предложения. Кто-то сочиняет рассказ, кто-то читает стихотворение».

Речевая игра «Первые слова»

Цель – направленная, целевая реализация речевой активности.

Ход. Педагог рассказывает: «Марсиане продолжают свой путь. Во время ходьбы они тренируются в произношении трёх земных слов – «нет», «да», «я». Слово «нет» звучит тихо, затем становится более громким. Аналогично – остальные слова».

Игра «Пугающая встреча»

Цель – снятие мышечных зажимов, разрядка общей агрессии.

Ход. Педагог продолжает: «На крики марсиан сбегаются люди, звери Земли». Марсиане останавливаются, им кажется опасной эта встреча. Марсиане начинают устрашающе кричать, пугать землян.

Этюд «Смешная газировка»

Цель – эмоциональная разрядка.

Ход. Педагог продолжает: «Землянам показалось, что пришельцы хотят пить, и они дают каждому газировку. Марсиане первый раз пробуют этот волшебный напиток. Одним глотком они выпивают всё и ощущают

воздушные пузырьки. Пришельцам кажется это странным, и они хотят прогнать их. Пузырьки поднимаются от ног вверх, со звуком «бух!» пузырьки вылетают через антенну у марсиан в голове. Марсианам становится смешно, и они все вместе дружно смеются, смех становится всё громче и громче».

«Добрые приветствия»

Цель – развитие самоконтроля, создание доброжелательной атмосферы.

Ход. Педагог завершает рассказ: «Когда марсиане заканчивают смеяться, они глубоко дышат: вдох-выдох, выдох-вдох. Они понимают, что земляне не причинят им зла. Им хочется поприветствовать их нежным рукопожатием».

Взрослый предлагает передавать приветствия по кругу, называя представителя Земли: «Приветствуем зайчонка», «Приветствуем девочку» и т.п.

Педагог говорит: «Так и подружились марсиане и земляне».

Рефлексия.

Обсуждение всего занятия. Что понравилось на занятии, про что сегодня говорили, какие выводы сделали.