

Управление образования
администрации городского округа Солнечногорск Московской области

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Андреевская средняя общеобразовательная школа
(МБОУ Андреевская СОШ)**

Структурное подразделение «Андреевка»

141551 Московская область, г. Солнечногорск, рп Андреевка 9а
ОГРН 1035008858411 ИНН/КПП 5044019400/ 504401001 ОКПО 45684289

E-mail: andreevka@soledu.ru
тел. 8(495)536-37-34

**Программа дополнительного образования
коррекционно-развивающая
для детей дошкольного возраста
«Вместе весело шагать»**

**Возраст детей: 5-6 лет
Срок реализации: 5 месяцев**

Составитель: педагог-психолог
Дедух Наталья Сергеевна

**р. п. АНДРЕЕВКА г.о. СОЛНЕЧНОГОРСК
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
2025 г.**

ОГЛАВЛЕНИЕ	Стр.
Аннотация	3
Цели и задачи реализации Программы	3
Принципы и подходы к реализации Программы	5
Учебный план	7
Пояснительная записка	9
Раздел 1. «Я и эмоции»	12
Раздел 2. «Я+Я»	20
Раздел 3. «Я и моё окружение»	30
Список литературы	39
Приложение 1	40

Аннотация

Возрастные особенности дошкольников, обусловленные пока ещё ограниченными возможностями в осознании и вербализации межличностных отношений, ставят психологов перед необходимостью использования различных методов и коррекционно-развивающих задач.

Это позволяет обратить серьёзное внимание на окружающую ребёнка среду, то, как она преломляется в его сознании, как он сам оценивает своё место в этой среде.

Известно, что в ходе взаимодействия с окружающими людьми происходит социализация ребёнка, усвоение им определённой системы ценностей, норм общечеловеческой культуры.

Кроме того, общение выполняет важнейшую роль в возникновении и развитии самосознания и самооценки.

В процессе общения ребёнок получает возможность с помощью взрослых и сверстников оценивать себя в разных сферах жизнедеятельности.

Гармоничное развитие личности ребёнка, успешность во взрослой жизни возможны при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, что приводит к невротизации. Все эти личностные особенности детей обусловлены склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребёнку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

По определению известного психолога Р.С. Немова коммуникативные способности – это умения и навыки общения человека с людьми, от которых зависит его успешность.

Составитель словаря «Педагогическое речеведение» А.А.Князьков, ссылаясь на психолога А.Н. Леонтьева, даёт более ёмкое определение коммуникативных способностей. У него, коммуникативные способности (коммуникативный потенциал) – понятие, отражающее комплекс взаимосвязанных качеств, обеспечивающих тот или иной уровень взаимодействия человека с окружающими. Из определения следует, что коммуникативные способности обладают сложной, уровневой структурой.

По мнению педагога Е.Юдиной, взрослый, который обладает высокой компетентностью в общении, - наиболее вероятный образец для ребёнка. При этом не просто образец для подражания. Воспринимая те нормы и стиль взаимодействия, которые демонстрирует взрослый, ребёнок принимает их как естественные и строит их на основе своего собственного стиля общения. Важна и социально-психологическая атмосфера детского коллектива. Она должна создавать оптимальные условия для развития дошкольника: порождать чувство психологической защищённости, удовлетворять потребность ребёнка в эмоциональном контакте, быть значимым для других людей.

По мнению Л.С. Выготского, положительный психологический и педагогический потенциал детского коллектива не может сложиться сам, стихийно. Нужна «окружающая ребёнка атмосфера» социальной мысли, внешнее педагогическое влияние.

Одной из важнейших задач дошкольного периода является социализация ребёнка и важнейшая её часть - развитие коммуникативности ребёнка, то есть умения общаться со сверстниками и взрослыми.

Если ребёнка понимают и принимают, он легче преодолевает свои внутренние конфликты и становится способным к личностному росту. Это основное положение психолого-педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается вырастить из астры розу, а создаёт для каждого растения оптимальные условия для развития.

Очень часто трудности в общении испытывают дети с общим недоразвитием речи. Помимо того, что у них страдают высшие психические функции: память, внимание, мышление,

задета и эмоционально - личностная сфера: недостаточная сформированность дифференциации эмоциональных состояний и саморегуляции; небольшой объём мимических средств (выразительных движений мышц лица) и пантомимических средств (выразительных движений всего тела), слабость артикуляции и тонкой моторики, - всё это снижает коммуникативные возможности детей. Дети осознают свой "дефект", и поэтому у них появляется негативное отношение к речевому общению, невозможность высказать своё мнение, повышенная ранимость и неуверенность в себе. А ведь общение со сверстниками становится всё более привлекательным для старшего дошкольника, поскольку именно этот период сензитивен для формирования ситуативно-деловой формы общения с другими детьми.

Программа "Вместе весело шагать" - это коррекционно-развивающие занятия, которые строятся в доступной и интересной для детей форме.

Цель программы: развитие у детей социальных умений коммуникативной гибкости, научить детей преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе.

Задачи программы:

- Создать чувства принадлежности к социуму, положительного эмоционального фона, умения понимать своё эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей;
- Развить язык жестов, мимики и пантомимики;
- Познакомиться с эмоциями человека, осознать собственные эмоции и чувства, научиться распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.
- Развивать навыки совместной деятельности в коллективе; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.

Принципы реализации программы

В коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста мы руководствуемся следующими принципами:

1. *Принцип индивидуализации* предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.

2. *Принцип доступности* от уровня психологических особенностей ребёнка.

3. *Принцип наглядности* - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

4. *Принцип систематичности и последовательности* заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

5. *Принцип научности* лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.

6. *Принцип оздоровительной направленности* обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Участники программы: дети 5-6 лет имеющие личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе).

Занятия проводятся с группой состоящей из 5-7 детей, 1 час в неделю.

Продолжительность занятия – 30 минут.

Срок реализации программы – 5 месяцев.

Коррекционный курс состоит из 19 занятий.

Знакомство детей с базовыми эмоциями мы осуществляем на занятиях, где дети переживают эмоциональные состояния, вербализуют свои переживания, знакомятся с опытом сверстников. Таким образом, у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других, у них чаще возникает эмпатия по отношению к взрослым и детям.

Важна роль каждого вида деятельности, но особая роль все-таки принадлежит – игре... «Она естественно вписывается в жизнь детей и на правах ведущей деятельности способна

осуществлять позитивные изменения в сенсорной, эмоциональной, волевой и других сферах личности, формировать новые формы поведения».

Игра создает благоприятную обстановку для эмоциональных проявлений, творческой самореализации. В процессе ролевых перевоплощений, выполнений игровых задач ребенок непроизвольно обогащается способами выражения эмоций, адекватного оформления экспрессивных действий.

Методика проведения: С помощью сюжетно-ролевых игр, подвижных игр, игровых упражнений, техники выразительных движений, этюдов, мимики и пантомимики, литературных произведений Е. Носова «Живая шляпа» и В. Лунина «Бабочка» мы способствуем развитию умения понимать эмоциональное состояние, свое и окружающих их людей, способности выразить собственные эмоции.

Структура программы состоит из трёх разделов:

"Я и эмоции"

Содержание этого раздела поможет понять взрослому эмоциональный мир ребёнка, лучше узнать его переживания в различных ситуациях; что его беспокоит и что радует.

Снять состояние эмоционального дискомфорта; сформировать у детей знания об эмоциональном мире человека и способах управления им.

"Я+Я"

Содержание этого раздела поможет ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения. Понять, что он, как и другие уникален и неповторим; преодолеть эмоциональные проблемы; развить уверенность в себе.

"Я и моё окружение"

Содержание этого раздела поможет детям развить коммуникативные навыки, избавиться от чувства одиночества, понять индивидуальные особенности других людей, сформировать внимательное и доброжелательное отношение друг к другу.

Учебный план

Цель: развитие у детей социальных умений коммуникативной гибкости, научить детей преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе.

Категория обучающихся: дети 5-6 лет имеющие личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе).

Срок обучения: 19 часов

Режим занятий: 1 час в неделю (30 мин).

№ п/п	Содержание	Всего часов	В том числе	
			лекционн ых	практическ их
1.	"Я и эмоции"	6	1,5	4,5
2.	"Я+Я"	7	1,75	5,25
3.	"Я и моё окружение"	6	1,5	4,5
	Итого:	19	4,75	14,25

Учебно-тематический план

Цель: развитие у детей социальных умений коммуникативной гибкости, научить детей преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе.

Категория обучающихся: дети 5-6 лет имеющие личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе).

Срок обучения: 19 часов

Режим занятий: 1 час в неделю (30 мин).

№ п/п	Содержание	Всего часов	В том числе	
			лекционн ых	практическ их
I	"Я и эмоции"	6		
1.	Радость	1	0,25	0,75
2	Удивление	1	0,25	0,75
3	Страх	1	0,25	0,75
4	Гнев	1	0,25	0,75
5	Горе	1	0,25	0,75
6	Наши эмоции	1	0,25	0,75
II	"Я+Я"	7		
1.	Тайна моего имени	1	0,25	0,75
2.	Автопортрет	1	0,25	0,75

3.	Мой внутренний мир	1	0,25	0,75
4.	Мой любимый сказочный герой	1	0,25	0,75
5.	Ритуал приветствия	1	0,25	0,75
6.	Мой волшебный дом	1	0,25	0,75
7.	Я знаю, я умею, я могу	1	0,25	0,75
III	"Я и моё окружение"	6		
1.	Мы так похожи	1	0,25	0,75
2.	Мы такие разные	1	0,25	0,75
3.	Язык жестов и движений	1	0,25	0,75
4.	Давайте жить дружно	1	0,25	0,75
5.	Мальчики и девочки	1	0,25	0,75
6.	С кем я живу	1	0,25	0,75
	Итого:	19	4,75	14,25

Пояснительная записка

Актуальность: Коррекционно-развивающая программа была разработана для воспитанников старшей группы Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Андреевская средняя общеобразовательная школа (МБОУ Андреевская СОШ) Структурное подразделение «Андреевка»

Поводом для составления программы занятий послужило увеличение детей с различными нарушениями: неуверенность, низкая самооценка, нарушение взаимоотношений, низкий статус в группе сверстников, уход от контактов со сверстниками, высокий уровень тревожности, нежелание считаться с мнением и желанием другого. Это происходит не потому, что дети не знают правил поведения, а потому, что даже старшему дошкольнику трудно «влезть в шкуру» собеседника и почувствовать, что испытывает другой.

Умение эффективно общаться зависит от многих факторов и, в большей степени, от отношений со значимыми взрослыми, а также от индивидуальных особенностей самого ребенка.

Что же тогда нужно делать взрослым, чтобы помочь ребенку преодолеть эти опасные тенденции, порождающие различные трудности в общении, либо демонстрировать и агрессивность, либо замкнутость и полную пассивность? Необходимо постоянно побуждать у детей подлинный интерес к окружающим их людям, их потребностям, обучать совместному поиску взаимовыгодных решений в конфликтных ситуациях, поддерживать стремление все время оставаться в контакте, извлекая опыт из неудачного общения. Все эти навыки и позволят ребенку управлять своим эмоциональным состоянием, что является условием дружественного и плодотворного общения с окружающими.

Данная программа ориентирована на коррекционную работу с детьми, имеющими различные нарушения в развитии эмоционально-коммуникативной сферы.

Программа коррекционных занятий составлена с учетом данных диагностического обследования.

Диагностика проводилась за 1 месяц до начала занятий и после окончания программы.

По результатам диагностики были выявлены дети с заниженной самооценкой, с высоким баллом тревожности. С этими детьми была проведена коррекционная работа.

Помочь малышу преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача и психолога, и воспитателей, и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Ведь с течением времени у застенчивого, нерешительного и неуверенного в себе ребёнка уже складывается определённый стиль поведения, он начинает замечать имеющийся "недостаток". Осознание своих особенностей характера не только не помогает, а наоборот мешает их преодолеть. Фиксации внимания на таком поведении вызывает ещё большую скованность, усиливает неуверенность и страх перед общением. Для того, чтобы помочь ребёнку в решении его коммуникативных проблем, необходимо понять причины. Умение эффективно общаться зависит от многих факторов и, в большей степени, от отношений со значимыми взрослыми.

Цель программы: развитие у детей социальных умений коммуникативной гибкости, научить детей преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе.

Задачи программы:

- Создание положительного эмоционального фона, умения понимать своё эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей.
- Преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе, внутренне раскрепощаться;
- Развить язык жестов, мимики и пантомимики;
- Познакомиться с эмоциями человека, осознать собственные эмоции и чувства, научиться распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.

Структура занятий:

Занятия тренинга строятся по единой структуре:

- Ритуальное приветствие.
- Разминка.
- Основное содержание занятия.

- Рефлексия.
- Ритуал прощания.

Ожидаемые результаты.

Дети научатся понимать и описывать свои желания и чувства; осознавать свои физические и эмоциональные ощущения; различать эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений. У детей повысится самооценка, снизится уровень ситуативной тревожности.

Таким образом, у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других, у них чаще возникает эмпатия по отношению к взрослым и детям.

По ходу реализации коррекционной программы дети приобретут навыки, которые позволят ребенку управлять своим эмоциональным состоянием, что является условием дружественного и плодотворного общения с окружающими.

Подготовительный этап:

Диагностика проводится за 1 месяц до начала занятий и после окончания курса программы.

Для обследования детей, родителей применяются:

1. Методика В.Г.Щур "Определение самооценки" (*приложение 1*);
2. Проективная методика Г.Т. Хоментausкаса "Рисунок семьи", которая исследует уровень межличностных отношений ребёнка с родителями (*приложение 2*);
3. «Тест тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. (*приложение 3*).

Раздел 1. «Я и эмоции»

Занятие № 1 «Радость»

Цель: расширять представления об эмоции «радость»; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

Ритуальное приветствие.

Психолог. Посмотрите на эту картинку (демонстрируется изображение весёлой девочки). Какое настроение у этой девочки?

Дети. Радостное.

Психолог. А теперь попробуйте изобразить радость на своём лице. Что для этого нужно сделать?.. (*Ответы детей.*) А вот как можно нарисовать схему изображения радости (*демонстрируется пиктограмма «радость»*).

Послушайте, как отвечали на вопрос «Что такое радость?» ваши ровесники:

- Радость - это когда все радуются. Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая-это когда у одного, а большая - когда у всех.
- Радость - это когда праздник.
- Радость - когда никто не плачет.
- Радость-это я! Потому что мама говорит: «Ты моя радость!»

Психолог. А что такое «радость» для вас? Как вы понимаете это слово?

Дети отвечают.

Игра-ассоциация «На что похожа радость».

Психолог. А теперь присаживайтесь. Закройте глаза. Вспомните какую-нибудь свою радость, какой-то радостный день. Представьте, на что была похожа эта ваша радость. На какой цветок? Животное? Музыку? Запах? Звук? (*Ответы детей.*)

Этюд «Ласка». Представьте себе мальчика, которому подарили котёнка. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого малыша. Котёнок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о руки.

Давайте представим себя на месте этого мальчика. «Возьмите» в руки этого пушистого котёнка. Погладьте его.

Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Погладьте его. Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Чувствуете, как котёнок отвечает на вашу ласку? *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Первый снег».

Психолог. Много дней шёл мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдёт гулять. Он подошёл к окну и замер от радостного изумления. Всё вокруг было покрыто белым-белым снегом. В саду стало чисто, просторно, красиво. Теперь можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться! *(Выразительные движения: откинуть назад голову, приподнять брови, улыбнуться.)* Давайте теперь попробуем проиграть эту историю. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Скажите, вы теряли когда-нибудь свои игрушки, варежки, носовые платки? А теряли ли вы когда-нибудь хорошее настроение?

Игра «Что может поднять тебе настроение». Скажите, что может поднять ваше настроение? Может быть, весёлая шутка, хорошая передача по телевизору, цветы, цирк, книга, рисование, воздушный шарик или, быть может, таблетки, уколы? А теперь пусть каждый нарисует, что помогает ему вернуть хорошее настроение, что может его легко развеселить. Рядом нарисуйте себя с весёлым выражением лица.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Удивление»

Цель: расширять представления детей об эмоции удивления; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства.

Ритуал приветствия.

Психолог. Я предлагаю вам вспомнить и рассказать об удивительных вещах, которые вам встречались, или об удивительных случаях, которые с вами происходили. *(Рассказы детей.)*

Психолог. А теперь попробуйте изобразить на своём лице удивление. Как вы думаете, оно будет длиться долго, или уже удивление мгновенно возникает и быстро исчезает?

Ответы детей.

Психолог. Посмотрите на пиктограмму «удивление». Что происходит с нашими лицами, когда мы удивляемся? Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Давайте передадим это прикосновение по кругу. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. У вас замечательно получилось! Вы обратили внимание на то, что каждый из вас удивлялся по-своему? И всё же, несмотря на разницу, в выражениях удивления всегда есть что-то очень похожее. Что общего в том, как вы изображали удивление? *(Ответы детей.)*

Игра-ассоциация «Удивление». Закройте глаза и попробуйте представить себе, на какой звук похоже удивление? На какой цвет? Запах? Цветок? Животное? *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Живая шляпа». Теперь послушайте историю «Живая шляпа».

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

- Дима, пора домой, обед уже на столе. Дима попрощался с друзьями и пошёл домой. На дороге он увидел шляпу и решил её поднять, но шляпа как будто угадала, что хочет сделать мальчик, и отпрыгнула в сторону. Дима очень удивился.

Попробуем разыграть эту историю. Кто хочет быть Димой? Мамой? Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой? *(Дети разыгрывают сценку, психолог закрепляет мимические навыки.)*

Рисунок «Удивлённый человек». Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь.

Дети. Рот широко открывается и вытягивается сверху вниз. Глаза широко распахиваются. Брови ползут вверх.

Психолог. Запомните это. Нарисуйте такое же лицо вашему человечку. Не забудьте нарисовать волосы, туловище, нос, уши, одежду. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечек и чему он удивляется. *(Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Страх»

Цель: расширять представления детей об эмоции «страх»; способствовать снятию страхов детей, повышению уверенности в себе.

Ритуал приветствия.

Психолог. Посмотрите на эту пиктограмму. Какое настроение здесь изображено?

Дети отвечают.

Психолог. Сегодня мы поговорим о страхе. Как вы думаете, что такое страх? *(Ответы детей.)*

Игра «Расскажи свой страх». Когда я была такой, как вы сейчас, то очень боялась злых собак. А с вами такое случилось? Поднимите тогда руку. А кто чего ещё боялся? Расскажите! *(Дети по очереди рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий – психолог каждый раз просит поднять руку тех, с кем случилось что-то подобное. Психолог следит, чтобы сюжеты рассказов были разными, обговаривает все возможные детские страхи: темноты, одиночества, животных, смерти, чужих людей, злых сказочных героев.)*

Игра «Гуси-лебеди». Встаньте свободно. Представьте, что вы гуляете на лужайке, собираете цветы, наблюдаете за бабочками. Но вдруг звучит сигнал тревоги: умолкает музыка. Это значит, что летят гуси-лебеди, и вам необходимо спрятаться от них за стульчики. *(Дети выполняют задание.)* Какое чувство вы переживали, когда прятались от гусей?

Дети отвечают.

Игра-ассоциация «Страх». Закройте глаза. Представьте, на какой цвет похож страх? Какой звук? Животное? Растение? *(Дети выполняют задание.)*

Этюд «Момент отчаяния». А сейчас послушайте ещё одну историю. Представьте себе мальчика, который с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только что сошли с поезда и идут по перрону. Мальчик отстал от родителей. Он не знает, что делать: мамы и папы нигде нет.

Давайте разыграем эту историю. Распределим роли... *(Выразительные движения для мальчика: голова наклонена вперёд и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.)*

Рисунок «Мой страх». Дети выполняют задание с последующим объяснением своих страхов в кругу.

Игра «Жмурки». Для начала нам необходимо выбрать ведущего, ему мы завяжем глаза. Остальные дети будут бегать по комнате, издавая весёлые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося, водящий должен угадать, кто это, и только после этого он может снять повязку. *(Психолог следит, чтобы ребёнок долго не «жмурился» в поисках игроков, подсказывает детям «поддаться».)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Гнев»

Цель: расширять представление об эмоции «гнев»; учить преодолевать негативные настроения.

Ритуал приветствия.

Психолог. Продолжим знакомство с различными настроениями. Послушайте отрывок из стихотворения «Мойдодыр» К.Чуковского.

*...Вдруг из маминой из спальни,
Кривоногий и хромой,
Выбегает умывальник
И качает головой:
«Ах ты, гадкий, ах ты, грязный,
Неумытый поросёнок!
Ты чернее трубочиста,
Полюбуйся на себя...*

Какими словами можно описать настроение Мойдодыра?
Дети отвечают.

Психолог. Именно это настроение мы будем изучать сегодня. Давайте рассмотрим пиктограмму «гнев». Расскажите, что вы видите? *(Брови нахмурены, похожи на перевёрнутую букву «Г», рот открыт, растянут в стороны, зубы сжаты так, что видны два ряда зубов.)*

Вспомните, когда, при каких обстоятельствах у вас было такое же настроение *(Рассказы детей.)*

Игра «Ругаемся овощами». Когда у людей злое настроение, они могут ссориться, ругаться друг с другом. И я предлагаю вам поругаться, но не плохими словами, а... овощами: «Ты - огурец», «А ты - редиска» и т.д. *(Дети выполняют задание.)*

Игра-ассоциация «Злость». Садитесь поудобнее. Давайте на минутку закроем глаза и представим, на какой цвет, запах, цветок, животное похожа злость. Расскажите о ваших ассоциациях. *(Рассказы детей.)*

Игра «Тигр на охоте».

Психолог. Среди животных, на которых похожа злость, гнев, можно назвать тигра. Давайте выберем «тигра». За нашим тигром встанут остальные дети-тигрята. Тигрята должны подражать движениям ведущего и не выскакивать вперёд, иначе они получают шлепок. Тигр должен очень медленно выставлять вперёд одну ногу с пятки на носок, , вытягивать одну когтистую лапу, потом выставлять вторую ногу, вторую лапу, подгибать голову, выгибать спину и медленно, осторожно красться к добыче. Сделав три таких скачка, он группируется, поджимает к груди лапу и голову, приседает, готовясь к решающему прыжку, затем резко прыгает, издавая громкий крик: «Ха!» Тигрята делают все это одновременно с тигром. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Садитесь поудобнее, я вам расскажу одну историю, а потом мы её разыграем.

Этюд «Гневная гиена». Представьте себе гиену, которая стоит возле пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьяна. Гиена ждёт, когда обезьянка обессилеет от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она её съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке, и всё время повторяет:

*Я страшная гиена,
Я гневная гиена,
От гнева на моих губах
Всегда вскипает пена.*

Итак, сколько человек нам понадобится, чтобы разыграть эту историю?

Дети. Все!

Психолог. Выберем гиену, обезьянку, остальные будут помощниками, выручающими бедную обезьянку. Подумайте, как надо изображать злобную гиену? *(Выразительные движения: усиленная жестикуляция. Мимика: сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.)* А как

изобразить испуганную обезьянку? (*Раскрытые широко глаза и рот, растянутый в стороны.*)

Рисунок «Злой человек». А теперь нарисуйте в своих альбомах человечков со злым, сердитым выражением лица. (*При необходимости психологу следует ещё раз повторить описание особенностей мимики.*) Покажите своих человечков друг другу. (*Дети выполняют задание.*)

Упражнение «Уходи, злость, уходи!» Сегодня мы с вами всё занятие говорили про злость. А в конце занятия я предлагаю прогнать от нас это настроение. Ложитесь на ковёр по кругу. Закройте глаза. Со всей силы крикните: «Уходи злость, уходи!» Можете при этом постучать ногами и руками по полу. (*Дети выполняют задание.*) А теперь по моей команде ложитесь в позу «звёзды», широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежите, слушая музыку.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Горе»

Цель: расширять представления об эмоции «горе»; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные настроения.

Ритуал приветствия.

Психолог. Посмотрите на пиктограмму, изображающую горе. Расскажите, что вы видите. (*Брови слегка приподняты, внешние уголки рта опущены вниз; уголки глаз тоже направлены вниз.*)

Вспомните, когда вам было грустно. Расскажите об этих случаях. (*Рассказы детей.*)

Игра-ассоциация «Горе». Присаживайтесь на ковёр. Закройте глаза и подумайте, на что похожи горе, грусть, печаль: на какой звук, цвет, запах, растение, животное. (*Включается кассета с записью грустной мелодии.*) Откройте глаза. Что вы представляли? Расскажите об этом. (*Ответы детей.*)

Этюд «Северный полюс». Садитесь поудобнее. Я расскажу вам одну удивительную историю, а потом мы попробуем её разыграть.

У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик, оторвала один из его лепестков, подбросила его вверх и сказала:

*Лети, лети лепесток,
Через запад на восток,
Через север, через юг,
Возвращаясь, сделав круг.
Лишь коснёшься ты земли-
Быть по-моему вели.
Вели, чтобы я была на Северном полюсе!*

И женья тут же как была в летнем платьице, с голыми ногами, одна-одинёшенька, оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов.

Давайте мы с вами попробуем теперь изобразить эту девочку Женю. Представьте, что вы берёте в руки волшебный цветик-семицветик, отрываете лепесток и загадываете желание оказаться на Северном полюсе (*зачитывается стихотворение*). И вот вы уже на Северном полюсе. Как можно изобразить, что вам холодно, одиноко, грустно? (*Выразительные движения: колени сдвинуты так, что одно колено прикрывает другое; руки около рта; дышать нужно на пальцы. Мимика: брови сдвинуты к переносице, внешние уголки опущены вниз; уголки рта тоже опущены вниз.*)

Рисунок «Грустный человек».

Психолог. Один человек рассказал мне, что, когда он путешествовал по свету, он попал однажды на волшебный остров, где живут одни плаксы. И мы сейчас попробуем такой остров создать. Пусть каждый из вас нарисует в своём альбоме печального человечка, у которого могут даже катиться слёзы. (*Дети рисуют.*)

Психолог. Покажите своих человечков друг другу. Какой удивительный остров плакс у нас получился! Я вам желаю никогда не попадать на этот остров.

Упражнение «Дружба начинается с улыбки». Вставайте в кружок. Возьмитесь за руки, давайте прогоним грустное настроение и подарим друг другу самую добрую улыбку. (*Дети выполняют задание.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Наши эмоции»

Цель: развивать умение определять настроение по схемам, мимике, движениям, жестам.

Ритуал приветствия.

Психолог. Ребята, давайте с вами вспомним, какие настроения мы изучили.

Дети. (Радость, удивление, страх, гнев, горе.)

Психолог. Почему мы можем определить настроение человека?

Дети (По его лицу.)

Психолог. Я сейчас покажу вам карточки с изображениями различных настроений, а вы попробуйте угадать их и назвать. *(Дети выполняют задание.)*

Игра «Кривые зеркала». Давайте поиграем. Вам необходимо разбиться на пары. Один из вас становится «зеркалом», а второй будет в это зеркало смотреться. «Зеркалу» я дам карточку, на которой изображено какое-то настроение. Ему необходимо будет изобразить это настроение, при этом не называя его. Зеркало у нас необычное, а кривое, потому оно искажает лицо того, кто в него смотрится, и должно изобразить другое настроение. *(После того, как пара изобразит настроение, остальные дети угадывают его по мимике; затем в игре участвует другая пара.)*

Упражнение «Слушаем музыку».

Психолог. А теперь садитесь поудобнее. Я включу вам музыку. Слушайте её внимательно, постарайтесь определить настроение музыки (радостное). Посмотрите, у меня на столе разложены разноцветные кусочки ткани. Выберите те кусочки, которые подходят к настроению «радость». Я вам немного подскажу: выбранная вами ткань может по цвету совпадать с каким-то предметом. Например, жёлтое тёплое солнце несёт людям радость. *(Аналогичное упражнение проводится с мелодией грустного характера.)*

Каждое настроение имеет свой вкус и запах. Угадайте, о каком настроении напоминают вам эти продукты? Например, горький лук.

Дети. Злость.

Психолог. Кислый лимон.

Дети. Грусть.

Психолог. Сладкий виноград.

Дети. Радость.

Психолог. Молодцы, ребята!

Игра «Профессии». Вы знаете, что взрослые люди чаще всего где-то работают. И у них тоже бывает разное настроение.

И это мы сейчас попробуем изобразить. Встаньте свободно и выразительными движениями своего тела и выражением своего лица покажите мне весёлого танцора, удивлённого дирижёра, злого дворника, грустного художника, испуганного водителя. *(Дети выполняют задание.)*

Рисунок «Разные человечки».

Психолог. Мы сегодня очень много говорили о настроениях: угадывали их, изображали на своём лице и своими движениями. Самое время эти настроения зарисовать.

Откройте свои альбомы. Мы будем создавать портреты. Возьмите по одному кружку, обведите его пять раз. Обводите кружки, оставляя между ними достаточно места. Эти кружки мы будем превращать в лица человечков с разными настроениями. Следите, чтобы настроения не повторялись. Используйте карандаши разного цвета. *(Дети выполняют задание.)*

Покажите работы друг другу. Наше занятие окончилось.

Ритуал прощания с группой.

Раздел 2 «Я+Я»

Занятие № 1 «Тайна моего имени».

Цель: способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени.

Ритуал приветствия.

Психолог. А вы знаете, что означают ваши имена? *(Рассказывает детям, заранее подготовив необходимый материал про значения имён).*

Игра «Эхо». Сейчас мы поиграем в новую игру. Тот, кто сидит справа от меня, должен будет назвать своё имя и прохлопать его в ладоши, вот так: «Ви-ка, Ви-ка». А мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем своё имя прохлопывает Викина соседка справа-Ира, а мы снова повторяем. Таким образом, все по очереди назовут и прохлопывают своё имя. *(Дети по очереди называют и прохлопывают своё имя-сперва по одному, затем все вместе.)*

Игра «Маленькое имя». А теперь давайте представим себе, что вы вдруг стали маленькими. Мы будем бросать друг другу мяч, называя имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, должен будет принять позу маленького ребёнка. Все остальные повторяют его позу и хором называют его имя.

(Когда все дети поучаствуют в игре, можно обсудить, что чувствовали при этом дети, почему был выбран именно тот или иной возраст «маленького ребёнка».)

Психолог. Не знать, как зовут своих родных, знакомых, друзей, - невежливо. Именно поэтому люди всегда помнят их имена и не ленятся приветливо их называть, здороваясь, прощаясь или обращаясь с просьбой. Давайте каждый из вас назовёт имя своего друга. *(Ответы детей.)*

Игра «Объясни имя». Итак, у каждого человека есть имя. Есть оно и у сказочных персонажей, а у животных есть кличка. Я сейчас вам буду называть имя героя из сказки или кличку животного, а вы попробуйте объяснить, почему их так зовут.

Психолог. Незнайка.

Дети. Его так называли, потому что он ничего не знает.

Психолог. Белоснежка.

Дети. Она белая, как снег.

Психолог. Снегурочка.

Дети. Она сделана из снега.

Психолог. Синеглазка.

Дети. Это девочка с синими глазами.

Психолог. Курочка Ряба.

Дети. Она пёстрая, рябая.

Психолог. Молодцы, ребята!

Игра «Ласковое имя». А теперь давайте встанет в круг. Вспомним, как ласково зовут вас дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадёт, назовёт одно или несколько своих ласковых имён. Важно, кроме того, запоминать, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдёт в обратную сторону. Нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто первый раз бросил вам, и произнести его ласковое имя. *(Дети по кругу перебрасывают друг другу мячик, называя свои ласковые имена. Затем игра повторяется в обратном порядке.)*

Конкурс «Кто знает больше имён». Сейчас мы разделимся на две команды и проведём конкурс. Называть можно не только свои имена, но и имена своих родных, знакомых, друзей. Победит та команда, которая вспомнит и назовёт больше имён. *(Дети выполняют задание.)*

Психолог. Сегодня мы говорили про ваши имена, вы слышали много вариантов вашего имени, эти знания пригодятся вам. Сейчас мы оформим личную визитную карточку. Здесь должны быть красиво написаны имя, фамилия и что-нибудь важное о вас.

Например: Аня Соловьева, девочка из группы «Гномик».

(Визитку можно украсить узорами по краю листа.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Автопортрет»

Цель: помочь детям понять собственную индивидуальность.

Ритуал приветствия.

Психолог. Скажите, а если бы вам довелось заглянуть в колодец (конечно же, при этом вас должен держать за руку кто-нибудь из взрослых), что бы привиделось вам? *(Ответы детей.)*

Игра «Радио». Итак, сегодня мы с вами говорим о том, как мы выглядим. И я предлагаю вам новую игру. Знаете ли вы,

как называют человека, которого мы слышим по радио? Правильно, диктором. Сегодня по радио диктор будет разыскивать детей нашей группы. Он будет кого-нибудь описывать, а мы по его рассказу узнаём, кто же потерялся. Сначала диктором буду я. Слушайте: «Внимание! Внимание! Потерялась девочка. На ней красный свитер, в косичках белые банты. Она хорошо поёт песни. Кто знает эту девочку?»

Дети. Знаем, это Ира!

Психолог. Правильно, угадали.

А теперь диктором будет кто-то из вас. *(Во время игры психолог следит, чтобы дети перечисляли характерные черты своих товарищей: как они одеты, чем любят заниматься, как относятся к друзьям...)*

Игра «Ветер дует на...». Итак, диктор рассказал про каждого из вас. Это пригодится вам в следующей игре. Сначала выберем ведущего. Ведущий начинает игру словами «Ветер дует на...». Например: ветер дует на того, у кого светлые волосы, - значит, все светловолосые собираются вместе. *(Задания могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого есть сестра», «кто любит животных», «кто любит лето» и т.д. Можно выбрать ведущим кого-то из детей.)*

Психолог. Мы хорошо подвигались, а теперь присаживайтесь на коврик, отдохните, а я вам расскажу про девочку Катю.

«Сидит девочка Катя и смотрит на себя в зеркало. Рассуждает: «У меня два глаза, два уха, две руки, две ноги, а язык один и нос тоже один». «Почему это у меня всего по двое, а язык один и нос тоже один?» - спрашивает Катя свою бабушку. А бабушка отвечает ей: «А потому, милая внучка, чтоб ты больше видела, больше слушала, больше делала, больше ходила, меньше болтала и курносый нос свой куда не надо не совала».

Психолог. Дети, а вы как думаете? Правильно бабушка ответила Кате? Давайте и мы посмотрим на себя в зеркало. А у вас тоже так? Два уха, два глаза, один нос, один рот? *(Дети рассматривают себя в большом зеркале, смотрят друг на друга.)*

Рисунок «Мой портрет». А теперь раскройте свои альбомы и нарисуйте себя. Постарайтесь передать цвет волос, одежды. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Мой внутренний мир»

Цель: развивать внимание детей к себе, своим переживаниям.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами поближе познакомимся с миром, который находится внутри вас. Ваши переживания, настроения, желания – всё это и есть ваш внутренний мир.

Упражнение» Слушаем себя». Давайте сядем поудобнее, расслабимся и закроем глазки. Послушаем, что происходит вокруг.., что происходит внутри каждого из вас. Внимательно прислушайтесь к своим ощущениям...Что каждый из вас сейчас чувствует, чего хочет? Что вы слышали?
(Дети делятся своими впечатлениями.)

Игра «Свет мой, зеркальце, скажи!». А теперь у нас следующее задание. Попробуйте посмотреть на себя со стороны, а потом расскажете о себе: своём внешнем облике, поведении, желаниях...
(Дети выполняют задание.)

Психолог. Молодцы! Продолжаем наше занятие.

Игра-разминка «Ветер дует на...» Давайте поиграем в игру «Ветер дует на...». Когда я буду произносить слова задания, все, к кому эти слова относятся, бегом собираются в кружок. Итак, мы начинаем: «Ветер дует на того, кто любит рисовать.., кто хотел бы иметь собаку или кошку, а мама не разрешает.., кто любит ходить в цирк или кукольный театр.., кому нравится получать подарки.., кто любит есть конфеты...»
(Дети выполняют задание. Затем проводится краткое обсуждение игры.)

Игра «Знакомство-представление». Сегодня на занятии мы много говорили о вашем внутреннем мире, мы также много узнали о желаниях и настроениях других. Теперь нас ждёт новая игра. Необходимо разбиться на пары, внимательно посмотреть на своего партнёра, вспомнить всё, что вы знаете о нём или что он сам рассказывал о себе. А затем познакомьте нас со своим партнёром, представьте его нам. Расскажите о нём то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих.

Рисунок «Мне это нравится». А сейчас давайте немного порисуем. Постарайтесь припомнить самое

замечательное переживание, которое стало возможным благодаря вашим глазам, то есть вы можете нарисовать то, что вы когда-либо видели, и это вам очень понравилось. (*Дети выполняют задание.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Мой любимый сказочный герой»

Цель: способствовать самовыражению ребёнка; продолжать учить средствами жестикуляции и мимики передавать наиболее характерные черты персонажа сказки.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, я рада вас видеть. Садитесь поудобнее.

Присказка

Начинаются наши сказки,

Заплетаются наши сказки.

На море-океане, на острове Буяне.

Там берёзонька стоит,

На ней люлечка висит,

В люльке зайка крепко спит.

Как у зайки моего

Одеяльце шёлково,

Перинушка пухова,

Подушечка в головах.

Рядом

бабушка сидит,

Зайке сказки

говорит.

Сказки

старинные

Не короткие, не длинные:

Про кошку,

Про ложку,

Про лису и про

быка,

Про кривого петуха...

Про гусей-лебедей,

Промышлёных зверей...

(Русская народная сказка)

Это присказка, а сказки? Сказки дальше пойдут.

Игра «Хоровод сказочных героев». Назовите сказки, которые читают вам дома.

Дети. «Волшебник Изумрудного города», «Приключения Незнайки и его друзей», «Колобок», «Сказка о царе Салтане», «Красная Шапочка», «Карлсон, который живёт на крыше», «Царевна-лягушка», «Три толстяка», «Три поросёнка», «Дядя Фёдор, пёс и кот», «Финист-ясный сокол»...

Психолог. Вспомните, какие сказочные герои живут в этих сказках, но не называйте их. Мы сейчас поиграем. Один ребёнок встанет в центр круга и изобразит какого-либо сказочного героя. Остальные должны сначала отгадать, а затем изобразить этого же героя. *(Дети по очереди изображают своих любимых сказочных героев, остальные пытаются угадать, кого задумал водящий.)*

Психолог. Послушайте загадки о сказочных героях и попробуйте их отгадать.

На сметане мешен,
На окошке стужен,
Круглый бок, румяный бок
Покатился...

Дети. Колобок.

Психолог.

Бабушка девочку очень любила,
Шапочку красную ей подарила.
Девочка имя забыла своё.
А ну, подскажите имя её.

Дети. Красная Шапочка.

Психолог.

Носик круглый, пяточком,
Им в земле удобно рыться,
Хвостик маленький крючком,
Вместо туфелек-копытца.
Трое их - и до чего же
Братья дружные похожи.
Отгадайте без подсказки,
Кто герои этой сказки?

Дети. Три поросёнка.

Психолог.

Лечит маленьких детей,
Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит
Добрый доктор...

Дети. Айболит.

Психолог.

Возле леса, на опушке
Трое их живут в избушке.
Там три стула и три кружки,
Три кровати, три подушки.
Угадайте без подсказки,
Кто герои этой сказки?

Дети. Три медведя.

Психолог.

Что за странный
Человек деревянный
На земле и под водой
Ищет ключик золотой?
Всюду нос суёт он длинный.
Кто же это?..

Дети. Буратино.

Психолог.

Вместе с Карлсоном
Прыгал с крыш
Шалунишка наш...

Игра «Любимый сказочный герой». А теперь попробуйте вспомнить свою самую любимую сказку, любимого сказочного героя, на которого вам хотелось быть похожим. Конечно, это может быть и герой мультфильма. Попробуйте превратиться в этого сказочного героя. Затем по очереди представьтесь от имени героя. Например, «Я-Золушка», а потом войдите в круг и подвигайтесь, как двигается ваш герой, немного поживите его жизнью. Затем остальные могут задавать необычные вопросы «Золушке»: «Золушка, какие цветы ты больше всего любишь? Что ты ешь на завтрак? Что видишь во сне?» (*Дети выполняют задание.*)

Психолог. Итак, все показали своих героев, а теперь давайте посмотрим внимательно друг на друга и попытаемся найти сходство каждого ребёнка с его героем. (*Дети выполняют задание. Затем следует краткое обсуждение проведений игры.*)

Психолог. Итак, каждый из вас назвал и изобразил своего любимого героя. А сейчас я вам предлагаю сочинить сказку, в которой все эти герои будут жить. Пусть каждый придумает по 1-2 предложения, но так, чтобы эти предложения связывались между собой. *(Дети выполняют задание.)*

Рисунок «Мой любимый сказочный герой». Мы с вами много говорили сегодня о сказках и сказочных героях. А теперь закройте глаза и ещё раз представьте себе какого-нибудь сказочного героя. Постарайтесь запомнить, как он выглядит. Откройте глаза и нарисуйте этого сказочного героя в своём альбоме. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Мой ласковый и нежный зверь».

Цель: научить детей подражать характерным жестам, движениям, позам, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналогии в человеческом поведении; развивать воображение детей, выразительность их движений.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Садитесь поудобнее, я включу вам аудиозапись, а вы постарайтесь догадаться о чём пойдёт речь сегодня *(звучит запись голосов животных)*. Да, мы поговорим сегодня о животных. Голоса каких животных вы слышали? *(Ответы детей.)*

Игра «Придумаем клички животным с картинки». А теперь давайте вспомним, как выглядят некоторые животные. В центре стола разложены картинки, перевёрнутые изображениями вниз. Каждый из вас по очереди должен будет взять по одной картинке, рассмотреть её и назвать животное. А теперь вам нужно придумать ему имя, у животных оно называется кличкой. Кличку необходимо подбирать, опираясь на внешние данные и на внутренние качества животного. Например, посмотрите на эту картинку. Здесь нарисован кот, которого можно назвать и Пушок (потому что он пушистый), и Черныш (потому что мех у него чёрного цвета), и Мурлыка (ведь наверняка он мурлычет чудные песенки), и Шустрик (потому что ему всё интересно, он быстро бегаёт за ленточкой). *(Далее дети выполняют задание, психолог может помочь в определении черт животных для выбора его клички.)*

Игра «Большой - маленький». А сейчас мы вспомним, как двигаются животные. Для этого вам необходимо разбиться

на пары. Один из пары будет изображать взрослое животное, другой – его детёныша. Давайте вспомним, что может делать взрослое животное?

Дети. Ласкать детёныша; учить добывать себе еду, если это дикое животное; жалеть, наказывать.

Психолог. Всё верно. А детёныш отвечает своим поведением на эти действия. *(Дети работают в парах, изображая по заданию психолога различных животных.)*

Игра «Я и животное».

Психолог. А теперь давайте немного пофантазируем. Представьте, что к нам в комнату по очереди друг за другом входят разные животные. Они невидимые, видеть их могут только я в своих волшебных очках. Я называю животное, а вы представляете, что оно оказалось рядом с вами, и реагируете на него. Например, я говорю: «змея». Наверняка, это животное, которого вы боитесь, или, по крайней мере, опасаетесь. И поэтому нужно сделать испуганное лицо, поджать ноги, чтобы нечаянно не наступить на неё. *(Далее психолог называет животных. Это могут быть: кошка, собака, жираф, ёж, хомячок, лев, лиса и др.)*

Игра «Изобрази животное».

Психолог. А теперь закройте глаза и представьте себе любое животное. Рассмотрите его хорошенько – как оно выглядит, как двигается. Теперь мы будем по очереди показывать движения животного, не называя его. Остальные дети должны угадать, что это за животное. *(Дети выполняют задание.)*

Игра «Сказочная зверюшка».

Психолог. Сейчас я попрошу вас представить себе далёкие планеты, на которых обитают невиданные странные животные. Затем, дети, представьте себе, что появился зоопарк, где можно посмотреть на этих необыкновенных животных. И каждый из вас может придумать и создать какое-нибудь невиданное животное для этого зоопарка. Оно может быть настолько странным и необычным, насколько вы пожелаете.

Рисунок «Сказочная зверюшка». *(Когда рисунки готовы, дети показывают их друг другу.)*

Психолог. Наше занятие подходит к концу. Сегодня мы много говорили о животных. Как и людям, животным приятно,

когда им говорят ласковые слова, даже если это животное, на ваш взгляд, злое или страшное. Вспомните любое животное и скажите ему ласковое слово. Например, я скажу льву: «Ты такой сильный и смелый!» (*Высказывания детей.*)

Расскажите, что вам особенно запомнилось? Что нового вы узнали о животных?

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «Мой волшебный дом».

Цель: преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; сплочение группы, снижение психоэмоционального напряжения.

Ритуал приветствия.

Игра «Строители». Психолог предлагает каждому ребёнку построить себе дом, используя предметы, находящиеся в помещении (мягкие модули, большие кубики и т.п.). После выполнения задания детям задаются вопросы:

- «Удобно ли тебе будет жить в этом доме?»;
- «Где ты разместишь приехавших к тебе гостей?»;
- «Кто будет жить в этом доме кроме тебя?» и т.д.

По окончании беседы детям предлагается построить большой общий дом.

Упражнение «Стройка». Движениями показывать как – кладут кирпичи, носят в ведре цемент, красят, пилят, забивают гвозди и т.д.

Упражнение «Робот в доме».

Психолог. Представьте, что к вам с другой планеты в ваш волшебный дом прилетел инопланетянин и предложил научить вас и показать, как на их планете изобретают роботов...

Дети делятся на пары. Один из детей, входящих в пару, будет использовать роль изобретателя, другой - робота. «Робот» ищет спрятанный предмет, движется по указанию «изобретателя» прямо, влево и т.д. Затем, дети меняются ролями. Упражнение повторяется. После того, как каждый ребёнок побывает в разных ролях, психолог спрашивает: «Кем больше понравилось быть – изобретателем или роботом? Почему?»

Рисунок «Мой волшебный дом». (*После выполнения задания дети обсуждают рисунки друг друга, задают вопросы, делятся впечатлениями.*)

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 7 «Я знаю, я умею, я могу!».

Цель: научить детей позитивным способностям общения со сверстниками и развивать навыки совместной деятельности.

Ритуал приветствия.

Игра «Я и другие».

Психолог. Я предлагаю вам выполнить одно очень интересное задание. Посмотрите на своего соседа справа, а потом расскажите нам о нём, о том, что в нём есть хорошего, подчеркните его положительные черты. А после скажите, от чего ему надо избавиться, чтобы стать ещё лучше. *(Дети выполняют задание.)*

Игра «Колдун».

Психолог. Вы хорошо говорили друг о друге, а теперь давайте помолчим. Представьте, что вас заколдовал колдун, так, что вы потеряли способность говорить. На вопросы, которые будем задавать я и другие дети, вы можете отвечать только жестами. С помощью наших вопросов вы постараетесь рассказать историю о том, как вас заколдовали. Вспомните, что с помощью движений рук можно показать размер и форму предметов, своё настроение. *(Дети по очереди выполняют задание.)*

Игра «Я знаю, я умею, я могу!»

Психолог. Мы с вами уже многому научились, стали старше и умнее. Давайте вспомним, что мы уже знаем. Вставайте в круг. Мы будем кидать мяч друг другу. Я первая кидаю мяч со словами:

«Я знаю пять (шесть-семь- по количеству детей в подгруппе) имён девочек...» (мальчиков; названий настроений; ласковых слов; отличий животного от человека; способов порадовать родителей и т.п. мяч передаётся на каждое новое слово, таким образом, каждый из вас говорит одно слово и кидает мяч соседу. По такому же принципу выстраивается цепочка ответов «Я умею», «Я могу».

Рисунок «Наша группа».

Психолог. А теперь я предлагаю вам на одном большом листе бумаги нарисовать нашу группу. Каждый рисует то, что хочет. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Раздел 3. «Я и моё окружение».

Занятие № 1. «Мы так похожи».

Цель: формировать у каждого ребёнка чувство принадлежности к группе; расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, дети! Задумывались ли вы над тем, что, несмотря на всё разнообразие человеческих лиц, иногда мы встречаем двух почти одинаковых людей? Как их называют? *(Двойняшки, близнецы.)* Но похожими между собой могут быть не только двойняшки, но даже мы с вами. Не верите? Посмотрите друг на друга и скажите, чем вы схожи с соседом справа. Вы можете называть черты сходства во внешности, в поведении, увлечении. *(Дети отвечают.)*

Психолог. Ну вот, вы и убедились, что черты сходства можно найти между любыми людьми.

Игра «Ассоциации». А теперь я хочу усложнить задание. Закройте глаза и представьте себе тот цветок или животное, на которое, как вам кажется, вы похожи. *(Включается музыка.)* Рассмотрите его получше, а теперь откройте глаза и расскажите нам, кого вы представляли себе и почему. *(дети выполняют задание.)*

Игра «Подарок». Вы хорошо выполнили это задание, поэтому я могу вас пригласить в парк развлечений, где нас ждут удивительные приключения. В этот парк входят не по билету – при входе нужно сделать подарок другим людям. Ребята, кто любит получать подарки? А кто дарить? А кто что больше любит? *(Ответы детей.)*

Сегодня мы поиграем в игру, которая позволит вам и дарить, и получать подарки, только выдуманные. Но я думаю, что выдуманные подарки почти так же интересны, как и настоящие. Итак, давайте представим себе, что мы стали всемогущими. И можем подарить любой подарок соседу справа. Посмотрите на него внимательно, попробуйте угадать, какой подарок ему хотелось бы получить больше всего.

А теперь по очереди «подарим друг другу наши подарки». Не забывайте при этом смотреть товарищу в глаза. А тот, кто получит подарок, конечно, не забудет поблагодарить. *(После того как дети «подарят друг другу подарки», можно спросить*

их, какие подарки им понравились больше и почему, что было приятнее: дарить или получать.)

Игра «Мыльные пузыри». Итак, мы вошли в Парк. Смотрите, навстречу нам выходит клоун, который выдувает мыльные пузыри. *(Психолог-ведущий имитирует выдувание мыльных пузырей, а дети произвольно двигаются по комнате, сталкиваются и кружатся, изображая полёт этих пузырей. Во время свободного движения читается стихотворение.)*

Мыльные пузыри

Осторожно - пузыри-пузыри...

- Осторожно, какие!

- Ой, смотрите!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

(Э. Фарджен)

(После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол).

Игра «Комната смеха». А теперь мы отправимся в комнату смеха. Кто-нибудь из вас бывал в комнате смеха? Там стоят кривые зеркала, которые могут расширить или сузить изображение, удлинить или укоротить, или же совсем искривить его. Смотреть на себя в такие зеркала бывает обычно очень смешно. Сейчас каждый из вас станет кривым зеркалом. *(Психолог задаёт детям тип зеркала.)*

Один из вас зайдёт в нашу «комнату смеха» и по очереди будет подходить к каждому зеркалу и делать перед ним какое-либо движение. А «зеркало» попробует его отразить. Побеждает то «зеркало», которое сумеет отразить «посетителей» смешнее всего. Потом в комнате смеха у нас побывает каждый.

(Все дети по очереди выполняют роль «посетителя». После игры проводится небольшое обсуждение.)

Психолог. Ну, сразу видно, что смеяться и веселиться вы все умеете и любите, и этим вы тоже похожи друг на друга.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 2 «Мы такие разные».

Цель: научить детей различать индивидуальные особенности детей в группе.

Ритуал приветствия.

Психолог. Сегодня на нашем занятии мы поговорим о том, какие мы все разные.

Игра «Башенка из игрушек». У меня а столе лежат картинки с изображениями различных игрушек и других предметов. Пусть каждый из вас по очереди возьмёт набор картинок и выложит и какую башенку: в первом окне на её вершине будет находиться ваша самая любимая игрушка, в окне пониже – менее любимая и т.д.

(По завершении упражнения психолог помогает детям сделать вывод, что у каждого из них получилась своя башенка, т.е. дети выбирали игрушки по своему личному предпочтению.)

Игра «Мы такие разные». Вставайте в круг. Я буду задавать вопросы, а тот ребёнок, о котором пойдёт речь, сделает шаг вперёд.

Психолог. Кто у нас самый высокий?...самый маленький?

У кого самые светлые волосы?...тёмные волосы?

У кого на голове есть бант?

У кого на одежде нет пуговиц?

У кого в одежде присутствует красный (синий, жёлтый) цвет?

(После игры психолог обращает внимание детей на то, что они снова смогли убедиться в наличии у каждого из них чего-то такого, чего нет у других.)

Игра «Спиной друг к другу». А теперь давайте проверим, насколько хорошо вы умеете запоминать особенности внешности друг друга. Для этого вам необходимо разбиться на пары и встать спиной друг к другу. Я разрешаю вам на минутку развернуться и посмотреть друг на друга. Затем один из пары будет описывать внешность своего партнёра – какие у того волосы, глаза, нос, одежда... *(В конце игры психолог отмечает лучших игроков, которые смогли запомнить и назвать наибольшее число деталей внешности и одежды своего партнёра по игре. Затем психолог вместе с детьми обсуждает на примере 1-2 пар играющих, чем они отличаются друг от друга.)*

Игра «Знакомство-представление».

Психолог. Мы сегодня много говорили о том, какие мы разные. Вы много узнали и о себе, и о других детях. Теперь я дам вам новое задание. Разбейтесь на пары. Познакомьте нас

со своим партнёром, представьте его всем нам. Расскажите о нём то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих, постарайтесь вспомнить что-то необычное, свойственное только ему... (*Дети выполняют задание.*)

Психолог. Надеюсь, что после нашего занятия вы поняли, какие люди разные, каждый со своими привычками, внешностью, поведением.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 3 «Язык жестов и движений».

Цель: расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.

Ритуал приветствия.

Психолог. Здравствуйте, дети. Я очень рада вас видеть. Скажите, с помощью чего вы можете общаться с другими людьми? (*С помощью слов, речи.*)

Психолог. А есть ещё один способ объяснения с человеком: без слов, с помощью движения рук, тела, взгляда. Как вы думаете, можно ли узнать, о чём думал, что чувствовал писатель, художник или композитор, читая, рассматривая или слушая их произведения? Попробуйте угадать настроение, слушая музыку (*звучит мелодия*).

Дети отвечают.

Игра «Через стекло». Давайте и мы поучимся разговаривать без слов. Сейчас вы разделитесь на пары. Каждая пара по очереди попробует перед нами сказать что-то без слов. Представьте, что между вами стекло, через которое не проникают звуки, и вам нужно объясниться с помощью движений рук.

(Темы для разговора детям можно предложить:

- «Выходи на улицу гулять, поиграем в футбол» - «Я сейчас поем и выйду»;
- «Принеси мне стакан воды, я хочу пить» - «Я не знаю, где стакан»;
- «Надень шапку, на улице холодно» - «Я не буду надевать, я не замёрзну» и т.п.

Дети также могут сами придумать своё сообщение. После игры надо выяснить, насколько точно и правильно дети

поняли друг друга, и обсудить, что они чувствовали при передаче сообщений, легко ли им было.)

Упражнение «Артисты пантомимы».

Психолог. А вы знаете, что без слов можно не только разговаривать друг с другом, но и изображать различные предметы? Давайте попробуем это сделать. (Детям предлагается изобразить предметы: часы с кукушкой, горящую свечу, мигающую лампочку, горячий утюг; людей различных профессий: дирижёра оркестра, парикмахера за работой, повара, готовящего обед, зубного врача, выдёргивающего зуб, шофёра, чинящего автомобиль.)

Игра «Кто я?».

Психолог. Вы уже умеете разговаривать без слов, и мы можем поиграть в игру-загадку. Я предлагаю вам подумать и изобразить что-то или кого-то движениями рук, тела, взглядом (например: поезд, чайник, дерево, собаку, птицу, самовар и т.д.). Остальные должны отгадать изображаемый предмет. (После правильного ответа психолог спрашивает, по каким признакам ребёнок догадался, что загадан именно этот предмет.)

Игра «Заколдованный ребёнок». А теперь – новая игра. Сначала выберем водящего. Представьте себе, что этого ребёнка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает только жестами. Указательным пальцем он может показывать на различные предметы и указывать направления: шкаф, стол, внизу, вверху, там. Задайте нашему заколдованному ребёнку какой-нибудь вопрос, а он пусть ответит на него без слов. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 4 «Давайте жить дружно»

Цель: развивать групповую сплоченность; преодолевать трудности в общении.

Ритуал приветствия.

Психолог. У вас есть настоящие друзья? Как вы думаете, что значит выражение «настоящий друг»?

Дети отвечают.

Психолог. А вот можно ли сказать про вас, что вы все «хорошие друзья», мы и проверим сегодня. В дружбе обязательно все помогают друг другу.

Игра «Путанка». Нам необходимо выбрать одного водящего. Он встанет спиной к остальным детям. Все игроки выстраиваются в шеренгу, берутся за руки и начинают «запутываться», но обязательно не разжимая рук. Задача водящего – распутать всех с тем же условием, не разжимая рук. Настоящие друзья делают всё вместе, сообща.

Игра «Поварята». Все встают в круг-это кастрюля. Сейчас мы будем готовить суп. Пусть каждый придумает, чем он будет (мясом, картошкой, морковкой, луком, капустой, петрушкой, солью и т.д.). *(Психолог выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя должен впрыгнуть в круг. Игра продолжается до тех пор, пока все «продукты» не окажутся в «кастрюле».*

Психолог. Посмотрите, ребята, какое у нас вкусное блюдо получилось, просто объединение.

Каждый человек вкладывает в дружбу какую-то частичку себя: кто-то –доброту, кто-то –весёлость, кто-то –заботу о других.

Игра «Психологическая лепка». Сейчас вы попытаетесь стать частью целого, а именно – одной общей скульптуры. Я попрошу вас «слепить» из своих тел одну общую фигуру *(можно на ковре):* морскую звезду (ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т.д.) – и показать, как она движется. Запомните: вы должны не только «слепить» фигуру, но и оживить её, двигаясь плавно и слаженно, не нарушая её целостности. *(Дети по заданию психолога образуют «скульптурную композицию» и в таком виде проходят по комнате, стараясь двигаться слаженно и не нарушить целостность группы.)*

Упражнение «Договорись взглядом».

Психолог. Хорошие друзья понимают друг друга с полуслова, иногда им стоит только посмотреть друг на друга, и они поймут, о чём хотел сказать другой. Вот и мы сейчас попытаемся это сделать. Рассаживайтесь по кругу. Вам необходимо найти себе пару при помощи одного взгляда, без слов. Когда вы услышите мой хлопок, поменяйтесь местами с выбранным партнёром. Старайтесь, чтобы никто у нас без пары не остался. *(Дети выполняют задание.)*

Игра «Не намочи ноги» *(игру можно провести в виде соревнования).* Условно разделим нашу комнату на две части:

сушу и болото. Через болото можно перейти по этим дощечкам (*психолог выкладывает на пол дощечки*), но только в паре. Найдите себе пару. Каждой паре необходимо по этим дощечкам-мостикам перейти на другой берег. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Второй каждый раз передаёт дощечку вперёд, а первый кладёт её и осторожно переступает на неё и т.д. Победит та пара, которая дружно и быстро доберётся до края болота. (*Дети разбиваются на пары и выполняют задание.*)

Игра «Доброе животное». Встаньте в круг и возьмитесь за руки. Мы -одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. (*Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей.*) А теперь подышим вместе. Вдох - вместе делайте шаг вперёд. Выдох-шаг назад. Вдох - вместе делайте два шага вперёд. Выдох-два шага назад. Послушайте, как чётко и ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук - делайте шаг вперёд, стук-шаг назад. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 5 «Мальчики и девочки».

Цель: учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении; развивать навыки общения мальчиков с девочками.

Ритуал приветствия.

Психолог. А как вы думаете, каким должен быть мальчик, с которым детям хотелось бы дружить?

Дети отвечают.

Психолог. А какой должна быть девочка, с которой детям хотелось бы дружить?

Дети отвечают.

Психолог. А теперь, девочки, давайте предоставим мальчикам возможность проявить смелость, ловкость.

Игра «Петушки». Я приглашаю мальчиков принять участие в весёлом соревновании. Мне понадобятся два игрока. Им нужно будет встать друг напротив друга и, прыгая на одной ноге, хлопать друг друга ладонью по ладони. Не устоявший на одной ноге считается проигравшим. Проигравшие по очереди выбывают из игры. В конце игры остаётся один – победивший всех остальных. (*Дети выполняют задание.*)

Психолог. Девочки, давайте поздравим победителя и поаплодируем ему. А сейчас мы проведём конкурс среди девочек. Девочки наши должны быть изящными, грациозными, и мы с мальчиками это сейчас проверим.

Упражнение «Приглашение на танец». Наши девочки будут танцевать. Но, чтобы им было легче это сделать, им будут немножко помогать наши мальчики. Итак, мальчики приглашают девочек на танец. *(Педагог объясняет и показывает детям, как это надо делать мальчики кланяются, приглашают жестами девочек на танец, а девочки грациозно приседают, благодаря мальчиков за приглашение.)*

Разбейтесь на пары: мальчик с девочкой. Возьмитесь за руки. *(Звучит музыкальное сопровождение. Дети танцуют.)* Музыка закончилась. Поклонитесь друг другу. Мальчики, отведите девочек на место. Теперь, мальчики, выбирайте девочку, которая танцевала лучше других.

Игра «Лужа».

Психолог. Я подготовила для вас игру, в которой мальчики научатся помогать девочкам, а девочки - благодарить мальчиков за их помощь.

Садитесь на стульчики. *(Психолог, переходя от одного ребёнка к другому, говорит: «Иду, иду, иду, дружка себе найду!» Затем останавливается перед одним из детей и спрашивает: «Хочешь играть со мной? Тогда пойдём вместе». Психолог берёт ребёнка за руку, и они вместе идут дальше, декламируя: «Идём, идём, идём, дружка себе найдём!» Постепенно психолог собирает в одну цепочку всех детей. Все образуют круг.)*

Игра «Найди свою пару». А теперь новая игра. Встаньте парами: девочка с мальчиком. Посмотрите на своего партнёра. Как только зазвучит музыка, вы свободно будете двигаться по группе уже без пары. Как только музыка прервётся, все девочки и мальчики должны как можно скорее найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успеют найти друг друга и взяться за руки, будут победителями. *(Игру можно повторить 3-4 раза.)*

Итак, что нового вы узнали сегодня о мальчиках и девочках? Каким должен быть мальчик? девочка? *(Ответы детей.)* Нарисуйте в своих альбомах мальчика и девочку.

Ритуал прощания с группой.

Занятие № 6 «С кем я живу».

Цель: учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

Ритуал приветствия.

Беседа «Что такое семья?» А вот чьи вы – это мы сегодня и попробуем выяснить. Сегодня наш разговор пойдёт о вас и о ваших семьях. Как вы думаете, что такое семья? *(Ответы детей.)* Да, семья-это близкие друг другу люди, они живут вместе и помогают друг другу.

Упражнение «Кто кому кто?» Посмотрите на эту картинку: здесь изображена большая семья. *(Демонстрируется картинка «Семья».)* Давайте разберёмся, кто в этой семье кому и кем доводится. Каждому из вас я дам карточку, на которой изображены отдельные члены семьи. Вы должны будете сказать, кто кому кем приходится. Например, в этой семье два мальчика: они друг другу – братья; бабушке девочка доводится внучкой. *(Дети выполняют аналогичные задания.)*

Давайте поближе познакомимся с каждым членом семьи. А начнём мы это знакомство с мамы. С чем можно сравнить мамину улыбку?

Дети отвечают.

Психолог. От маминой улыбки нам становится очень хорошо, радостно, светло и тепло, как от солнышка. А сами вы улыбаетесь своей маме? *(Ответы детей.)*

Беседа «Чем порадуем родителей?» Я предлагаю вам послушать одно стихотворение:

Мой день

Утром я проснулся сам,
Утром я оделся сам,
А потом умылся сам,
Съел свой завтрак тоже сам.
Днём я прогулялся сам
И домой вернулся сам.
Дома поиграл я сам,
Книжку почитал я сам,
Вечером разделся сам,
Спать улёгся в тишине...
Увидел звезду в окне.

Не скандалил и не хныкал.

Вот и всё.

Спасибо мне!

Дети, расскажите, как вы ведёте себя дома и что умеете делать самостоятельно. Узнал ли кто-нибудь из вас в этом стихотворении себя? Объясните, плохо или хорошо вёл себя мальчик в стихотворении, и как бы вели себя вы, понравится ли ваше поведение маме или папе, если вы будете такими, как этот мальчик? Как вы можете порадовать маму? Папу? *(Ответы детей.)*

Игра «Мы очень любим».

Психолог. Семья-это люди, которые любят друг друга. Вставайте в кружок. Выберем ведущего, он встанет в центр круга. А остальные представят, что они - мама, папа, бабушка, дедушка - словом, те, кто очень любит нашего ведущего. Он будет нам по очереди кидать мячик, а мы - называть его ласковыми словами.

А теперь вспомните ситуации, когда вы своей семьёй бывали в интересном месте или, может, вы отмечали какой-нибудь праздник, а может, это был самый обычный день, но вам вместе было хорошо, уютно. *(Рассказы детей.)*

Рисунок «Особый день моей семьи».

Психолог. В своих альбомах нарисуйте этот день, подумайте, чем будут заняты на картинке члены вашей семьи, какое настроение будет на их лицах. Покажите рисунки друг другу, поделитесь своими впечатлениями.

Что нового вы узнали на сегодняшнем занятии? Что вам особенно запомнилось?

Ритуал прощания с группой.

Список литературы.

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности.-М.: Просвещение, 1995.
3. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии.-М.:Просвещение, 1984.
4. Краснощёкова Н.В. Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего дошкольного возраста. Тесты. Игры. Упражнения.-Ростов н/Д.:Феникс, 2006.
5. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми.-М.: Детство-Пресс, 2005.
6. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность.-Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. - Ярославль: Академия развития, 1996.
8. Ключева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение: дети 5-7 лет, 2-е изд.-Ярославль: Академия развития, 2001.
9. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения.-М.: Просвещение, 1986.
10. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры.-М.: Владос, 2001.
11. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры.-М.: Детство-Пресс, 2000.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога.-М.: Владос, 1999.
13. Снегирёва Л.А. Игры и упражнения для развития навыков общения у дошкольников.-Миниск: Гамма, 1995.
14. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям. Тренинговые программы.-М.: Детство-Пресс, 2007.
15. Шипицина Л.М. Азбука общения: Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.-М.: Детство-Пресс, 1998.
16. Ежеквартальный научно-практический журнал. Психолог в детском саду, № 4-Обнинск, 2005

МЕТОДИКА
ОПРЕДЕЛЕНИЕ САМООЦЕНКИ РЕБЁНКА
(автор В.Г.Щур)

Цель диагностики: выявление особенностей самооценки ребёнка.

Экспериментальный материал: шесть нарисованных лесенок, состоящих из пяти ступенек.

Ход проведения исследования и последовательная оценка результатов.

Ребёнку предлагаются лесенки из пяти ступенек, где верхняя ступенька – позитивная оценка, а нижняя – негативная. Экспериментатор просит отметить крестиком на каждом отрезке своё место «среди всех людей» по уровням, соответственно, «здоровья», «ума», «характера», «счастья», «красоты», «доброты».

Для дошкольника благоприятны завышенные самооценки с различных позиций по всем уровням (самый умный, самый красивый...). Низкие самооценки характеризуют наличие внутриличностных и межличностных конфликтов у ребёнка.

После выполнения первого задания ребёнку даётся следующее: он должен отметить условным обозначением (кружком, звёздочкой, крестиком другого цвета и т.п.) своё место по уровням с позиции мамы, папы, воспитателей, детей. Если другие значимые люди (по мнению ребёнка) оценивают его так же, как он оценивает себя, или дают более высокую оценку, - ребёнок защищён психологически, эмоционально благополучен.

Можно добавлять или изменять названия уровней (например: большой – маленький...).

Методика используется для сопоставления её результатов с оценкой данного ребёнка со стороны семьи и воспитателей детского сада.

МЕТОДИКА
ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ
РЕБЁНКА С РОДИТЕЛЯМИ
(автор Г.Т. Хоментausкас)

Проективная методика «Рисунок семьи»

Цель диагностики: исследование межличностных отношений ребёнка с родителями.

Экспериментальный материал: лист бумаги, простой карандаш или набор цветных карандашей.

Ход проведения исследования.

Если в рисунке семьи руки каждого (или одного) члена семьи неодинаковы, то можно предположить, что особенности характеризуют стиль общения конкретных членов семьи.

В процессе выполнения задания с ребёнком, рекомендуется обращать внимание на паузы, возвращения к уже нарисованным фигурам, исправления, чрезмерное штрихование, спонтанные высказывания.

Расстояние между фигурами отражает реальную эмоциональную дистанцированность каждого члена семьи по отношению к ребёнку, друг к другу (с точки зрения самого ребёнка).

Барьеры (члены семьи изображаются разъединёнными различными предметами) свидетельствуют об эмоциональной разобщённости, о конфликтности семейных отношений.

Порядок изображения. Наиболее информативно то, кого из членов семьи ребёнок изображает первым. Как правило, это либо наиболее эмоционально значимый член семьи, либо тот член семьи, которого ребёнок боится, но почитает. Уточнить, с каким эмоциональным отношением связано изображение первым того или иного члена семьи, позволяет анализ рисунка в целом. Если ребёнок рисует себя в

непосредственной близости с изображённым первым членом семьи, который при этом тщательно прорисован, декорирован, можно предположить, что именно к нему ребёнок наиболее привязан. В том случае, когда ребёнок рисует себя в отдалении от первого изображённого члена семьи, нарисованного к тому же схематично или радуцированно, вообще не рисует себя или изображает последним, то, скорее всего, с этим членом семьи у него связаны наиболее отрицательные эмоции, на которых он сознательно или бессознательно акцентирует своё внимание. Если первым ребёнок изображает себя, скорее всего, он воспринимает себя как центр всего, он воспринимает себя как центр внимания, считает главным в семье. При такой ситуации его собственное изображение значительно отличается от других по степени детализированности, тщательности прорисовки, декорированности. В других случаях – если в рисунке есть показатели личностного неблагополучия ребёнка – необходимо уточнить, не выполняет ли такое изображение функцию компенсации. Изображение первыми различных предметов, а не людей рассматривается как уход, защита от неприятного задания. Это свидетельствует о неблагополучии в семейной ситуации или о недостаточном доверии ребёнка к экспериментатору. Если последней рисуется фигура матери, то чаще всего это говорит о негативном отношении ребёнка к ней. Изображение последними других членов семьи не интерпретируются как показатель таких отношений.

Состав семьи. Изображение всей семьи рассматривается как один из показателей благоприятной семейной ситуации, но может свидетельствовать о ней только в сочетании с другими показателями ненарушенных семейных отношений, об их конфликтности.

Изображение не входящих в семью детей рассматривается как проявление чувства одиночества в семье, недостатка внимания. Включение в рисунок не живущих в доме животных (как правило, пушистых и мягких) интерпретируется так же, как и расширение семьи за счёт детей. С той только разницей, что здесь можно предположить у ребёнка выраженную потребность в более тёплых эмоциональных отношениях, тогда как включение в рисунок детей свидетельствует, скорее всего, о потребности в общении

на равных. Отсутствие изображения какого-нибудь члена семьи (или радуцированное его изображение) может быть связано с негативными эмоциями по отношению к нему, конфликтными отношениями ребёнка с ним. Часто в рисунке отсутствуют братья и сёстры, что связано с конкурентностью в отношениях с ними.

Если отсутствует изображение самого ребёнка, это указывает на эмоциональное неприятие ребёнка в семье, чувство отверженности у него.

Так же интерпретируется отсутствие изображения членов семьи (ребёнок рисует себя одного или с кем-нибудь другим, не входящим в семью).

Эти варианты различаются отношением ребёнка к такому отвержению. В случае отсутствия изображения ребёнка можно предположить, что он чувствует свою вину за то, что не принимается членами семьи. В другом случае ребёнок обвиняет семью, что приводит к весьма драматичной ситуации: ребёнок и злится, и обижается на своих родителей, и любит их. (Часто такая противоположность эмоций находит выход в агрессивных тенденциях, негативной демонстративности). Изображение различных фигур на разных сторонах листа или на разных листах рассматривается как показатель враждебности между «разъединёнными» членами семьи.

Отказ рисовать семью (при условии хорошего контакта экспериментатора с ребёнком) свидетельствует о чрезмерном эмоциональном напряжении ребёнка в связи с семейной ситуацией, тенденции к вытеснению этих отношений.

Величина фигур. Неадекватно большое изображение какого-нибудь члена семьи может свидетельствовать о его доминантности. Такое доминирование может вызывать у ребёнка отрицательное отношение, и тогда в рисунке встречаются другие показатели такого отношения (например, штриховка этой фигуры).

Неадекватно большое изображение ребёнком самого себя интерпретируется как чувство своей значимости. Однако, если в рисунке есть указания на неблагополучную семейную ситуацию, личностные трудности ребёнка, то скорее всего, изображение свидетельствует о потребности ребёнка в признании своей значимости.

Изображение себя неадекватно маленьким свидетельствует о нарушенных семейных отношениях, эмоциональной зависимости, чувстве неуверенности у ребёнка, о потребности в заботе.

Изображение неадекватно маленьким какого-нибудь члена семьи, рассматривается как показатель нарушенных отношений ребёнка с ним, испытываемых по отношению к нему отрицательных эмоций.

Выражение лиц нарисованных членов семьи может быть отражением чувств ребёнка к ним или представления ребёнка о том, как они к нему относятся.

Поправки. Стирание нарисованных фигур, возвращение к их доработке, свидетельствует о значимости для ребёнка того или иного члена семьи. Однако эта значимость может быть как положительной, так и отрицательной. Если доработки не привели к улучшению результатов, то это, как правило, свидетельство отрицательного, конфликтного отношения, вызывающего эмоциональное напряжение.

Позы перед рисованием той или иной фигуры также рассматриваются как показатель конфликтности отношения ребёнка с данным членом семьи.

Расположение фигур на линии основания, проведение линий под рисунком могут рассматриваться как симптомы тревожности ребёнка. В некоторых случаях так же может быть проинтерпретировано и преобладание в рисунке вещей (по сравнению с людьми).

Дополнительная информация. Дополнительную информацию о семейных отношениях можно получить, предложив ребёнку раскрасить рисунок семьи. Совпадение цветов при раскрашивании расценивается как показатель эмоционально близких отношений ребёнка с данным членом семьи.

Приложение 3

«Тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

Методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен. Проективный тест исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных

ситуациях (где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени). При этом тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Последние заключаются, в частности, в торможении активности ребенка, направленной на достижение успехов. Высокая тревожность часто сопровождается высоко развитой потребностью избегания неудач и тем самым препятствует стремлению к достижению успеха.

Тревожность, испытываемая ребенком в одной ситуации, не обязательно будет так же проявляться в другом случае. Значимость ситуации зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребенком в этих ситуациях. Отрицательный эмоциональный опыт формирует тревожность как черту личности и соответствующее поведение ребенка.

Психодиагностика тревожности выявляет внутреннее отношение данного ребенка к определенным социальным ситуациям, раскрывает характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду.

Тест проводится индивидуально с детьми 3–7 лет.

Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. Методика "Выбери нужное лицо". Проективная диагностика детей:

Инструкция.

В процессе исследования рисунки предъявляются ребенку в строгой последовательности, один за другим. Показав ребенку рисунок, тестирующий к каждому из них дает инструкцию-разъяснение следующего содержания (см. в обработке к тесту).

Обработка.

Рис.1. Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное? Он (она) играет с малышами».

Рис.2. Ребенок и мать с младенцем: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

Рис.3. Объект агрессии: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.4. Одевание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) одевается».

Рис.5. Игра со старшими детьми: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».

Рис.6. Укладывание спать в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) идет спать».

Рис.7. Умывание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной».

Рис.8. Выговор: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.9. Игнорирование: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.10. Агрессивное нападение: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.11. Собираение игрушек: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки».

Рис.12. Изоляция: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.13. Ребенок с родителями: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

Рис.14. Еда в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) ест».

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

Рисунок	Высказывани е ребенка	Выбор	
		Веселое лицо	Грустное лицо
1. Игра с младшими детьми			
2. Ребенок и мать с младенцем			
3. Объект агрессии			
4. Одевание			
5. Игра со старшими детьми			
6. Укладывание спать в одиночестве			
7. Умывание			
8. Выговор			
9. Игнорирование			
10. Агрессивность			

11. Собираание игрушек			
12. Изоляция			
13. Ребенок с родителями			
14. Еда в одиночестве			

Протоколы, полученные от каждого ребенка, далее подвергаются анализу, который имеет две формы: количественную и качественную.

Ключ, интерпретация.

Количественный анализ.

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

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

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

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

Качественный анализ

Ребенок анализируется индивидуально. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»).

Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать наивысшим ИТ.

Дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собираание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в

рисунках, моделирующих отношения ребенок – взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).