

**Муниципальное автономное дошкольного
Образовательное учреждение г. \Нижевартовска
Детский сад №29 «Ёлочка»»**

**ПРОГРАММА
«Тропинки к себе »**

Развитие социальных умений, коммуникативной гибкости, создание чувства
принадлежности к социуму
Для детей среднего, старшего дошкольного возраста

**Составила:
Воспитатель
Горбенко Н.А**

г .Нижевартовск

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

Психическое здоровье – фундамент духовного развития. В последнее время отмечается рост пограничных нервно-психических расстройств у детей и подростков. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Возрастные особенности дошкольников, обусловленные пока ещё ограниченными возможностями в осознании и вербализации межличностных отношений, ставят педагогов 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.

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.

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

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

По мнению педагога Е. Т. 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: породить 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.

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.

Актуальность

По мнению психолога Л. И. Катаевой, застенчивость – сложное состояние, и оно может оказать самые разнообразные воздействия – от ощущения лёгкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми и тяжёлых неврозов. Наверное, её можно назвать, наиболее, распространённой причиной, осложняющей общение.

Общительность, потребность в эмоциональном контакте во многом зависит от того опыта, который сложился у человека. Если в семье, во дворе, в группе отношения напряжённые – ребёнок может уйти в себя и замкнуться. Всем педагогам приходилось иметь дело с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как застенчивость, замкнутость, нерешительность, робость, испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми. Застенчивость, нерешительность и неуверенность в себе свойственна многим детям и взрослым.

Последствия этих личностных особенностей могут быть удручающими:

- отказ от встреч с новыми людьми, ограничение круга друзей и знакомых;
- невозможность выразить своё мнение и отстоять свои права;
- боязнь людей, особенно тех, от которых исходит, по мнению ребёнка (или взрослого), какая-то эмоциональная угроза, и т.д.

На сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость является результатом реакции на эмоцию страха, которая возникает в определённый момент при взаимодействии ребёнка с другими людьми и впоследствии закрепляется.

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. Фиксация 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.

По мнению современных психологов Н. В. Клюевой и Ю. В. Филипповой, неблагоприятные отношения в семье, которые проявляются в непоследовательности и противоречивости воспитания негативно влияют на психику ребёнка.

Существуют и более сложные причины – психофизиологические особенности ребёнка (определённая незрелость или минимальные поражения нервной системы вследствие неблагоприятного протекания беременности матери или родов, что при правильном воспитании преодолевается к 7-8 годам).

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 чувствителен для формирования ситуативно-деловой формы общения с другими детьми.

Методологической основой программы являются труды авторитетных психологов и педагогов в области языкознания (теория коммуникативности – А.Н.Леонтьев, А. М.

Шахнарович), психологии (теория общения – А. А. Боданев, Б. Ф. Ломов), психоаналитики (теория речи – А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн).

Над проблемой развития коммуникативных способностей у детей дошкольного и младшего школьного возраста работают О. М. Казарцева, Т. А. Ладынежская, М. Р. Львов, А. Г. Арутаева, Л. М. Шипицина и др.

Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста рассматриваются нами с учётом исследований Н. В. Клюевой, Ю. В. Касаткиной, М. И. Лисиной, В. С. Мухиной.

Методики обследования самооценки у детей, уровня общительности педагогов, уровня родительского отношения, уровня межличностных отношений ребёнка с родителями представлены в литературе рядом авторов: В. Г. Щур, В. Ф. Ряховского, А. Я. Варги и В. В. Столина, Г. Т. Хоментаскаса.

Программа «Тропинка к себе» – это комплексные занятия, которые строятся в доступной и интересной для детей форме.

Цель программы: развитие социальных умений, коммуникативной гибкости, создание чувства принадлежности к социуму, положительного эмоционального фона, умения понимать своё эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей, формирование «позитивного отношения к своему «Я», профилактика неврозов и невротических реакций, нарушений поведения, профилактика школьной дезадаптации.

Задачи программы:

1. Познакомить с эмоциями человека, осознать собственные эмоции и чувства, научиться распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.
2. Учить детей преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе, внутренне раскрепощаться.
3. Развивать язык жестов, мимики и пантомимики, научить детей понимать, что кроме речевых существуют и другие средства общения.
4. Развивать навыки совместной деятельности в коллективе; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу; осознавать свою собственную уникальность; формировать способность выражать словом свои чувства; понимать другого; уметь согласовывать свои действия с действиями партнёра.

Принципы реализации программы

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

1. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
2. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
3. Принцип наглядности – демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игра 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 среднего дошкольного возраста.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Сроки реализации и возраст детей

Занятия рассчитаны на 2 года и проводятся с октября по март включительно с детьми средней и старшей групп. Сентябрь, январь, апрель – диагностика.

Ведущей формой работы являются тренинги.

Для работы с детьми, имеющими личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе) применяется цикл из 38 занятий (19 занятий в средней группе, 19 занятий в старшей группе).

Продолжительность занятий 20-25 минут.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Структура программы

Программа «Тропинка к себе» состоит из трёх разделов:

1. «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.

2. «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.

3. «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.

Задачи 1-го раздела:

Средняя группа

- углубить знания детей о базовых эмоциях радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса;
- учить детей различать эмоции по их схематическим изображениям;
- учить детей передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства мимики, пантомимики, интонации;
- развить у детей эмпатию (способность к сопереживанию).

Старшая группа

- закреплять полученные знания об эмоциях;
- расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая их сравнивать;
- продолжать способствовать открытому проявлению эмоций различными социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими).

Задачи 2-го раздела:

Средняя группа

- способствовать осознанию ребёнком своего имени;
- учить различать свои индивидуальные особенности (внешность, пол, походка);
- формировать адекватную самооценку;
- способствовать самопознанию ребёнка (обучение детей самонаблюдению, пониманию и принятию своих чувств);
- помогать ребёнку поверить в свои силы;
- гармонизировать потребность ребёнка в социальном признании.

Старшая группа

- способствовать психическому и личностному росту детей;
- продолжать формировать позитивное отношение к своему «Я»;
- помогать ребёнку осознавать свои характерные особенности, предпочтения; способствовать пониманию того, что он, как и каждый человек уникален и неповторим;
- помогать детям отрегулировать имеющиеся у них неуверенность, тревожные состояния, страхи, которые препятствуют полноценному развитию детей;
- гармонизировать притязания ребёнка на социальное пространство его личности (права и обязанности).

Задачи 3-го раздела:

Средняя группа

- расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими;
- дать детям дополнительные сведения о важности и значимости органов чувств, памяти, внимания, эмоций, жестов и движений в процессе общения;
- сформировать позитивное отношение к сверстникам;
- учить понимать собеседника по выражению лица, положению тела, жестам, проявлениям эмоций, а также выражать свои эмоциональные реакции, мысли и чувства;
- учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведения.

Старшая группа

- учить эмоционально воспринимать и понимать окружающих, а также выражать собственные чувства;
- дать детям представление о мужественности и женственности; о понимании своих возможностей при общении с партнёрами противоположного пола в различных ситуациях и игровой деятельности;
- сотрудничать и разрешать конфликтные ситуации.

Рекомендации по проведению занятий

В нашем учреждении созданы все условия для проведения тренингов с детьми: занятия проводятся в специально оборудованном помещении, в котором все участники могут свободно располагаться и передвигаться. Во время занятий детям предлагается сидеть на стульчиках или на ковре в кругу, так как форма круга создаёт ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей.

В начале и в конце тренинга нами используется ритуальная игра для настроя детей. Почти каждое занятие завершается созданием ребятами какого-либо рисунка в индивидуальных альбомах. Детский рисунок – итог работы, который объединяет в себе все эмоции, впечатления, знания и умения, полученные в ходе тренинга.

Стиль ведения занятий должен быть эмоциональным и непринуждённым. К каждому ребёнку необходимо находить индивидуальный подход, и учитывать его личностные особенности. Специалист должен обладать профессиональными качествами, и в случае необходимости, всегда суметь выправить психологически неблагоприятную ситуацию. На занятиях регулярно используется музыкальное сопровождение танцевальной и релаксационной направленности, которое эффективно помогает снять мышечное и психоэмоциональное напряжение у воспитанников.

Оборудование

Для занятий по предлагаемой программе используются:

- стульчики по количеству детей или мягкие диваны, столы;
- массажные мячи и коврики;

Специальная атрибутика:

- волшебный сундук;

- шапка-невидимка;
- ковёр-самолёт;
- волшебная палочка;
- камень-талисман;
- добрый и злой стулья;
- микрофон;
- театральная ширма.

Дидактический материал:

- альбомы для рисования;
- фломастеры не менее 12 штук;
- фотографии-иллюстрации с изображением детей с различными эмоциональными состояниями;
- схемы-эмоции.

Техническое оснащение занятий:

- магнитофон;
- музыкальный центр;
- цифровой фотоаппарат.

Структура занятия состоит из четырёх этапов:

1. В подготовительную часть включаются несложные ритуальные упражнения, которые помогают детям позитивно настроиться на работу в группе, установить контакт.
2. В основную часть входят специальные упражнения, соответствующие цели и тематике занятия:
 - развивающие игры-драматизации;
 - сюжетно-ролевые игры;
 - игры на развитие навыков общения;
 - упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера;
 - этюды;
 - сочинение историй;
 - беседы и рассказы;
 - мини-конкурсы.
3. Творческая часть: рисование и обсуждение рисунков.
4. Заключительная часть включает в себя «ритуал прощания» с группой.

Тематический план занятий

| Раздел | Темы занятий | | Время проведения |
|--------|----------------|------------------|------------------|
| | Средняя группа | Старшая . группа | |

| | | | |
|----------------------------|---|--|--|
| «Я и эмоции» | 1. Радость 2. Удивление 3. Страх 4. Гнев 5. Горе 6. Наши эмоции | 1. Азбука настроения 2. Отгадай эмоцию 3. Язык жестов и движений 4. Давайте жить дружно 5. Эмоциональное состояние 6. Игры, упражнения, этюды | 1 н. октября 2 н. октября 3 н. октября 4 н. октября 1 н. ноября 2 н. ноября |
| «Я+Я» | 1. Тайна моего имени 2. Автопортрет 3. Мой внутренний мир 4. Мой любимый сказочный герой 5. Мой ласковый и нежный зверь 6. Мой волшебный дом 7. Я знаю, я умею, я могу. | 1. Автопортрет 2. Узнай себя 3. Я знаю, я могу 4. Мои желания 5. Волшебное зеркало 6. Моя волшебная страна 7. Я нужен | 3 н. ноября 4 н. ноября 1 н. декабря 2 н. декабря 3 н. декабря 3 н. января 4 н. января |
| «Я и моё окружение» | 1. Мы так похожи 2. Мы такие разные 3. Язык жестов и движений 4. Давайте жить дружно 5. Мальчики и девочки 6. С кем я живу | 1. Найди друга 2. Мои друзья 3. Мальчики и девочки 4. Одна команда 5. Перевоплощение 6. Танцевальный марафон | 1 н. февраля 2 н. февраля 3 н. февраля 4 н. февраля 1 н. марта 2 н. марта |
| Итого: | 19 занятий, 19 часов | 19 занятий, 19 часов | |
| Всего: | 38 занятий, 38 часов | | |

Диагностика проводится в сентябре месяце (за 1 месяц до начала занятий), в январе и в конце учебного года в апреле месяце (после окончания курса программы).

Дети, перешедшие на 2-й год обучения диагностируются вновь на следующий учебный год.

Для обследования детей, родителей и воспитателей применяются:

1. Методика В.Г.Щур «Определение самооценки», опубликованная в книге Н.В.Краснощёковой «Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего дошкольного возраста (4)», (см. приложение 1);

2. Проективная методика Г.Т.Хоментаускаса «Рисунок семьи», которая исследует уровень межличностных отношений ребёнка с родителями (4), (см. приложение 2);
3. Тест-опросник (ОРО), разработанный А.Я.Варгой и В.В.Столиным, представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними. Опубликован в книге Е.И.Рогова «Настольная книга практического психолога» (3), (см. приложение 3);
4. Тест-опросник В.Ф.Ряховского, который оценивает уровень общительности воспитателя (педагога), напрямую является важным показателем для успешной реализации нашей программы, так как воспитатель должен обладать коммуникативными навыками: быть примером для детей и помогать им преодолевать трудности в общении (3), (см.приложение 4).

Методы и приёмы обучения

1. Методы и приёмы развития слухового восприятия: музыкально-дидактические игры (тихо-громко, быстро-медленно, весело-грустно); словесные игры; музыкально-ритмические и релаксационные упражнения; танцевальная терапия; подвижные игры.

2. Методы и приёмы развития эмоциональной сферы: открытое проявление социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими).

3. Методы и приёмы развития коммуникативных способностей: рассматривание иллюстраций с последующим диалогом между взрослым и детьми; работа в парах и мини командах; вопросы и ответы при разыгрывании ситуаций или обсуждение чего-либо во время тренинга; задания, требующие от ребёнка развёрнутого ответа, собственного мнения, суждения.

4. Методы и приёмы развития культуры жеста, возможности выражать свои мысли и чувства при помощи мимики, пантомимики, движений, осанки, позы.

Ожидаемые результаты

Дети средней группы к концу учебного года должны

Знать:

1. Различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении;
2. О существовании индивидуальных особенностей своих сверстников;
3. Какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими, и какие недостатки этому общению мешают.

Уметь:

1. Понимать и описывать свои желания и чувства;
2. Осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;
3. Различать определённые эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;
4. Сравнивать эмоции;
5. Контролировать свои эмоциональные реакции;
6. Оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения;
7. Уступать друг другу в конфликтных ситуациях;
8. Вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;
9. Выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты.

Дети старшей группы к концу учебного года должны

Знать:

1. Об относительности в оценке чувств;
2. Что такое «мужественность» и «женственность», понимать особенности общения с партнёрами противоположного пола;
3. Что означают их имена.

Уметь:

1. Понимать свою индивидуальность, свой внешний и внутренний мир;
2. Устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения;
3. Выражать свои чувства и понимать чувства других людей с помощью мимики, жестов, движений, пантомимики;
4. Рисовать пиктограммы, обозначающие различные эмоции;
5. Переносить доброту, чуткость, бескорыстие из мира животных в общении с людьми;
6. Общаться, несмотря на разницу желаний и возможностей, высказывать своё мнение о друзьях, замечая их хорошие и плохие поступки;
7. Оказывать помощь другим детям в трудной ситуации;
8. Изображать на рисунке своё внутреннее состояние.

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. Клюева 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. Клюева 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.- Минск: 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.

Приложения

(выборочно)

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

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.

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

Методика «Определение самооценки ребёнка»

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.

Конспекты занятий -средняя группа (выборочно)

Раздел 1. «Я и эмоции»

Занятие «Радость»

Цель: расширять представления об эмоции «радость»; учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

Ритуальное приветствие.

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

Дети. Радостное.

Воспитатель. 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!»

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

Дети отвечают.

Игра-ассоциация «На что похожа радость».

Воспитатель. 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? Музыка? 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».

Воспитатель. 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.)*

Воспитатель: 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.

Занятие «Страх»

Цель: расширять представления детей об эмоции «страх»; учить понимать свои чувства и чувства других; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; способствовать снятию страхов детей, повышению уверенности в себе.

Ритуал приветствия.

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

Дети отвечают.

Воспитатель. 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 – воспитатель каждый раз просит поднять руку тех, с кем случилось что-то подобное. Воспитатель 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. (Воспитатель следит, чтобы ребёнок долго не «жмурился» в поисках игроков, подсказывает детям «поддаться».)

Занятие № 4 «Гнев»

Цель: расширять представление об эмоции «гнев»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; учить преодолевать негативные настроения.

Ритуал приветствия.

Воспитатель. 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 настроения Мойдодыра?

Дети отвечают.

Воспитатель. 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».

Воспитатель. 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.)

Воспитатель.. 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!

Воспитатель. 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 «Наши эмоции»

Цель: продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса; закреплять полученные на предыдущих занятиях знания и умения; расширять представления об эмоциях; продолжать развивать эмпатию, воображение; развивать выразительность речи и движений; развивать умение определять настроение по схемам, мимике, движениям, жестам.

Ритуал приветствия.

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

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

Воспитатель. Почему мы можем определить настроение человека?

Дети (По его лицу.)

Воспитатель. 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».

Воспитатель. 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.

Воспитатель. Кислый лимон.

Дети. Грусть.

Воспитатель.. Сладкий виноград.

Дети. Радость.

Воспитатель. 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».

Воспитатель. 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 3. «Я и моё окружение».

Занятие «Мы так похожи».

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

Ритуал приветствия.

Воспитатель. Здравствуй, 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.)

Воспитатель. 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. (Воспитатель-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. (Воспитатель 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.)

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

Ритуал прощания с группой.

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

Раздел 1 «Я и мои эмоции»

Занятие 1 «Азбука настроения»

Цель: закреплять умения детей определять эмоциональные состояния людей; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.

Ритуал приветствия.

Игра «Я очень хороший». Детям предлагается повторять фразу «Я очень хороший» вслед за психологом с разной громкостью несколько раз: шёпотом, громко, очень громко.

Игра «Азбука настроения».

Воспитатель раздаёт детям картинки разных животных и людей с разными эмоциональными чувствами. Детям предлагается определить эти эмоциональные состояния.

При обсуждении задания психолог уточняет у детей, какое эмоциональное настроение нравится детям и почему?

Игра «Покажи чувство». Дети выходят по одному в круг и показывают с помощью мимики, жестов, движений любое чувство. А все остальные дети должны отгадать это чувство.

Игра «Прочитай письмо». Воспитатель «почтальон» приносит письма, но не обычные, а зашифрованные: в каждом письме мимически изображено по 2-3 эмоциональных состояния, их надо расшифровать. Каждому ребёнку вручается конверт, и дети друг за другом рассказывают, что они «прочитали» в своих письмах. (Когда дети хорошо научатся сочинять

рассказы по коротким письмам, можно увеличить количество изображений, а также можно предложить самим сочинять и писать письма друг другу.)

Рисунок «Мое настроение». После выполнения задания ребята, сидя в кругу, обсуждают свои рисунки.

Ритуал прощания с группой.

Занятие «Отгадай эмоцию».

Цель: продолжать учить детей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; учить передавать его с помощью мимики, речи, рисунка.

Ритуал приветствия.

Игра «Изобрази животное с определённым эмоциональным состоянием». Каждый ребёнок по кругу изображает любое животное с помощью жестов, мимики, движений с любым эмоциональным состоянием. Все остальные дети должны отгадать животное и его чувство.

Игра «Попугай». Воспитатель произносит фразу: «Я иду гулять». Все остальные дети должны повторить эту фразу по кругу, но с разными чувствами. Они должны догадаться, кто с каким чувством произнёс эту фразу.

Игра «Закончи предложение».

- Когда ребёнок упал и разбил коленку, он чувствует...

- Его мама чувствует...

- Воспитатель чувствует...

- Когда ребята не хотят играть с мальчиком или девочкой, то они чувствуют...

Игра «Баба-Яга». Дети стоят в кругу. Кладётся обруч – внутри «Баба-Яга». Дети бегают вокруг круга и дразнят: «Баба-Яга, костяная нога, с печки упала, ногу сломал, пошла в огород, испугался народ, побежала в баньку, испугала зайку. (Выбранная из детей «Баба-Яга» бегает по кругу и пытается коснуться ребят верёвочкой. Кого коснётся – тот «замирает» на месте.)

Давайте все дружно покажем злую Бабу-Ягу... Вам нравится злая «Баба-Яга»? Ответы детей.) А теперь покажем добрую «Бабушку-Ягу». Давайте придумаем для неё ласковые слова. (Ответы детей.)

Рисунок «Добрая Баба-Яга».

.

Занятие «Язык жестов и движений»

Цель: закрепить с детьми знания о культуре жеста; научить владеть своими мыслями и чувствами при помощи мимики, жестов, движений.

Ритуал приветствия.

Игра «Походки».

Воспитатель. Сейчас вы будете ходить как разные люди или животные. Итак, я даю вам задание – показать, как ходит маленький пушистый котёнок. Вспомните, как он двигается, и попробуйте изобразить его. (Варианты походок: походить, как старый дедушка, как слон, как клоун в цирке, как заяц и т.д.). Дети могут придумать свои варианты, а остальные должны угадать, кого изображают. А теперь попробуйте представить себе, что нас заколдовал волшебник и превратил каждого в какую-нибудь игрушку.

Игра «Игрушки».

Воспитатель. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились: в куклу, мишку, машинку, мячик или во что-нибудь другое. Может быть, вам удастся почувствовать, как ваш хозяин играет с вами, как он берёт вас на руки, любит своей игрушкой. Постарайтесь запомнить эти ощущения. А теперь откройте глаза. Давайте попробуем догадаться, кто в какую игрушку только что превращался. (По очереди в центре внимания оказывается каждый ребёнок.)

Игра «Расскажи сказку без слов».

Воспитатель. Сейчас мы побываем в Молчаливом Театре. Здесь все актёры не говорят, а только показывают движения. Мы будем без слов показывать сказку «Репка». Давайте распределим роли и вспомним сказку. А наши зрители посмотрят этот спектакль и потом расскажут, всё ли им было понятно. (Дети выполняют задание.)

Этюд «Это я! Это моё!». (Детям предлагается показать историю без слов).

Ребёнок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя ребёнка). «Чьи это игрушки?» и т.п. Мальчик отвечает жестом. (Выразительные движения: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть...

Этюд «Тише!»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котёнок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» (Выразительные движения: шею вытянуть вперёд, указательный палец приставить к самим губам, брови поднять вверх.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие «Давайте жить дружно!».

Цель: формировать чувство принадлежности к группе; помогать каждому ребёнку чувствовать себя более защищено, преодолевать трудности в общении.

Ритуал приветствия.

Воспитатель. Послушайте стихотворение:

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Мы ведь не осинки,

Мы ведь не рябинки.

Вовы, Клавы, Мишеньки-

Это же не вишенки!

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Мы ведь не листочки,

Мы ведь не цветочки,

Голубые, аленькие-

Мы ребята, маленькие!

Детский сад, детский сад...

Почему так говорят?

Потому, что дружно в нём,

Мы одной семьёй растём!

Оттого и говорят:

В этом доме детский сад.

(В.Товарков)

Воспитатель. Вы прослушали стихотворение о том, как дружно живут в детском саду дети. А вы – дружные ребята, помогаете ли вы друг другу? Не обижаете ли вы других? Если «да», то я хочу проверить правдивость ваших слов, если «нет», то давайте, выполним задание.

Игра «Передай мячики».

Воспитатель. Встаньте в круг. Вам необходимо будет как можно скорее передавать мяч из рук в руки и ни в коем случае не уронить его. Тот, кто уронит мяч, выбывает из игры. (Дети выполняют задание.) Усложним нашу игру: повернитесь спиной в круг и, убрав руки за спину, передавайте мяч соседу. (Дети выполняют задание.) А теперь то же самое проделайте с закрытыми глазами. (Дети выполняют задание.)

Игра-рисунок «Рукавички».

Воспитатель. В дружбе очень важно уметь договариваться друг с другом. Ведь даже лучшие друзья иногда спорят друг с другом, но никто не обижается, так как они умеют найти общий язык. Мы тоже будем учиться тому, как нужно договариваться. Я по всей комнате разложу пары рукавичек с одинаковым орнаментом, но не раскрашенные. Вы поднимете одну рукавичку, найдёте свою «пару», сядете вместе за стол и с помощью трёх карандашей разного цвета постараетесь как можно быстрее раскрасить рукавички совершенно одинаково. (Психолог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются; оказывает детям необходимую помощь.)

Ритуал прощания с группой.

Занятие «Эмоциональные состояния»

Цель: дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей.

Ритуал приветствия.

Вариант 1. Детям предлагают продемонстрировать весёлого, печального, испуганного, сердитого, удивлённого мальчика (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

Вариант 2. Детям предлагают назвать и изобразить героя сказки или мультфильма, который был весёлым, грустным, испуганным, сердитым, удивлённым.

(Эмоциональное состояние героя называют по мере выполнения задания.)

Воспитатель предлагает детям ответить на вопросы:

- Когда человек удивляется?
- Когда человек получает удовольствие?
- Когда бывает стыдно?
- Когда бывает страшно?
- Когда человек злится?
- Когда бывает радостно?
- Когда у человека горе?
- Как вы думаете, почему детям больше нравятся книжки с картинками?
- Что произойдёт с человеком, если он увидит на берёзе груши?
- Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?
- Как ты думаешь, почему покраснела девочка, когда ей сделали замечание?
- Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?
- Что чувствует собака, когда другая собака утатила у неё кость?
- что почувствует человек, если у него пропадёт любимое животное?

Рисунок – ситуация. Детям предлагается вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывали: страх, радость, удивление, горе, злость. В последствие происходит обсуждение детских рисунков.

Ритуал прощания с группой.

Занятие «Игры, этюды, упражнения»

Цель: развитие воображения, выразительности движений, закрепление основных эмоций.

Ритуал приветствия.

Игра «Джинн».

Воспитатель. Предлагаю всем нам отправиться на станцию «Исполнения Желаний». Нас будут встречать Джинны. Нам необходимо выбрать того, кто будет исполнять роль Джинна. Остальные превращаются в бутылку, в которой живёт Джинн. Встаньте в круг, поднимите вверх руки и направьте их к центру. «Джинн» становится в центр круга. После волшебных слов «Крибле!Крабле!Бумс!», которые произнесут все дети хором, им нужно будет расступиться и выпустить Джинна. Он выбегает и просит, чтобы дети загадали три желания, которые он должен

выполнить. Желания должны заключать в себе изображение какого-то настроения с использованием выразительных движений. (На роль Джинна избирается затем другой ребёнок.)

Игра «Встреча эмоций». Теперь мы попадаем на станцию «Сортировочная». Здесь нам необходимо будет рассортировать, разложить карточки с изображениями различных настроений на две группы: приятные и неприятные. (Дети выполняют задание.)

Теперь я предлагаю вам представить, как встречаются разные настроения: то, которое вам нравится, и то, которое неприятно. Я предлагаю выйти вперёд паре детей, пусть они возьмут по одной карточке из разных групп и, повернувшись друг к другу лицом, изобразят настроение: один – «хорошее», другой – «плохое». (Затем выходит другая пара. Дети-зрители и психолог наблюдают изменения выражений лиц при встрече эмоций – это может быть удивление, смех и т.д. – и вместе придумывают, как можно «помирить» эмоции.)

Игра «Полярные эмоции». Итак, мы с вами поговорили о том, что настроение бывает хорошим и плохим. Теперь мы можем сделать остановку на следующей станции – «Двух волшебниц». Здесь живут две волшебницы: одна злая, другая – добрая. Каждому из вас я раздам листы с изображениями волшебниц и их узорчатых ковриков. Вам необходимо подумать и раскрасить все, соотнося цветовую гамму с образами этих двух волшебниц, особенностями их характера, настроением. (На своих листочках дети раскрашивают предметы, обозначающие полярные понятия:

- изображения, обозначающие полярные понятия;
- волшебный ковёр доброй волшебницы и волшебный ковёр злой колдуньи;
- зонтик, уснув под которым, увидишь добрые, весёлые сны, и зонтик, уснув под которым, увидишь только страшные сны.
- Затем дети объясняют свой выбор цвета.)