

Министерство образования и науки Самарской области

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального образования Самарской области
«Региональный социопсихологический центр»

**Областной конкурс психолого-педагогических программ
«Психология развития и адаптации» 2023 года**

**Номинация
«Развивающие
психолого-педагогические программы»**

I место

**Кирсанова Т.В., Буравлева А.Н.,
Строкова О.Н., Иванцова Г.А., Таймолкина Е.Е.**

**Развивающая психолого-педагогическая программа
«Разноцветный мир эмоций»**



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 49 «Веселые нотки»
городского округа Тольятти Самарской области**

Номинация Конкурса:

Развивающие психолого-педагогические программы

**Развивающая психолого-педагогическая программа
«Разноцветный мир эмоций»**

Автор (авторский коллектив):

Заведующий

Кирсанова Татьяна Витальевна

методист

Буравлева Ася Ниязовна

старший воспитатель

Строкова Ольга Николаевна

педагог-психолог

Иванцова Галина Анатольевна

педагог-психолог

Таймолкина Елена Евгеньевна

**Программа публикуется
в авторской редакции**

2022 г.

Оглавление

	Проблема	стр 3
I.	Аннотация.....	стр 4
	Научно-практическая новизна и обоснованность программы.....	стр 4
	Цель.....	стр 5
	Задачи.....	стр 5
	Категория участников.....	стр 6
	Научно-методические и нормативно-правовые основания .. Научными, методологическими и методическими основаниями	стр 6
II.	Учебный план	стр 9
III.	Учебно-тематический план.....	стр 10
IV.	Учебная программа.....	стр 12
	Пояснительная записка.....	стр 12
V.	Список литературы	стр 23
	Приложение	стр
VI.	Отзыв на психолого-педагогическую программу администрации образовательной организации.....	стр 98
VII.	Внешняя рецензия на программу.....	стр 100
VIII.	Рефлексивный отчет по результатам представленной программы.....	стр 102
IX.	Подтверждение соблюдения правил заимствования.....	стр 119
X.	Материалы, иллюстрирующие реализацию указанной программы в образовательной организации.....	стр 120

Проблема, на решение которой направлена программа

Дошкольный возраст отличается интенсивным эмоциональным развитием ребенка, является периодом формирования его высших эмоций, оказывающих решающее воздействие на всю дальнейшую жизнь.

Известно, что подавление сильных эмоций в дошкольном возрасте может привести к неврозам и психологическим проблемам во взрослой жизни.

Исследования показывают рост числа конфликтов в образовательной среде (международное сравнительное исследование качества граждановедческого образования ICCS), одним из факторов которых является неумение детей налаживать отношения, устанавливать взаимопонимание и находить общие интересы. Данные тенденции характерны и для МАОУ детского сада №49 «Веселые нотки». На основе наблюдения было установлено, что одна из причин конфликтных отношений между старшими дошкольниками – неумение детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей, управлять своими чувствами и эмоциями. В связи с этим крайне важно уделять внимание социально-эмоциональному развитию ребенка, когда он приобретает первые навыки взаимодействия с окружающим, учится заводить друзей, общаться со сверстниками и взрослыми.

Снятие эмоционального напряжения, развитие понимания своих эмоций и адекватного выражения их с помощью цвета, мимики, слов, движений, принятие позиции другого человека способствует повышению активности ребенка в освоении жизненного пространства. В связи с этим встает вопрос: «Каким образом организовать в МАОУ работу по развитию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников?»

Для решения данной проблемы авторским коллективом была разработана **развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций».**

Информация о разработчиках, участниках и месте реализации программы

Программа разработана авторским коллективом в составе заведующего Кирсановой Татьяны Витальевны, методиста Буравлевой Аси Ниязовны, старшим воспитателем Строковой Ольги Николаевны, педагогом-психологом Иванцовой Галины Анатольевны, педагогом-психологом Таймолкиной Елены Евгеньевны и реализуется на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада №49 «Веселые нотки» городского округа Тольятти.

Юридический адрес Учреждения: 445035, РФ, Приволжский федеральный округ, Самарская область, г. Тольятти, ул. Мира, 156;

Адрес официального сайта: www.мбу49тольятти.росшкола.рф

Адрес e-mail: chgard49@edu.tgl.ru

I. Аннотация

Научно-практическая новизна и обоснованность программы

ФГОС дошкольного образования ориентирует педагогов на создание условий для позитивной социализации и индивидуализации дошкольников, охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Одним из механизмов, способных обеспечить эффективность данного процесса, является развитие социально-эмоциональной компетентности дошкольника. **Социально-эмоциональная компетентность** дошкольника рассматривается как совокупность знаний базовых эмоций, узнавания эмоций партнера по взаимодействию, понимания своих эмоций, эмпатии, эмоциональной саморегуляции.

В настоящее время проблема компетентности дошкольников в понимании и выражении эмоций стоит достаточно остро, т.к. эмоции - это механизм, который приводит в движение все процессы, активизируя поведение, изменяя направленность и избирательность процессов, влияя на становление и расширение жизненного мира ребенка. Отмечается увеличение количества дошкольников с высокой тревожностью, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Формирование у детей старшего дошкольного возраста умения преодолевать свое неблагополучие происходит в деятельности, в непосредственном общении со взрослыми и сверстниками. Общение – основное условие развития ребенка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, устремленный на познание и оценку самого себя через посредство других людей.

Только при правильном развитии эмоций и навыков общения можно говорить об адекватной самооценке ребенка и состоянии общего душевного комфорта, т.е. состоянии эмоционального благополучия. Именно поэтому развитие эмоциональной и коммуникативной сферы у детей в дошкольном возрасте должно проходить в комплексе, неотделимо одно от другого.

Находясь долгое время в состоянии обиды, злости, подавленности ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт, напряжение, а это очень вредно для

психического и физического здоровья. Необходимо осуществлять работу с детьми, способствующую развитию эмоциональной сферы, чувства эмпатии, умению общаться с детьми и взрослыми и не бояться этого общения, повышению самооценки и уверенности в своих силах, снижению и стабилизации уровня тревожности.

Таким образом, отмечая значимость эмоциональной сферы ребенка на весь ход его психического развития, встает необходимость в ее своевременном развитии.

Практическая актуальность программы заключается в том, что именно в старшем дошкольном возрасте происходит становление базовых свойств личности дошкольника: самооценки и образа «Я», эмоциональной сферы, нравственных ценностей и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Новизна программы заключается в сочетании системного, личностно-ориентированного, компетентностного, культурологического подходов в достижении единой цели с учетом анализа потребностей социума и опорой на многолетний психолого-педагогический опыт учреждения.

Целевая аудитория, ее социально-психологические особенности.

Категория участников: дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Основные параметры	Социально-психологические особенности детей 5-6 лет
Ведущая потребность	Потребность в общении
Ведущая функция	Воображение
Ведущий вид деятельности	Игровая деятельность Усложнение игровых замыслов, длительные игровые объединения
Общение	Общение разворачивается на фоне самостоятельной деятельности ребенка. Внеситуативно-личностная форма общения. Ее содержанием является мир людей, а не вещей. Дошкольнику интересны самые различные аспекты существования взрослого, которые не видны в конкретной ситуации, не как не касаются самого ребенка (где он живет, кем работает, есть

	ли у него дети и т.д.). Столь же охотно он рассказывает и о себе самом (о своих родителях, друзьях, радостях и обидах). Потребность во взаимопонимании и сопереживании взрослого является главной для внеситуативно-личностного общения
Способ познания	Общение со взрослым, сверстником, самостоятельная деятельность, экспериментирование
Эмоции	Преобладание ровного оптимистичного настроения
Объект познания	Предметы и явления непосредственно не воспринимаемые, нравственные нормы.
Основные психические процессы	<p><u>Восприятие</u> Знания о предметах и их свойствах расширяются (восприятие времени, пространства), организуются в систему и используются в различных видах деятельности.</p> <p><u>Внимание</u>. Начало формирования произвольного внимания. Удерживает внимание 15-20 мин. Объем внимание 8-10 предметов.</p> <p><u>Память</u>. Развитие целенаправленного запоминания. Объем памяти 5-7 предметов из 10, 3-4 действия.</p> <p><u>Мышление</u>. Наглядно-образное, начало формирования логического мышления.</p> <p><u>Воображение</u>. Развитие творческого воображения.</p>
Условия успешности	Собственный широкий кругозор, хорошо развитая речь
Новообразования	<ol style="list-style-type: none"> 1. Предвосхищение результата деятельности. 2. Активная планирующая функция речи. 3. Внеситуативно-деловая форма общения со сверстником.
Особенности возраста	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проявление элементов произвольности всех психических процессов. 2. Общение с взрослыми внеситуативно-личностное.

	<p>3. В общении со сверстником происходит переход от ситуативно-деловой формы к внеситуативно-деловой.</p> <p>4. Проявление творческой активности во всех видах деятельности. Развитие фантазии.</p> <p>5. Половая идентификация</p>
--	--

Типы трудностей и проблем, на решение которых направлена программа

По данным диагностики эмоционально-личностного развития детей 5-6 лет, проводимой педагогом-психологом, можно выделить следующие проблемные зоны:

- недостаточный уровень развития эмоциональной сферы
- заниженная самооценка
- проблемы в общении: отсутствие друзей, нарушения во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми

Ребенок с заниженной самооценкой становится крайне зависимым от мнения окружающих его людей. Осознание критических замечаний в свой адрес негативно влияет на его самочувствие, ребенок, как правило, теряет душевное равновесие, становится тревожным, ранимым, мнительным, зависимым, вспыльчивым. Конструктивно справиться со сложной жизненной ситуацией дети этого возраста не могут самостоятельно. Кроме того, в большинстве случаев возникают трудности с четкой дифференциацией своих и чужих эмоциональных состояний, что приводит к нередким межличностным конфликтам.

Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации программы

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Конвенция ООН «О правах ребенка»

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384)
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (от 24.07.1998 № 124-ФЗ с изменениями на 17 декабря 2009 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573)
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ №196 от 09.11.2018)

Научными, методологическими и методическими основаниями программы являются:

- культурно-историческая парадигма Л.С.Выготского, Д.Б.Эльконина;
- представления Л.С. Выготского о «зоне ближайшего развития», который утверждал, что «уровень актуального развития характеризует успехи развития, итоги развития на вчерашний день, а зона ближайшего развития характеризует умственное развитие на завтрашний день»;
- труды Д.Б. Эльконина, рассматривающего каждый период развития на основе четырёх критериев: 1) социальная ситуация развития; 2) основной тип деятельности; 3) основные новообразования развития; 4) кризис.

Отечественные физиологи И.И. Сеченов, И.П. Павлов и зарубежные ученые У. Кеннон, Гильгори рассматривали эмоциональные проявления с физиологической стороны. В психологической науке эмоции проанализированы в различных аспектах: 1) в личностном развитии (Л.С. Выготский, В.Н. Вилюнас, Б.И. Додонов

и др.); 2) в поведении (А.В. Запорожец, К. Изард, Ж. Пиаже); 3) в деятельности (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.).

А.В. Запорожец отмечает, что в усвоении созданных обществом ценностей, норм и правил поведения, развития взаимоотношений с другими людьми существенную роль играет понимание ребенком эмоционального состояния человека. По мнению А.В. Запорожца, эмоциональное развитие дошкольника является одним из важнейших условий воспитания. Подчеркивая важность эмоциональных переживаний дошкольника при взаимодействия с социумом для его личностного становления, он акцентировал внимание на том, что ранее неблагополучие аффективных отношений с близкими взрослыми и сверстниками создает опасность нарушения последующего формирования личности.

Изучив научную литературу по данной проблеме, можно Л.А. Абрамян признавал тот факт, что внутреннее эмоциональное отношение ребенка к окружающей действительности “вырастает” из его практического взаимодействия с этой действительностью. Многие отечественные психологи, такие как, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, выводили ряд принципиально важных положений относительно зависимости эмоций от характера деятельности субъекта, о регулирующей их роли в этой деятельности и об их развитии в процессе усвоения человеком общественного опыта [5].

При анализе литературных источников обнаруживаются варианты теоретических концепций, имеющих отношение к формированию понятия «социально-эмоциональная компетентность». Так, О.Л. Князева вводит понятие «социально-эмоциональное развитие» и понимает его как способность ребенка на собственный выбор в поведении, умеющего воспринимать эмоции, мнения и предпочтения окружающих, владеющего навыками социального поведения и общения с другими людьми [9].

Для построения модели эмоционального развития существенную значимость имеет точка зрения Я.З. Неверович и А.В. Запорожца, согласно которой эмоциональное предвосхищение является важным новообразованием

эмоциональной сферы дошкольника, претерпевающее на протяжении всего дошкольного детства ряд закономерных изменений.

Настоящая программа строилась с учетом следующих *методологических принципов*:

- целенаправленность;
- плановость, системность;
- дифференцированного и индивидуального подходов;
- сознательности, активности и дозированности;
- доброжелательности, открытости и партнерства.

В программе учитываются педагогические принципы, на которые опирается ФГОС ДО:

- поддержка разнообразия детства, сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека;
- развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и детей;
- уважение личности ребёнка;
- реализация образовательной деятельности в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игр

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы.

Задачи программы:

- расширять представление детей об эмоциях;
- формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок;
- формировать у детей «языка» эмоций как способа выражения собственного эмоционального состояния и способности к эмоциональной саморегуляции;

- развивать социально-личностные качества, навыки совместной деятельности, дружеские взаимоотношений через игру, игровые занятия, общение в повседневной жизни;
- развивать эмпатию, творческое воображения;

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» рассчитана на один учебный год.

Сроки, этапы и алгоритм реализации программы

Срок реализации: 2018-2019, 2019-2020, 2020-2021, 2021-2022 учебные года

Предлагаемую программу можно рассматривать как психопрофилактическую и развивающую технологию, к которой применима четкая последовательность проведения.

В октябре месяце реализуется 1 этап – Подготовительный. На этом этапе:

- предполагается проведение входной психодиагностики с помощью методик:
 - а) Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л. П.).
 - б) Методика определения уровня тревожности Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен
 - с) Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)
 - д) Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)
- по итогам диагностики формируются группы для занятий по развивающей психолого-педагогической программе «Разноцветный мир эмоций»;
- проводится консультация для родителей (законных представителей) на тему: «Эмоциональный интеллект как ключевая компетенция настоящего и будущего»

С ноября по апрель месяц реализуется 2 этап – Основной (развивающий).

На данном этапе:

- проводится комплекс из 22 занятий по развивающей психолого-педагогической программе «Разноцветный мир эмоций»;
- для родителей (законных представителей) разработана памятка «Как помочь ребенку понимать чувства и эмоции других людей», буклет «Калейдоскоп эмоций

В мае реализуется 3 этап – Заключительный. На данном этапе:

- проводится итоговая диагностика детей участвовавших в занятиях по программе «Разноцветный мир эмоций»;
- осуществляется оценка эффективности реализации программы;
- педагог-психолог выступает на педагогическом совете с отчетом по результатам реализации психолого-педагогической программы «Разноцветный мир эмоций»

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МАОУ детского сада № 49 «Веселые нотки»

_____ Т.В. Кирсанова

Приказ № ___ от «___» _____ 20 г.

II. Учебный план программы

«Разноцветный мир эмоций»

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы

Категория участников: дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Срок обучения: 22 часа

Режим занятий: 1 раз в неделю (1 академический час – 40 мин)

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	Цветные эмоции	10час	2ч	8ч	Наблюдение, обратная связь
2	Я и мои чувства	5час	1ч	4ч	Наблюдение, обратная связь
3	Я и другие	7час	1,4ч	5,6ч	Наблюдение, обратная связь
Итого		22час	4,4ч	17,6ч	

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МАОУ детского сада № 49 «Веселые нотки»

_____ Т.В. Кирсанова

Приказ №__ от «__»____20 г.

III. Учебно-тематический план программы

«Разноцветный мир эмоций»

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы

Категория участников: дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Срок обучения: 22 часа

Режим занятий: 1 раз в неделю (1 академический час – 40 мин)

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	<i>Тема 1. Цветные эмоции</i>	10час	2ч	8ч	Наблюдение, обратная связь
1.1	Эти волшебные эмоции	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.2	Эмоция Радости	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.3	Эмоция Злости	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.4	Путешествие на сказочную планету	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.5	Эмоция Грусти	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.6	Эмоция Удивления	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.7	Эмоция Страх	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.8	Эмоция Обиды	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь
1.9	Мои эмоции – помощники	1час	0,2ч	0,8ч	Наблюдение, обратная связь

1.10	«Путешествие в страну EQ»	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
2	Тема 2 Я и мои чувства	5 час	1ч	4ч	Наблюдение, обратная связь
2.1	Я расту, я изменяюсь	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
2.2	Я хозяин своих чувств	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
2.3	Я в будущем	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
2.4	Я и мои близкие	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
2.5	Игра-активити «БалансЭмо»	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3	Тема 3 Я и другие	7 час	1,4ч	5,6ч	Наблюдение, обратная связь
3.1	Встреча друзей	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.2	Квест игра «Алиса в стране непонятых эмоций»	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.3	Мы – волшебники!	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.4	Пойми меня	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.5	Азбука общения	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.6	Мы разные, но мы вместе	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
3.7	Игра-активити «Дружба планет»	1 час	0.2ч	0.8ч	Наблюдение, обратная связь
Итого		22 час	4,4	17,6	

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МАОУ детского сада № 49 «Веселые нотки»

_____ Т.В. Кирсанова

Приказ № ___ от «___» _____ 20 г.

IV. Учебная программа

«Разноцветный мир эмоций»

1. Пояснительная записка

Актуальность программы

ФГОС дошкольного образования ориентирует педагогов на создание условий для позитивной социализации и индивидуализации дошкольников, охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Гармоничное развитие эмоциональной сферы дошкольника – это залог благополучного интеллекта, воли, самосознания. Развитие эмоций ребенка должно проходить неразрывно от развития коммуникативных навыков, так как оба эти компонента являются важными составляющими психического здоровья дошкольника. Предпосылкой полноценного психического здоровья детей является состояние душевного комфорта, обеспечивающее регуляцию их поведения в процессе педагогической деятельности. Главную, определяющую роль в психическом развитии играет социальный опыт, который главным образом ребенок приобретает в детском саду, общаясь со сверстниками и взрослыми.

Эмоциональные процессы являются той сферой психологического бытия ребенка, которая заряжает и регулирует все остальные его функции, такие, как восприятие, внимание, память, мышление, воображение. Эффективность обучения во многом зависит от эмоционального отношения ребенка к обучающему, к заданию, предлагаемому взрослым, к чувствам, возникающим у ребенка, и к переживаниям, связанным с успехами и неудачами. Таким образом, отмечая значимость эмоциональной сферы ребенка на весь ход его психического развития, встает необходимость в ее своевременном развитии.

Крайне важно уделять внимание социально-эмоциональному развитию ребенка, когда он приобретает первые навыки взаимодействия с окружающим, учится заводить друзей, общаться со сверстниками и взрослыми. Формой решения данной задачи является разработанная авторским коллективом развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций». Отличительной особенностью предлагаемых материалов является модульность структуры и содержания.

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы.

Задачи программы:

- расширять представление детей об эмоциях;
- формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок;
- формировать у детей «языка» эмоций как способа выражения собственного эмоционального состояния и способности к эмоциональной саморегуляции;
- развивать социально-личностные качества, навыки совместной деятельности, дружеские взаимоотношений через игру, игровые занятия, общение в повседневной жизни;
- развивать эмпатию, творческое воображения;

Структура и содержание программы

Предлагаемую программу можно рассматривать как психопрофилактическую и развивающую технологию, к которой применима четкая последовательность проведения.

Предварительным и заключительным этапом данной программы является обязательный диагностический блок, который необходим для получения первичной информации.

Основными критериями при подборе методик были:

1. высокая информативность
2. экономичность по времени

3. простота проведения

С содержательной точки зрения отбирались методики, позволяющие получить представление о структуре нарушений, зоне ближайшего развития ребенка.

Оптимальным комплектом методик стали:

- 1. Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л. П.)**
 - **Задание №1** – направлено на изучение особенностей использования детьми мимики и пантомимики при демонстрации данной эмоции.
 - **Задание №2** – позволяет изучить выразительность речи.
 - **Задание №3** – направлено на изучение восприятия детьми графического изображения эмоций.
 - **Задание №4** – диагностирует понимание детьми эмоциональных состояний.
- 2. Тест тревожности Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен** Данная методика позволяет оценить индекс тревожности (ИТ) ребенка. Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные последствия;
- 3. Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)**, предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой
- 4. Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)** целью которой является выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни.

Далее следует реализация *практического этапа*, который преследует своей целью отработку основных развивающих задач для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Практический этап условно разделен на три темы.

Тема «Цветные эмоции» направлена на формирование у ребенка следующих умений: осознание своих эмоций, представление о языке эмоций как знаках, подаваемых человеком о себе; знание о средствах выражения различных эмоциональных состояний; понимание ребенком значения эмоциональной окраски слова, его значения в процессе общения, а также того, как влияют отрицательные эмоции на состояние самого человека и других людей.

Используемые формы работы: элементы тренинга, проигрывание этюдов, релаксация, сказкотерапия, слайдовая презентация, просмотр отрывков из мультипликационных фильмов, психогимнастические приемы, игры на развитие эмоциональной сферы, рефлексия.

Вторая тема «Я и мои чувства» способствует раскрытию внутреннего мира ребенка, умения в адекватной форме делиться своими эмоциями. Обеспечение чувства психологической защищенности

Используемые формы работы: игра-активити, слайдовая презентация, релаксация, сказкотерапия, арт-терапевтические упражнения, рефлексия

Третья тема «Я и мои чувства» предполагает обучение старших дошкольников этически ценным формам и способам поведения во взаимоотношениях с другими людьми, формирования умения устанавливать контакты, сотрудничать.

Используемые формы работы: квест-игра, игра-активити, игры на развитие коммуникативных навыков, релаксация, рефлексия

Структура занятий

Представленные занятия имеют единую структуру.

Вводная часть занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Здесь применяются разнообразные эмоциональные приемы: приветствие, игровые упражнения, презентации. Основное внимание уделяется привлечению

внимания участников к обозначенной тематике. Использование эмоциональных приемов направлено на погружение участников в обозначенную проблематику.

Основная часть занимает приблизительно 80% от общей продолжительности занятия и включает в себя сочетание теоретического материала с отработкой практических навыков. Занятия разнообразны по своей структуре: занятия с элементами тренинга, квест-игра, игра-активити. Основная часть предполагает также использование раздаточных материалов для реализации творческих заданий, используются видео и аудиоматериалы для обеспечения разнообразия в преподнесении информации. Каждое занятие сопровождается слайдовой презентацией. Использование интерактивных методов способствует более эффективному освоению используемых технологий.

Заключительная часть занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Каждое занятие завершается особыми эмоциональными ритуалами, закрепляющими позитивный опыт.

Занятия программного цикла включают в себя задания и упражнения различной направленности, которые в конечном итоге решают поставленные задачи.

Используемые методики, технологии, инструментари:

В процессе реализации программы использовались **следующие образовательные технологии:**

Личностно – ориентированные технологии, которые, по Г.К. Селевко, ставят в центр личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализации ее природных потенциалов.

Каждое занятие программы построено с учётом возрастных особенностей детей. На занятиях учитываются индивидуальные особенности каждого ребёнка. Воспитанники активно участвуют в упражнениях и играх, высказывают своё мнение, отношение к той или иной ситуации. Занятия строятся на уважении, доверии и взаимопонимании.

Здоровьесберегающие технологии, которые направлены на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его развития, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Используется постоянно на всех типах и этапах занятий: (вводная часть, основная часть, заключительная часть) - проводятся игры и упражнения, направленные на сохранение и развитие психологического здоровья.

Информационно-коммуникационные технологии. По определению Г.К. Селевко, информационная технология обучения – это педагогическая технология, применяющая специальные способы, программные и технические средства для работы с информацией.

Использование компьютера, мультимедийных презентаций, видеоматериалов, интернет–ресурсов способствуют повышению эффективности развивающих занятий с детьми.

Игровые технологии Использование игровых технологий способствует формированию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников.

Программа строится на основе игровых упражнений, направленных в первую очередь на развитие эмоциональной сферы, эмоционального интеллекта старших дошкольников, снятие тревожности, повышение самооценки, развитие коммуникативных навыков.

Арт-терапевтические техники – элементы музыкотерапии, рисуночной терапии, сказкотерапии способствуют раскрытию творческого потенциала ребенка

Источники технологий:

- Г.К. Селевко «Современные образовательные технологии»
- Л.Д. Лебедева «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий»
- Т.С. Комарова, И.И. Комарова, А.В. Туликов «Информационно-коммуникативные технологии в дошкольном образовании»

Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы

Программа носит интегративную гуманистическую направленность. Права и обязанности участников программы определяются Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ, Уставом МАОУ детского сада №49 «Веселые нотки».

Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе сотрудничества, взаимного уважения. Происходящее в группе всегда определяется личностным выбором каждого участника, никто не может принудить его к совершению каких-либо поступков.

Гарантии прав родителей (законных представителей) регламентированы Договором между Учреждением и родителями (законными представителями) обучающихся и их согласием на психолого-педагогическое обследование и развивающую работу с ребенком в рамках реализуемой программы. Родители имеют право знакомиться с содержанием развивающей программы. Порядок регламентации и оформления отношений образовательного учреждения и воспитанников и (или) их родителей (законных представителей) предусмотрен Уставом образовательного учреждения.

Сфера ответственности, основные права и обязанности участников программы.

Педагог-психолог право на:

- свободу выбора и использования методик в соответствии с основной тематикой программы;
- доведение до сведения родителей (законных представителей) результатов реализации программы, касающихся их ребенка и другой информации выявленной в ходе занятий, если она угрожает психологическому или физиологическому здоровью их ребенка.

Педагог-психолог обязан:

- соответствовать требованиям квалификационных характеристик;
- выполнять требования Устава МАОУ, должностных инструкций;

- обеспечивать безопасность жизни и здоровья участников во время реализации программы;
- соблюдать конфиденциальность получаемой от участников информации.

Воспитанники имеют право на:

- добровольное участие в программе;
- уважение человеческого достоинства, на свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
- отказаться от участия в программе при наличии обстоятельств, которые могут нанести вред его психическому и физическому здоровью.

Воспитанники обязаны:

- уважать честь и достоинство других участников программы;
- соблюдать правила группы;
- не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы;

Родители (законные представители) детей имеют право:

- присутствовать на развивающих занятиях;
- получать консультативную помощь;
- получать полную и достоверную информацию о результатах проведения развивающего процесса;
- давать оценку эффективности работы по реализации программы в целом и по отдельным вопросам.

Родители (законные представители) обязаны:

- создавать необходимые условия в семье для развития, обучения и воспитания ребенка
- уважать честь и достоинство других участников программы;

Показания и противопоказания к участию в программе.

Показания к участию в программе:

- дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет);
- педагоги старших групп

Противопоказания к участию в программе:

- несогласие родителей (законных представителей)
- психические заболевания;
- глубокое нарушением зрения (слепые) и слуха (глухие).

Так как эта категория детей не имеет возможности выполнять задания и упражнения, участвовать в играх, используемых в программе, и это может усугубить психическое состояние ребенка.

Ресурсы для эффективной реализации программы

Необходимые ресурсы	Требования
Специалисты	1 ведущий *наличие профессионального психологического образования *наличие опыта работы с данной целевой аудиторией *наличие опыта использования предлагаемых техник * иметь профессиональную подготовку по методам диагностики и развивающей работы
Учебные и методические материалы	*Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5-6 лет *Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры *Семенака С.И. «Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет» * Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е, Первушина И.М. «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников» *«Я-ты-мы». Программа социально-эмоционального развития дошкольников /сост. О.Л. Князева
Материально-технический	*помещение для проведения групповых занятий с использованием атрибутов для данной возрастной категории (листы бумаги А4, карандаши простые и

	<p>цветные, мяч, иллюстрации по заявленным темам, пирамида, игровое поле с сюрпризными моментами: переход хода; дополнительный ход; музыкальная пауза; подарок; кубик эмоций, смайлики, наглядно-дидактические пособия «Театр настроения», «Наши чувства и эмоции», дидактические карточки «Эмоции»)</p> <p>* аудиотехника и видеотехника, экран, проектор</p> <p>* канцелярские принадлежности</p> <p>* мягкое половое покрытие</p>
Информационное обеспечение учреждения	<p>* библиотека методической литературы</p> <p>* возможность выхода в интернет</p> <p>* видеоматериалы</p> <p>* сайт образовательного учреждения</p>

Ожидаемые результаты реализации программы

Итоговый результат:

- положительная динамика в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников, повышение самооценки, снижении уровня тревожности (динамика прослеживается относительно стартовых возможностей ребенка)

Промежуточный результат:

- овладение средствами общения и способами взаимодействия со сверстниками;
- развитие умения понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию
- снижение риска нарушений психического здоровья детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Психодиагностический инструментарий, используемый для оценки достижения планируемых результатов

- Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л.П.)

- Тест тревожности Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен;
- Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)
- Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

(Приложение 1)

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы предполагает отслеживание положительной динамики в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников через осуществления диагностических процедур. Педагог-психолог подводит итог работы, оформляя его в виде рефлексивного отчета, включающего в себя качественный и количественный анализ.

Критерии оценки достижения планируемых результатов качественные и количественные

Критерии оценки	Запланированные показатели /индикаторы	Источник получения информации
Эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста	Позитивные изменения в уровне сформированности основных параметров эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Увеличение на 5-10% доли детей с высоким уровнем развития (от стартовых данных)	Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л. П.).
Тревожность	Снижение на 5 – 10% доли детей с высоким уровнем тревожности (от стартовых данных)	Методика определения уровня тревожности Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен
Самооценка	Снижение на 5 – 10% доли детей с	Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)

	заниженной самооценкой (от стартовых данных)	
Отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни	Позитивные изменения в уровне сформированности данного параметра	Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

Сведения о практической апробации программы на базе МАОУ детского сада №49 «Веселые нотки» городского округа Тольятти

Предлагаемая развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» была апробирована в 2018 – 2019, 2019 - 2020, 2020-2021, 2021-2022 учебном году в экспериментальном режиме на группе детей старшего дошкольного возраста. Общая выборка составила 44 ребенка старшего дошкольного возраста. Отследить результативность проведенной работы позволяют выработанные критерии и индикаторы, представленные в программе.

Данная программа получила **рецензию** заместителя директора по научной работе РСПЦ, доцента кафедры социально-гуманитарных наук, кандидата психологических наук Карамеевой Любови Александровны.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Занятие 1 «Эти волшебные эмоции»

Цель: развитие эмоциональной сферы и компетентности дошкольников, формирование доброжелательных, дружеских взаимоотношений как в коллективе сверстников, так и со взрослыми.

Задачи:

- знакомить детей с миром эмоций;
- учить понимать свои эмоции и чувства;
- учить понимать эмоции и чувства окружающих людей;

- выявить особенности эмоционального благополучия детей.

Ход встречи:

Приветствие. «Пожелание доброго утра»

Дети, находясь в кругу, по очереди приветствуют друг друга, передавая с улыбкой фразу «Доброго утра!»

Упражнение «Друг к дружке»

Цель: снятие эмоционального напряжения, создание атмосферы доброжелательности, готовности к сотрудничеству.

Сегодня мы будем приветствовать друг друга в парах. Выберете себе пару взглядом, подойдите и пожмите партнёру руку. Можно приветствовать друг друга в парах самыми разными частями тела: ладонями, локтями, плечами, спинами, бёдрами, коленями, носками, пятками, ушами, носами, затылками и т.п. Психолог стимулирует творчество воспитанников в придумывании необычных приветствий.

Дидактическое упражнение «Назови настроение героя в домике»

Цель: знакомство детей с эмоциями сказочных героев, стимуляция речевой активности

Посмотрите, вот домик, какой он? (темный, стены коричневые). Как вы думаете, кто в нем может жить? (Ответы детей) Волшебное окно откроется, если вы скажете волшебные слова: «Окно, откройся, пожалуйста!».

Дети хором произносят предложение, окно открывается, дети видят злого волка. Дети угадывают его настроение и объясняют свои предположения (брови нахмуренные, пасть открыта так, что видны зубы).

А теперь изобразите на своем лице злость (Дети выполняют мимическое упражнение).

По аналогии дети называют и мимически изображают эмоции удивления, радости, обиды, страха и грусти.

Игра «Пойми меня»

Цель: развитие умения взаимодействовать со сверстниками на основе правил, развитие психических процессов.

Дети сидят на ковре в кругу.

Посмотрите, какую красивую коробочку я для вас приготовила. Эта коробочка с подарками. Получить подарок может только тот, кто умеет хранить секреты. Что это значит? (не рассказывать раньше времени).

Дальше педагог объясняет детям, что когда он подойдет к кому-то, то этот ребенок должен закрыть глаза и, не глядя, вытянуть из коробочки картинку, посмотреть на нее, но никому не показывать и не говорить, что на ней. Это нужно сохранить в секрете. После того, как все дети вытянут себе по одной картинке, педагог спрашивает детей, хочется ли им узнать, кому что досталось? Дети отвечают. Тогда педагог говорит, что показывать подарки нельзя, но про них можно составить загадку, с помощью схемы (показывает схему-описания), а остальные ребята должны отгадать какой подарок на картинке. Кто правильно составит загадку, получает жетон, и кто отгадает загадку, тоже получает жетон. Затем педагог рассказывает про свой подарок, показывая детям, как это нужно делать правильно, а дети угадывают, что ему досталось. После этого дети рассказывают про свои подарки по очереди и, когда подарок угадан, открывают свою картинку.

Игровое упражнение «У кого больше «любимок»?»

Цель: способствовать формированию у детей умения любить окружающих.

У каждого человека есть много «любимок» – людей, которых они любят. Предлагаю конкурс: назвать как можно больше своих «любимок», то есть любимых людей.

При обсуждении делается вывод о том, как хорошо, когда у человека много людей, которых он любит.

Этюд «Покажи, как я люблю»

Цель: учить детей осознанию того, за что можно любить и уважать, видеть не только недостатки, но и положительные черты детей.

Вырезается фигура ребенка. (олицетворяет какого-то определенного ребенка). Психолог раздает всем детям красные сердечки, которые они приклеивают на

бумажную фигуру ребенка и говорят, за что они его любят, что в нем им нравится, чем он может гордиться. Психолог обязательно начинает первым.

Этюд с элементами танце-двигательной терапии «Сделай, как Буратино»

Цель: учить передавать эмоциональное состояние персонажа, используя язык тела.

Психолог приносит детям игрушку Буратино (кукла бибабо). Он рассказывает о том, с кем встречался Буратино, какие чувства и эмоции он испытал и просит детей научить сказочного героя передавать эмоции с помощью тела. Варианты:

- Буратино удивился, когда увидел восход солнца
- Буратино обрадовался, когда встретил друзей
- Буратино обиделся, когда его не взяли в игру
- Буратино испугался грома и т.д.

Релаксация «Тихий час для мышат»

Цель: освоение и закрепление позы покоя.

Представьте себе, что вы весёлые, озорные, беспокойные мышата. Мышата бегают, снуют, заглядывают во все уголки, машут хвостиком (напряжение). Но вот мышата устали...начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У мышат равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (расслабление).

Занятие 2. «Эмоция Радости»

Цель: развитие эмоциональной сферы и компетентности дошкольников.

Знакомство с богатством и разнообразием мира эмоций: эмоция радости.

Задачи:

- познакомить детей с чувством радости,
- учить выражать эмоциональное состояние с помощью мимики, жестов,
- развивать способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение выразить его в мимике, этюдах, жестах,
- расширять представления детей об эмоции радость, формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

Ход встречи:

Приветствие. «Давайте поздороваемся»

Дети садятся в круг. Обращаясь к соседу, ребенок называет его имя и здоровается с ним, при этом ребенок может положить руку на колено соседу.

«Закончи предложение»

Цель: развивать речевую активность детей, побуждать к сотрудничеству, развивать интерес к сверстнику.

Дети по очереди заканчивают каждое из предложений:

-Я, (имя), хочу...

-Я, (имя), умею...

-Я, (имя), смогу...

-Я, (имя), добьюсь...

Каждого ребенка можно попросить объяснить тот или иной ответ.

Дети, тему нашего занятия, вам подскажет загадка, послушайте ее и скажите ответ.

Она у каждого бывает,

Кто про невзгоды забывает.

Ты хочешь петь и веселиться,

Ей можно с другом поделиться,

Она - любимая, как сладость.

Она – отрада наша ... (РАДОСТЬ).

Правильно, это радость, сегодня мы познакомимся и поговорим о радости.

Чувства помогают нам понять самих себя, и являются частью нас. Некоторые чувства такие как, любовь, радость, счастье вызывают у нас ощущения тепла.

Другие чувства, такие как страх, печаль, злость, стыд заставляют нас испытывать беззащитность и по телу пробегает холодок. Очень важно научиться распознавать их и понимать, о чем они говорят нам.

Упражнение "Собери солнышко"

Цель: познакомить детей с эмоцией радость

Ребята, посмотрите, сегодня на улице светит солнышко, и от этого у нас хорошее настроение. Но, бывают дни, когда на улице пасмурно и идет дождь, и нам всем очень не хватает тепла, и улыбок. Я получила по почте письмо. Давайте откроем его, и посмотрим что в нем.

(Круг с эмоцией радости и полоски, лучики).

Дети, сейчас мы попробуем собрать солнышко. Возьмите по лучику, произнесите пожелание тому, кому хочется, и прикрепите свой лучик с кругу.

Дети выполняют.

Посмотрите, какое солнышко у нас получилось. Какие чувства вы испытывали, когда выполняли задание? (ответы).

Давайте изобразим эмоцию радости и улыбнемся друг другу. Вы, все маленькие солнышки, которые светят и излучают добро. Молодцы, очень хорошо справились с заданием!

Упражнение «Закончи предложение»

Сядьте на стульчики в круг и продолжите предложения:

Когда я радуюсь, я ... (улыбаюсь, прыгаю, смеюсь, танцую, пою...)

Я радуюсь, когда вижу ... (подарки, мамино лицо, торт, сладости, клоуны...)

На что похожа радость? (на салют, фейерверк, на праздник...)

Как можно порадовать человека? (подарить подарок и т.д.)

Молодцы, дети вы почувствовали: когда мы говорили о радостных моментах, на душе у нас тоже становилось радостно.

Инсценировка «Солнышко вернулось»

Цель: развивать умение передавать эмоцию радости, развивать выразительность движений.

Разыгрывается отрывок из стихотворения К.Чуковского «Краденное солнце», распределяются роли. Дети изображают, как обрадовались звери вернувшемуся солнцу.

«Здравствуй, солнце, золотое!»

Здравствуй небо голубое!

Стали пташки щебетать,

*За букашками летать.
Стали зайки на лужайке
Кувыркаться и скакать.
И гладите: медвежата,
Как веселые котята
Прямо к дедушке мохнатому
Толстопятые бегут:
«Здравствуй, дедушка, мы тут!»
Рады зайчики и белочки,
Рады мальчики и девочки,
Обнимают и целуют косолапого.
Ну, спасибо тебе дедушка за солнышко!*

Игра «Подними, покачай»

Цель: дать ребенку понять, что сверстники поддерживают его, заботятся о нем. Ребенок ложится на ковер, расслабляется, закрывает глаза. Ведущий поддерживает его под мышки. Дети осторожно поднимают его со всех сторон, затем легко качают.

Тебе приятно? Не страшно? Друзья крепко тебя держат, они не позволят тебе упасть.

Игра «Разноцветный букет»

Цель: учить взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и удовольствие.

Каждый ребенок объявляет себя цветком и находит себе другой цветок для букета, объясняя свой выбор. Затем все «букетики» объединяются в один букет и устраивают хоровод цветов.

Этюд «Новые игрушки»

Цель: развивать выразительность движений, эмоциональную открытость.

Ведущий предлагает детям послушать рассказ о том, как девочке Маше подарили новую куклу, а мальчику Серёже – новую машинку. Они рады, весело смеются, скачут, кружатся, играют с новыми игрушками. Звучит весёлая музыка. Детям

раздают игрушки и просят изобразить радость вместе с героями рассказа. Поощряются выразительные движения: движения с улыбками, прыжками, танцами.

Игровое упражнение «Рисование радости»

Цель: развивать умение графически передавать эмоцию.

Сегодня мы узнали о радости. Скажите, радоваться – это хорошо, или плохо?

Как, можно создать себе хорошее настроение? (Вспомнить лицо любимого человека, веселого героя из сказки, придумать историю о каком-то радостном событии, нарисовать его). Дети вспоминают о том, чем они занимались, что нового узнали.

Психолог хвалит детей, за приятное занятие, отмечает положительные моменты, высказывает пожелания:

Давайте же чаще улыбаться, и мир станет светлее от наших улыбок.

Ритуал прощания «Волна радости»

Поочередное поднятие рук в кругу

Занятие 3. «Эмоция Злости»

Цель: расширять представление детей об эмоции «злость».

Задачи:

- способствовать открытому проявлению эмоций социально-приемлемыми способами, учить снятию негативных настроений, ослаблению агрессивности;
- учить детей анализировать свою агрессивность и устранять ее через игру и позитивное поведение.

Ход встречи

Приветствие «Осьминожки»

Цель: создать интерес к сверстнику, побуждать к совместной деятельности.

Дети сидят в кругу на ковре. Пальцами рук или ног изображают осьминожек, которые передвигаются по полу, встречаются, здороваются с другими осьминожками и т.п.

Беседа с использованием художественного слова.

Цель: знакомство с эмоцией злости

Сегодня мы продолжим знакомство с основными человеческими эмоциями. Попробуйте отгадать, о какой эмоции мы будем говорить. Для этого послушайте отрывок из стихотворения К. Чуковского «Краденое солнце».

*И встал Медведь,
Зарычал Медведь,
И к Большой Реке
Побежал Медведь.
А в Большой Реке
Крокодил лежит,
И в зубах его
Не огонь горит-
Солнце красное,
Солнце краденое.
Подошел Медведь тихонько,
Толкнул его легонько:
«Говорю тебе, злодей,
Выплюнь солнышко скорей!
А не то, гляди, поймаю,
Пополам переломаю,
Будешь ты, невежа, знать,
Наше солнце воровать!»*

(Ответы детей)

Правильно, сегодня речь у нас пойдет о злости, или о гневе. Посмотрите на пиктограмму «Злость». Какое выражение лица дол у человека, когда у него злое настроение? (брови нахмурены, рот приоткрыт, растянут в стороны, видны два ряда сжатых зубов).

Упражнение «Как выглядит злость»

Цель: передавать эмоцию злости с помощью мимики.

Покажите это настроение друг другу по кругу.

Упражнение «Злость-это...»

Цель: способствовать открытому высказыванию, проявлению эмоции.

Закройте глаза. Мысленно продолжите предложение: «Злость – это...». Теперь продолжите это предложение вслух.

Игра «Прорви круг»

Цель: способствовать открытой демонстрации эмоции злости и нахождению конструктивного выхода из ситуации.

Бывали ли когда-нибудь такие ситуации, когда другие дети не принимали вас в игру? Что вы делали в этих ситуациях? (ответы детей).

Возможно, бывало и такое, что вы все же насильно хотели включиться в игру: расталкивали детей, отбирали игрушки. Итак, сейчас мы разыграем эту ситуацию. Пусть все встанут в круг и крепко сцепятся руками. Один ребенок должен будет остаться за кругом и попытаться прорваться в круг. (Важно следить, чтобы ребёнок находился вне круга не более одной минуты).

Расскажите, что вы чувствовали, когда были за пределами круга (ответы детей).

Что готовы были предпринять? (ответы детей).

Игра «Маски»

Цель: продолжать открыто выражать предложенную эмоцию

Мы сейчас будем делать маску гнева. Возьмите салфетки. Щипковыми движениями сделайте в них отверстия так, чтобы получилась маска со злым выражением лица. Попробуйте примерить эту маску. Дети выполняют задание.

Упражнение «Способы избавления от злости»

Цель: учить снятию негативных настроений приемлимыми способами, ослаблению агрессивности.

Предлагаю вам несколько способов избавления от злости:

- порвать или скомкать газету;*
- порвать или скомкать маску и улыбнуться, глядя в зеркало;*
- потопать ногами;*
- «собрать» свою злость в мешок.*

Дети выбирают любой способ из имеющихся и предлагают свой.

Психолог хвалит детей, отмечает положительные моменты, отмечает новые способы избавления от злости.

Ритуал прощания «Волна радости»

Поочередное поднятие рук в кругу

Занятие 4. «Путешествие на сказочную планету»

Цель: расширять представление детей об эмоции «злость».

Задачи:

-способствовать открытому проявлению эмоций социально-приемлемыми способами, учить снятию негативных настроений, ослаблению агрессивности;

-учить детей анализировать свою агрессивность и устранять ее через игру и позитивное поведение.

Ход встречи

Приветствие «Давайте поздороваемся»

Дети садятся в круг. Обращаясь к соседу, ребенок называет его имя и здоровается с ним, при этом ребенок может положить руку на колено соседу.

Игра «Поссорились два петушка»

Цель игры: развитие раскованности и самоконтроля.

Звучит весёлая музыка (А. Райчева «Поссорились два петушка»). Дети двигаются по типу броуновского движения и слегка толкаются плечами. Дети обязательно должны играть «по правде» и одновременно держать символизм игры

Упражнение-этюд «Путешествие на сказочную планету» (звучит спокойная музыка)

Цель: учить использовать выразительность движения тела

На одной из сказочных планет случилась беда. Там побывал злой волшебник, который заколдовал зверей, птиц, деревья, цветы. Жителям планеты нужна помощь.

Предложить детям найти свое сердце, прижав обе руки к груди, и прислушаться, как оно стучит: «тук, тук, тук». Затем каждый представит, что у него в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и теплый свет его разливается

по телу, рукам, ногам. Его столько, что он уже не вмещается. Психолог предлагает детям послать заколдованной планете немного света и тепла, и, может быть, она оживёт (руки вынести вперед, кисти рук вертикально).

Планета стала оживать, так как каждый подарил ей немного тепла и света.

«Групповое рисование по теме «Путешествие на сказочную планету»

Цель: развитие интереса к сверстнику, умения договариваться.

На столе - альбомный лист, за столом 4-6 человек. Ребенок рисует, затем по сигналу передает лист другому ребенку - и так до тех пор, пока лист не вернется к ребенку, который первым начал рисовать. Он оценивает рисунок и говорит, чем понравился ему рисунок.

Игра «Подарок»

Цель: научить детей пониманию другого человека, быть щедрыми душой. Педагог предлагает каждому подарить соседу подарок, но не настоящий. Для этого ребёнку нужно жестами изобразить, что он дарит, сказать что-то приятное с ласковой интонацией и преподнести подарок.

Этюд «Танец радости»

Цель: создать позитивный настрой

Дети становятся в круг, берутся за руки, затем все вместе скачут, как радостные воробушки в солнечную погоду, подставляя бока солнышку, как радостные котята, а потом прыгают как радостные ребята на солнечной прогулке.

Рефлексия. Задать вопросы о чувствах и ощущениях:

За кого ты порадовался? Приятно ли быть щедрым? Что тебя огорчило?

Ритуал прощания «Дружба»

Дети, стоя в кругу, положили руки на плечи друг другу и покачались вправо и влево.

Занятие 5 «Эмоция Грусти»

Цель: расширять представление детей об эмоции «грусть».

Задачи:

- знакомство с эмоцией «грусть»,

-формирование умения определять грустное эмоциональное состояние и передавать его,

-развитие коммуникативных навыков.

Ход встречи

Приветствие «Дружба начинается с улыбки»

Дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются.

Возьмемся за руки, друзья! Друг другу улыбнемся.

Мы пожелаем всем добра и скажем: «Здравствуй, солнце!»

Беседа «Какие мы разные»

Цель: создать эмоциональный настрой на занятие, ввести новые понятия.

Мы отличаемся друг от друга: характер, внешность, привычки, мысли, внутренний мир. Что такое внутренний мир? Внешний мир: природа, небо, солнце. В нашем внутреннем мире тоже бывает солнце – хорошее настроение, мы радуемся, поём песенки. Если на солнце находят тучи – настроение портится, идёт дождь – бегут слёзки. От настроения зависит всё: в плохом настроении появляются плохие черты характера. У человека в плохом настроении надуты губы, человек грустит, капризничает, не играет (произносится капризным тоном).

Упражнение «Изобрази эмоцию»

Цель: учить передавать эмоции радости и грусти «языком тела», интонацией и мимикой.

Как выглядит грустный человек? Брови нахмурены, голова опущена. (Показ).

Как выглядит весёлый человек? (Показ).

Как выглядит уставший человек? (Показ).

Мы передавали настроение с помощью жестов. Давайте, грустно помашем вслед рукой маме. На нашем лице – грусть. Это наша мимика. Покажем мимикой, какие мы сонные, глаза слипаются....

Дети аналогичным образом обыгрывают различные ситуации.

Ещё у нас есть интонация. Давайте голосом покапризничаем: «Мама, не хочу спать, хочу играть!».

Ведущий предлагает еще несколько этюдов.

Все эти приспособления – жесты, интонация, мимика – действуют вместе. Мы все очень разные, уникальные, неповторимые.

Театральный этюд «Звери заболели»

Цель: развивать умение передавать эмоцию грусти, развивать выразительность движений

В Африке заболели звери. Им больно и грустно, они страдают, смотрят по сторонам, на океан и ждут доктора Айболита. Дети разыгрывают отрывок из стихотворения К.Чуковского «Доктор Айболит»:

А в Африке, а в Африке....

На черной Лимпопо

Сидит и плачет в Африке

Печальный Гиппопо.....и т.д

Игра «Огонь, вода, земля, воздух»

Цель: изображение внешнего мира с помощью средств понимания.

Играющие стоят по кругу. Ведущий объясняет правила.

На слово «земля»- руки вниз, напрячься, как бы врасти в землю.

На слово «вода»- руки вперед, «плавательное» движение.

На слово «воздух»-руки вверх - вдох; опустить – выдох.

На слово «огонь» —вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах.

Игра «Составь фигуру грусти»

Цель: развитие зрительного восприятия, произвольной зрительной памяти.

Детям раздаются геометрические фигурки (на каждого ребёнка). Показывается табличка с изображением. Необходимо составить такую же фигуру. За каждое правильно выполненное задание ребёнок получает жетон.

Релаксация «Из семени в дерево»

Ведущий – «садовник» предлагает детям превратиться с маленькое сморщенное семечко (сжаться в комочек на полу, убрать голову и закрыть её руками).

«Садовник» очень бережно относится к «семенам», поливает их (гладит по голове и телу), ухаживает. С тёплым весенним солнышком «семечко» начинает

медленно расти. (Поднимаются.) У него раскрываются «листочки» (руки тянутся кверху), растёт «стебелёк» (вытягивается тело), появляются «веточки» с «бутонами» (руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент, и «бутоны» лопаются (резко разжимается кулачки), и росток превращается в прекрасный и сильный «цветок». Наступает лето, «цветок» хорошеет, любит себя (осмотреть себя), улыбается соседям-цветам (улыбки соседям), кланяется им, слегка дотрагивается до них своими лепестками (кончиками пальцев дотянуться до соседей). Но вот подул ветер, наступает осень. «Цветок» качается в разные стороны, борется с непогодой (раскачивания руками, головой, телом). Ветер срывает лепестки и листья (опускаются руки, голова), «цветок» сгибается, клонится к земле, и ложится на неё. Ему грустно. Но вот пошел зимний снежок. «Цветок» опять превратился в маленькое «семечко» (свернуться на полу). Снег укутал «семечко», ему тепло и спокойно. Скоро опять наступит весна, и оно оживёт!

Рефлексия. Что тебе доставило удовольствие, радость?

Ритуал прощания «Эстафета дружбы».

Цель: побудить к сотрудничеству, мотивировать на позитивную деятельность.

Занятие 6 «Эмоция Удивления».

Цель: расширять представление детей об эмоции «удивление».

Задачи:

- познакомить детей с чувством удивления,
- обучить различению эмоционального состояния по его внешнему проявлению через мимику, пантомимику, интонацию,
- формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок,
- учить детей выражать чувство удивления в рисунке.

Ход встречи

Приветствие «Страна Настроения»

Цель: создать эмоциональный настрой на предстоящую деятельность

*В страну Настроений отправимся мы,
Где будем смеяться, грустить, удивляться.
С героями этой волшебной страны
На каждом занятии будем встречаться.
Нас ждут приключения, сказки, игра,
Задания разные нового друга.
Ну что, вы готовы? Тогда нам пора!
Друг другу приветствие скажем по кругу.
Дети здороваются друг с другом по кругу.*

Упражнение "Угадай настроение"

Цель: обучить детей передаче заданной эмоции с помощью мимики

Каждому участнику дается задание выразить мимикой: удивление. Остальные отгадывают. Ролевое проигрывание ситуаций в парах.

«Волшебные средствами понимания»: улыбка, умение слушать, контакт глаз, добрый, ласковый голос, мягкие, нерезкие жесты, приятные прикосновения, вежливые слова, умение понять человека.

Этюд «потянулись-сломались»

Цель: развивать выразительность движений

Исходное положение, стоя, руки и всё тело устремлены вверх, пятки от пола не отрывать. Ведущий: «Тянемся, тянемся вверх, выше, выше... А теперь наши ладони как бы сломались, повисла голова, перегнулось тело, подогнулись колени, упали на пол... лежим, отдыхаем, хорошо».

Игра-инсценировка «Удивлинка в гостях у ребят»

Цель: обучить различению эмоционального состояния по его внешнему проявлению через мимику, пантомимику, интонацию. Учить передаче эмоции удивления различными способами.

*На высоких, на зеленых
Горизонтских островах,
По свидетельству ученых,*

*Ходят все на головах!
Там живет ученый кот,
Даже водит вертолет!
Там растут на вербе груши,
Шоколад и мармелад,
На зеленой на поляне
Всюду множество цветов.
Запахами удивляют.
Ты понюхать их готов?
Вот варенье, шоколад,
Запах сладкой газировки.
И найдешь ты здесь цветы
Даже с запахом морковки.
Сроит лишь тебе подумать,
Аромат свой загадать.
И цветочек новый точно
Будем благоухать*

(Б. Заходер, отрывок из стихотворения «На Горизонтских островах»)

Беседа

Какое чувство вызвало у вас стихотворение? Что бы произошло с человеком, если бы он увидел, что все люди «ходят на головах»? Что еще удивило вас в этом стихотворении?

Попробуйте рассказать об удивленном человеке. Какой он? (обращает внимание детей на пиктограмму эмоционального состояния удивление) (ответы детей).

Переживание удивления обычно бывает коротким и приятным. С каким человеком можно сравнить удивленного человека? (ответы).

Покажите, как вы умеете удивляться. Зажмурьтесь. Теперь быстро откройте глаза, посмотрите друг на друга и удивитесь!

Дети выполняют задание

Что или кто может нас удивить? (ответы).

Постарайтесь удивленно сказать фразу: «Сегодня шел дождь».

Дети выполняют задание.

Упражнение «Удивительные запахи»

Цель: учить использовать различные органы для передачи эмоционального состояния

На столе – коробочка в ней мешочки с веществами и предметами, обладающими выраженным запахом.

Вспомните, пожалуйста, о каких запахах шла речь в стихотворении. Запахи бывают удивительными, необычными и запоминающимися. А какими еще? (ответы).

Закройте глаза. Я буду каждому из вас давать понюхать мешочек с удивительным запахом. А вы постарайтесь угадать, что это за запах, а затем рассказать, что вы вспомнили, вдыхая аромат.

Упражнение «Шарик»

Цель: напряжение и расслабление мышц живота.

Представим, что мы надуваем воздушный шар. Положите руку на живот. Надуваем живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Не будем надувать большой шар. Сделаем спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи поднимать нельзя. Вдох – выдох! Мышцы живота расслабились.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко...ровно...глубоко...

Рефлексия.

Психолог задаёт вопросы о чувствах и ощущениях:

Что тебе доставило удовольствие, радость?

Что вызвало удивление?

Расскажи о своих чувствах.

Занятие 7 «Эмоция Страх»

Цель: расширять представление детей об эмоции «страх», развивать чувство уверенности в себе.

Задачи:

- вырабатывать умения узнавать эмоции по их проявлениям;
- учиться самостоятельно преодолевать чувство страха;
- развивать чувства эмпатии, умения сопереживать другим;
- развивать умения договариваться, принимать общее решение.

Ход встречи

Приветствие «Связующая нить»

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, способности к принятию друг друга.

Дети сидят по кругу, передавая друг другу клубок ниток так, чтобы все, кто уже держали клубок, взяли за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что дети сейчас чувствуют, что могут пожелать другим. Когда клубок вернется к ведущему, участники игры натягивают нить и закрывают глаза, представляя по просьбе ведущего, что они составляют одно целое, что каждый важен и значим в этом целом (обыгрывание клубка).

Упражнение «Кто виноват»

Цель: открытое принятие чувств других людей.

Беседа по сюжетной картине «Кто виноват», на которой изображена жизненная ситуации: дети разбили цветочный горшок.

Если ты разбил случайно

Новый и красивый чайник,

Иль в стекло попал твой мяч,

То осколки ты не прячь,

Лучше к маме подойди,

«Виноват! – скажи. - Прости!»

*Ведь за правду, каждый знает,
Мама сильно не ругает.
Честность, искренность ответов
Ей дороже всех на свете.*

Этюд «Как выглядит страх»

Цель: учить передавать эмоцию страха с помощью мимики.

*Мои брови приподняты и слегка сведены к переносице. Глаза широко открыты,
от испуга я дрожу. Я хочу защититься, спрятаться, убежать.*

Ведущий предлагает детям изобразить эмоцию страха с помощью мимики.

Инсценировка «Гроза»

Цель: развивать артистические способности, изображение эмоций; укреплять уверенность в собственных силах.

Послушайте стихотворение, изобразите мимикой, движениями, жестами эмоции, которые, встречались в этом стихотворении (страх, который сменяется на спокойствие, а затем и на радость, веселье).

Гром гремит, грозит, грохочет,

Напугать гроза нас хочет.

Небо было голубое,

Стало грозное, стальное.

Град горошинами бьёт,

Град гулять нам не даёт.

Но гроза всё дальше, тише...

Глуше гром, и небо чище.

Загорелась полукругом

Радуга-дуга над лугом!

Друг за другом выбегаем,

В догонялки мы играем!

Гомоним, галдим, гогочем,

Прыгаем, поём, хохочем!

Игра-упражнение «Я – дерево»

Цель: учить преодолению страха, способствовать повышению самооценки.

Чтобы преодолеть чувство страха, давайте представим себя большим сильным деревом. Встаньте, поставьте ноги на ширине плеч. Сильно надави пятками на пол, сожми кулачки. Ты большое и крепкое дерево. Слышишь, подул ветер. Ты сильный и смелый! Повтори «Я – сильный! Я – смелый!»

Игра «Маленький Мышонок»

Цель: способствовать расслаблению, развивать эмпатию.

Психолог произносит слова, дети выполняют движения в соответствии с текстом.

Представьте, что на полу посреди группы сидит маленький мышонок. Что это будет за мышонок? Хорошенькая белая мышка или серовато-коричневый домашний мышонок? Представьте себе маленького зверька с остренькой мордочкой и симпатичными серыми глазками, быстро перебирающего по полу четырьмя крошечными лапками. Он всего боится, поэтому вы должны передвигаться совершенно бесшумно, чтобы не спугнуть этого маленького зверька. Крадитесь, как можно медленнее за своим мышонком, пройдите через всю комнату, подойдите к своему месту, и пусть ваш мышонок останется сидеть перед вами. Если хотите, то можете, сесть на своё место, взять его в руки и погладить, или же просто внимательно смотрите, как он сидит и с любопытством оглядывается по сторонам...Прощайтесь теперь со своим мышонком и мысленно проследите за тем, как все мышки побегут к двери. Я немного приоткрою дверь, так что все они смогут выбежать наружу.

Этюд "Как котёнок потерялся".

Цель: развивать творческие способности, передавать эмоции с помощью движений, мимики.

Пошел Вася с котёнком гулять. Котенок был маленький и глупый. Он увидел бабочку, побежал за ней, отстал от Васи и теперь не знал, куда идти. Стало ему страшно. Он сжался в комочек и жалобно замыкал. Мимо шла девочка Катя. Увидела она котёнка и спрашивает: "Что с тобой? Ты испугался? Тебе страшно?" А котёнок ей отвечает: "Я потерялся. Мне страшно, и я не знаю, как найти мой дом и Васю". Девочка приласкала котенка и проводила его домой.

Давайте разыграем эту историю. Кто сможет изобразить котёнка? Как он сначала веселился? А как вёл себя, когда он потерялся, и ему стало страшно? Кто ещё есть в этой истории? Кто изобразит Васю и Катю? Как Катя приласкала котёнка? Что она при этом может сказать? Как приласкает котёнка? Очень хорошо! Теперь давайте проиграем всю сценку целиком. Сейчас кто-нибудь из вас изобразит котёнка, который сильно испугался, и мы все вместе пожалеем, утешим его. Только делать это надо без слов, с помощью прикосновений. Кто хочет, чтобы его пожалели? А кто хочет пожалеть, поддержать кого-то сам? (Игра проводится до тех пор, пока в ней не примут участие все желающие). А теперь в благодарность или просто потому, что этого хочется, можно попросить кого-то себя обнять, или предложить кому-то свои объятия. Кто хочет это сделать?(дети обнимаются по желанию).

Упражнение «Мы отдыхаем»

Цель: саморасслабление, снятие напряжения.

Дети отдыхают лёжа на ковре, под спокойную музыку, которая постепенно смолкает.

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем...

Хорошо нам отдыхать... (пауза)

Но, пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Подтянулись! И друг другу улыбнулись!

Встаём!

Ритуал – окончание «Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать рукопожатие, как эстафету.

Я передам вам свою дружбу, и она идёт от меня к Маше, от Маши к Саше, т.д. и снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из нас добавил частичку своей дружбы. Пусть она вас не покидает и греет. До свидания!

Занятие 8 «Эмоция Обиды»

Цель: обучение способам поведения в ситуациях, связанных с появлением обиды.

Задачи:

- познакомить детей с эмоцией обиды;
- учить преодолевать негативное настроение.
- учить понимать чувства свои и других людей;
- дать возможность пережить понятие «прощение»;
- обучать способам выхода из ситуации обиды.

Ход встречи

Приветствие «Бабочки на ладонях»

Цель: создать эмоциональный настрой на работу

Закройте глаза, выпрямите руки, ладошками вверх. На ваши ладони будут садиться лёгкие мотыльки и приветствовать вас. Начинаем: бабочка села на ладонь (имя)..... и т.д.

Каждый ребёнок поднимает тот палец, на который села бабочка и говорит о своих ощущениях.

Беседа-путешествие «В стране эмоций»

Цель: продолжать пониманию чувств и эмоций других людей

Мы продолжаем путешествовать по стране психологии, и мы познакомимся с одной из эмоций, но вначале попробуйте отгадать по картинкам (показ картинок

мальчика и девочки) о какой эмоции пойдет речь? (ответы детей). Сегодня на занятии мы попытаемся разобраться, что такое обида, почему мы обижаемся, будем учиться прощать обиды. Чем можно кого-нибудь обидеть? (поступками, обидными словами). Как выглядит обиженный человек? (У него опущены плечи, руки и голова. Он может молчать, громко сопеть или говорить очень тихо.)

Покажите, как мы выглядим, когда обижены. (Дети изображают обиду). Как можно назвать человека, который обижает кого-нибудь? (Обидчик).

Как вы думаете, какого цвета обида? (Черного, синего, серого...).

Упражнение «Я обижаюсь...»

Закончите фразу: «Я обижаюсь, когда...» (Предлагается каждому повторить и закончить фразу, по кругу).

Этюд «Изобрази обиду»

Цель: передавать эмоцию с помощью «языка тела».

Встаньте напротив друг друга, и изобразите обидчика (плечи распрямить, кулаки сжать в кулак), вот-вот начнется драка. Глубоко вдохнуть, крепко накрепко сомкнуть челюсти, затаить дыхание на несколько секунд. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Все! Неприятности позади! Улыбнитесь и пожмите друг другу руки.

А теперь изобразим обиженного человека (у него опущены плечи, руки и голова, грустное лицо, человек может молчать и громко сопеть). Какие чувства мы испытывали в одной ситуации и в другой? (ответы детей).

Упражнение-инсценировка «Рыжий Львёнок»

Сейчас я предлагаю послушать рассказ, который подскажет вам, как правильно реагировать на обидчика и как поступать, если тебя самого обидели.

В лесу жил царь зверей – Лев. У него не было, как это принято, дворцов, и слуг, и стражи, у него не было ничего, что полагается иметь царям, но все знали что царь – он. Однажды у царя родился сын – рыжий левенок. Вы скажете, что все львы рыжие, но этот был рыжим необыкновенно. Как огонь. Даже солнышко радовалось на него. Однако левенку было не до смеха. Скорее наоборот. Ведь очень трудно быть не таким как все. Левенок часто дрался, ведь его дразнили, а

отец учил его быть смелым и сильным. И вот, однажды, когда львенок опять пришел домой с ободранным носом и расцарапанными лапами, отец позвал его к себе.

-Расскажи мне, почему ты дрался, - попросил он. Глаза у львенка сверкнули злобой: - Это тигры! Они называли меня рыжим! Трусливые кошки! - Но ведь ты и вправду рыжий - улыбнулся отец – скажи, разве тебе обидно, когда тебя называют львом»? Или говорят что у тебя четыре лапы и один хвост? Разве это стыдно? Здесь есть что-то плохое? - Нет - ответил львенок. - Тогда почему ты сердисься, когда говорят, что ты рыжий? Разве это хуже, чем быть полосатым или черным или белым? - Но, папа! Ведь меня дразнят! - Милый сын, - сказал лев - Тебя дразнят, потому что ты злишься. Все зависит от того, что ты слышишь. Ведь это только цвет твоей шерсти, больше ничего. И, если хочешь знать мое мнение, то я считаю его самым прекрасным на всем белом свете. Вот так. Львенок чувствовал, что отец прав, но гордость не позволяла ему с ним согласиться. - Я должен подумать, папа, - сказал львенок – я должен подумать. - Конечно, сынок - отец встал - и помни, все зависит только от тебя. И, знаете, львенок действительно подумал. Не то, что бы он стал паинькой и перестал драться совсем, нет, конечно. Но теперь, если вдруг он слышал за спиной: «Рыжий », он с достоинством поворачивал голову и говорил: « Да, и мне это очень нравится!» Постепенно его совсем перестали дразнить. Ведь это уже стало неинтересно.

О чем говорится в рассказе? (о львенке, которого обижали). Что посоветовал отец львенку? (не реагировать на обиды).

Обиды, могут накапливаться в нас, тяжелым грузом и могут мешать, нам жить. Обиженный человек чувствует себя несчастным, раздражённым. Обида опасна, потому что может вызвать гнев, ненависть и посорить близких людей. Добрый человек не будет обижать другого, причиняя ему боль.

Этюд «Жук»

Цель: развитие эмпатии, пониманию эмоций других людей.

Проигрывается ситуация, когда мальчик принёс в детсад жука (искусственный). Он пугает девочек, те говорят, что им это неприятно. Обижаются. Наконец, жук заполз мальчику под рубашку и тот пугается сам, кричит. Сам себя испугал!

Игра «Животные»

Цель: развивать воображение, эмпатию, двигательные навыки.

Педагог предлагает детям изобразить кого-либо из животных (шустрому ребенку - медведя; медлительному - зайца, белку; трусливому - тигра, льва и т.д.). Один ребёнок изображает кого-либо из животных. Остальные отгадывают, кто это.

Игра «Скучно, скучно так сидеть»

Цель: развитие раскованности, тренировка самоорганизации.

От одной стены комнаты до другой стоят стулья, их число равно количеству детей. На противоположной стороне комнаты также стоят детские стульчики, но их число на 1 меньше количества детей. Дети сидят на первой стороне. Ведущий читает стихотворение:

Скучно, скучно так сидеть.

Друг на друга все глядеть;

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Как только стих заканчивается, все дети бегут к противоположной стенке и стараются занять стулья. Проигрывает тот, кто остается без стула.

Ритуал «прощение»

Цель: дать возможность пережить понятие «прощение».

Если получилось так, что ты кого-то обидел, найди в себе силы и попроси у него прощения.

Предлагается каждому повторить и закончить фразу:

(Имя)....., прости меня, если я когда-то тебя обидел...

Дети произносят фразу по кругу. Ведущий следит, чтобы у каждого была возможность пережить «прощение».

Скажите, что было легче: освободиться от своей обиды или попросить прощения? (ответы детей). Как вы теперь себя чувствуете? Обратите внимание на ощущение легкости после того, как вы освободились от своей обиды.

В конце занятия вы можете подойти и обнять того, кого когда-то обидели и извиниться. Вы теперь знаете, как это сделать.

Ритуал-окончание «Солнечные лучики»

Цель: создание позитивного настроения.

Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, попытаюсь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком.

<i>Мы все дружные ребята,</i>	<i>Никого в беде не бросим.</i>
<i>Мы ребята-дошколята.</i>	<i>Не отнимем, а попросим.</i>
<i>Никого не обижаем.</i>	<i>Пусть всем будет хорошо</i>
<i>Как заботиться - мы знаем.</i>	<i>Будет радостно, светло!</i>

Занятие 9 «Мои эмоции - мои помощники»

Цель: Развитие эмоционального интеллекта детей.

Задачи:

- закрепить умение узнавать и выражать эмоциональные состояния в мимике, а также через использование различных изобразительных средств;
- развивать саморегуляцию воспитанников через прослушивание музыкальных произведений;
- совершенствовать умение понимать, вербализовать свои эмоции;
- формировать положительный эмоциональный настрой, способствовать сплочению группы детей.

Ход встречи

Ребята, проходите в зал, подходите ко мне. Я рада видеть вас! Хочу у вас спросить как ваше настроение? (Варианты детей). У меня тоже хорошее настроение. Посмотрите, пожалуйста, на экран. (Просмотр картинок детей с

различными эмоциями). Дети определяют название и изображают каждую эмоцию.

На картинках у детей разное настроение, это зависит от разных ситуаций, которые с ним происходят, если день рождение - то весело, если неудача - то грустно. Попробуем определить настроение у героев мультфильма «Винни-Пух», где главный герой постоянно попадает в различные ситуации. Смотрим на экран. (Просмотр фрагментов мультфильма).

• **Винни-Пух поет.** *Как вы думаете какое настроение у Винни –Пуха? Изобразите пожалуйста его настроение на тарелочках, которые стоят на столе. Что у вас получилось?*

• **Пчелы у улья.** *Как вы думаете какое настроение у Вини- пуха, когда он увидел пчел? Изобразите его настроение на тарелочках, только вам нужно поменяться тарелочками с соседом. А у пчел какое настроение, когда они увидели медведя? Изобразите их настроение на тарелочках (меняемся).*

Пятачок и воздушный шар. И т.д.

Оказывается, что когда мы слушаем музыку, у нас тоже от нее может измениться настроение. Послушаем музыку? (ответы)

Слушаем, и вы мне расскажете, что это за музыка, и какое у вас от нее появляется настроение.

А сейчас вы попробуете изобразить свою эмоцию красками, которые стоят у вас на столе, а цвет вы выберете сами (музыкальное сопровождение).

Динамическая пауза

Я буду говорить вам фразу, вам нужно отвечать мне «Мы тоже!».

Я делюсь с вами своим хорошим настроением!

Я дарю вам улыбку!

Я радуюсь!

Я прыгаю от счастья!

Я вас люблю!

Я вас обнимаю!

Все обнимаются в едином кругу.

Ваше настроение отличное (ответы) И мое тоже!

Коллективная работа «Роспись»

Цель: передача настроения с помощью различных средств, сплочение детского коллектива.

Предлагаю наше настроение объединить вот на этом огромном холсте ткани, различной яркой краской. Выбирайте свой цвет и рисуйте свое настроение.

Ритуал – окончание «Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать рукопожатие, как эстафету.

Я передам вам свою дружбу, и она идёт от меня к Маше, от Маши к Саше, т.д. и снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из нас добавил частичку своей дружбы. Пусть она вас не покидает и греет. До свидания!

Занятие 10 «Путешествие в страну EQ»

Цель: Развитие эмоционального интеллекта детей.

Задачи:

- закрепить умение узнавать и выражать эмоциональные состояния в мимике, а также через использование различных изобразительных средств;
- совершенствовать умение понимать, вербализовать свои эмоции;
- формировать положительный эмоциональный настрой, способствовать сплочению группы детей.

Приветствие. «Пожелание доброго утра»

Цель: настрой на предстоящую деятельность

Дети, находясь в кругу, по очереди приветствуют друг друга, передавая с улыбкой фразу «Доброго утра!»

Игра «Путешествие в страну EQ»

Цель: развитие эмоционального интеллекта

В страну EQ прилетел злой колдун и заколдовал ее жителей. Его колдовство заключалось в том, что каждому жителю он оставил только одну эмоцию,

забрав все остальные. Бедные жители страны! Теперь они не могут понять, что они чувствуют и забыли название всех эмоций! Ведущий предлагает детям отправиться в страну EQ и помочь расколдовать ее жителей.

Дети попадают в игровое пространство и пытаются помочь жителям страны, выполняя задания и двигаясь в игровом поле.

Дети по очереди бросают кубик и передвигают фишки на игровом поле в соответствии с цифрой, выпавшей на грани кубика. Передвигаясь по игровому полю, дети выполняют задания. За каждое выполненное задание ребенок получает смайлик.

- если игрок попал на клетку с изображением эмоций, то он показывает эту эмоцию. А потом говорит, в какой ситуации она проявляется (используя сенсорный кубик)

- если игрок попал на клетку «Задание», то ребенку необходимо сказать, что он чувствует в предложенной ситуации.

- если игрок попал на клетку «Музыкальная пауза», то дети изображают с помощью «языка» тела данную эмоцию

- если игрок попадает на клетку «Подарок», то он получает дополнительный смайлик

За каждое задание игроки получают смайлик. После того, как игра завершена, дети прикрепляют полученные смайлики на рисунок, где изображены жители страны EQ.

Рефлексия

- Сегодня мне понравилось...
- Я чувствую...
- У меня лучше всего получилось...
- Мне запомнилось...

Наша встреча заканчивается. Я вам желаю, чтобы хорошее настроение у вас было намного чаще, чтобы вы были внимательнее друг к другу и если кто-то грустит, обязательно подойдите и спросите: «Что у тебя случилось, я могу тебе чем-нибудь помочь?»

Упражнение «Доброе животное»

Цель: развитие стремления к общению, активному взаимодействию.

Занятие 11 «Я расту, я изменяюсь»

Цель: Развить у детей психические процессы, помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения;

Задачи:

- развивать саморегуляцию, навыки самоконтроля;
- совершенствовать умение понимать, вербализовать свои эмоции; принимать эмоции других людей,
- воспитание внимательности, наблюдательности, усидчивости.

Ход встречи

Приветствие «Какое у тебя настроение»

Цель: способствовать созданию атмосферы доверия, взаимопонимания.

Доброе утро ребята! Я рада вас видеть. Знаете, у меня сегодня отличное настроение. Мне хочется шутить, играть. А вы любите играть? Тогда начнем?

В начале нашего занятия я предлагаю определить свое настроение.....

Если вам хорошо сейчас, вы чувствуете себя уютно, то раскрасьте смайлик, который находится у вас на карточке, зелёным цветом. Если вам плохо, не уютно, то раскрасьте смайлик красным цветом. Если вам безразлично сегодня, то раскрасьте смайлик синим цветом. Дети выполняют задание.

Игра «Цветок»

Цель: способствовать созданию настроения на работу.

А теперь встаньте возле своей парты. Расслабьтесь, закройте глаза, постарайтесь сейчас думать о чем то приятном. Нам хорошо и спокойно. И вдруг мы очутились на сказочной поляне. Вокруг много цветов. Посмотрели по сторонам. И увидели необычный цветок. Присели и протянули к нему руки. Он такой хорошенький, маленький. Засветило солнышко, и цветочек начал расти. Он рос и изменялся, становился еще краше и интереснее и мы растем вместе с цветком. Нам так хорошо и спокойно. Откройте глаза.

Вы уже догадались, какая тема будет нашего занятия.....

Вопросы к детям:

- Как вы считаете, о чем мы сегодня с вами будем говорить?

- Когда человек растет, какие изменения у человека происходят? (ответы)

Да, ребята, когда человек растет, он изменяется физиологически и интеллектуально....И сегодня мы поговорим о том, как вы растёте, что в вас меняется...

Беседа «Когда я был маленьким»

Цель: развитие речевой активности, совершенствование умения понимать и принимать эмоции других людей.

Предложить детям вспомнить интересные, весёлые события, случаи из своей жизни (по принципу «Закончи предложение»).

Этюд «Сочиним историю»

Цель: развитие чувства общности, сплочённости.

Педагог начинает историю.

Жили-были дети старшей группы одного детского сада..... Следующий участник продолжает, и так, далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он корректирует сюжет истории, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.

Упражнение «Запомни и назови»

Цель: развитие и тренировка зрительной памяти и внимания.

Сегодня на занятии мы будем развивать наши интеллектуальные способности - память, внимание и наблюдательность.

Для чего нам нужно тренировать память и для чего нам нужно быть внимательным? В дальнейшем вам это пригодится(ответы)?

Для этого выполним упражнения. Ребята, посмотрите, пожалуйста, на экран.

Перед вами фигуры. Вам нужно запомнить эти фигуры и запомнить, какого они цвета. А так же подумать какая из этих фигур лишняя и почему она лишняя.

Итак, ребята, какие фигуры были нарисованы и какого они цвета?

Какая фигура лишняя? Почему (ответы)?

Упражнение: «Найди отличия»

Цель: развитие целенаправленного внимания

Психолог предлагает найти и назвать 10 отличий на картинках.

Игра «Один лишний»

Цель: развитие зрительной памяти

Работа на основе любимых героев из мультипликационных фильмов («Дядя Федор, Кот и Пес», «Карлсон, который живет на крыше» и т.д.) Почему? (Кот Кто лишний? И почему?

Что объединяет эти картинки? (ответы)

Упражнение «Летает – не летает»

Цель: развитие переключения внимания, произвольности выполнения упражнений.

А сейчас мы немножко отдохнём и поиграем в игру, которая называется «Летает – не летает». Я буду называть предметы. Если предмет летает, то нужно поднять руки и взмахнуть ими. Если не летает - руки опущены (*Самолет – стул – ракета – кепка – книга – воробей – бабочка – куртка – стрекоза – обруч – ромашка – жук – машина – портфель – ворона – линейка – вертолет*).

Игра «Возьми и передай!»

Цель: Развитие воображения, мимики, пантомимики.

Дети сидят на стульях по кругу и передают друг другу изображаемые предметы, называя их. Например, Саша передаёт Свете «Тяжёлый чемодан», она еле-еле его поднимает, демонстрируя, какой он тяжёлый. «Пуховая подушка», «Воздушный шар», «Гиря» и т.п.

Этюд «Веселый цирк»

Цель: развитие наблюдательности, внимания, памяти

Каждый ребенок приносит из дома какой – либо цирковой атрибут (клоунский колпак, веер, нос клоуна, флажок, цветок и др.). Все предметы они оставляют в комнате и запоминают места, куда они их положили. Дети переходят в другую комнату, а в первой комнате выключается (как бы по ошибке) свет. Ведущий

сообщает, что со звуками музыки дети должны взять цирковые предметы, и начнется игра «Веселый цирк».

Рефлексия

Итак, ребята мне хотелось бы узнать, что нового узнали? Чему же мы учились на занятии(ответы)? Что было интересно? В завершении нашего занятия я хотела бы, чтобы вы оценили свою работу на занятии.

Если вам было все понятно и задания было легко выполнять, то закрасьте смайлик зеленым цветом, если, выполняя задания, чувствовали себя не уверенно, то закрасьте смайлик синим цветом. Если вам было очень трудно с заданиями, то закрасьте смайлик красным цветом.

Дети выполняют задание.

Занятие 12 «Я –хозяин своих чувств»

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы детей.

Задачи:

- обучать приемам нервно-мышечной релаксации; расслабления.
- развивать эмоционально-выразительные движения, способность к эмоциональной регуляции собственных чувств.
- воспитывать у детей навыки сотрудничества и культурного общения.

Ход встречи

Приветствие «Добрый день»

Цель: создание позитивного эмоционального фона

Дети входят в зал, становятся в круг.

–Здравствуй, небо голубое!

–Здравствуй, солнце золотое!

–Здравствуй, вольный ветерок!

–Здравствуй, утро!

–Здравствуй, день!

–Нам здороваться не лень!

Выполнение движений по показу психолога.

А теперь я хочу поприветствовать вас вот так:

-Я скажу слова «Добрый день!» и назову кого-то из вас. Те, кого я назову, кивнут головой всем участникам занятия.

Попробуем?

- Добрый день всем мальчикам!

-Добрый день всем девочкам!

- Добрый день всем, кто сегодня проснулся в хорошем настроении!

-Добрый день всем тем, кто сегодня никого не обидел!

-Добрый день всем тем, кто хочет узнать, во что мы сегодня будем играть!»

Молодцы!

Беседа «Я-хозяин своих эмоций»

Цель: обучать детей анализу своего внутреннего состояния и состояния других людей.

Рассказ «Хозяин своих эмоций»

Ребята, какого человека можно назвать хозяином своих эмоций? (ответы детей).

У каждого в доме есть свой хозяин. Если хозяин хороший, то у него в доме порядок и уют, вещи лежат на своих местах и хорошо служат своему хозяину.

Если в доме плохой хозяин, то в доме беспорядок, все разбросано, где попало.

Хорошие и нужные вещи хозяин найти не может, а ненужные вещи сами лезут к нему в руки.

Также и с чувствами. Один человек может быть хозяином своих чувств, управлять ими, распоряжаться. А другой не может быть хорошим хозяином своих чувств, и этот человек доставляет всем много хлопот. От его поведения и поступков плохо всем вокруг.

Сказкотерапия. Сказка о самообладании.

В одной семье жили три сына. Два умных, а третий нет. Два умели управлять своими чувствами и эмоциями, а третий нет. Придет в детский сад, кричит, шумит, то ударит кого-нибудь, то слово скажет нехорошее, то кривляется, то отбирает игрушки у детей. И так надоело это детям, что решили они отлупить мальчика, чтобы ему неповадно было.

Ребята, скажите, правильно ли то, что решили сделать дети? А как можно научить ребенка стать хозяином своих чувств? (обсуждение).

Аутотренинг

Цель: обучать анализу своего внутреннего состояния

Ребята, присядьте на ковер и слушайте меня.

Если сильно рассердился, на кого-то разозлился, ручки сжать, глаза закрыть и тихонько говорить:

«Я спокоен, не кричу и ногами не стучу. И не буду я сердиться, злость совсем не пригодится». Дружно до 5-ти считаем, глазки тихо открываем, 1,2,3,4,5 нужно тихо всем сказать. Всем пора уже вставать, кулачки нам всем разжать, их повыше поднимаем, злость мы в небо отпускаем! Молодцы, ребята! Что вы чувствовали (ответы).

Игра «Стойкий оловянный солдат»

Цель: способствовать развитию саморегуляции.

Ребята, подойдите ко мне, встаньте в круг.

Когда ты сильно возбужден и не можешь остановиться, взять себя в руки, надо встать на одну ногу, а другую поджать в колене, руки опустить по швам. Ты - стойкий солдат на посту, и честно несешь свою службу. Оглянись вокруг, кто чем занят и кому надо помочь. А теперь поменяй ногу и посмотри еще пристальней. Молодец. Ты настоящий защитник (дети выполняют движения).

Упражнение «Доброе животное»

Цель: способствовать сплочению группы.

Занятие 13 «Я в будущем»

Цель: продолжать работу по развитию эмоционально-волевой сферы детей.

Задачи:

- обучать детей анализу своего внутреннего состояния и состояния других людей;
- развивать эмпатию, желание и готовность помогать другим людям;
- развивать позитивное мышление.
- воспитывать у детей навыки сотрудничества и культурного общения.

Приветствие «Осьминожки»

Цель: создать интерес к сверстнику, побуждать к совместной деятельности.

Дети сидят в кругу на ковре. Пальцами рук или ног изображают осьминожек, которые передвигаются по полу, встречаются, здороваются с другими осьминожками и т.п.

Упражнение «Смелость»

Цель: развитие позитивного мышления

Дети проговаривают слова, стоя в кругу, держась за руки.

Мне ничто не страшно с другом. Ни темнота, ни дождь, ни вьюга, ни прививка, ни собака, ни мальчишка-забияка. Вместе с другом-я сильнее. Вместе с другом я смелее. Мы друг друга защитим и все страхи победим.

Упражнение «Кричалки, шепталки, молчалки»

Цель: развитие наблюдательности, волевой регуляции

Детям показывают три силуэта ладоней (*красный, синий, желтый*). Красный- можно бегать, кричать, шуметь. Желтый-тихо передвигаться и шептать. Синий – замереть на месте или присесть и замолчать. Дети начинают играть по сигналу психолога.

Упражнение «Поступки»

Цель: развитие коммуникации

Дети садятся в круг. На мольберте сюжетные картинки с одобряемыми и неодобряемыми поступками детей. Детям предлагается обсудить данные картинки. Что чувствуют, когда видят происходящие неодобряемые поступки. Дети приводят собственные примеры из жизни.

Упражнение «Рисование отражения в зеркалах»

На столах лежат трафареты с изображением зеркал. Психолог предлагает детям нарисовать свое лицо, эмоцию, когда ребенок злился и когда радовался. После рисования психолог спрашивает детей, что они чувствовали, рисуя себя злым, добрым. Какой рисунок легче рисовать и почему?

Упражнение «Чунга-чанга»

Цель: развивать выразительность движений, творческие способности.

Путешественник пристал на своем корабле к острову, где все радостны и беззаботны. Едва он сошел на берег, как его окружили жители чудесного острова – маленькие чернокожие дети. И на мальчиках и на девочках были надеты одинаковые пестрые юбочки, на руках и ногах у них звенели браслеты с колокольчиками, в ушах у всех были круглые серьги, на шее бусы, а в волосах красивые перья.

Инсценировка под музыку В. Шаинского «Чунга-чанга».

Рисунок «Я в будущем»

Цель: осознание возможности преодоления замкнутости, определение перспективы на будущее и уверенность в своих силах.

Каждому ребенку дается задание нарисовать себя таким, каким он видит себя в будущем. По окончании рисования происходит обсуждение (как он будет выглядеть, как будет себя чувствовать, какими будут его отношения с родителями, братом или сестрой, с одноклассниками, с друзьями).

Психогимнастика «Клеевой дождик»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Дети садятся на пол по кругу, берутся за руки, расслабляются. Ведущий предлагает мысленно представить, как внутри у каждого поселился добрый, весёлый ручеек. Водичка в ручейке была чистая, прозрачная, тёплая. Ручеек был совсем маленьким и озорным. Он не мог долго усидеть на одном месте. Давайте с ним поиграем и мысленно представим себе, как чистая, прозрачная, тёплая водичка через ваши ручки переливается друг другу по кругу.

Психолог находит волшебный камень, который исполняет заветные желания.

Ритуал прощания «Окажи внимание другому»

Цель: развитие навыков коммуникации, эмпатии.

Каждый по очереди берёт в руки волшебный камень, про себя, тихо, загадывает желание, после чего передаёт его соседу.

Занятие 14 «Я и мои близкие»

Цель: определение понятия «семья», формирование правильного отношения к семье, ее членам, их взаимоотношениям, развитие коммуникативных навыков.

Задачи:

- учить детей быть внимательными к близким людям, заботиться о них,
- формировать чувство гордости за свою семью,
- расширять представления детей о составе семьи, семейных традициях,
- развивать у детей память, логическое мышление и творческое воображение,
- развивать умение детей четко и полно отвечать на вопросы,
- обогащать словарный запас детей.

Ход встречи

Приветствие «Необычное приветствие»

Ребята, давайте начнем наше сегодняшнее занятие необычно, мы будем здороваться под музыку совершенно по-разному: сначала под звуки марша мы будем здороваться с вами за руку, под звуки польки плечиками, под звуки вальса спинками. Молодцы, как весело у нас получилось. Садитесь удобно и посмотрите на экран: взгляните на картинку, давайте вместе отгадаем ребус. Какое слово в нем скрывается?

Правильно, это слово «СЕМЬЯ».

Сегодня мы поговорим о семье, о том, что такое семья, о том, что значит семья в жизни каждого человека и почему, семью нужно беречь. Но сначала послушайте стихотворение.

Семья - это мама и папа, и дед,

Бабуля нам вкусный готовит обед.

В семье еще братья и сестры бывают,

Семья - это я. И меня называют

«Котенок и лапочка, зайнька, птичка»;

Мне кто-то - братишка, а кто-то - сестричка.

А как вас называют вас дома родители (Ответы детей)?

Конструирование «Солнышко»

Цель: развивать творческие способности, умение работать сообща.

Дети собирают солнышко из лучиков, называя добрыми словами самых близких людей.

У нас получилась солнышко, а каждый член семьи - это лучик. Не зря слово семья состоит из семи «Я», то есть, семь таких же, как и я. Недаром иногда некоторые члены семьи похожи друг на друга, как внешне, так и по характеру. Семьи бывают разные, в некоторых семьях есть всего один родитель, это не беда, от этого такая семья не становится хуже, она может стать самой лучшей, если в ней будет царить, взаимопонимание и забота. А кого еще можно назвать родственником (ответы). Семья – это такое же теплое слово, как и солнышко. А что значит счастливая семья, какая она? Как вы думаете, что вы можете сделать для своей семьи? (ответы)

В каждой семье – особая атмосфера, свои семейные привычки, увлечения и традиции. Семьи все разные. А чем они отличаются (ответы). Например, в каждой семье есть семейные фотографии. Традиция составлять и хранить семейные альбомы прочно вошла в нашу жизнь. В каждой семье есть фотографии, которые надолго оставляют память о дорогих людях, о событиях в семейной жизни. Традиция эта очень важная. Недаром во время войны или в других ситуациях, когда люди были вынуждены покинуть свои дома, они брали с собой только самые ценные вещи и среди них фотографии дорогих людей.

А теперь мы с вами немножко отдохнем:

Физминутка

Цель: снятие мышечного напряжения

Кто живёт у нас в квартире

Раз, два, три, четыре, (хлопаем в ладоши)

Кто живёт у нас в квартире? (шагаем на месте)

Раз, два, три, четыре, пять, (прыжки на месте)

Всех могу пересчитать: (шагаем на месте)

Папа, мама, брат, сестра, (хлопаем в ладоши)

Кошка Мурка, два котёнка (наклоны туловища влево-вправо)

Мой сверчок, щегол и я (повороты туловища влево-вправо)

Вот и вся моя семья (хлопаем в ладоши).

Игра «Добрая пирамида»

Цель: учить детей проявлять любовь к близким людям, открыто выражать свои чувства.

Педагог вспоминает с детьми о том, что все мы что-то или кого-то любим. Предлагает детям построить пирамиду добра. Взрослый начинает ее строить, называя того, кого он любит и кладет руку в центр. Затем каждый из детей называет того, кого он любит больше всех или то, что ему нравится или вызывает симпатию и кладет свою руку сверху. Таким образом, получилась целая пирамида.

Занятие 15 *Игра-активити «БалансЭмо»*

Цель: учить детей управлять своими эмоциями, конструктивно решать конфликтные ситуации.

Задачи:

- закрепить умение узнавать и выражать эмоциональные состояния в мимике, а также через использование различных изобразительных средств;
- развивать саморегуляцию воспитанников через прослушивание музыкальных произведений;
- совершенствовать умение понимать, вербализовать свои эмоции;
- формировать положительный эмоциональный настрой, способствовать сплочению группы детей.

Ход встречи

Приветствие «Какое у тебя настроение»

Цель: способствовать созданию атмосферы доверия, взаимопонимания.

Доброе утро ребята! Я рада вас видеть. Знаете, у меня сегодня отличное настроение. Мне хочется шутить, играть. А вы любите играть? Тогда начнем? Послушайте одну историю....

Озорной ветерок пролетел над городом и перепутал все эмоции, нарушил баланс эмоций. Люди стали больше злиться, ругаться, плакать, меньше радоваться и удивляться, потому что разучились управлять своими эмоциями. Давайте поможем восстановить баланс эмоций, и мир станет прекрасней, добрее, гармоничнее. А поможет нам в этом пирамида БалансЭмо.

Необходимо сохранить баланс игрового поля балансировочной платформы путем конструктивного решения проблемных ситуаций и расстановки фишек. Игроки по очереди бросают кубик и размещают свои фишки, по одной за один ход, на пирамиде «БалансЭМО». Количество очков на кубике показывает, где на пирамиде можно поставить фишку. Например, если выпало число 2, можно поставить фишку на любом из 4 участков на уровне 2. Если выпало число 1, то можно поставить фишку только в центре. Если выпало число 6, можно поставить фишку в любом месте пирамиды.

Первым ходит тот, у кого больше точек выпадет на кубике. В коробочках лежат фанты (проблемные ситуации) и номер коробочки определяется количеством точек игрального кубика. *Принцип, по которому пронумерованы коробочки:*

1 – радость – это верх платформы и баланс не нарушается

2 – грусть

3 – страх

4 – обида

5 – злость

6 - удивление

Ведущий зачитывает проблемную ситуацию, которую достал ребенок и спрашивает «Что ты чувствуешь?», «Что скажешь?», «Какое решение ты примешь?»

За каждый ответ ребенок получает фишку, которую ставит на ячейку поля пирамиды «БалансЭМО»

Арт терапевтическая техника «Мандала»

Выбор мандалы и сюжет работы ребенок осуществляет самостоятельно. Материалы для работы и цветовую гамму (карандаши, фломастеры, краски,

пастель, чернила и пр.) ребенок выбирает самостоятельно. После работы даем возможность ребенку проговорить о своих чувствах, переживаниях.

Рефлексия

Что тебе понравилось больше всего?

Что было самым трудным?

Что было самым интересным?

Что ещё не получается?

Занятие 16 «Встреча друзей»

Цель: формирование дружеских взаимоотношений в группе, сплочение детского коллектива.

Задачи:

- познакомить детей с эмоциями и качествами человека, помогающими и мешающими дружбе;
- познакомить детей с правилами дружеских отношений;
- добиваться усвоения детьми умений оценивать чувства и поступки других в различных ситуациях;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству.

Ход встречи

Игра «Просьба»

Цель: развитие слухового восприятия, устойчивости внимания.

Ведущий показывает любые упражнения, но дети должны выполнять только те, перед показом которых звучит слово «Просьба».

Приветствие

Цель: создание эмоционального настроения на предстоящую деятельность

Дети сидят на стульчиках полукругом.

Добрый день, ребята! Предлагаю вам поприветствовать друг друга, повернитесь к соседу справа улыбнитесь, назовите его по имени и скажите, что вы рады его видеть. Затем дети дружно говорят: «Всем, всем добрый день!».

Беседа «Что такое дружба»

Цель: познакомить детей с правилами дружеских отношений.

Психолог задает вопросы детям, дети отвечают на них.

- *Как вы думаете, что такое дружба?*
- *Есть ли у вас друзья?*
- *Зачем нам нужны друзья?*
- *С кем можно дружить?*
- *Каким должен быть настоящий друг?*
- *С какими ребятами хочется дружить, а с какими не хочется?*

Дружба — это когда люди хотят быть вместе, когда вместе играют, общаются, не ссорятся. Дружба - это улыбки друзей. Друзья — это люди, с которыми нам интересно играть. Дружба-это когда, умеешь без крика и ссор договариваться; делиться игрушками, разговаривать вежливо и не грубить; быть внимательным (заботливым) к другу; уметь посочувствовать другу. Если радость у друга, то порадоваться вместе с ним, если беда, то вместе погорючить. Поднимите руки те, у кого есть друзья. (Дети поднимают руки).

Упражнение «Хмурый мишка»

Цель: продолжать учить пониманию эмоций других людей.

А сейчас ребята я познакомлю вас с мишкой. Психолог достает картинку мишки.

Хмурый мишка – шалунишка по лесу идет,

Никого не замечая, песенку поет.

Он рычит, он ворчит, топает ногами.

Почему наш мишка злой

Мы не знаем сами?

Психолог задаёт детям вопросы:

- *Ребята, а как вы думаете, почему Мишка хмурый и злой?*
- *Почему с ним никто не хочет дружить?*
- *Как мишке можно помочь?*
- *Ребята, вы хотите научить Мишку дружить?*

Игра «Хорошо — плохо»

Цель: закреплять навыки коммуникации

Слушаем правила игры. Я буду произносить поступки людей. Если поступок хороший — хлопайте в ладоши, если плохой – молчите. (Психолог называет поступки: «ссориться, помогать другим, драться, мириться, здороваться при встрече, хвастаться, просить прощения, жадничать, делиться, обзывать, говорить приятные слова, быть вежливым, грубить, уступать»).

Упражнение «Правила дружбы»

Ребята, мы с вами только что поиграли в игру «Хорошо — плохо». И в игре было правило: «Если поступок хороший — хлопайте в ладоши, если плохой – молчите». А в дружбе, как и в игре, тоже есть правила. Давайте познакомим мишку с правилами дружбы. Как нужно правильно дружить? (ответы). Ребята, бывает ли такое, что вы ссоритесь? Из-за чего чаще всего возникают ссоры? (ответы). Итак, самая частая причина ссор, когда вы не можете поделить что-то. Я знаю историю, как Мишка с ежиком поссорились. Ребята, а вы хотите ее услышать? (Психолог показывает картинки Мишки, ежа и качелей.)

В тихом лесу, среди кустов и дорожек,

Жили два друга — Мишка и Ёжик

Как-то они на прогулку пошли

И на поляне качели нашли.

Ёжик навстречу качелям шагнул

Мишка качели к себе потянул

Мишка: «Я первый! »

Ёжик: «Нет, я! »

Не уступают друг другу друзья.

Мишка обиделся: «Значит ты Ёж,

Как друг мне совсем не хорош! ».

Психолог задает детям вопросы:

- Что произошло, что друзья не поделили?*
- Почему Мишка решил не дружить с Ёжиком?*
- Ребята, а как вы думаете, ссориться с другом – это хорошо или плохо?*
- Почему плохо ссориться?*

Запомни, Мишка, первое правило дружбы: не ссорься с друзьями, старайся играть дружно. Как помирить Мишку и Ежика? Как быть, если качели одни, а друзей двое? (ответы детей).

Давайте ещё раз я расскажу историю, ну уже с весёлым, добрым концом, когда Мишка и ёжик договорились.

В тихом лесу, среди кустов и дорожек,

Жили два друга Мишка и Ёжик

Как-то они на прогулку пошли

И на поляне качели нашли.

Ёжик на встречу качелям шагнул

Мишка качели к себе потянул

Мишка сказал: «Покачаю тебя,

Мы ведь с тобою Ёжик друзья».

Итак, что нужно делать, чтобы не ссориться? (ответы)

Мишка, запомни второе правило дружбы: уметь договариваться, уступать.

Ребята, вы уступаете своим друзьям? (ответы)

Динамическая пауза «Если есть хороший друг»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения

Настроение упало, дело валится из рук (дети стоят лицом друг к другу, руки вверх, постепенно опускают руки).

Но еще не все пропало (грозят друг другу пальчиком).

Если есть хороший друг (хлопают в ладоши).

С делом справимся вдвоем (берутся за руки).

С облегчением вздохнем (вздыхают).

Настроение поднимаем (поднимают руки вверх).

И от пыли отряхнем (улыбаются друг другу).

Ребята, я вам расскажу сейчас другую историю.

Нес однажды Зайка ловкий

Корзину полную морковки.

Была корзина не мала,

Очень – очень тяжела.

Ему навстречу Мишка шёл.

Зайка просит: «Помоги, мне корзину донести!».

«Сам носи свою корзину,

Я пошел искать малину».

Как – бы в этой ситуации поступил друг? (ответы)

Мишка, запомни третье правило дружбы: помогай другу.

Ребята, а вы помогаете своим друзьям? Как помогаете(ответы).

Вот такие простые правила, Мишенка, соблюдают дети нашей группы, и если ты их запомнишь, то у тебя будет много добрых и верных друзей.

Психолог предлагает детям сами вспомнить правила дружбы и добавить свои.

Упражнение «Рисование на спине»

Цель: развивать кожную (тактильную) чувствительность.

Дети разбиваются на пары: один ребенок рисует пальцем на спине другого геометрические фигуры, простые изображения (дом, елка, солнце, лесенка и т.д.), печатные буквы; другой ребенок должен отгадать, что это.

Игра «Свеча»

Цель: развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться, рассказывать о своих чувствах и переживаниях.

Дети в удобных позах рассаживаются вокруг свечи и в течение нескольких секунд пристально смотрят на пламя, затем закрывают глаза, свеча в это время гаснет. Открыв глаза, дети рассказывают, какие образы они увидели в пламени свечи, что чувствовали при этом.

Занятие 17 Квест-игра «Алиса в стране непонятых эмоций»

Цель: продолжать развивать эмоциональный интеллект.

Задачи:

-продолжать развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать свое;

-совершенствовать умение участвовать в совместной игре, работать в команде;

- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству;
- развивать дивергентное мышление.

Ход встречи

Игра «Просьба»

Цель: развитие слухового восприятия, устойчивости внимания.

Ведущий показывает любые упражнения, но дети должны выполнять только те, перед показом которых звучит слово «Просьба».

У девочки Алисы с сестрой произошел такой случай: когда старшей сестре было грустно, Алиса не обратила на это внимание и пошла играть со своим котенком. Солнышко припекло, и она уснула. И снится ей сон о том, что Алиса попадает в Страну непонятых эмоций.

Чтобы вернуться назад, детям предстоит пройти путь вместе с Алисой, выполнить все задания в ходе квест-игры и научиться вместе с главной героиней понимать эмоции других людей. Дети, в сопровождении ведущего, встречаются с героями Страны непонятых эмоций: Мартовским Кроликом, Шляпником, Чеширским котом, Труляля и Траляля (братьями, которые любят драться), Королевой Черной и Королевой Белой. За каждое выполненное задание дети получают часть ключа, который впоследствии откроет дверь домика.

Задания от героев:

- Чеширский Кот проводит игру «Угадай мою эмоцию».
- Мартовский Кролик предлагает детям изобразить под музыку невербальными средствами определенное эмоциональное состояние «Скульптура настроений».
- Шляпник проводит игровое упражнение «Угадай мою эмоцию по голосу».
- Братья Труляля и Траляля предлагают детям посмотреть на экране фрагмент мультипликационного фильма и отгадать, какую эмоцию испытывает тот или иной персонаж.
- Королева Черная и Королева Белая рассказывают детям свою сказочную

историю. Игровые упражнения «Помири Королев», «Зарази эмоцией своих друзей».

Рефлексия

- *Сегодня мне понравилось...*
- *Я чувствую...*
- *У меня лучше всего получилось...*
- *Мне запомнилось...*

Упражнение «Дом дружбы»

Цель: воспитывать доброжелательное отношение к сверстнику через совместную деятельность.

Психолог показывает детям большой улыбающийся смайлик.

Вам нужно по очереди передавать смайлик своему соседу со словами: «Мне нравится с тобой дружить, потому что ты(какой?) и называть качество соседа».

Вы умеете дружить, и в вашей группе живет улыбка.

Каждый ребёнок получает маленький смайлик и приклеивает его на общий лист, на котором нарисован дом.

Вот такой дом дружбы у нас с вами получился, на котором все рядом друг с другом, улыбаются и у всех хорошее настроение. Этот дом я оставлю в вашей группе, чтобы он напоминал вам о нашем занятии и о правилах дружбы.

Ритуал прощания

Ребята, без искренней, доброй улыбки не бывает крепкой дружбы. мы сегодня с вами улыбкой. Повернитесь к своему соседу справа и улыбнитесь.

Занятие 18 «Мы-волшебники»

Цель: обогащение внутреннего мира ребенка, развитие социально-коммуникативных навыков.

Задачи:

- разнообразить представления детей об эмоциональных состояниях других людей;
- помочь детям в овладении приёмами саморегуляции;

-научить приёмам снятия внутреннего психического напряжения.

Ход встречи

Приветствие «Доброе животное»

Беседа «Кто такой волшебник»

Цель: развитие адекватной самооценки, эмпатии, желания заботиться о близких людях.

Стихотворение «Попробуй волшебником встать!»

Стань добрым волшебником,

Ну-ка, попробуй!

Тут хитрости вовсе не нужно особой:

Понять и исполнить желание другого –

Одно удовольствие, честное слово!

На клумбе - цветок, его листья повисли,

Грустит он... О чём? Угадай его мысли?

Он хочет напиться. Эй, дождик, полей!

И дождик струиться из лейки твоей.

А что же сестрёнка скучает в сторонке?

Волшебное что-нибудь сделай сестрёнке!

И ты обернулся ретивым конём, -

Галопом сестрёнка помчалась на нём.

Хоть мама ещё не вернулась с работы,

Не трудно узнать её думы – заботы:

- Вернусь, хорошо бы пошить, почитать...

Да надо с уборкой возиться опять.

И ты совершаешь весёлое чудо –

Ковер засиял, засияла посуда!

И ахнула мама, вернувшись домой:

Да это как в сказке, Волшебник ты мой!

-А вы, делаете добрые дела добрые дела для родных и друзей?

Подумайте и расскажите, что вы сделали хорошего для своих близких? (ответы)

Отгадайте загадку:

-Я молча смотрю на всех,

И смотрят все на меня,

Весёлые видят смех,

С печальными плачу я. (Зеркало).

Не раз глядя в зеркало вы думаете, как выглядите. Бывают опрятные люди, которых интересует свой внешний вид и неопрятные, которым всё равно как они выглядят. Посмотрите на эти картинки и определите аккуратных и неопрятных персонажей сказок (ведьма и принцесса).

У красивых людей обычно и душа красивая. Но бывает наоборот, когда красота внешняя сочетается с душевной грубостью, черствостью, равнодушием. Читая сказки, можно встретить много примеров несоответствия внешней и духовной красоты. Послушайте сказку «Белая уточка», где всё так и произошло.

Сказка «Белая уточка».

Один князь женился на прекрасной княжне и не успел еще на нее наглядеться, не успел с нею наговориться, не успел ее послушаться, а уж надо было им расставаться, надо было ему ехать в дальний путь, покидать жену. Что делать! Говорят, век обнявшись не просидеть.

Много плакала княгиня, много князь ее уговаривал, заповедовал не покидать высокий терем, не ходить на беседу с дурными людьми, худых речей не слушаться. Княгиня обещала все исполнить. Князь уехал; она заперлась в своих покоях и не выходила. Долго ли, коротко ли, пришла к ней женщина, казалось — такая простая, сердечная! Что, — говорит, — ты скучаешь? Хоть бы на божий свет поглядела, — хоть бы по саду прошлась, тоску развеяла. Долго княгиня отговаривалась, не хотела, наконец, подумала: по саду походить не беда, — и пошла. В саду разливалась ключевая хрустальная вода. Что, — говорит женщина, — день такой жаркий, солнце палит, а — водица студеная так и плещет, не искупаться ли нам здесь? Нет, нет, не хочу! — А там подумала: ведь искупаться не — беда! Скинула сарафанчик и прыгнула в воду. Только окунулась, женщина ударила ее по спине: Плыви ты, — говорит, — белою уточкой! —И поплыла

княгиня белою уточкой. Ведьма тотчас нарядилась в ее платье, убралась, намалевалась и села ожидать князя. Только щенок тьякнул, колокольчик звякнул, она уж бежит навстречу, бросилась к князю, целует, милует. Он обрадовался, сам руки протянул и не распознал ее. А белая уточка нанесла яичек, вывела деточек: двух хороших, а третьего — заморыша; и деточки ее стали ребятами. Она их вырастила, стали они по реченьке ходить, злату рыбку ловить, лоскутики собирать, кафтанчики сшивать, да выскакивать на бережок, да поглядывать на лужок. Ох, не ходите туда, дети! — говорила мать. — Дети не слушали; нынче поиграют на травке, завтра побегают по муравке, дальше, дальше — и забрались на княжий двор. Ведьма чутьем их узнала, зубами заскрипела. Вот она позвала деточек, накормила, напоила и спать уложила, а там велела разложить огня, навесить котлы, наточить ножи. Легли два братца и заснули; а заморыша, чтоб не застудить, приказала им мать в пазухе носить, а заморышек-то и не спит, все слышит, все видит. Ночью пришла ведьма под дверь и спрашивает: Спите вы, детки, иль нет? — Заморышек отвечает: Мы спим — не спим, думу думаем, что хотят нас всех порезати;- огни кладут калиновые, котлы вешают кипучие, ножи точат булатные! Не спят! Ведьма ушла, походила-походила, опять под дверь: Спите, детки, или нет? — Заморышек опять говорит то же: Мы спим - не спим, думу думаем, что хотят нас всех порезати; — огни кладут калиновые, котлы вешают кипучие, ножи точат булатные! «Что же это все один голос?» — подумала ведьма, отворила потихоньку дверь, видит: оба брата спят крепким сном, тотчас обвела их мертвой рукой — и они померли. Поутру белая уточка зовет деток; детки не идут. Зачуяло ее сердце, встрепенулась она и полетела на княжий двор. На княжьем дворе, белы как платочки, холодны как платочки, лежали братцы рядышком. Кинулась она к ним, бросилась, крылышки распустила, деточек обхватила и материнским голосом завопила:

Кря, кря, мои деточки!

Кря, кря, голубяточки!

Я нуждой вас выхаживала,

Я слезой вас выпаивала,

Темну ночь недосыпала,
Сладок кусок недоедала!
Жена, слышишь небывалое? Утка приговаривает. - князь
Это тебе чудится! Велите утку со двора прогнать! - ведьма
Ее прогонят, она облетит да опять к деткам:
Кря, кря, мои деточки!
- Кря, кря, голубяточки!
Погубила вас ведьма старая,
Ведьма старая, змея лютая,
Змея лютая, подколодная;
Отняла у вас отца рóдного,
Отца рóдного — моего мужа,
Потопила нас в быстрой реченьке,
Обратила нас в белых уток,
А сама живет — величается!
«Эге!» — подумал князь и закричал: Поймайте мне белую уточку! —
Бросились все, а белая уточка летает и никому не дается; выбежал князь сам, она
к нему на руки пала. Взял он ее за крылышко и говорит:
Стань белая береза у меня позади, а красная девица — впереди!
Белая береза вытянулась у него позади, а красная девица стала впереди, и в
красной девице князь узнал свою молодую княгиню. Тотчас поймали сороку,
подвязали ей два пузырька, велели в один набрать воды живящей, в другой —
говорящей. Сорока слетала, принесла воды. Сбрызнули деток живящею водою —
они встрепенулись, сбрызнули говорящею — они заговорили. И стала у князя
целая семья, и стали все жить-поживать, добро наживать, худо забывать. А
ведьму привязали к лошадиному хвосту, размыкали по полю: где оторвалась нога
— там стала кочерга; где рука — там грабли; где голова — там куст да колода.
Налетели птицы — мясо поклевали, поднялись ветры — кости разметали, и не
осталось от нее ни следа, ни памяти!
Выводы детей о сказке

Ритуал прощания «Письмо»

Цель: умение понимать эмоции других детей, поощрять стремление сделать другому приятное.

Играющие дети стоят в кругу, крепко держась за руки. Они передают друг другу «письмо» пожатием руки соседа.

Занятие 19 «Пойми меня»

Цель: обогащение внутреннего мира ребенка, развитие социально-коммуникативных навыков.

Задачи:

- установление доверительного контакта между детьми в группе;
- снятие внутренних зажимов

Ход встречи

Приветствие «Добрый день»

–Здравствуй, небо голубое!

–Здравствуй, солнце золотое!

–Здравствуй, вольный ветерок!

–Здравствуй, утро!

–Здравствуй, день!

–Нам здороваться не лень!

Выполнение движений по показу психолога.

Игра «Заколдованные эмоции»

Цель: развитие воображения, выразительных движений.

Психолог обращает внимание детей на бесцветные кружочки, которые лежат перед ними. Эмоции потеряли цвет. Он предлагает всем вместе вернуть эмоциям цвета, поиграв в игру. Выбирается водящий, по сигналу он закрывает глаза, а остальные участники задумывают между собой один из основных цветов. Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, главным образом эмоциональным, пытаются изобразить этот цвет, не называя, а водящий должен его отгадать. Затем дети разукрашивают свой кружок этим цветом

Игра «Передай эмоцию»

Цель: развитие умения передавать эмоции выразительными средствами

Педагог шепчет ребёнку название чувства, например, «Обида», «Печаль», «Страдание», «Радость», «Доброты». Ребёнок должен передать это чувство с помощью мимики и позы соседу.

Игра «Пойми меня»

Цель: продолжать учить детей различать и сравнивать эмоциональные ощущения, которые они испытывают, произвольно направляя свое внимание на эти эмоции и чувства.

Вариант 1. Педагог раздаёт большие карты, на них в трех рядах нарисованы человечки с этим эмоциональными состояниями. В каком-либо ряду не хватает одного человека. Ребенок должен найти карточку с недостающим человечком и закрыть ею пустое место на большой карте.

Вариант 2. Педагог показывает ребенку карточку со схематическим изображением эмоции и попросите закрыть этой карточкой человечка с таким же эмоциональным состоянием.

Этюд «Кукла заболела»

Цель: учить выражать эмоции с помощью музыки.

Звучит музыка Чайковского «Болезнь куклы», детям предлагается выразить её состояние, пожалеть больную игрушку, погладить, прижать, покачать и т.п.

Упражнение – релаксация «Порхание бабочки»

Цель: снятие мышечного напряжения

Психолог: закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите красивую бабочку, которая порхает с цветка на цветок. Проследите за движением ее крыльев, они легки и грациозны. Теперь представьте что вы бабочки с большими красивыми крыльями. Почувствуйте как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением плавного парения в воздухе. А теперь посмотрите на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите сколько на нем ярких цветов. Найдите самый красивый цветок и

постепенно приближайтесь к нему, теперь вы чувствуете аромат цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую серединку цветка. Вдыхаете его аромат и открываете глаза. Расскажите о своих ощущениях.

Занятие 20 «Азбука общения»

Цель: формирование навыков эффективного общения, развитие коммуникативных навыков.

Задачи:

- формировать навыки культурного поведения в гостях;
- развивать мышление, связную речь;
- корректировать эмоционально-волевую сферу поведения;
- воспитывать проявления гостеприимства.

Ход встречи

Игра-приветствие «Угадай, чей голос»

Цель: развитие целенаправленного внимания, воспитание интереса к сверстнику. Игряющие становятся в круг, водящий стоит внутри круга с закрытыми глазами. Ведущий указывает на того, кто будет говорить «Скок, скок, скок». Дети идут по кругу вправо и говорят: «Мы составили все круг, повернёмся разом вдруг». На эти слова все поворачиваются вокруг себя и продолжают петь: «А как скажем- скок, скок, скок- отгадай, чей голосок.» Стоящий в центре с закрытыми глазами должен отгадать, кто говорил или указать направление, откуда ему слышался голос. Ребёнок, которого узнали, становится в середине круга. Если ведущий не угадает, он продолжает играть дальше.

Беседа. «Если тебя пригласили на день рождения»

Цель: учить детей правилам поведения в гостях.

Сегодня мы с вами поговорим о том, как нужно себя вести, если вас пригласили на день рождения. Как вы думаете, как можно поздравить именинника?(ответы)

Игра «Хоровод»

Дети избирают именинника, водят в его честь хоровод. Так можно поздравить несколько ребят.

А что можно подарить на день рождения? Какой подарок самый лучший?

Конечно тот, который сделан своими руками (ответы детей). Что же это может быть? Правильно, можно нарисовать рисунок, сделать аппликацию. На доске представлено несколько вариантов подарков: рисунки, аппликация, книги, игрушки.

Дети выбирают, кто, что хочет подарить.

А теперь подумаем, какими словами можно поздравить именинников.(ответы).

Вспомним правила поведения за столом.

За столом нельзя качать ногами, класть локти на стол, толкаться. Нельзя перебирать куски, брать нужно то, который лежит ближе к тебе, не крошить на скатерть, есть не торопливо, но и не медленно, не отставать от других, не разговаривать. Выходя из-за стола, поблагодарить хозяйку за угощение. В гостях будь приветлив и вежлив, не смейся громко, не кричи, не опаздывай, не балуйся, не злись, если тебя попросили прочитать стихотворение или спеть, не отказывайся, тогда день рождения пройдет весело и интересно.

А сейчас послушайте стихотворение про соловья.

Соловей прекрасно пел,

Славу громкую имел.

Но в гостях всегда кривлялся,

И не пел, и не пытался.

Ну а скромная синичка,

Тоже птичка-невеличка,

Пела хуже соловья,

Не брала уроков пенья,

Но при этом не стеснялась,

Выступала, не ломалась.

И поэтому синичку,

Эту птичку-невеличку,

Звери слушать полюбили,

От души её хвалили,

*Стали чаще приглашать
Перед ними выступать.
И забыли соловья-
Он теперь один, друзья!
Что же делать? Где ответ?
Вам, друзья, даю ответ:
Если есть у вас умение,
Если гости любят пенье
То не бойтесь, не стесняйтесь,
Не кривляйтесь, не ломайтесь,
Пойте весело и тем,
Доставляйте радость всем!
А теперь скажите, какой был соловей? Как о нём говорится в стихотворении?
(ответы).*

Послушайте стихотворение и подумайте, что нужно сделать, уходя домой?

*Вы в гостях повеселились,
Ели пили и плясали,
Отдохнули, порезвились,
Собираться дружно стали.
В заключение, конечно,
Я напомню без утайки:
Не забудьте вы сердечно
Похвалить за всё хозяйку.
За вниманье и участие,
За гостеприимный дом.
Пожелайте дому счастья...
И расстанемся на том.
(Ответы)*

Ритуал прощания «Эстафета дружбы»

Цель: побудить к дальнейшему сотрудничеству.

Занятие 21 «Мы разные, но мы-вместе»

Цель: развивать общение со сверстниками и взаимодействие с окружающими.

Задачи:

- формирование позитивной самооценки и самопринятия;
- развитие умения оказать поддержку другому.

Упражнение «Тоннель»

Дети проходят под музыку через тоннель и попадают в сказочную страну добра, дружбы, где все помогают друг другу.

Здравствуйтесь, дорогие ребята. Сегодня мы с вами будем учиться доверять, внимательно относиться друг к другу, поддерживать друг друга. Поэтому не будем стесняться, волноваться, а будем играть.

Все сидят на стульях, поставленных в круг.

Приветствие "Доброе слово"

Цель: коррекция нежелательных черт характера поведения детей.

Дети сидят в кругу. Каждый по очереди говорит что-то приятное о своем соседе.

Условие: говорящий смотрит в глаза тому, о ком говорит.

Упражнение "Кого укусил комарик"

Цель: учить понимать эмоциональное состояние другого.

Психолог проходит за кругом, глядя детей по спинам, а одного легко щипает, как комарик. Тот, кого педагог ущипнул, должен быть расстроен. А все должны внимательно посмотреть друг на друга и догадаться, кого укусил комарик.

Роль ведущего может выполнять один из детей.

Упражнение "Заколдованный ребёнок"

Цель: учить проявлять эмпатию к другому человеку.

А сейчас я вам расскажу сказку.

«В одной стране жил злодей - грубиян. Он мог заколдовать любого ребенка, обозвав его нехорошими словами. Заколдованные дети не могли веселиться и быть добрыми. Расколдовать таких несчастных детей могли только добрые волшебники, назвав их ласковыми словами»

Давайте посмотрим, есть ли у нас такие заколдованные дети.

Кто-то из участников берет на себя эту роль.

А кто сможет стать добрым волшебником и расколдовать их, придумав добрые, ласковые имена.

Дети по очереди называют ласковые слова "заколдованному" пытаясь его расколдовать.

Упражнение "Бусы"

Цель: формировать доброжелательное отношение к сверстнику, сплочённость в коллективе группы.

Я вам предлагаю рассмотреть разные пуговицы. Они разные, но каждая из пуговиц красива по своему. Каждый из вас берет по одной пуговичке. А что будет, если мы их выпустим из рук (Они растеряются). А чтобы они не растерялись, нужно их нанизать на нитку. А теперь посмотрите, что произошло, несмотря на то, что все пуговички разные, только все вместе они превратились в красивые бусы. Так и все мы хороши и красивы по отдельности, но чтобы нам не растерять, нужно держаться вместе, помогать друг другу.

Упражнение "Найди свою половину"

Цель: развивать умение устанавливать контакт со сверстником, не используя вербальные средства общения.

Посмотрите, какие у меня есть красивые картинки, но они не целые. Вам нужно найти вторую половину, не переговариваясь.

Дети выполняют задание, двигаясь под музыку по комнате.

Упражнение "Помоги другу"

Цель: учить устанавливать атмосферу контакта и доверительности.

А сейчас у нас с вами очень серьезное задание, нужно пройти полосу препятствий. Но проходить мы будем не сами, а вести своего друга, так чтобы не пострадал ни один предмет. И идти вы будете с завязанными глазами. Дети проходят полосу препятствий

Ритуал прощания «Окажи внимание другому»

Каждый по очереди берёт в руки волшебный камень, про себя, тихо, загадывает желание, после чего передаёт его соседу.

Занятие 22 Игра-активити «Дружба планет»

Цель: формировать умение устанавливать атмосферу контакта с другими детьми.

Задачи:

- установление доверительного контакта между детьми в группе;
- формирование сплоченности в группе и коллективе.

Приветствие «Доброе животное»

Игра-активити «Дружба планет»

Жители Разноцветных планет приземлились на нашей планете. У них возникла проблема: сломан космомобиль. Им его нужно починить, причем всем вместе. Но они так мало знают друг о друге, так недоверчиво относятся друг к другу. Вернуться домой, каждый на свою планету, они смогут только тогда, когда починят его. Для этого им нужно создать свой волшебный символ «Дружба планет».

Игра проходит по типу игры «Поле Чудес».

Дети разделяются на подгруппы в соответствии с цветом сектора барабана. Перед началом игры ведущий объясняет правила:

1.Первым крутит волчок тот, на кого выпала считалка. Затем тот, кто установил контакт.

2. После установления контакта карточка убирается.

Карточки – по 4 на каждой сектор:

- Смайлик – вербальная установка контакта
- Ладонь – невербальная установка контакта
- Подарок – искренний комплимент
- Человечек– разыграй этюд

3.За каждое выполненное задание игрок получает сердечко.

4. В случае затруднения игрок может обратиться за помощью к другим игрокам.

5. В конце игры игроки наклеивают свои разноцветные сердечки на силуэты

человечков на эмблеме «Дружба»

б. Выигрывает вся команда, создав свой волшебный символ «Дружба планет» и установив атмосферу полного контакта.

Считалочка:

Сели мы в космомобиль,

То не сказка. Это быль.

Облетели все планеты.

Мы летали по всему свету.

Но нарушен наш контакт.

Не понять других никак!

Мы сегодня заземлились,

В игроков все превратились.

Вот и весь рассказ, друзья.

Первым буду вращать Я!

Рефлексия

- *Что тебе понравилось больше всего?*
- *Что было самым трудным?*
- *Что для тебя было важным сегодня?*
- *Как ты можешь проявить свою любовь?*
- *Что ещё не получается?*

Изготовление группового коллажа «Чудо-дерево»

Цель: подведение итогов, мотивация детей на дальнейшее сотрудничество.

Дорогие ребята, сегодня мы с вами поняли, как важно быть всем вместе.

Каждый из вас в команде очень важен.

А теперь я хочу вам предложить сделать подарок.

Давайте создадим картинку «Чудо-дерево», которая станет символом того, что мы с вами дружные, и что мы команда.

Дети прикрепляют смайлики на общую картину.

Ритуал прощания-рефлексия

Если вам было все понятно и задания было легко выполнять, то закрасьте смайлик зеленым цветом, если, выполняя задания, чувствовали себя не уверенно, то закрасьте смайлик синим цветом. Если вам было очень трудно с заданиями, то закрасьте смайлик красным цветом.

Дети выполняют задание.

Список литературы

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384)
3. Данилина Г.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. «В мире детских эмоций: Пособие для практических работников ДОУ» - М.: Айрис-пресс, 2004 г.
4. Запорожец А.В. Эмоциональное развитие дошкольника. М.,1985
5. Минаева В.М. Знакомим детей с эмоциональным миром человека. // «Дошкольное воспитание». – 2011. - №2. – с.13-20.
6. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. – М.: «АРКТИ», 2010. –48 с.
7. Ковалец Ю.И. «Азбука эмоций: Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере» - М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003 г.
8. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Практическое пособие - М.: Генезис, 1999 г.
9. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С.,Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5-6 лет - СПб.: Речь: 2011.-218с.
- 10.«Психологическая служба в дошкольном учреждении» /Авторы составители: Н.П.Смелянская, Е.И.Кравцова. - Луганск: Янтарь,2003 г.
- 11.Шипицына Л.М., Защирина О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения с взрослыми и сверстниками (для детей от 3 до 6 лет). - М.: «Линка – Пресс», 2010. - 384 с.

- 12.Семенака С.И. «Социально-психологическая адаптация ребенка в обществе». Коррекционно-развивающие занятия. - 2-е изд., испр, и доп. - М.: АРКТИ, 2005
- 13.Семенака С.И. «Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет». 4-е изд., исп. и доп. - М.: АРКТИ, 2005 г.
- 14.Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е, Первушина И.М. «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников» - М.: Генезис, 2005 г.
- 15.Чистякова М.И. «Психогимнастика». - М.: Просвещение, 1995 г.
- 16.«Я-ты-мы». Программа социально-эмоционального развития дошкольников /сост. О.Л.Князева - М.: Мозаика-синтез, 2003 г.

Тест тревожности (Р. Тэмпл, М.Дорки, В.Амен)

Ф.И. ребенка _____

Возраст _____ Дата обследования _____

№ п/п	Рисунок	Высказывание	Выбор	
			Веселое лицо	Печальное 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.	Уборка игрушек			
12.	Изоляция			
13.	Ребенок с родителями			
14.	Еда в одиночестве			
ИТОГО:				

Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

Ф. И. _____
Дата _____

Волшебная страна чувств

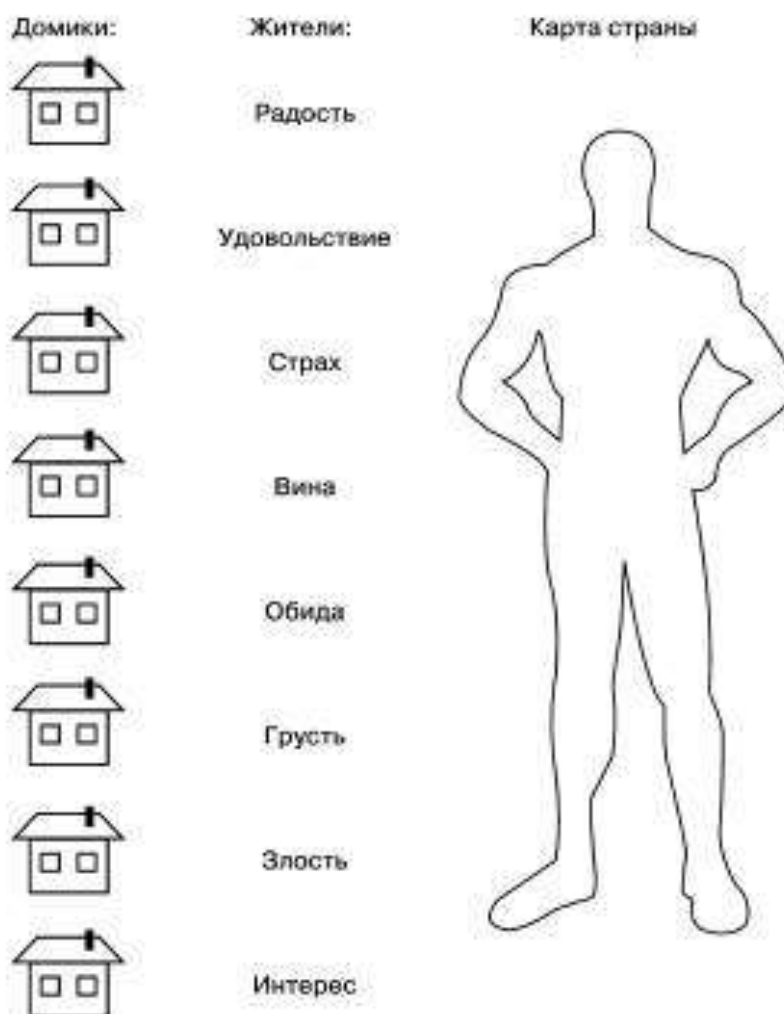


Рис. 1.

Рис.1.Волшебная страна чувств

Перед ребенком (или детьми) психолог раскладывает восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики (рис. 1).

Инструкция 1: «Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое чувство живет в домике определенного цвета. Какое - то чувство живет в красном домике,

какое - то в синем, какое -то в черном, какое -то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев.

Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики.

Пожалуйста, помоги жителям нарисуй и раскрась домики.

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой - где написано слово «Домики».

Инструкция 2: «Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету его домика».

Здесь ведущий предлагает ребятам поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств. В результате мы узнаём, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

Инструкция 3: «Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

Если, рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это — человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, очертание Италии похоже на сапог (при этом хорошо иметь под рукой атлас и подкрепить свои слова рассматриванием карт).

Когда карта будет раскрашена, ведущий благодарит ребят.

Обработка результатов.

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее.

1. На то, все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков.
2. На адекватность подбора цвета при «заселении» чувств в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, тем не менее, он является диагностичным.
3. На распределение цветов, обозначающих чувства, внутри силуэта человека.

Причем целесообразно символически разделить силуэт на 5 зон:

- голова и шея (символизируют ментальную деятельность);
- туловище до линии талии, исключая руки (символизируют эмоциональную деятельность);
- руки до плеч (символизируют коммуникативные функции);
- тазобедренная область (символизирует область творческих переживаний);
- ноги (символизируют чувство «опоры», уверенность; а также возможность «заземления» негативных переживаний).

Исследуя «карту», мы узнаём, какие чувства «живут» в разных частях тела. Например, чувства, «живущие в голове», окрашивают мысли. Если в голове «живет» страх, наверное, осуществлять мыслительную деятельность будет непросто. В руках «живут» чувства, испытываемые в контактах с окружающими. В ногах находятся чувства, которые дают человеку психологическую уверенность, или же (если в ногах поселились «негативные» чувства) человек имеет стремление «заземлить», избавиться от них.

Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)

Цель: исследование самооценки ребёнка старшего дошкольного возраста.

Возраст применения: с 5 лет.

Процедура проведения: Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и дают инструкцию.

ИНСТРУКЦИЯ:

«Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, воспитатель».

Примечание к инструкции.

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

№	Способ выполнения задания	Тип самооценки
1	2	3

1	Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».	Неадекватно завышенная самооценка.
2	После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».	Завышенная самооценка
3	Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4	Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку - ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

Качественный анализ методики.

- 1. Благоприятный вариант** – если дети считают, что взрослые поставят их на одну из верхних ступенек лестницы, а сами себя ставят на одну ступеньку ниже. Такой результат свидетельствует о том, что дети, чувствуя поддержку

и принятие со стороны взрослых, умеют уже достаточно реалистично посмотреть на себя.

2. **Неблагоприятный вариант** - дети ставят себя на ступеньках выше, чем, по их мнению, поставили бы взрослые. Такой выбор свидетельствует об осознании ребёнком неприятия со стороны взрослого и негативном противопоставлении оценке взрослого собственной оценке. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит воспитательница?» - помещение на одну из нижних ступенек нормально и может служить доказательством адекватной самооценки, особенно в том случае, если ребёнок действительно плохо себя ведёт и часто получает замечания от воспитателя.
3. Положение на любой из нижних ступенек говорит не об адекватной самооценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах.

Если дети ставят себя на ту же ступеньку, на которую, по их мнению, могут поставить их взрослые, то это свидетельствует: об инфантилизме (все ответы – «на верхнюю ступеньку», не может ответить на вопрос «почему?»); о «компенсирующей самооценке» (желаемое выдаётся за действительное).

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 49 «Весёлые нотки» городского округа Тольятти**

445035, РФ, Самарская область, г. Тольятти, улица Мира, 156
Контактный телефон, факс (8482) 28-62-79, e-mail: chgard49@edu.tgl.ru

**Отзыв на развивающую психолого-педагогическую программу
«Разноцветный мир эмоций»**

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» разработана авторским коллективом МАОУ детского сада № 49 «Весёлые нотки»: методистом Буравлевой Асей Ниязовной, старшим воспитателем Строковой Ольгой Николаевной, педагогами-психологами Таймолкиной Еленой Евгеньевной, Иванцовой Галиной Анатольевной.

Программа реализуется педагогами-психологами на базе МАОУ детского сада №49 «Веселые нотки» в течение 2018-2019, 2019 – 2020, 2020 – 2021, 2021-2022 учебного года.

Актуальность программы очевидна, так как именно в дошкольном возрасте происходит становление базовых свойств личности дошкольника: самооценки и образа «Я», эмоциональной сферы, нравственных ценностей и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Учебная программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

При организации образовательного процесса педагогом-психологом проводятся практические занятия с использованием коллективных упражнений на объединение, взаимодействие; спонтанных игры, игр с именами; релаксационных упражнений, авторских квест-игр, игр-активити и упражнений, этюдов, направленных на развитие социально-эмоциональной компетентности ребенка старшего дошкольного возраста.

По итогам реализации развивающей психолого-педагогической программы «Разноцветный мир эмоций» у детей отмечается:

- снижение уровня тревожности;
- достаточный уровень овладения социальными эмоциями;
- повышение самооценки;
- развитие творческого воображения;

- снижение доли детей с негативными поведенческими реакциями (агрессивность, тревожность);
- повышение доли детей с высоким уровнем развития коммуникативных функций.

Дети стали более внимательными, веселыми, раскрепощенными, они научились договариваться, редко ссорятся. Дети задумываются о взаимоотношениях с окружающими; умеют правильно определять различные эмоциональные состояния сверстников, взрослых (в реальной жизни и художественном изображении) по способам выражения экспрессии (мимика, жесты, поза, интонации); владеют отдельными способами передачи собственного эмоционального состояния (мимика, интонации); умеют устанавливать простейшие связи между собственным поведением и отношением к себе окружающих. В группе возникла творческая взаимосвязь и взаимопонимание.

Однако полученные результаты могут оцениваться как достаточно достоверные лишь в том случае, если ближайшее окружение (в данном случае родители) отмечают объективные изменения, поскольку объективные изменения должны происходить не игровой смоделированной обстановке, а в реальных жизненных ситуациях.

С этой целью был проведен опрос среди родителей (общее количество участников – 31 человек).

Качественно-количественный анализ проведенного опроса показал, что:

- 83% родителей знают о том, что с их детьми проводятся развивающие занятия.
- 78% родителей и педагогов считают, что занятия, проводимые психологом, помогают ребенку в осознании собственных эмоций и эмоций других людей; способствуют развитию умения в адекватной форме делиться своими эмоциями, конструктивно решать конфликты и устанавливать контакты с окружающими.

Таким образом, зафиксированные результаты позволяют сделать вывод о положительной динамике, а, следовательно, об эффективности развивающей психолого-педагогической программы «Разноцветный мир эмоций»

Заведующий _____

/Т.В. Кирсанова/

28.02.2023г.



РЕЦЕНЗИЯ

на развивающую психолого-педагогическую программу
«Разноцветный мир эмоций»

Авторы-составители: заведующий *Кирсанова Татьяна Витальевна*, методист *Буралева Ася Ниязовна*, старший воспитатель *Строкова Ольга Николаевна*, педагоги-психологи *Иванцова Галина Анатольевна*, *Таймолкина Елена Евгеньевна* Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 49 «Веселые нотки» городского округа Тольятти.

Дошкольный возраст характеризуется интенсивным эмоциональным развитием ребенка, является периодом формирования его высших эмоций, оказывающих решающее воздействие на всю дальнейшую жизнь. Известно, что сдерживание сильных эмоций в дошкольном возрасте может привести к неврозам и психологическим проблемам во взрослой жизни.

Современные исследования показывают рост числа конфликтов в образовательной среде (международное сравнительное исследование качества граждановедческого образования ICCS), одним из факторов которых является неумение детей налаживать отношения, устанавливать взаимопонимание и находить общие интересы. Данные тенденции характерны и для МАОУ детского сада №49 «Веселые нотки». На основе наблюдения было установлено, что одна из причин конфликтных отношений между старшими дошкольниками – неумение детей понимать эмоциональные состояния окружающих их людей и свои, управлять своими чувствами и эмоциями. Снятие эмоционального напряжения, развитие понимания своих эмоций и адекватного выражения их с помощью цвета, мимики, слов, движений, принятие позиции другого человека способствует повышению активности ребенка в освоении жизненного пространства. В связи с этим встает вопрос: «Каким образом организовать в МАОУ работу по развитию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников?». Для решения данной проблемы авторским коллективом была разработана развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций».

Новизна программы заключается в сочетании системного, личностно-ориентированного, компетентностного, культурологического подходов в достижении единой цели с учетом анализа потребностей социума и опорой на многолетний психолого-педагогический опыт учреждения.

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы. Задачи программы: расширять представление детей об эмоциях, формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок, формировать у детей «языка» эмоций как способа выражения собственного эмоционального

состояния и способности к эмоциональной саморегуляции, развивать социально-личностные качества, навыки совместной деятельности, дружеские взаимоотношений через игру, игровые занятия, общение в повседневной жизни, развивать эмпатию, творческое воображения.

Предлагаемую программу можно рассматривать как психопрофилактическую и развивающую технологию, к которой применима четкая последовательность проведения. Предварительным и заключительным этапом данной программы является обязательный диагностический блок, который необходим для получения первичной информации. Настоящая программа строилась с учетом следующих методологических принципов: целенаправленность, плановость, системность, дифференцированного и индивидуального подходов, сознательности, активности и дозированной, доброжелательности, открытости и партнерства. С содержательной точки зрения отбирались методики, позволяющие получить представление о структуре нарушений, зоне ближайшего развития ребенка.

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» рассчитана на один учебный год, для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Ожидаемые результаты реализации программы - положительная динамика в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников, повышение самооценки, снижении уровня тревожности (динамика прослеживается относительно стартовых возможностей ребенка). Система организации внутреннего контроля за реализацией программы предполагает отслеживание положительной динамики в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников через осуществления диагностических процедур. Педагог-психолог подводит итог работы, оформляя его в виде рефлексивного отчета, включающего в себя качественный и количественный анализ.

Предлагаемая развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» была апробирована в 2018 – 2019, 2019 - 2020, 2020-2021 учебном году в экспериментальном режиме на группе детей старшего дошкольного возраста. Общая выборка составила 44 ребенка старшего дошкольного возраста. Отследить положительную результативность проведенной работы позволили выработанные критерии и индикаторы, представленные в программе, поэтому программа «Разноцветный мир эмоций» заслуживает позитивной оценки, может быть рекомендована к использованию в условиях образовательного учреждения и для применения в профессиональной деятельности специалистов ДОО.

Заместитель директора по научной работе,
доцент кафедры социально-гуманитарных наук,
кандидат психологических наук



Л.А. Карамеева

«Подлинность подписи заверено»
начальник отдела кадров

августа 2022 года



М.Ю. Денисова

VIII. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

Рефлексивный отчет по итогам реализации развивающей психолого-педагогической программы «Разноцветный мир эмоций»

Эмоциональные процессы являются той сферой психологического бытия ребенка, которая заряжает и регулирует все остальные его функции, такие, как восприятие, внимание, память, мышление, воображение. Эмоции регулируют поведение ребенка, помогают ему приспособиться к той или иной ситуации, защищают организм от перенасыщения. Эмоции ребенка – это «послание» окружающим его взрослым о его состоянии. Кроме того, существует тесная взаимосвязь между душевным равновесием и физическим здоровьем ребенка, а положительное эмоциональное состояние относится к одному из важнейших условия развития личности. Однако в ходе социализации ребенок сталкивается с ситуативным дискомфортом, в процессе которого может развиваться устойчивое эмоциональное неблагополучие. Поэтому многие воспитатели и родители обращаются к психологу с жалобами на различные нарушения в эмоциональной сфере детей, а именно: повышенную эмоциональную возбудимость, раздражительность, наличие разнообразных страхов, агрессивность, упрямство, тревожность, застенчивость. Эти нарушения в эмоциональной сфере детей замедляют процессы интеллектуального развития, т.к. эмоции энергетизируют и организуют восприятие, мышление и действие. Возникновение эмоциональных расстройств, приводит к отклонению в развитии ребенка, нарушению социальных контактов. Чем сильнее эмоциональное неблагополучие ребенка, тем больше возможность возникновения ситуаций, вызывающих трудности взаимодействия ребенка с внешним миром. На основе наблюдения было установлено, что одна из причин конфликтных отношений между старшими дошкольниками – неумение детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей, управлять своими чувствами и эмоциями.

В свою очередь, развитие понимания своих эмоций и адекватного выражения их с помощью цвета, мимики, слов, движений, принятие позиции другого человека

способствует повышению активности ребенка в освоении жизненного пространства. В связи с этим встает вопрос: «Каким образом организовать в МАОУ работу по развитию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников?»

Для решения данной проблемы авторским коллективом была разработана **развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций».**

Практическая актуальность программы заключается в том, что именно в старшем дошкольном возрасте происходит становление базовых свойств личности дошкольника: самооценки и образа «Я», эмоциональной сферы, нравственных ценностей и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Новизна программы заключается в сочетании системного, личностно-ориентированного, компетентностного, культурологического подходов в достижении единой цели с учетом анализа потребностей социума и опорой на многолетний психолого-педагогический опыт учреждения.

Цель программы: формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы.

Задачи программы:

- расширять представление детей об эмоциях;
- формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок;
- формировать у детей «языка» эмоций как способа выражения собственного эмоционального состояния и способности к эмоциональной саморегуляции;
- развивать социально-личностные качества, навыки совместной деятельности, дружеские взаимоотношений через игру, игровые занятия, общение в повседневной жизни;
- развивать эмпатию, творческое воображения;

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» рассчитана на один учебный год

Категория участников: дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Срок обучения: 22 часа

Режим занятий: 1 раз в неделю (1 академический час – 40 мин)

Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации программы

Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384)
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 (далее – СанПиН)

Научными, методологическими и методическими основаниями программы являются:

- культурно-историческая парадигма Л.С.Выготского, Д.Б.Эльконина;
- представления Л.С. Выготского о «зоне ближайшего развития», который утверждал, что «уровень актуального развития характеризует успехи развития, итоги развития на вчерашний день, а зона ближайшего развития характеризует умственное развитие на завтрашний день»;
- труды Д.Б. Эльконина, рассматривающего каждый период развития на основе четырёх критериев: 1) социальная ситуация развития; 2) основной тип деятельности; 3) основные новообразования развития; 4) кризис.

Отечественные физиологи И.И. Сеченов, И.П. Павлов и зарубежные ученые У. Кеннон, Гильгори рассматривали эмоциональные проявления с физиологической стороны. В психологической науке эмоции проанализированы в различных аспектах: 1) в личностном развитии (Л.С. Выготский, В.Н. Вилюнас, Б.И. Додонов и др.); 2) в поведении (А.В. Запорожец, К. Изард, Ж. Пиаже); 3) в деятельности (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.).

А.В. Запорожец отмечает, что в усвоении созданных обществом ценностей, норм и правил поведения, развития взаимоотношений с другими людьми существенную роль играет понимание ребенком эмоционального состояния человека. По мнению А.В. Запорожца, эмоциональное развитие дошкольника является одним из важнейших условий воспитания. Подчеркивая важность эмоциональных переживаний дошкольника при взаимодействия с социумом для его личностного становления, он акцентировал внимание на том, что ранее неблагополучие аффективных отношений с близкими взрослыми и сверстниками создает опасность нарушения последующего формирования личности.

Изучив научную литературу по данной проблеме, можно Л.А. Абрамян признавал тот факт, что внутреннее эмоциональное отношение ребенка к окружающей действительности “вырастает” из его практического взаимодействия с этой действительностью. Многие отечественные психологи, такие как, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, выводили ряд принципиально важных положений относительно зависимости эмоций от характера деятельности субъекта, о регулирующей их роли в этой деятельности и об их развитии в процессе усвоения человеком общественного опыта [5].

При анализе литературных источников обнаруживаются варианты теоретических концепций, имеющих отношение к формированию понятия «социально-эмоциональная компетентность». Так, О.Л. Князева вводит понятие «социально-эмоциональное развитие» и понимает его как способность ребенка на собственный выбор в поведении, умеющего воспринимать эмоции, мнения и предпочтения окружающих, владеющего навыками социального поведения и общения с другими людьми [9].

Для построения модели эмоционального развития существенную значимость имеет точка зрения Я.З. Неверович и А.В. Запорожца, согласно которой эмоциональное предвосхищение является важным новообразованием эмоциональной сферы дошкольника, претерпевающее на протяжении всего дошкольного детства ряд закономерных изменений.

Настоящая программа строилась с учетом следующих *методологических принципов*:

- целенаправленность;
- плановость, системность;
- дифференцированного и индивидуального подходов;
- сознательности, активности и дозированной;
- доброжелательности, открытости и партнерства.

В программе учитываются педагогические принципы, на которые опирается ФГОС ДО:

- поддержка разнообразия детства, сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека;
- развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и детей;
- уважение личности ребёнка;
- реализация образовательной деятельности в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры.

Предлагаемую программу можно рассматривать как психопрофилактическую и развивающую технологию, к которой применима четкая последовательность проведения.

Программа реализуется в три этапа:

- Диагностический.
- Практический.
- Контрольный.

Предварительным и заключительным этапом данной программы является обязательный диагностический блок, который необходим для получения первичной информации.

Основными критериями при подборе методик были:

4. высокая информативность
5. экономичность по времени
6. простота проведения

С содержательной точки зрения отбирались методики, позволяющие получить представление о структуре нарушений, зоне ближайшего развития ребенка.

Оптимальным комплектом методик стали:

- **Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л. П.)**
 - **Задание №1** – направлено на изучение особенностей использования детьми мимики и пантомимики при демонстрации данной эмоции.
 - **Задание №2** – позволяет изучить выразительность речи.
 - **Задание №3** – направлено на изучение восприятия детьми графического изображения эмоций.
 - **Задание №4** – диагностирует понимание детьми эмоциональных состояний.
1. **Методика определения уровня тревожности Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен** позволяющая оценить индекс тревожности (ИТ) ребенка. Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные последствия;
 2. **Методика «Лесенка» (Щур В.Г.)**, предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой

3. **Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)** целью которой является выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни.

Далее следует реализация *практического этапа*, который преследует своей целью отработку основных развивающих задач для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Практический этап условно разделен на три темы.

Тема «Цветные эмоции» направлена на формирование у ребенка следующих умений: осознание своих эмоций, представление о языке эмоций как знаках, подаваемых человеком о себе; знание о средствах выражения различных эмоциональных состояний; понимание ребенком значения эмоциональной окраски слова, его значения в процессе общения, а также того, как влияют отрицательные эмоции на состояние самого человека и других людей.

Используемые формы работы: элементы тренинга, проигрывание этюдов, релаксация, сказкотерапия, слайдовая презентация, просмотр отрывков из мультипликационных фильмов, психогимнастические приемы, игры на развитие эмоциональной сферы, рефлексия.

Вторая тема «Я и мои чувства» способствует раскрытию внутреннего мира ребенка, умения в адекватной форме делиться своими эмоциями. Обеспечение чувства психологической защищенности

Используемые формы работы: игра-активити, слайдовая презентация, релаксация, сказкотерапия, арт-терапевтические упражнения, рефлексия

Третья тема «Я и мои чувства» предполагает обучение старших дошкольников этически ценным формам и способам поведения во взаимоотношениях с другими людьми, формирования умения устанавливать контакты, сотрудничать.

Используемые формы работы: квест-игра, игра-активити, игры на развитие коммуникативных навыков, релаксация, рефлексия

Структура занятий

Представленные занятия имеют единую структуру.

Вводная часть занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Здесь применяются разнообразные эмоциональные приемы: приветствие, игровые упражнения, презентации. Основное внимание уделяется привлечению внимания участников к обозначенной тематике. Использование эмоциональных приемов направлено на погружение участников в обозначенную проблематику.

Основная часть занимает приблизительно 80% от общей продолжительности занятия и включает в себя сочетание теоретического материала с отработкой практических навыков. Занятия разнообразны по своей структуре: занятия с элементами тренинга, квест-игра, игра-активити. Основная часть предполагает также использование раздаточных материалов для реализации творческих заданий, используются видео и аудиоматериалы для обеспечения разнообразия в преподнесении информации. Каждое занятие сопровождается слайдовой презентацией. Использование интерактивных методов способствует более эффективному освоению используемых технологий.

Заключительная часть занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Каждое занятие завершается особыми эмоциональными ритуалами, закрепляющими позитивный опыт.

Занятия программного цикла включают в себя задания и упражнения различной направленности, которые в конечном итоге решают поставленные задачи.

На контрольном этапе реализации программы была проведена заключительная диагностика. Именно с этими показателями мы сравнивали показатели стартовой диагностики для выявления эффективности проводимой работы.

Сравнительный анализ за четыре года:

Процентное распределение по показателям уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста

2018-2019 учебный год

Умение использовать мимику и пантомимику		
	Перед началом	По итогам реализации

	реализации программы	программы
Низкий уровень	20ч.-45%	18ч.- 41%
Средний уровень	24ч.-55%	25ч.- 56%
Высокий уровень	0ч.	1ч.- 3%
Умение адекватно выражать свои эмоции при передаче различных эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	18ч.-41%	16ч.-36%
Средний уровень	25ч.-57%	25ч.-57%
Высокий уровень	1ч.-2%	3ч.-7%
Умение правильно воспроизводить графическое изображение эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	14ч.-32%	12ч.-28%
Средний уровень	30ч.-68%	30ч.-68%
Высокий уровень	0ч.	2ч.-4%
Умение адекватно проявлять свои эмоции в коммуникативной сфере		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	13ч.-29%	10ч.-22%
Средний уровень	31ч.-71%	33ч.-75%
Высокий уровень	0ч.	1ч.-3%

2019-2020 учебный год

Умение использовать мимику и пантомимику		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы

Низкий уровень	18ч.-41%	12ч.-27%
Средний уровень	25ч.-56%	28ч.-64%
Высокий уровень	1ч.- 3%	4 ч.-9%
Умение адекватно выражать свои эмоции при передаче различных эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	16ч.-36%	14ч.-32%
Средний уровень	25ч.-57%	24ч.-54%
Высокий уровень	3ч.-7%	6ч.-14%
Умение правильно воспроизводить графическое изображение эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	12ч.-28%	11ч.-25%
Средний уровень	30ч.-68%	28ч.-57%
Высокий уровень	2ч.-4%	5ч.-18%
Умение адекватно проявлять свои эмоции в коммуникативной сфере		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	10ч.-22%	7ч.-16%
Средний уровень	33ч.-75%	32ч.-73%
Высокий уровень	1ч.-3%	5ч.-11%

2020-2021 учебный год

Умение использовать мимику и пантомимику		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	12ч.-27%	9ч.-20%

Средний уровень	28ч.-64%	29ч.-67%
Высокий уровень	4ч.-9%	6ч.-13%
Умение адекватно выражать свои эмоции при передаче различных эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	14ч.-32%	6ч.-14%
Средний уровень	24ч.-54%	25ч.-57%
Высокий уровень	6ч.-14%	13ч.-29%
Умение правильно воспроизводить графическое изображение эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	11ч.-25%	7ч.-16%
Средний уровень	28ч.-64%	31ч.-70%
Высокий уровень	5ч.-11%	6ч.-14%
Умение адекватно проявлять свои эмоции в коммуникативной сфере		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	7ч.-16%	3ч.-7%
Средний уровень	32ч.-73%	27ч.-61%
Высокий уровень	5ч.-11%	14ч.-32%

2021-2022 учебный год

Умение использовать мимику и пантомимику		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	9ч.-20%	4ч.-9%
Средний уровень	29ч.-65%	26ч.-59%

Высокий уровень	6ч.-14%	14ч.-32%
Умение адекватно выражать свои эмоции при передаче различных эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	5ч.-11%	2ч.-5%
Средний уровень	29ч.-66%	25ч.-57%
Высокий уровень	10ч.-23%	17ч.-39%
Умение правильно воспроизводить графическое изображение эмоциональных состояний		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	10ч.-23%	2ч.-5%
Средний уровень	28ч.-64%	26ч.-59%
Высокий уровень	6ч.-14%	16ч.-36%
Умение адекватно проявлять свои эмоции в коммуникативной сфере		
	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	5ч.-11%	1ч.-2%
Средний уровень	25ч.-57%	22ч.-50%
Высокий уровень	14ч.-32%	21ч.-48%

Количественный анализ полученных результатов динамики развития эмоциональной сферы показывает увеличение в среднем на 16 % доли детей с высоким уровнем развития. Качественный анализ рисунков детей свидетельствует, что они не связывают свои негативные чувства (страх, обиду, злость и т.д.) с такими видами деятельности как ментальность, коммуникация, эмоции, творческие переживания.

Процентное распределение по уровню тревожности:

2018-2019 учебный год

Уровень тревожности	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	4ч. –9 %	5 ч. – 11%
Средний уровень	28ч. - 63%	28ч. - 63%
Высокий уровень	12ч. –28%	11 ч. – 26%

2019-2020 учебный год

Уровень тревожности	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	5 ч. –11 %	5 ч. – 11%
Средний уровень	28 ч. –63%	33ч. – 75%
Высокий уровень	11ч. - 26%	6ч. -14 %

2020-2021 учебный год

Уровень тревожности	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	5 ч. –11 %	6 ч. – 14%
Средний уровень	33ч .–75%	34ч. – 77%
Высокий уровень	6ч .-14%	4ч. - 9%

2021-2022 учебный год

Уровень тревожности	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	2 ч. –5%	0ч. – 0
Средний уровень	33ч. – 75%	41ч. –93%
Высокий уровень	9ч. - 20%	3ч. - 7%

Количественный анализ полученных результатов динамики уровня тревожности показывает снижение данного показателя в среднем на 8%. Качественный анализ показывает, что через освоение приемов решения конфликтных ситуаций, отыгрывание своих страхов с помощью рисуночных методик, в этюдах на выражение эмоций дети научились в межличностных отношениях адекватно оценивать других людей и их поступки.

Процентное распределение по уровню самооценки

2018-2019 учебный год

Самооценка	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	13ч. – 30%	8 ч. – 18%
Средний уровень	29ч. – 65 %	26ч. – 59%
Высокий уровень	2ч. – 5%	10ч. – 23%

2019-2020 учебный год

Самооценка	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	13ч. – 30%	11 ч. – 26%
Средний уровень	28ч. – 63 %	28 ч. – 63%
Высокий уровень	3 ч. – 7%	5 ч. – 11%

2020-2021 учебный год

Самооценка	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	11ч. – 26%	4 ч. – 8%
Средний уровень	28ч. – 63 %	34ч. – 77%
Высокий уровень	5ч. – 11%	6 ч. – 15%

2021-2022 учебный год

Самооценка	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	10 ч .– 23%	3ч .– 7%
Средний уровень	22ч– 50%	26ч. –59 %
Высокий уровень	12 ч .– 27%	15 ч– 34%

Количественный анализ полученных результатов динамики развития адекватной самооценки показывает снижение количества детей с низкой самооценкой в среднем на 13%. Качественный анализ показывает, что дети стали способны реально оценить себя, свои поступки, а так же других людей и их поступки.

Процентное распределение по показателю эмоционального развития, влияющим на отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни

2018-2019 учебный год

Отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	17ч. – 39%	15 ч .– 34%
Средний уровень	26ч. –58 %	26ч. – 59%
Высокий уровень	1ч. –3%	3ч. – 7%

2019-2020 учебный год

Отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	15ч. – 34%	10 ч. – 22%

Средний уровень	26ч. –59 %	30ч. – 71%
Высокий уровень	3ч. –7%	4ч. – 7%

2020-2021 учебный год

Отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	10ч. – 22%	6 ч. – 14%
Средний уровень	30ч. –71 %	29ч. – 66%
Высокий уровень	4ч. –7%	9ч. – 20%

2021-2022 учебный год

Отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни	Перед началом реализации программы	По итогам реализации программы
Низкий уровень	7 ч. – 16%	1ч. – 2%
Средний уровень	28ч. – 64%	27ч. – 61%
Высокий уровень	9ч. – 21%	16ч. –36 %

По итогам реализации развивающей психолого-педагогической программы можно отметить, что дети стали веселыми, более раскрепощенными, научились договариваться, редко ссорятся. Дошкольники задумываются о взаимоотношениях с окружающими; умеют правильно определять различные эмоциональные состояния сверстников, взрослых по способам выражения экспрессии (мимика, жесты, поза, интонации); владеют отдельными способами передачи собственного эмоционального состояния (мимика, интонации); умеют устанавливать простейшие связи между собственным поведением и отношением к себе окружающих.

Также был проведен опрос среди родителей (общее количество участников – 31 человек).

Качественно-количественный анализ проведенного опроса показал, что:

- 83% родителей знают о том, что с их детьми проводятся развивающие занятия.
- 78% родителей и педагогов считают, что занятия, проводимые психологом, помогают ребенку в осознании собственных эмоций и эмоций других людей; способствуют развитию умения в адекватной форме делиться своими эмоциями, конструктивно решать конфликты и устанавливать контакты с окружающими.

Р Е З Ю М Е

Таким образом, количественно – качественный анализ результатов динамики основных показателей (тревожность, самооценка, эмоциональная сфера, отношение детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни) дает основание полагать, что внедренная в работу педагога-психолога развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эмоций» эффективна, дает устойчивую положительную динамику по всем показателям, а так же способствует улучшению психоэмоционального состояния каждого ребенка и общего эмоционального фона группы.

Педагог-психолог

Таймолкина Е.Е.

Педагог-психолог

Иванцова Г.А.

IX. Подтверждение соблюдения правил заимствования

The screenshot shows a web browser window with the URL contenttuniq.com. The page title is "Антиплагиат онлайн бесплатно и без регистрации. Проверка большого текста на уникальность". The website logo is "Контент Уник". There are navigation links for "Скачать видео с YouTube", "SEO", "Другое", and "Вход".

The main content area contains a text block with the following text:

... что для тебя было важным сегодня?
· Как ты можешь проявить свою любовь?
· Что ещё не получается?
Изготовление группового коллажа «Чудо-дерево»
Цель: подведение итогов, мотивация детей на дальнейшее сотрудничество.
Дорогие ребята, сегодня мы с вами поняли, как важно быть всем вместе. Каждый из вас в команде очень важен.
А теперь я хочу вам предложить сделать подарок.
Давайте создадим картинку «Чудо-дерево», которая станет символом того, что мы с вами дружные, и что мы команда.
Дети прикрепляют смайлики на общую картину.
Ритуал прощания-рефлексия
Если вам было все понятно и задания было легко выполнять, то закрасьте смайлик зеленым цветом, если, выполняя задания, чувствовали себя не уверенно, то закрасьте смайлик синим цветом. Если вам было очень трудно с заданиями, то закрасьте смайлик красным цветом.
Дети выполняют задание.

XI. Материалы, иллюстрирующие реализацию указанной программа в МАОУ детском саду №49 «Веселые нотки»



Отзывы на развивающую психолого-педагогическую программу
«Разноцветный мир эмоций»

Дата проведения: 21.05.2021



В течение 2020-2021 учебного года с детьми старшей-5 группы МДОУ детского сада №49 «Веселые нотки (корпус-3)» психологом-педагогом Цвасицовой Татьяной Михайловной проводились занятия по программе «Разноцветный мир эмоций». В ходе реализации программы дети проявили активность, все занятия проходили в атмосфере заинтересованности и вовлеченности. Ребята работали со сказками, выразили эмоции, учились управлять своими эмоциями, стали проявлять интерес и участие - как к своим, так и окружающих людей. В группе, во время игровой работы большинство детей научились договариваться между собой, свободно выражать свои мысли, задавать вопросы. В процессе обсуждения сказочных персонажей развивали навыки сотрудничества: умение слушать, слышать, слышанное.

В ходе реализации программы стало гораздо проще находить общий язык с «разными» детьми! Спасибо!

Воспитатель старшей группы, Б.

Клименко Римма Михайловна.

Отзывы на развивающую психолого-педагогическую программу
«Разноцветный мир эмоций»

Дата проведения: 25.05.2020г.

В 2019-2020гг. в детском саду реализуется программа «Разноцветный мир эмоций». При организации образовательного процесса воспитательницей нашей группы педагогическим психологом, Еленой Евгеньевной Тайможиной, проводятся практические занятия с использованием коллективных упражнений на объединение, взаимодополнение, сплоченных игр, игр с элементами ролево-игровых упражнений, авторских квест-игр, игр-активностей и упражнений, этюдов, направленных на развитие социально-эмоциональной компетентности ребенка старшего дошкольного возраста. Дети с удовольствием посещают развивающие занятия.

Я, как педагог, могу отметить, что воспитанники нашей группы стали более внимательными, веселыми, раскрепощенными, они научились договариваться, редко спорят. Дети задумываются о взаимоотношениях с окружающими; умеют правильно определять базисное эмоциональное состояние сверстников, взрослых (в реальной жизни и художественном изображении) по способам выражения эмоции (мимика, жесты, позы, интонация); владеют определенными способами передачи собственного эмоционального состояния. Считаю, что данная программа актуальна и эффективна.

Воспитатель старшей группы г.г. Любушкина
Резаева Юлия Александровна - Резаева



