

Принято:
на Педагогическом совете ГКДОУ
«Детский сад № 8 «Солнечный лучик»
Протокол № 1 от «31» 08. 2018 г.
Приказ № 77-од от «31» 08.2018 г.

Утверждаю:
Заведующий ГКДОУ
«Детский сад №8 «Солнечный лучик»
А.М. Меркулова



Рабочая программа
педагога-психолога Ереминой Л.С.
«Дети с синдромом Дауна».
Государственного казенного образовательного учреждения
«Детский сад № 8 «Солнечный лучик»
на 2018-2019 учебный год

г. Буденновск, 2018 г.

Содержание:

1. Пояснительная записка3
2. План реализации индивидуально ориентированной психокоррекционной работы с детьми СД5
3. Система комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с СД.....6
4. Конспект занятий коррекционной программы по развитию интеллектуальных способностей (в групповой форме с включением в состав группы детей с сохранным интеллектом).....8
5. Конспекты занятий по развитию навыков самопознания и Я – концепции ребенка с СД.....19

Пояснительная записка

Рабочая программа педагога-психолога разработана в соответствии с «Законом об образовании в РФ». Содержание рабочей программы соответствует федеральным государственным образовательным стандартам дошкольного образования, целям и задачам образовательной программы ГКДОУ «Детский сад №8 «Солнечный лучик».

Цель: создание условий для оптимизации психического и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья (детей с СД).

Задачи:

1. Выявление особых образовательных потребностей детей с СД
2. Осуществление индивидуальной психолого-педагогической помощи детям с СД
3. Помощь детям с синдромом Дауна в освоении образовательной программы начального общего образования и интеграции в образовательном дошкольном учреждении
4. Оказание методической помощи родителям и педагогам, осуществляющим учебно-воспитательную функцию детей с СД
5. Отслеживание динамики развития детей с СД

Требования:

1. Программу должен вести педагог-психолог. Именно психологу, который не ведет обычных уроков, не связан в восприятии учащихся с оценочной деятельностью, легче создать атмосферу доверия, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, выполнять упражнения и тесты.
2. Методическая особенность преподавания – проблемность обучения, которая достигается привлечением учащихся к обсуждению вопросов, предоставлением, учащимся возможности высказать собственное мнение, получить опыт переживания и разрешения сложных ситуаций.
3. Важное условие реализации курса – диалогичность обучения, что исключает критические оценки, требует от психолога навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Оценка эффективности программы осуществляется с помощью диагностических методик, наблюдения, собеседований с родителями и педагогами.

Специфика реализации:

Требования:

1. Программу должен вести педагог-психолог. Именно психологу, который не ведет обычных уроков, не связан в восприятии учащихся с оценочной деятельностью, легче создать атмосферу доверия, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, выполнять упражнения и тесты.
1. Методическая особенность преподавания – проблемность обучения, которая достигается привлечением учащихся к обсуждению вопросов, предоставлением учащимся возможности высказать собственное мнение, получить опыт переживания и разрешения сложных ситуаций.
2. Важное условие реализации курса – диалогичность обучения, что исключает критические оценки, требует от психолога навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.
3. **Оценка эффективности** программы осуществляется с помощью диагностических методик, наблюдения, собеседований с родителями и педагогами.

Материалы и оборудование: тетради, ручки, карандаши цветные, краска, кисточки, пластилин, пальчиковые куклы, цветной картон, клей, ножницы, аудио записи тихой, спокойной и подвижной музыки, ковровое покрытие.

Длительность занятий: 15-20 минут.

Количество занятий и их тематика определяется глубиной нарушений, степени развитости отдельных психических познавательных процессов. При групповой форме работы сроки реализации программы с сентября по март учебного года.

Целевая группа: дети с СД в возрасте 4-7 лет.

2. План реализации индивидуально ориентированной психокоррекционной работы с детьми СД

№	Месяц	Направление работы
1	Сентябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Диагностическое обследование психолога на общее психофизическое развитие2. Обследование детей с СД глубокими нарушениями3. Подбор психокоррекционных методик, составление комплексной программы психокоррекционного воздействия
2	Октябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Обсуждение рекомендаций, ознакомление с содержанием программы педагогов и родителей ребенка с ЗД2. Реализация коррекционно-развивающей программы
3	Ноябрь	<ol style="list-style-type: none">1. Промежуточная проверка эффективности психокоррекционного воздействия2. Собеседование с педагогами и родителями об эмоциональном состоянии детей с СД
4	Декабрь	<ol style="list-style-type: none">1. Определение способностей ребенка с СД2. Психолого-педагогическое консультирование родителей по вопросам воспитания и обучения ребенка с СД
5	Январь	<ol style="list-style-type: none">1. Психотерапевтическая работа по выравниванию или развитию компенсаторных навыков

		2. Развитие Я-концепции, самопознания ребенка с СД
6	Март	1. Развитие интеллектуальных способностей 2. Медицинское консультирование педагогов и родителей по отслеживанию динамики развития ребенка с СД
7	Апрель	1. Развитие творческих способностей ребенка с СД 2. Проверка результативности психокоррекционной программы 3. Психологическое консультирование педагогов ребенка с СД
8	Май	1. Дополнительная индивидуальная работа по результатам диагностического обследования, определение целей и задач на следующий учебный год 2. Рефлексия

3. Система комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с СД

Основные этапы:

1. Работа с документацией, подбор диагностического минимума для детей с СД, изучение анамнеза.
2. Психолого-медико-педагогическое обследование ребенка по методикам различными специалистами, углубленная психодиагностика, определение ресурсного состояния, предмета выравнивания, зон особого внимания.

3. Рекомендации по работе с ребенком СД, выбору стратегий воспитания и обучения
4. Разработка стратегии сопровождения ребенка, индивидуального плана психокоррекционного воздействия
5. Отслеживание динамики развития детей с СД.
6. Повторное психолого-медико-педагогическое обследование ребенка по методикам первичного обследования, с целью фиксации результативности.

4. Индивидуальный план коррекционно-развивающей работы с детьми старшего дошкольного возраста и детей подготовительной группы:

Личностные особенности	Мероприятия	Сроки	Примечания
------------------------	-------------	-------	------------

Олигофрения в степени	<p>Работа с семьей</p> <p>Повышение ответственности родителей за воспитание и обучение</p> <p>Индивидуальная коррекционная работа по развитию интеллектуальных способностей</p> <p>Повышение воспитательной и педагогической компетенции.</p>	<p>Дек.- фев.</p> <p>Дек.-май</p>	
Эмоциональная привязанность	<p>Взаимодействие с с</p> <p>Консилиум на базе школы</p> <p>Консультирование с педагогами</p> <p>Обучение ребенка навыкам конструктивного диалога</p>	<p>Дек.-янв</p> <p>Дек.-май</p>	
Негативизм	Психогимнастика и	Регулярно	

	психотерапевтические методы		
Тревожность	Отреагирование негативных эмоций, релаксация Обучение навыкам распознавания и выражения эмоций	Дек.-май	
Преобладание игровой мотивации	Обучение навыкам самоконтроля	Дек.-май	

4.Конспект занятий коррекционной программы по развитию интеллектуальных способностей (в групповой форме с включением в состав группы детей с сохранным интеллектом)

СЕНТЯБРЬ

Проводится диагностика интеллектуальных способностей всех первоклассников школы – МЭДИС, форма А.

Набирается группа (8-10 человек) из детей с низким уровнем развития интеллектуальных способностей.

Цель: - содействовать развитию интеллектуальных способностей: словарного запаса и общей осведомленности, пространственных представлений, логического мышления;

- развивать память, внимание, восприятие, коммуникативные способности.

РАЗВИТИЕ СЛОВАРНОГО ЗАПАСА И ОБЩЕЙ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ

(Занятие 1)

ОКТЯБРЬ

Занятие 1

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Дидактическая игра «Знание названий предметов».

Перед ребенком раскладывается 9 картинок: яблоко, морковь, роза, груша, тюльпан, капуста, подсолнух, вишня, гвоздика. Потом просят назвать каждый предмет. При ответе, например, «Это цветок», просят уточнить, какой именно. Если ребенок называет предмет неверно, то педагог в конце задания должен исправить его ошибки.

Для группового занятия каждому дается однотипный набор карточек.

1. Словесная игра «Угадай по описанию».

Педагог описывает предмет, находящийся в комнате, обращая внимание на его отличительные свойства и признаки. Дети угадывают. Затем дети все по очереди загадывают свой предмет

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

(Занятия 2, 3, 4)

Занятие 2

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Словесная игра «Угадай по описанию».

Усложнение: загадывается предмет, не находящийся в комнате.

2. Дидактическая игра «Найди одинаковые предметы».

Каждому ребенку раздаются картинки с пятью предметами, два из них одинаковые. Их и нужно отыскать ребенку.

Затем дети меняются карточками.

3. Игра «Делай по заданию».

Педагог называет детям различные слова: стол, чашка, банан, змея, ручка и т.д. Дети должны, по договоренности, отреагировать на определенные слова. Например, хлопнуть, когда встретится слово, обозначающее растение.

Дополнительно развиваются (далее – Д.Р.) – память, воображение, мышление.

Занятие 3

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Игра «Делай по заданию».

Другой список слов. Другое задание, например, когда названо животное, надо топнуть.

2. Дидактическая игра «Найди отличия».

Детям даются две одинаковые на первый взгляд картинки. Надо найти 10 различий между ними.

3. Настольная игра «Лабиринты».

Детям дается карточка с изображением лабиринта (у каждого своя карточка). Необходимо выполнить задание, оно у каждого лабиринта свое.

Д.Р. – мышление.

Занятие 4.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Настольная игра «Лабиринты».

2. Игра «Делай по заданию».

Усложнение: объединяются два задания (растение – хлопнуть, животное – топнуть).

3. Дидактическая игра «Что изменилось?».

Ребенок должен внимательно посмотреть на ряд предметов на картинке, рассказать, что за предметы он видит, назвать каждый предмет. Затем ему предьявляется другая картинка с изображением тех же предметов плюс еще один и

предлагается ответить на вопрос: «Что появилось?». Можно предъявлять картинки наоборот и спрашивать: «Чего не стало?».

4. Дидактическая игра «Что не дорисовано?».

Детям даются картинки и достаточное время (1-2 минуты) для того, чтобы ребенок смог найти недостающую деталь. Затем дети обмениваются картинками.

Д.Р. – мышление, память, воображение.

НОЯБРЬ

РАЗВИТИЕ ВОСПРИЯТИЯ

(Занятия 5, 6)

Занятие 5.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Дидактическая игра «Разложи по порядку».

Детям раздаются серии карточек с рисунками. Надо выложить их перед собой в заданной логической последовательности.

2. Задание в тетрадях «Дорисуй до образа».

У каждого ребенка в тетради или на отдельной карточке простым карандашом нарисованы контуры. Ребенок должен придумать, кто или что из этого может получиться и дорисовать.

3. Слушаем музыку.

Дети прослушивают запись музыкального отрывка (Чайковский П.И. «Времена года») и рассказывают о своих впечатлениях. Можно зарисовать.

Д.Р. – логическое мышление, воображение, креативность, речь.

Занятие 6.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Приметы времен года.

Дети рассказывают о приметах всех времен года. Зарисовывают в тетрадях приметы осени (ранней и поздней) – включена музыка.

2. Дидактическая игра «Зашиваем ковер».

У каждого ребенка карточка-коврик с дырками и несколько «заплаток». Надо выбрать только те заплатки, которые могут закрыть дырки на ковре.

Д.Р. – воображение, память, связная речь, мышление.

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ

(Занятия 7, 8, 9)

Занятие 7.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Упражнение «Воспроизведи по памяти».

Детям последовательно показываются карточки с изображением геометрических фигур (время предъявления – 10 секунд). После демонстрации каждой карточки дети зарисовывают в тетрадь увиденные геометрические фигуры в том же порядке. Карточки предъявляются от простого к сложному.

2. Игра «Кто больше запомнит».

Участники игры садятся в круг. Первый называет любое слово. Следующий участник игры повторяет названное слово и произносит любое свое. Третий участник игры повторяет уже два предыдущих слова и добавляет свое и т.д. Победителем становится тот, кто сможет воспроизвести большее количество слов.

3. Игра «Двигательная память».

Взрослый в течение 15 секунд должен показывать детям танцевальные движения. Затем дети повторяют их как можно точнее.

Д.Р. – внимание.

ДЕКАБРЬ

Занятие 8.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Словесная игра «Цвета».

Участники игры располагаются в кругу. Ведущий предлагает всем участникам по очереди назвать по пять предметов одного цвета. Тот, кто за одну минуту не сможет припомнить пять предметов названного цвета, выбывает из игры.

2. Игра «Рисуем по памяти узоры».

На листе бумаги нарисован узор. Дети две минуты смотрят на этот узор. После этого рисунок убирается, и дети воспроизводят его по памяти в тетрадах.

3. Игра-соревнование «Слова».

Надо вспомнить как можно больше слов, относящихся к заданной теме: школа, математика, музыка, книга, искусство, зима, лето и т.д. На каждую тему дается 5-10 минут. На одном занятии дается 2-3 темы.

Д.Р. – внимание, воображение, мелкая моторика рук, речь.

Занятие 9.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Воспроизведение рассказа.

Детям раздаются карточки с коротким текстом. Они знакомятся с ним в течение 5 минут. Затем каждый по очереди пересказывает свой текст.

2. Игра-соревнование «Чей предмет».

Все участники делятся на две команды. Каждая команда выбирает по водящему. Игра заключается в том, что на глазах у водящего члены его команды кладут на стол по одному предмету. Водящий смотрит и старается запомнить, кто какой предмет положил, и в какой последовательности были положены предметы. Оцениваются ответы водящих. В роли водящего должен выступить каждый.

Д.Р. – внимание, речь.

РАЗВИТИЕ ВОСПРИЯТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННЫХ СООТНОШЕНИЙ

(Занятия 10, 11)

Занятие 10.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Игра «Большой – маленький».

Дети рассматривают различные предметы, плоские фигуры, изображения на картинках и определяют, какие из них большие, какие маленькие.

То же – высокий – низкий, длинный – короткий, широкий – узкий, толстый – тонкий.

2. Игра «Сравни предмет».

Каждому ребенку дается карточка с индивидуальным заданием, направленным на развитие понятий: больше, меньше, короче, длиннее, шире, уже, выше, ниже. Можно менять карточки и задания к ним.

3. Подвижная игра «Стань по заданию».

Дети по очереди выполняют команды ведущего: встать слева от Сережи (стола, стула и т.д.), сзади, спереди и т.п. Команды и ведущие все время меняются. Обучается и тот, кто выполняет команды и тот, кто подает их.

Д.Р. – наблюдательность, память, коммуникативные способности.

ЯНВАРЬ

Занятие 11.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Игра «Большой – маленький».

Другие варианты.

2. Дидактическая игра «Составь картинку».

Каждому ребенку дается цветная предметная картинка, разрезанная на 4-6 частей. Ребенок должен узнать изображение и составить цельную картинку.

Усложнение – использовать картинки с изображением 2-3 предметов, сюжетные картинки, пазлы.

Командный вариант – дети делятся на две команды. Каждая команда получает картинки по числу игроков. Побеждает команда, которая быстрее соберет все картинки.

3. Подвижная игра «Стань по заданию».

4. Дидактическая игра-рисование «Разноцветный коврик».

У каждого ребенка белый альбомный лист бумаги и набор цветных карандашей, где обязательно есть красный, синий, зеленый и желтый.

Педагог диктует задание: « Нарисуйте в центре листа большой желтый круг и закрасьте его. В правом верхнем углу – красный квадрат. В левом нижнем углу – желтый квадрат. По левой стороне – длинный синий прямоугольник. В правом нижнем углу – большой зеленый треугольник и закрасьте его. Под большим желтым кругом – маленький красный круг и закрасьте его. В верхнем левом углу – красный овал. Слева от красного квадрата – маленький зеленый треугольник. Слева от большого зеленого закрашенного треугольника – маленький красный квадрат».

Задания могут быть любые, но у педагога обязательно должен быть образец для проверки.

Д.Р. – внимание, память, воображение, знание геометрических фигур.

РАЗВИТИЕ ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

(Занятия 12, 13, 14, 15, 16, 17)

Занятие 12.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Дидактическая игра «Классификация предметов».

Каждому ребенку дается набор картинок с изображением цветов (3), овощей (3), фруктов (3). Нужно разложить их на три части и объяснить, почему именно так разложил.

Можно использовать и другие картинки – мебель, посуда, одежда, транспорт, дикие и домашние животные и т.д.

2. Дидактическое задание «История в картинках».

При первом проведении игры каждому ребенку дается 3-4 картинки, а он должен разложить их так, чтобы получился связный рассказ.

3. Игра-соревнование «Как это можно использовать?».

Группа делится на две команды. Задание общее: как можно использовать...карандаш (кирпич, бумага и т.п.). Каждая команда отвечает по очереди. За правильный ответ – фишка. Выигрывает команда, набравшая большее количество фишек.

Д.Р. – память, внимание, восприятие, воображение, речь, умение работать сообща, волевые качества.

Занятие 13.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Дидактическое задание «История в картинках».

Тем, кто успешно справился в первый раз, даются более сложные задания – 5-8 картинок

2. Словесная игра «Бывает – не бывает».

Дети стоят или сидят в кругу. Ведущий называет какую-нибудь ситуацию и бросает ребенку мяч. Ребенок должен поймать мяч в том случае, если названная ситуация бывает, а если – нет, то мяч ловить не нужно.

Ситуации: Кошка варит кашу.

Папа ушел на работу.

Поезд летит по небу.

Человек вьет гнездо.

Собака хочет есть.

Почтальон принес письмо.

Зайчик пошел в школу.

Яблоко соленое.

Бегемот залез на дерево.

Шапочка резиновая.

Дом пошел гулять.

Туфли стеклянные.

На березе выросли шишки.

Волк бродит по лесу.

Волк сидит на дереве.

В кастрюле варится чашка.

Кошка гуляет по крыше.

Собака гуляет по крыше.

Лодка плывет по небу.

Девочка рисует домик.

Домик рисует девочку.

Ночью светит солнце.

Зимой идет снег.

Зимой гремит гром.

Рыба поет песни.

3. «Танграм».

Дети составляют фигуры по образцу.

Д.Р. – память, внимание, восприятие, знание геометрических фигур.

ФЕВРАЛЬ

Занятие 14.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Дидактическая игра «Найди лишнюю картинку».

Ребенку дается серия картинок, из которых три можно объединить в группу, а четвертая – лишняя. Ребенок должен убрать лишнюю и объяснить, почему он так сделал.

2. Дидактическое задание «История в картинках».

3. «Танграм».

Д.Р. – память, восприятие, классификация.

Занятие 15.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

1. Дидактическая игра «Найди лишнюю картинку».
2. Дидактическое задание «Поиск закономерностей».

Каждый ребенок получает карточки с изображением фигур в 8 клетках поля. 9-ую фигуру он должен найти сам из предложенных внизу.

3. Дидактическое задание «Нелепицы».

Работа в парах или тройках. Каждой группе дается картинка с изображением нелепиц. Дети называют их и объясняют.

Д.Р. – внимание, восприятие, память, умение работать сообща.

Занятие 16.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

1. Дидактическое задание «Поиск закономерностей».
2. Словесная игра «Бывает – не бывает».
3. «Танграм».

МАРТ

Занятие 17.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Игра-соревнование (или игровой тренинг) на развитие логического мышления.

Дети делятся на две команды. Отвечают по очереди. За правильные ответы получают фишки. Выигрывает команда, набравшая большее число фишек. Вручаются медали («золотые» и «серебряные»).

1. Вопросы командам (по очереди):

1. Какое животное больше – лошадь или собака?
1. Утром люди завтракают. А вечером?
1. Днем на улице светло. А ночью?
1. Небо голубое, а трава?
1. Черешня, груша, слива, яблоко.... Это что?
1. Почему, когда идет поезд, опускают шлагбаум?
1. Что такое Москва, Калуга, Хабаровск?
1. Маленькая корова – это теленок. Маленькая собака – это?
1. Маленькая овечка – это?
1. На кого больше похожа собака – на кошку или на курицу?
1. Для чего нужны автомобилю тормоза?
1. Чем похожи друг на друга молоток и топор?
1. Что общего между белкой и кошкой?
1. Чем отличаются гвоздь и винт друг от друга?
1. Что такое футбол, плавание, теннис?
1. Какие ты знаешь виды транспорта (минимум – 3)?
1. Чем отличается старый человек от молодого (мин. – 3 признака)?

1. Для чего люди занимаются спортом?

1. Почему считается плохим, если кто-то не хочет работать?

1. Для чего на конверте необходимо наклеивать марки?

2. Игра «Определи понятия».

Задание: «Представьте себе человека, который не знает значения ни одного из представленных вам слов. Постарайтесь объяснить этому человеку, что означает каждое слово».

Набор слов для команд: - автобус, кнопка, газета;

- автомобиль, гвоздь, письмо.

3. Игра «Найди лишнее слово».

Каждой команде по очереди зачитывается ряд слов, они должны определить лишнее.

Наборы слов (по пять каждой команде):

1. старый, дряхлый, маленький, ветхий;

1. храбрый, злой, смелый, отважный;

1. яблоко, слива, огурец, груша;

1. молоко, творог, сметана, хлеб;

1. час, минута, лето, секунда;

1. ложка, тарелка, кастрюля, сумка;

1. платье, свитер, шапка, рубашка;

1. мыло, метла, зубная паста, шампунь;

1. береза, дуб, земляника, сосна;

1. книга, телевизор, радио, магнитофон.

4. Физкультпауза (2-4 минуты).

Выполнение танцевальных движений под музыку.

5. Игра «Говори наоборот».

Ведущий говорит слово – каждая команда по очереди говорит противоположное.

Слова: веселый – грустный;

быстрый – медленный;

красивый – безобразный;

пустой – полный;

худой – толстый;

умный – глупый;

6. Игра «Назови слова».

Каждая команда по очереди должна назвать по 5 слов, обозначающих:

1. деревья;

1. спорт;

1. животные;

1. транспорт;

1. овощи;

1. фрукты.

7. Игра «Нелепицы».

Каждая команда получает картинку с нелепицами. Называет как можно больше.

Эта игра последняя для того, чтобы уменьшить разрыв в баллах между командами.

8. Подведение итогов, награждение команд, возможно чаепитие.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП ПРОГРАММЫ

Занятия 18, 19, 20.

Индивидуальная диагностика интеллектуальных способностей первоклассников – МЭДИС, форма В.

АПРЕЛЬ, МАЙ

Индивидуальные занятия с учащимися, не вышедшими на средний уровень развития интеллектуальных способностей по определенным разделам.

5. Конспекты занятий по развитию навыков самопознания и Я – концепции ребенка с СД.

Цель: развитие навыков самопознания, Я – концепции ребенка

Занятие 1.

Ход занятия:

1. Дети входят в комнату и рассаживаются на стульчики в круг.

Здравствуйте! Я рада вас видеть.

Психолог представляется детям.

Теперь я хочу познакомиться с вами. А поможет нам в этом игра «Кто в домике живет?».

Дети «забираются» в домики – для этого каждый ребенок смыкает руки уголком над головой в виде крыши. Ведущий «стучится» в каждый домик со словами: « Кто-кто в домике живет?». Ребенок называет свое имя. Ведущий спрашивает: « Что ты любишь больше всего? Какой ты? Что ты не любишь?»

2. Теперь, когда мы с вами познакомились, я хочу рассказать вам, чем мы будем заниматься на наших занятиях.

Мы будем играть в разные игры, рисовать. И нам надо научиться выполнять определенные правила поведения.

Психолог демонстрирует плакаты с изображением правил поведения на занятиях.

Правила наших занятий:

- помогать друг другу;
- когда говорит один – другой слушает и не перебивает;
- хочешь сообщить что-то или ответить на вопрос – подними руку;
- звенит колокольчик или раздается хлопок – устанавливается тишина.

Игра «Паровозик».

Дети встают друг за другом, положив руки на плечи впереди стоящего. «Машинист» ведет паровоз в разных направлениях, то быстро, то медленно, он пыхтит, свистит. В конце «крушение», все падают на пол.

Понравилось вам играть?

Кому было неудобно? Почему?

Этюд «Цветок».

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляя теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою голову вслед за солнцем.

Движения: на корточках, голову и руки опустить, поднимается голова, распрямляется корпус, руки медленно поднимаются в стороны – цветок расцвел. Голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем, глаза полужакрыты, улыбка, расслаблены.

Ребята, а теперь давайте нарисуем в своих альбомах свою ладошку. Разукрасьте ладошку цветными карандашами.

Посмотрите, какие красивые у вас получились ладошки.

Ребята, у вас получились одинаковые ладошки?

А как вы думаете, почему ладошки получились разные?

Это потому, что мы с вами разные.

3.Наше занятие подходит к концу. Ребята, вам понравилось на занятии? Ответы детей.

Мы хорошо с вами поработали, и мне хочется предложить вам сыграть в игру «Аплодисменты».

Мы будем хлопать (аплодировать) тихо, затем сильнее и сильнее. Ведущий подходит к одному и хлопает ему. Он начинает хлопать и поворачивается к следующему ребенку. И так по кругу.

Спасибо вам за работу. Прощание.

Занятие №2.

Цель:

-развивать чувство единства, сплоченности;

Материал:

- клубок ниток;

- открытки, разрезанные на две части;

- альбомы и карандаши;

- магнитофон с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

1.Здравствуйтесь ребята! Рада вас видеть!

Давайте начнем наше занятие с приветствия, а поможет нам в этом игра «Клубок».

В руках я держу клубочек. Когда я начну здороваться, то я отдам его тому, кто стоит справа от меня. Кто получает клубок, обматывает нитку вокруг пальца и передает ее соседу со словами приветствия. Я начинаю...

Отлично!

Клубочек вернулся ко мне. А сейчас давайте вместе поднимем руки вверх, опустим вниз. Старайтесь выполнять движения одновременно, ведь если кто-то замешкается, то ниточка оборвется и наш круг разрушится.

А теперь аккуратно положим ниточку на пол.

Понравилось вам играть?

Как вы думаете, почему у нас не оборвалась ниточка?

Потому, что мы играли дружно и были внимательны друг к другу.

2. Наша следующая игра называется «Спаси птенца».

Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями вверх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным и спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам.

Игра «Ладушки».

А сейчас я раздам вам половинки открыток. Рассмотрите их и найдите свою половинку у другого. Кто найдет, становится парами. Мы поиграем в игру «Ладушки».

Ладушки, Ладушки!

Где были? – У бабушки.

Что ели? – Кашку.

Что пили? – Бражку.

Дети перекрестно хлопают в ладоши, проговаривая слова потешки.

Пары меняются.

-Ребята, у кого получилось игра? Кто ни разу не сбился?

-С кем вам было легко играть? Почему?

-С кем игра не получалась? Почему?

-Были ли вы внимательны к друг другу?

Ребята, возьмите теперь свои альбомы и попробуйте нарисовать рисунок на тему: «Мое настроение сейчас».

Просмотр рисунков. Обсуждение.

-Понравилось вам рисовать?

-Что было трудно?

-Что общего вы увидели в наших рисунках?

3.Наше занятие подходит к концу. Давайте сядем в круг и закроем глаза. Вспомним, что мы делали сегодня на занятии.

А я буду дотрагиваться до вас,

и, кто почувствует мое прикосновение выходит из круга.

До свидания!

Занятие № 3.

Цель:

-способствовать развитию самоуважения детей;

-развивать тактильные восприятия;

Материалы:

-альбомы и карандаши;

-магнитофон с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

1.Здравствуйте ребята!

Я предлагаю поиграть в новую игру. Давайте возьмемся за руки. Нас много, а все вместе мы – одна команда. Давайте почувствуем, как мы связаны друг с другом, сидя в кругу на полу... А теперь давайте встанем, не нарушая эту связь.

Взявшись за руки, мы идем по кругу и чувствуем связь. Мы идем по кругу один за другим, положив правую руку на левое плечо впереди идущего, и чувствуем связь ... А теперь положите левую руку на правое плечо впереди идущего...

Хорошо!

А теперь садитесь в круг и закройте глаза.

Прикоснитесь рукой к какой-либо части тела ребенка: ладони, руке, плечам, спине.

Кто почувствует прикосновение, должен не открывая глаз, передать его своему соседу справа. Молодцы!

-Какие чувства вы испытывали во время игры?

-Как вы думаете у нас получилась команда?

2. Игра «Морщинки».

Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох – выдох, вдох – выдох. И последний раз вдох – выдох. Отлично... широко улыбнемся своему соседу справа, а теперь - соседу слева. Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох – выдох, вдох – выдох, вдох – выдох. Молодцы!

Упражнение «Дерево».

Встаньте рядом со своим стулом и выпрямите спину. Сделай глубокий вдох, и закройте глаза. Почувствуйте свои ноги, ощутите, как крепко они стоят на земле. Представьте. Что ты дерево и твои корни врастают глубоко в землю. Некоторые из них толстые и сильные, другие тонкие, они опоясывают все пространство земли вокруг тебя. Представьте, что эти корни крепко держат твой ствол, и ты стоишь на земле твердо и уверенно. Если хочешь, можешь раскинуть руки и представить, что это ветви, которые тоже раскинуты во все стороны. На ветках растут листья. Сквозь твои ветви дует легкий ветерок, они легко колышутся. Твои мощные корни поддерживают ствол, и никакой ураган не нанесет тебе вреда...

Начинается ужасная буря, которая раскачивает деревья. Твой ствол наклоняется из стороны в сторону, могут сломаться некоторые ветки, но ты так крепко врос в землю, что буря тебя не ломает...

Почувствуй свои корни, ствол, ветви, почувствуй, какой ты крепкий и гибкий. Пусть дует ветер – твои ветви сгибаются под его силой, но не ломаются». (1 минута)

Постепенно ветер прекращается. Солнце выходит из-за туч, и ты наслаждаешься спокойствием... Ты, снова становишься самим собой. Потянись, сделай глубокий вдох и открой глаза...

А теперь нарисуй свое дерево, его корни, ствол, ветви.

Обсуждение.

-Какие деревья у вас получились?

-У кого получилось сильное дерево?

-Для чего дереву нужен мощный ствол и крепкие корни?

-Что нужно дереву, чтобы оно росло сильным, крепким?

3.Игра «Доброе животное».

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

Спасибо всем. На этом наше занятие завершается. До свидания!

Занятие №5.

Цель:

- повышать у детей уверенность в себе;
- развивать слуховое восприятие;

Материал:

- текст сказки «Заяц - хвоста».

Ход занятия:

1. Давайте начнем нашу встречу с игры «Паровозик с именем».

Сейчас каждый будет превращаться в паровоз. Когда «паровоз» будет ехать по кругу, он будет хлопать в ладоши и называть свое имя. Я начну: «И - ра, И - ра». Я проехала целый круг, а теперь выберу одного из вас, и он становится паровозиком вместо меня. Я выбираю Вику. Теперь она будет называть свое имя, и хлопать в ладоши, а я стану ее вагончиком, положу руки на плечи, и вместе с ней буду повторять ее имя. Поехали!

-Кому не хотелось сесть в наш поезд? Почему?

-А куда бы вы хотели отправиться на нашем поезде?

2. Мы отправляемся на нашем паровозике на солнечную полянку и теперь поиграем в игру, которая называется «Узнай по голосу».

Давайте встанем в круг, возьмемся за руки. Нам нужен один человек внутри круга. Кто хочет стать в центр? Отлично! Все остальные будут водить вокруг тебя хоровод, и петь песенку. А Олег пусть внимательно слушает и делает то, о чем мы будем его просить. Слушайте песенку...

Олег, ты сейчас в лесу.

Мы зовем тебя: «Ау!»

Ну-ка глазки закрывай, не робей.

Кто зовет тебя, узнай!

Теперь, Олег, закрой глаза, а тот, до кого я дотронусь, сделает шаг вперед и позовет: «Олег, ау!» А ты попробуешь угадать, кто тебя звал.

Если ребенок угадал, он становится в круг.

А сейчас я расскажу вам сказку. Она называется «Заяц – хвоста».

В одном лесу жил – был заяц. Он считал себя самым умным, самым красивым, самым храбрым зверем в лесу. Бегает заяц по лесу, красуется, а никто из зверей на него не обращает внимание.

Ну, разве не обидно? Влез он на пенек и давай хвастаться.

- Я – самый храбрый, я – самый красивый, я – самый умный теперь зверь в лесу! Я никого не боюсь, ни волка, ни лису. Вот если бы я их встретил, все бы сразу бы узнали, кто из нас сильнее!

А в это время пролетала мимо ворона. Услышала она, как заяц хвастается, и разозлилась.

- Это кто это самый умный? Это кто это самый смелый? Это кто это самый красивый? – спросила ворона и села прямо перед зайцем. – Ну, какой же ты красивый? Уши – то у тебя длинные, хвост – куцый! Волка он не боится. Да стоит ему только появиться, тебя, как ни бывало.

Обиделся заяц, и решил доказать вороне, что зря она его высмеивает, да где там! Ворона сама на пенек залезла и давай хвастаться:

- Вот если есть в нашем лесу кто-то красивый, так это я! Клюв у меня длинный, сильный, перышки черные, на солнышке переливаются! А если волк появится, то я уж не растеряюсь. Как в нос его клюну, так он и был таков!

А в это время шел мимо волк. Услышал он слова хвастливой вороны и сильно рассердился.

- Это кто смеет, на до мной смеяться? Откуда взялась эта пташка залетная? Ну, берегись, сейчас я тебя проучу, - так сказал волк и бросился на ворону.

Испугалась ворона и закричала:

- Спасите! Помогите! Волк сейчас меня съест!

Услышал заяц, что волк рядом, и от страха прыгнул в сторону, да прямо на волка угодил. Испугался волк: «Что это сверху на меня упало?» Бросил он ворону и убежал прямо в лес.

А ворона глаза открыла и видит, волка нет, а перед ней заяц стоит, сам от страха дрожит.

- Ой, спасибо тебе косой! Если бы не ты, съел бы меня волк. Ты и вправду самый храбрый, самый сильный, самый красивый зверь в лесу!

Заяц сразу приободрился. Влез на пенек и говорит:

- А та как думала? Я и вправду самый сильный, самый смелый и самый красивый зверь в лесу!

С этого дня заяц начал сам верить, что он самый сильный, самый, самый, самый ...

Сейчас мы будем изображать зайца-хвасту.

Давайте показывать его по очереди, по кругу. Для этого надо зайчиком проскакать по кругу, встать на «пенек» (на стул) и похвастаться: «Я самый красивый, самый умный, самый храбрый, я никого не боюсь».

-Каким голосом будет хвастаться заяц?

-В какой позе он будет стоять?

Отлично у вас получается!

А сейчас появится ворона. Она встанет перед пеньком, и будет говорить: «Да какой же ты красивый? Хвост у тебя куцый, уши длинные! Да какой ты храбрый? Тебе только скажи, что рядом волк, ты сразу сбежишь!»

А заяц будет стоять на пеньке и дальше себя нахваливать: «А я все равно самый лучший в лесу зверь!» А мы с вами будем зайца поддерживать.

-Кто хочет быть зайцем?

- Вороной?

Дети выполняют задание.

-Кем вам понравилось быть?

-Кому не хотелось хвастаться? Почему?

-Что легче, хвастаться как заяц или как ворона смеяться над другими?

-Как вы чувствуете себя, когда над вами смеются?

-А бывает так, что вы тоже над кем -нибудь смеетесь?

-Ребята, а вы пробовали хвалить других?

3. Давайте попробуем хвалить не себя, а соседа. Я начну. «Самый лучший сосед – мой сосед справа. Он очень добрый, внимательный».

А теперь вы похвалите друг друга по очереди.

-Кому было трудно выполнять это задание?

-Приятно было вам слушать о себе похвалу?

-Что приятнее, получать похвалу от других или хвалить себя?

Давайте чаще говорить друг другу приятное!

На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие №6.

Цель:

- развитие лучшего понимания себя и других;
- повышать уверенность в себе.

Материал:

- альбом и цветные карандаши;
- магнитофон с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

1.Здравствуйте, ребята! Рада вас видеть!

Сегодняшнее занятие мы начнем с игры «Дотронься до ...»

Все мы одеты по –разному. Я называю цвет, а вы мгновенно должны сориентироваться, обнаружить этот цвет у ребят в одежде и дотронуться.

2. На прошлом занятии мы читали с вами сказку «Заяц-хвоста».

Давайте, вспомним, как заяц хвастался.

Этюд «Смелый заяц».

Заяц любит стоять на пеньке, громко петь песни и читать стихи. Он не боится, что его может услышать волк.

Выразительная поза: положение стоя, одна нога чуть впереди, руки заложены назад, подбородок поднят.

Мимика: уверенный взгляд.

Психолог благодарит детей за проделанную работу.

Ребята, а какая у вас любимая сказка? (Дети отвечают по очереди)

-Какая сказка вам не нравится? (Ответы детей).

Представьте себе, что вы встретили волшебника. Подумайте, в какого сказочного персонажа превратит вас волшебник.

Возьмите свои альбомы и нарисуйте, в кого превратил вас волшебник.

Сейчас мы посмотрим на ваши рисунки и попробуем угадать, в какого же сказочного героя превратил вас волшебник и почему.

-Что общего у вас с вашим героем?

У вас получились замечательные рисунки!

3.Игра «Комплименты».

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько приятных слов, за что-то поблагодарить или похвалить. Принимающий, кивает головой и говорит: «Спасибо, мне было приятно!» Затем дарит комплимент своему соседу.

На этом наше занятие заканчивается. Всем спасибо! До свидания!

Второй блок «Я и мои эмоции»

Занятие №1. Радость.

Цель:

- первичное знакомство с чувством радости;
- развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние;

Материалы:

- пиктограмма «радость»;
- бумага и карандаши;
- магнитофон

Ход занятия:

1. Здравствуйте ребята! Встаньте, пожалуйста, в круг.

Упражнение «Имя – движение».

Сейчас каждый из вас по кругу шагнет вперед и сделает какое-то движение, при этом назовет свое имя. После этого все мы будем на счет раз два три – повторять его имя и движение.

-Понравилось вам игра?

-Кому было легко придумывать движения?

2.А теперь посмотрите на лицо этого человечка (пиктограмма «радость»).

-Как вы думаете этот человек грустный?

-А может он, сердится? Или он веселый, радостный?

Да, этот человек радостный.

Попробуйте изобразить радость на своем лице.

- Что для этого нужно сделать?

Но перед этим поиграем с «Солнечным зайчиком».

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке поглаживай аккуратно голову шею руки ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Отлично! Мы подружились с «Солнечным зайчиком» глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!

Теперь я хочу рассказать вам одну историю.

У мальчика был друг. Настало лето и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал отдыхать с родителями.

Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг, видит, как на остановке из автобуса выходит его друг. Как же они обрадовались друг другу.

Давайте попробуем изобразить грустного мальчика.

- Как он будет двигаться?

-Какое у него лицо?

-Как будет вести себя мальчик при встрече с другом?

-Какое лицо будет у него.

Движения: печаль – плечи опущены грустно.

Встреча – объятия, улыбка, смех.

А как радуетесь вы? Покажите.

-Когда к вам приходит радость?

-Подумайте, что такое радость для вас?

Подумайте и закончите предложение:

- Я радуюсь когда

Ответы детей (фиксируются).

А теперь, возьмите, пожалуйста, карандаши и нарисуйте картину на тему «Радость».

Просмотр рисунков.

-Какие рисунки у вас получились?

- Что общего в наших рисунках?

Психолог находит в каждом рисунке положительные моменты.

3.Наше занятие заканчивается.

Давайте встанем в круг и поблагодарим друг друга за хорошую работу.

Пожимая руку соседа произносить « Спасибо за приятное занятие!»

Занятие №2. Радость.

Цели:

- продолжение знакомства с чувством радости;
- развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

Материалы:

- пиктограмма «радость»;
- вырезанные из журналов рисунки или фотографии, на которых изображены части лица: глаза, брови, носы, улыбки;
- клей;
- магнитофон и кассета с записью.

Ход занятия:

1. Здравствуйтесь ребята! Рада всех вас видеть.

Игра «Доброе животное».

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

Как чувствовали вы себя во время игры?

Получилось у нас показать животное, его дыхание, биение сердца?

2. Ребята, давайте вспомним, о каком чувстве мы говорили на прошлом занятии? Посмотрите, какое чувство здесь изображено (пиктограмма «Радость»)?

-Как вы догадались, что это радость?

-Ребята, а как вы думаете, с чем можно сравнить радость? С праздником, с танцем, с ветром, с большим подарком, салютом....

Покажите, пожалуйста, в движении радостное настроение.

Очень хорошо!

Сейчас я вам расскажу одну историю, и мы попробуем ее разыграть.

«Умка».

Жила-была дружная медвежья семья: пап медведь, мама медведица, их маленький сыночек - медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела колыбельную песню, покачивая в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом начинал подпевать маме медведице.

Выразительные движения – улыбка, плавное покачивание.

-Как двигается мама медведица?

-Как двигается папа медведь?

-Какие чувства они испытывают?

Попробуем показать это.

Очень хорошо!

-У кого не получалось? Почему?

Радоваться могут не только дети, но и взрослые. На прошлом занятии мы говорили, что такое радость для вас.

Сейчас давайте подумаем, что такое радость для наших мам.

Закончите предложение: «Моя мама радуется, когда...»

(Высказывания детей записываются).

А сейчас подойдите, пожалуйста, к столу. Перед вами лежат вырезанные из журналов фотографии, на которых изображены части лица: глаза, носы, улыбки.

Ваша задача – выбрать части лица и приклеить их так, чтобы, глядя на лица, мы говорили, что это веселый человек.

Приступайте к работе.

Просмотр детских работ. Обсуждение.

Ребята, посмотрите на эту необычную ромашку. На лепестках я написала, что вы мне говорили, когда заканчивали предложение «Я радуюсь, когда...». Дарю вам эту ромашку, пусть она вам напоминает о наших радостных занятиях.

3. Давайте встанем в круг.

Игра «Подарки».

Ребята, кто любит получать подарки? А кто дарить? Сегодня мы поиграем в игру, которая позволит вам и подарить подарки и получить их, только выдуманные. Итак, давайте представим себе, что мы стали всемогущими и можем подарить любой подарок. Посмотрите на своего соседа справа и попробуйте угадать, какой подарок он хотел бы получить.

А теперь давайте по очереди «подарим, друг другу подарки». А тот, кто получит подарок, пусть не забудет поблагодарить. Я хочу подарить тебе И так пока все не получат подарки.

- Приятно вам получать подарки?

- А, что было приятнее - получать подарки или дарить?

На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие №3. Грусть.

Цель:

- знакомство с чувством Грусть
- закреплять приемы саморегуляции

Материалы:

- пиктограмма «Грусть»
- альбомы и цветные карандаши
- магнитофон и кассета с записью грустной музыки
- обруч, веревочки

Ход занятия:

1.Здравствуйте ребята! Рада всех вас видеть!

Начнем мы наше занятие с игры «Гусеница».

Все встают в затылок друг другу, берут впереди, стоящего за пояс и двигаются в разных направлениях. Задача – следить за тем, чтобы тело гусеницы не разорвалось. Можно добавлять на пути следования препятствия: пролезть через обруч, перепрыгнуть через ручеек (веревочки).

-Как чувствовали вы себя во время игры?

-Все ли ребята были внимательны друг другу?

-«Голова» не забывала о своем туловище?

- Следила за тем, чтобы туловище успевало двигаться за ней?

- Кому было легче двигаться, тому, кто стоял первым или тому, кто стоял последним?

Вывод: нужно всегда помнить о тех, кто идет за тобой.

2.Звучит грустная музыка.

Ребята, прислушайтесь к этой музыке, вы можете двигаться.

-Ребята, какая это музыка веселая или грустная?

- Какие движения вам хотелось выполнять резкие, ритмичные или плавные, спокойные?

-Какие чувства вызвала у вас эта музыка?

Музыка звучала спокойно, грустно.Сегодня мы познакомимся с чувством Грусть.

Расположитесь удобно на ковре (лежа). Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох. Постарайтесь представить себе, как приходит к нам Грусть. Звучит музыка.

Она врывается в широко распахнутые двери или тихонько проскальзывает в щелку.

Влетает в распахнувшееся окно или выползает из-за угла.

В образе, какого животного или явления природы является к нам Грусть.

Трепетный мотылек или раненая ласточка, маленький сверчок или огромная серая слониха.

Как она движется?Легко, крылато, невесомо или тяжело.

Какие звуки произносит Грусть?

Охает, ахает, стонет, плачет, смеется или кричит, ругается или вообще молчит и лишь шмыгает носом.

Что говорит грусть?

Какие запахи приносит с собой?

Запах моря или болотной воды или запах дождя.

Пауза. А теперь сделайте глубокий вдох и плавный выдох. Откройте глаза и расскажите, что вы видели.

Каждый ребенок высказывается.

У всех нас грусть выглядела по-разному, но что-то было и похоже.

Это потому, что мы с вами разные, и видим и чувствуем по-разному.

Ребята, а как вы думаете, в какие игры играет Грусть?

Затрудняетесь с ответом?

Грустных игр не так уж много.

Этюд «Я так устал».

Маленький гномик несет на плечах большую еловую шишку. Вот он остановился, положил шишку у своих ног и говорит:

Я так устал.

Я очень устал.

Поза: руки висят вдоль тела, плечи опущены.

Давайте покажем как идет гномик, ему тяжело. Какое у него лицо? Он двигается медленно. Вот он положил шишку, вздыхает.

Молодцы ребята!

Ребята, а бывает вам грустно? Когда?

А, что может случиться с человеком, если он долго грустит?

Что вы делаете, когда вам грустно?

Замечаете вы тех, кто грустит рядом?

Что нужно сделать, чтобы человек перестал грустить?

Чем бывает Грусть полезна?

Радуюсь мы иногда не замечаем, что чувствуют другие люди. Грусть помогает нам понять, что чувствует другой человек, осмотреться вокруг.

Возьмите теперь свои альбомы и попробуйте нарисовать Грусть.

Просмотр детских рисунков. Дети рассказывают, что они нарисовали.

Давайте теперь попрощаемся с Грустью.

3.Игра «Штанга».

Ребенок поднимает «тяжелую штангу», потом бросает ее и отдыхает.

Теперь вы опять бодрые и веселые. Пусть Грусть на долго не приходит к вам.

До свидания!

Занятие №4. Интерес.

Цель:

- знакомство с чувством Интерес
- обучение элементам техники выразительных движений – интереса
- развитие воображения

Материалы:

- пиктограмма «Интерес»
- карточки «На что это похоже»

Ход занятия:

1.Здравствуйтесь ребята! Сегодня я научу пользоваться вас волшебным зеркалом.

Упражнение «Зеркало».

Представьте себе, что вы сейчас смотрите в зеркало, кто-то поправляет прическу, кто-то рассматривает свою одежду, а кто-то строит рожицы. Зеркало в точности отражает ваши движения и выражения лица.

Один из детей становится в круг и показывает какое-нибудь движение, а ребята-зеркала в точности их повторяют.

-У кого получалось в точности показать движения?

-Кому было трудно? Почему?

2.Сегодня мы познакомимся с чувством Интерес.

Дети рассматривают пиктограмму «Интерес».

Давайте попробуем объяснить, что это за чувство Интерес.

Интересно, интересно, даже очень интересно, что тут у вас происходит...

С такими словами появляется у нас Интерес.

Давайте на минутку закроем глаза и представим Интерес.

Как он двигается?

Быть может, он вползает, осторожно и медленно, как черепаха или влетает, как реактивный самолет, или врывается как ветер?

Какая музыка звучит при его появлении?

Тихая, грустная или бодрая, громкая, радостная?

-Каким разным мы видим Интерес. Почему?

Вывод: мы все разные и интересы у нас тоже отличаются друг от друга.

А, что вам бывает интересно?

Из-за Интересса мы отправляемся в путешествия, хотим узнать, что-то новое.

Интерес учит нас быть внимательным, прислушиваться, присматриваться, искать много нового и удивительного в том, что кажется привычным.

Интерес знает много игр и много секретов

. Давайте ребята сыграем в одну увлекательную игру «Слушай себя».

Садитесь поудобнее, закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох. Прислушайтесь к себе.

Слушайте биение своего сердца. Теперь послушайте, как движется ваша грудь при дыхании. А, что происходит у вас в животе?

Послушайте ноги. Сначала правую, затем левую. Не расстраивайтесь, если не получается услышать сразу, если вас отвлекает шум вокруг, постарайтесь снова начать слушать себя. И у вас получится.

-Что слышали вы?

-Что вы чувствовали?

-Для чего нам в жизни пригодится умение слышать себя? Как вы думаете?

У Интересса есть еще одна любимая игра «Загадочные узоры».

Повсюду нас окружают удивительные узоры.

Посмотрите, Интерес принес вам необычные рисунки, попробуем назвать, на что они похожи.

Игра «На что это похоже».

Детям предлагается набор из десяти карточек с различными фигурами. Каждая фигура может восприниматься как деталь или контурное изображение какого-либо предмета.

Рассмотрите их внимательно. Что они вам напоминают? На что они похожи?

Не бойтесь фантазировать! Это очень интересно!

3. Интересно вам было? Что вам понравилось?

На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие № 5. Страх.

Цели:

- знакомство с чувством страха;
- снятие психоэмоционального напряжения.

Материалы:

- пиктограмма «страх»;
- магнитофон и кассета с записью спокойной музыки;
- цветные карандаши и альбом;
- свечка в безопасном подсвечнике.

Ход занятия:

1. Я рада вас приветствовать!

Игра «Большой круг – маленький круг».

Дети берутся за руки в кругу. Им необходимо, не разрывая рук, попробовать сделать самый большой круг, потом самый маленький. Так повторить несколько раз.

-Всегда у нас получалось не разорвать круг?

-Почему круг разрывался?

2. Ребята, давайте вспомним, о каком чувстве мы говорили на прошлых занятиях?..

О чувстве радости. Что нам помогало определить это чувство?.. Да, это выражение лица, интонация голоса.

А теперь посмотрите на этого человечка.

Как вы думаете, какое чувство испытывает этот человек?

Смотрите внимательно.... У него широко открыты глаза, рот, он вот-вот закричит.Какое же это может быть чувство? Это чувство страха.

-Ребята, а какой он Страх?

- На кого он похож?

-Он вползает как змея? Или врывается как птица? Или он подкрадывается как паук?

(Ответы детей).

Закройте на минуточку глаза. Попробуйте рассмотреть поподробнее, как входит Страх, как он двигается.

Попробуйте показать, как двигается Страх.

А если мы потрогаем Страх. Какой он?

Мягкий или скользкий, липкий, теплый или холодный, колючий или шершавый.

- Какие звуки издает страх? (Ш-----, С-----,Х-----,Ф-----.)

-Какие, слова произносит? (Страшно.... Сейчас поймаю... . Утащу к себе...).

-А какие цвета любит Страх?

Теперь возьмите карандаши и альбомы и нарисуйте Страх, так как вы его представляете.

Просмотр детских рисунков. Анализ. Что одинаковое, что разное.

Игра «Пятнашки».

Водящий изображает роль Страх. Его задача догнать и дотронуться до игрока. Тот, кто изображает Страх, должен издавать «страшные» звуки, произносить слова: «Утащу! Поймаю!» Тот, которого запятнал Страх, замирает на месте.

В конце игры, обсудить какие чувства испытывали игроки.

-Кому было страшно?

-Чего вы боялись?

Игра «Свеча».

Сегодня вы хорошо поиграли. Теперь вы заслуживаете отдых.

Посередине ставится свеча. Всем ли видна свеча?..

Прежде чем я ее зажгу, проверьте, как вы сидите. В комнате должно быть очень тихо... посмотрите на пламя свечи и сделайте глубокий и спокойный вдох, а потом выдох.... Обратите внимание на цвета пламени... на движения огня... его танец.... Пока горит свеча, вы можете зевнуть, потянуться, и даже закрыть глаза на несколько секунд.

А теперь наблюдайте, как мерцает пламя свечи. Расслабьтесь и насладитесь спокойствием. А когда потухнет свеча, вы снова будете чувствовать себя свежими и бодрыми.

До свидания!

Занятие №6. Любовь.

Цель:

- познакомить детей с чувством Любовь

-способствовать формированию у детей умения любить окружающих

Материалы:

-магнитофон и кассета с записью спокойной музыки

- альбом и цветные карандаши

-вырезанное из картона большое сердце и набор маленьких сердец по количеству детей

Ход занятия:

1. Здравствуйте ребята!

Игра «Пересядьте все, кто...».

Мы все очень разные, но в то же время все чем-то друг на друга похожи.

Сейчас будут пересаживаться все, кто любит конфеты...играть на компьютере...плавать в реке...гулять на улице...слушать сказки...убирать игрушки...ходить в детский сад...

В конце делается вывод, что у нас есть много общего.

2. Детям показывается сердце. Как вы думаете, с какое чувство к нам пришло? Любовь.

А где живет Любовь?

Приложите руки к сердцу: ведь именно там живет Любовь.

-Что это за чувство Любовь?

-Как вы чувствуете, что вас любят?

(Высказывания детей.)

Любовь позволяет заботиться о себе и близких людях, помогает создать хорошее настроение, дает силы на совершение добрых дел, учит прощать тех, кто нас обидел...

Припомните, какие сказочные герои ради Любви шли на многие испытания? (Иван- царевич, Герда, Аленушка...)

Давайте, почувствуем тепло наших сердец.

Сядьте удобно, расслабьтесь, сделайте вдох и медленный выдох.

Приложите руки к сердцу. Чувствуете, как оно бьется? Чувствуйте тепло от своих сердец?

Кто почувствовал тепло своего сердца?

Это значит, что Любви в ваше сердце много-много. И мы можем подарить Любовь своим близким, друзьям.

Упражнение «Я посылаю любовь».

Дети становятся в круг, берутся за руки. Давайте передадим без слов любовь, тем, кто стоит рядом, передадим так, чтобы они почувствовали тепло ваших сердец.

-Что вы чувствовали?

-Как вы передавали любовь?

-Кто почувствовал тепло в своих ладошках?

Очень многие нуждаются в вашей любви – родители, друзья, деревья, птицы, звери, игрушки. Давайте мысленно пошлем любовь и радость любому человеку или существу, тому, кому захочется.

Возьмите свои альбомы и нарисуйте Любовь.

Просмотр детских работ.

Обсуждение.

3. Игра «Мыльные пузыри».

Ведущий имитирует выдувание мыльных пузырей, дети изображают полет пузырей. Дети свободно двигаются. После команды «Лопнули», дети ложатся на пол.

На прощание, в знак моей любви к вам, я хочу каждому из вас подарить маленькое сердечко. Пусть оно согревает вас и напоминает вам о моей любви.

До свидания!

Занятие №7. Итоговое.

Цель:

- закрепить полученные на прошлых занятиях знания и умения;
- закрепить умения различать чувства.

Материалы:

- литературные отрывки из произведений
- альбомы и цветные карандаши
- магнитофон и кассета с записью музыки

Ход занятия:

1.Упражнение «Молекулы».

Дети двигаются свободно. По сигналу ведущего, необходимо объединиться в группы по несколько человек.

Встаньте парами, тройками, парами, четверками и т.д..

2.Упражнение «Узнай эмоции».

Сейчас я буду читать отрывки из разных произведений, а вы попытаетесь угадать о каком чувстве отрывок.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком,

Постучал каблуком.

Был король Боровик не в духе,

Короля покусали мухи.

- Какое чувство у вас возникало, когда вы слушали этот отрывок?

Давайте изобразим его. Кто хочет показать?

Рады зайчики и белочки,

Рады мальчики и девочки,

Обнимают и целуют косолапого:

- Ну, спасибо тебе, дедушка, за солнышко!

-Какое чувство у вас возникло сейчас? Кто хочет показать его?

3. Игра «Где живут мои чувства?»

Все наши чувства живут внутри нас. В нас живут чувства: Радость, Грусть, Интерес, Страх, Злость, Любовь.

Каждое чувство живет в своем доме.

Перед вами силуэт человеческой фигуры. Мы попробуем сейчас, определить, в каком именно месте живут ваши чувства.

Представьте себе, что вы сейчас очень злитесь на кого-нибудь или что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Почувствуйте, где находится ваша злость в вашем теле? Как вы ее ощущаете? Может, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте красным карандашом место, где вы почувствовали злость.

Представьте, что вы, чего-то испугались. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? Заштрихуйте это место черным карандашом.

А теперь, вспомните от чего вы грустите? Где находится ваша грусть?

Возьмите синий карандаш и закрасьте это место.

Представьте, что вы сейчас чему-то сильно радуетесь, вам легко, весело.

Где живет ваша радость? Заштрихуйте это место желтым карандашом.

Вспомните тех, кого вы любите? Что вы чувствуете при этом?

Где вы почувствовали любовь, в каком месте она у вас живет?

Возьмите зеленый карандаш и заштрихуйте это место.

Посмотрим, что у нас получилось.

Все фигурки разные. Почему?

Вывод: мы все очень разные и чувствуем, тоже по-разному.

На этом наше занятие заканчивается.

До свидания.

Используемая литература:

1. Белопольская, И.Л. и др. Азбука настроений. Развивающая эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет [Текст]/ И.Л.Белопольская –М.: Когито-центр, 1994.
2. Бендас, Т.В. Нагаев, В.В. психология чувств и их воспитание [Текст]/ Т.В. Бендас, В.В. Нагаев. – М., 1982.
3. Захаров, А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребёнка [Текст]/ А.И.Захаров. – М., 1989.
4. Захаров, А.И. Как преодолеть страх у детей [Текст]/ А.И.Захаров. – М., 1980.
5. Изард, К.Е. Эмоции человека [Текст]/ К.Е.Изард. – М., 1980.
6. Казанский, О.А. Игры в самих себя [Текст]/ О.А.Казанский. – М., 1994.
7. Клюева, Н.В. Касаткина, Ю.В. учим детей общению [Текст]/ –Ю.В.Касаткина, Н.В.Клюева. – Ярославль, Академия развития, 1996.
8. Крюкова, С.В. Слободяник, Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвалюсь, и радуюсь [Текст]/: Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник. – М: Генезис, 2002.
9. Лэндрет, Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений [Текст]/ Г.Л.Лэндрет. – М.: Международная педагогическая академия, 1994.
10. Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе [Текст]/ Р.В.Овчарова. – М.: Сфера, 1996
11. Чистякова, Г.И. Психогимнастика [Текст]/ Г.И.Чистякова. – М., 1990