

**Программа развития эмоционального интеллекта старшего  
дошкольника «Мой мир»**

Автор программы: Яковлева Изелла Викторовна, педагог-психолог  
МБДОУ « Детский сад №26» общеразвивающего вида  
Петропавловск-Камчатского городского округа Камчатского края

Контактные данные:  
Яковлева Изелла Викторовна  
683013 Камчатский край,  
г. Петропавловск- Камчатский,  
ул Пономарёва д1, кв 72  
телефон: 8(984)166-20-42  
Электронный адрес: izella@ mail.ru  
<http://ds26.ucoz.org>

## Аннотация

Развивающая психолого – педагогическая программа по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста «Мой мир» предназначена для детей 6-7 лет.

В основе программы лежат идеи исследователя в области развития эмоционального интеллекта доктора психологических наук А. И. Савенкова, по его мнению, одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта ребенка в дошкольном учреждении выступает совместная деятельность, как спонтанно возникающая, так и специально организованная педагогами. Работа ребёнка в коллективе, группе, создаёт наиболее разнообразные ситуации развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника [23, с 4].

Основная цель программы - развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста путем вовлечения в коллективную, совместную творческую деятельность в условиях ДОУ.

Структура программы основана на последовательном включении детей в различные формы совместной деятельности.

Программа включает три блока.

I блок - совместно-индивидуальная форма совместной деятельности.

II блок - совместно-последовательная форма совместной деятельности.

III блок - совместно-взаимодействующая форма совместной деятельности.

8 занятий на основе совместно-индивидуальной формы организации совместной деятельности; 11 занятий на основе совместно-последовательной формы; 9 занятий на основе совместно-взаимодействующей формы. Групповые занятия 15-20 человек.

В реализации программы принимают участие: воспитанники подготовительных групп, родители, педагоги дошкольного образовательного учреждения. Тесное сотрудничество и взаимодействие специалиста со всеми

участниками образовательного процесса является одним из важнейших условий успешной развивающей работы в данном направлении.

В приложениях представлен полный набор диагностических методик и методического материала, необходимого для проведения работы по всем этапам данной программы. Представлены материалы для работы с педагогами и родителями.

Программа ориентирована на педагогов-психологов, воспитателей работающих в дошкольных учреждениях.

## Оглавление

Пояснительная записка.....	5
Актуальность программы.....	6
Нормативно-правовые основания программы .....	6
Цель и задачи программы.....	7
Участники программы .....	8
Структура программы.....	9
Ожидаемые результаты реализации программы .....	11
Способы определения результативности программы .....	12
Критерии оценки достижения планируемых результатов .....	13
Сведения о практической апробации программы .....	13
Тематическое планирование .....	15
Содержание занятий .....	28
Список использованной литературы.....	91
Приложение 1 .....	93
Приложение 2 .....	100
Приложение 3 .....	102
Приложение 4 .....	110
Приложение 5 .....	123
Приложение 6 .....	132

# **Развивающая психолого-педагогическая программа по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста**

## **«Мой мир»**

*«Эмоциональное воспитание – это последовательность действий, которая помогает создавать эмоциональные связи»*  
Джон Готтман

### **Пояснительная записка**

Дошкольный возраст – это период эмоционального развития детей, становление их самосознания, период высокой творческой активности. Ребенок 6-7 лет познаёт не только себя, но и окружающий его мир. Основную роль в этом процессе играют именно эмоции. Распознавание и передача эмоций – достаточно сложный процесс, требующий от ребёнка определённых знаний и определённого уровня развития. Эмоциональное воспитание становится необходимой основой благополучия развития ребёнка и способствует раскрытию его возможностей.

Одной из важных задач, заявленных в федеральном государственном стандарте дошкольного образования – является «... развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками [27, с 10].

Эмоциональный интеллект – это способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания своих эмоций и эмоциональных знаний; принятие эмоций окружающих, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности [2].

Исследователи М.Н. Андерсон, А.В. Добрина, С.В. Ильина, А.К. Мазина, О.А. Орехова, О.Ю. Пискун, И.Н. Розова – пришли к выводу, что дети с высокоразвитым эмоциональным интеллектом могут легче адаптироваться в

социуме; быть более успешными в профессиональной деятельности; ставить разумные и достижимые цели; активно и доброжелательно взаимодействовать с окружающими, понимая их эмоции; понимать себя и свои потребности; грамотно управлять своим поведением в различных ситуациях (особенно в стрессовых и конфликтных); понимать и анализировать свои эмоции.

По мнению известного американского психолога Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект повышается с возрастом и по мере накопления жизненного опыта. У детей он намного ниже, чем у взрослого и для того, чтоб к моменту взрослости был на достаточном уровне необходимо его целенаправленное развитие [1].

На сегодняшний день интерес к вопросу комплексного развития эмоционального интеллекта дошкольника неуклонно растёт.

**Актуальность** программы определяется современными условиями: последнее время появилось большое количество детей с различного рода трудностями, как в личностной, так и в эмоциональной сфере. Кроме того, на фоне таких явлений как эмоциональная неустойчивость, агрессивность, тревожность, импульсивность возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом. Специально организованная работа в этом направлении может обогатить положительный эмоциональный опыт ребёнка и снизить риски формирования личностных деформаций.

Несомненная актуальность данной темы послужила основанием для разработки и апробации в условиях ДОО программы развития эмоционально-интеллекта старшего дошкольника «Мой мир» (далее – Программа).

Программа составлена на основе результатов исследования профессора Савенкова Александра Ильича, который считает, что наиболее ценным является работа ребенка в коллективе, группе [4].

#### **Нормативно-правовые основания программы:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» No273 от 29.12.2012 г.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
3. Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.3648-20).

Программа построена с учетом принципов развивающей работы:

1. Деятельностный принцип;
2. Принцип учета возрастно-психологических особенностей детей;
3. Принцип учета объема и степени разнообразия материала;
4. Принцип учета эмоциональной сложности материала.

**Цель программы:** развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста путем вовлечения в коллективную, совместную творческую деятельность в условиях ДОО.

Данная цель реализуется через решение следующих задач:

- развивать умение договариваться, учитывая интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя;
- развивать волевые качества, умение следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.
- развивать понимание собственного эмоционального состояния, умение выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.
- развивать чувство собственного достоинства, умение активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, стараться разрешать конфликты приемлемыми способами.

- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей и педагогов через просвещение и систему индивидуальных и групповых консультаций.

Для достижения поставленных задач в программе используются следующие методы:

- игровая терапия;
- арт-терапия (рисуночная терапия);
- музыкотерапия;
- метод беседы;
- групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, стыда, злости, удовольствия, удивления;
- направленное рисование, т. е. рисование на определенные темы;

Для занятий была разработана настольная психологическая игра «Путешествие в королевство эмоций» (Приложение 6).

**Участники программы:** воспитанники ДООУ в возрасте 6-7 лет, их родители (законные представители) и педагоги.

Программа реализуется в течение учебного года с 1 октября по 30 апреля в три этапа.

1. Диагностический этап направлен на выявления уровня развития эмоциональной сферы детей. Так же проводится диагностика родителей и педагогов с целью оценки знаний по вопросу развития эмоционального интеллекта ребёнка.

2. Основной этап, в который входят занятия по формированию у детей навыков взаимодействия друг с другом; умение распознавать собственные эмоции и адекватно их проявлять; умение работать в группе. На данном этапе предусмотрена работа с педагогами и родителями, целью которой является развитие их эмоциональной компетентности.



3. Контрольный этап включает итоговую диагностику эмоционально-волевой сферы детей, анкетирование педагогов и родителей, анализ результатов, итоговое собрание.

В рамках реализации программы деятельность детей организуется на основе последовательного включения в основные формы совместной творческой деятельности.

- совместно-индивидуальная;
- совместно-последовательная;
- совместно-взаимодействующая [4, с 44].

Рассмотрим подробнее характеристики каждой из этих форм.

В начале занятия дети работают индивидуально, каждый выполняет свою часть и только в конце занятия объединяются, чтобы вместе создать общую композицию – это совместно-индивидуальная форма совместной творческой деятельности. Занятия, построенные на основе совместно-индивидуальной формы, формируют у детей необходимые навыки и умения сотрудничества в коллективе, эмпатию.

Совместно-последовательная форма – это когда результат, полученный одним ребёнком, становится предметом деятельности второго, третьего, четвертого и т.д. Занятия, организованные на основе совместно-последовательной форме взаимодействия, направлены, прежде всего, на развитие у детей такого навыка, как умение слушать и слышать другого, умение выражать свои эмоции и распознавать эмоции других.

Также одной из форм организации совместной творческой деятельности является совместно-взаимодействующая. Эта форма подразумевает работу в небольших группах по 2-4 человека, перед детьми ставится задача – нарисовать совместную работу на заданную тему, в этой деятельности формируется навык и умение договариваться с партнером, умение и желание работать вместе, не мешая друг другу.

**Структура программы:** программа включает 28 занятий с детьми: 8 занятий на основе совместно-индивидуальной формы организации совмест-

ной деятельности; 11 занятий на основе совместно-последовательной формы; 9 занятий на основе совместно-взаимодействующей формы. Занятия проводятся в групповой форме 15-20 человек 1 раз в неделю, продолжительность занятия 30-40 минут.

Занятия имеют классическую структуру:

- Вводная часть, в которую входит ритуал приветствия педагога-психолога с детьми с помощью различных игровых техник, что способствует установлению эмоционального контакта между всеми участниками, снятию напряженности и настрою детей на совместную работу.
- Основная часть содержит беседы, индивидуальное и коллективное тематическое творчество (рисование, сочинение сказок, изготовление поделок, аппликаций), прослушивание музыкальных композиций; игры на взаимодействие.
- Заключительная часть – рефлексия, ритуал прощания, направленные на формирование чувства единства, на ощущения целостности и законченности занятия.

Ценность программы заключается в том, что она ориентирована на совместную работу не только с воспитанниками, но и с родителями и педагогами ДОО, что, несомненно, повышает её развивающий эффект.

Работа с педагогами направлена, прежде всего, на повышение их педагогической компетентности по вопросам развития эмоционального интеллекта детей, развитие умения отслеживать свои эмоции, переводить их в словесную форму, регулировать интенсивность проявления, профилактику эмоционального выгорания.

Консультативно-просветительская работа с педагогами ведётся через:

- семинары–практикумы по теме: «Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности дошкольника через совместную творческую деятельность»,
- тренинговые занятия по темам: «Мир эмоций», «Картина Счастья» (Приложение 5).

Работа с родителями направлена на повышение эмоциональной грамотности родителей, понимание собственного мира эмоций и эмоций ребёнка, расширение знаний и помощь в выборе работающих инструментов по эмоциональному воспитанию детей.

В рамках реализации программы с родителями проводятся:

- индивидуальные и групповые консультации по темам: «Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта ребёнка», «Эмоциональный мир ребёнка»;
- семинары-практикумы по темам: «Зачем и как говорить с детьми о чувствах и эмоциях?», «Как развивать эмоциональный интеллект ребёнка»,
- детско-родительский тренинг «Картина Счастья» (Приложение 4)

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Ожидаемые результаты работы с детьми:

1. Наблюдается положительная динамика в развитии эмоциональная сфера:
  - умение выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
  - понимание собственного эмоционального состояния;
  - умение сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои эмоции;
2. Наблюдается положительная динамика развития коммуникативных навыков:
  - готовность к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми;
  - умение устанавливать контакт и поддерживать его;
  - умение договариваться.
3. Приобретены навыки коллективной работы, навыки сотрудничества и взаимодействия.
4. Развиваются волевые качества, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности.

Ожидаемые результаты работы с родителями:

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по пониманию собственного мира эмоций и мира эмоций ребёнка;
- расширение знаний по развитию эмоционального интеллекта детей;
- оптимизация детско-родительских отношений;
- гармонизация внутрисемейных взаимоотношений.

Ожидаемые результаты работы с педагогами:

- повышение психолого-педагогической компетентности педагогов в вопросах развития эмоционального интеллекта детей;
- совершенствование навыков эффективного взаимодействия с детьми.

### **Способы определения результативности программы**

Результативность реализации программы отслеживается путем анализа результатов наблюдения, анализа данных диагностических обследований, которые проводятся до проведения развивающих занятий и по завершении программы.

В качестве инструментария для осуществления диагностических исследований используются следующие методики и методы:

1. Методика «Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника» автор Нгуен Минь Ань:
  - проективная методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций»;
  - проективная методика «Три желания»;
  - анкетирование родителей и педагогов;
2. Методика самооценки «Лесенка» автор В. Щур
3. Методика самооценки «Дерево» автор Д. Лампен ( Приложение1).
4. Метод наблюдения.
5. Метод анализ продуктов деятельности.

## **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Показателями усвоения программы является оценка компонентов эмоционального интеллекта: ориентация на мир людей, ориентация на другого, эмпатия и уверенность в себе.

### *Качественные:*

- улучшение навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- умение распознавать собственные чувства и адекватно их проявлять, большая чуткость к чувствам других людей,
- умение работать в группе;
- улучшение навыков самоконтроля, овладение приемами психологической саморегуляции.

### *Количественные:*

- увеличение доли воспитанников со способностью контролировать свои эмоциональные проявления;
- увеличение доли воспитанников со способностью понимание собственного эмоционального состояния;
- увеличение доли воспитанников со способностью умение выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;
- увеличение доли воспитанников, с положительной динамикой формирования коммуникативных навыков

## **Сведения о практической апробации программы на базе дошкольного образовательного учреждения**

Программа апробировалась с октября 2019 года и реализуется по настоящее время на базе МБДОУ «Детский сад № 26» общеразвивающего вида», Петропавловск - Камчатского городского округа.

Занятия по программе были проведены в 3 группах с охватом 60 воспитанников, 8 занятий с 12 педагогами и 40 родителями.

В представленной ниже таблице виден достаточно высокий процент детей, имеющих на начальном этапе низкий показатель уровня развития компонентов эмоционального интеллекта, на конец периода реализации программы низкие показатели снижаются, а процент детей имеющих средний и высокий уровень, возрастает (см. табл).

Таблица

Компоненты эмоционального интеллекта	Уровень развития	Кол-во детей (в %)			
		2019-2020 г		2020-2021г	
		Н	К	Н	К
Ориентация на мир людей	высокий	10	60	10	50
	средний	15	30	25	40
	низкий	75	10	65	10
Ориентация на других	высокий	15	65	5	75
	средний	70	25	70	15
	низкий	15	10	25	10
Эмпатия	высокий	40	60	35	65
	средний	30	30	25	20
	низкий	30	10	40	15
Уверенность в себе	высокий	50	80	40	70
	средний	40	20	40	20
	низкий	10	-	20	10

*Примечание. Н-начало занятий; К- окончание занятий*

По результатам наблюдения у всех участников программы к концу занятий сформировалось умение распознавать эмоциональные маркеры своего эмоционального состояния и другого.

Также к результатам реализации программы можно отнести положительные отзывы педагогов, родителей.

Родители выразили удовлетворённость занятиями, их полезность, как для ребёнка, так и для себя. Они отметили, что «на занятиях узнали много нового познавательного об эмоциональном мире ребёнка, занятия были полезны, помогли увидеть свои ошибки в общении с ребёнком».

Педагоги, работающие с детьми, отметили позитивные изменения в развитии эмоционально-волевой и коммуникативной сфер у воспитанников: «... дети стали менее конфликтны, проявляют сочувствие и переживание по отношению к другим, распознают и открыто говорят о своих эмоциях». А также отметили изменения и у себя: «... появилось понимание собственных эмоций и эмоций детей, захотелось расширить знания по развитию эмоционального интеллекта».

В целом реализация программы способствует гармонизации эмоциональной сферы всех участников образовательного процесса, а специально созданные условия обеспечивают развитие у детей основных навыков и компонентов, которые входят в структуру эмоционального интеллекта.

Материалы данной программы могут быть использованы в практической деятельности педагогами-психологами, воспитателями.

### Тематическое планирование воспитанники

№ п\п месяц	Тема занятия, цель	Краткое содержание
<b>1 блок. Совместно-индивидуальная форма октябрь</b>		
1.1	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Радость»</p> <p>Цель: расширение представлений детей об эмоции радость, формирование положительного отношения к сверстникам.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Солнышко».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «эмоция радость». Чтение рассказа "Мальчик, который хотел порадовать свою маму" Обсуждение рассказа. Совместная творческая деятельность: «Портрет радости». Упражнение « Подари улыбку» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>

1.2	<p>«Осенние листья» (занятие проводится на улице)</p> <p>Цель: развитие умения слушать другого, совершенствование навыков общения.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие -упражнение «Передай улыбку соседу».</p> <p><b>Основная часть</b> Сбор и исследование осенних листьев. Беседа « Осенние листья». Изготовление гербария. Упражнение «Листопад желаний».</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
1.3	<p>«Осенняя поляна»</p> <p>Цель: развитие навыков взаимодействия со сверстниками, умения работать в коллективе.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Круг пожеланий».</p> <p><b>Основная часть</b> Создание коллективной художественной композиции с использованием собранных листьев. Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
1.4	<p>«Птицы на дереве»</p> <p>Цель: развитие навыков бесконфликтного взаимодействия в коллективе, умения договариваться.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие -упражнение «Передай привет соседу».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Птицы» Индивидуальная творческая деятельность: «Моя птица» Совместная творческая деятельность: «Птицы на дереве» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<b>Ноябрь</b>		



1.5	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Грусть»</p> <p>Цель: расширение представления детей об эмоции грусть, развитие способности понимания своего эмоционального состояния и эмоционального состояния другого человека.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Передай улыбку».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Эмоция Грусть». Игра «Угадай эмоцию». Упражнение «Моя грусть» (работа в парах) Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
1.6	<p>«Круги дружбы»</p> <p>Цель: формирование коллективной сплоченности, межличностных и групповых взаимоотношений, развитие умения договариваться.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Скажи соседу-какой он».</p> <p><b>Основная часть</b> Индивидуальная творческая деятельность: «Мой круг» Совместная творческая деятельность: «Круги дружбы» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
1.7	<p>«День толерантности» (16 ноября всемирный день толерантности)</p> <p>Цель: познакомить детей с понятием «толерантность», развитие нравственно-значимых качеств личности, развитие бережного отношения к чувствам других, воспитание уважение к друг другу.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие -упражнение «Передай улыбку соседу».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Что такое толерантность?» Упражнение «Поздороваться как...» Упражнение «Кто, что любит?» Просмотр мультфильма «Про Диму». Обсуждение мультфильма. Создание коллективной картины «Дружба» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> Нити толерантности, «Пирамида дружбы и любви»</p>

1.8	<p>«Гуляющие цыплята»</p> <p>Цель: развитие коммуникативных навыков, формирование положительной Я-концепции, уверенности в себе, умение договариваться и взаимодействовать в группе.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Передай привет соседу».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Цыплята» Индивидуальная творческая деятельность : « Мой цыплёнок». Совместная творческая деятельность: «Гуляющие цыплята». Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<p><b>2 блок. Совместно- последовательная форма</b> <b>Декабрь</b></p>		
2.1	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Страх»</p> <p>Цель: расширение представлений детей об эмоции страх, развитие способности понимания своего эмоционального состояния, умение считывать эмоции другого человека</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (<i>любое упражнение на выбор</i>) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «эмоция Страх». Просмотр мультфильма «Лунтик. Страх» Обсуждение мультфильма Упражнение «Расскажи свой страх» Упражнение « Нарисуй свой страх» Игра «Жмурки». Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
2.2	<p>« Картины дружбы»</p> <p>Цель: развитие эмпатии, умение бережно</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Передай улыбку».</p> <p><b>Основная часть</b></p>

	относиться к чувствам другого, укрепление коммуникативных связей в группе.	Упражнение «Дорисуй картину друга» Обсуждение эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
2.3	«Новогоднее приключение»  Цель: развитие умения работать в паре, развитие способности конструктивного взаимодействия	<b>Вводная часть</b> Приветствие - игра «Комплимент другу». <b>Основная часть</b> Упражнение «Найди пару»  Совместная творческая деятельность: «Новогоднее приключение» Обсуждение эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
2.4	«Фабрика новогодних игрушек»  Цель: развитие умение коллективного взаимодействия, умение продолжать последовательно начатую общую работу.	<b>Вводная часть</b> Приветствие - игра «Подарок». <b>Основная часть</b> Беседа «Производственный конвейер» Совместная творческая деятельность «Новогодние игрушки». Обсуждение эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
<b>Январь</b>		

<p>2.5</p> <p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Злость»</p> <p>Цель: расширять представления детей об эмоции злость, развитие умение активного выражения эмоций, умение выражать свои эмоции безопасным способом.</p>		<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Эмоция Злость». Упражнение «Рычи как Лев». Упражнение «Навыки саморегуляции эмоционального состояния». Упражнение «Гармонизация эмоционального состояния» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<p>2.6</p> <p>« Путешествие в сказку»</p> <p>Цель: развитие чувство эмпатии, умение осознанно воспринимать свои собственные эмоции, чувства и переживания, а также понимать эмоциональные состояния других.</p>		<p><b>Вводная часть</b> Приветствие- упражнение «Клубочек».</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Что такое сказка?» Упражнение «Сочиняем сказку». Коллективное обсуждение сказки. Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<p>2.7</p> <p>«Создаем книгу»</p> <p>Цель: развитие коммуникативных компетенций ребёнка в коллективе и в общении друг с другом.</p>		<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Совместная творческая деятельность: упражнение «Иллюстрация сказки». «Обложка для книги». Обсуждение эмоционального состояния.</p>

		<p>ния.  <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<b>Февраль</b>		
2.8	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Обида»</p> <p>Цель: расширение представлений детей об эмоции обида, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека, совершенствование опыта эмоционального реагирования в различных ситуациях.</p>	<p><b>Вводная часть</b>  Приветствие  <i>(любое упражнение на выбор)</i>  «Скажи соседу, какой он»  «Передай улыбку»  «Передай привет соседу»  «Солнышко»  «Комплимент другу»  <b>Основная часть</b>  Беседа «Эмоция Обида».  Чтение сказки «Сказка о мальчике, который обиделся».  Обсуждение сказки.  Игра – ассоциация «Обида».  Упражнение «Воздушный шарик»  Обсуждение эмоционального состояния  <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
2.9	<p>« Зимний лес»</p> <p>Цель: развитие коммуникативных навыков, умение невербального общения, умение поддерживать общую идею.</p>	<p><b>Вводная часть</b>  Приветствие  <i>(любое упражнение на выбор)</i>  «Скажи соседу, какой он»  «Передай улыбку»  «Передай привет соседу»  «Солнышко»  «Комплимент другу»  <b>Основная часть</b>  Упражнение «Отгадай»  Совместная творческая деятельность «Зимой в лесу»  Обсуждение эмоционального состояния.  <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>

2.10	<p>«Сказочная страна»</p> <p>Цель: развитие коммуникативных и творческих компетенций ребёнка в коллективе и в общении друг с другом</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Совместная творческая деятельность: Упражнение «Сказочная страна» Индивидуальная творческая деятельность: Упражнение «Мой сказочный герой» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
2.11	<p>«Парад военной техники»</p> <p>Цель: развитие умения координировать собственные действия с учетом деятельности других, умение корректно решать конфликтные ситуации</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Военная техника». Совместная творческая деятельность: «Парад военной техники» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<p><b>Зблок. Совместно-взаимодействующая форма</b> <b>Март</b></p>		
3.1	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Удовольствие»</p> <p>Цель: знакомство детей с «эмоцией удовольствия», развитие способности понимания эмоци-</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие - упражнение «Ты мне нравишься»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Эмоция удовольствие». Игра «Угадай эмоцию» Совместная творческая деятельность:</p>

	онального состояния другого человека, умения открыто говорить о своих эмоциях.	упражнение « Удовольствие» Обсуждение эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
3.2	«Букет для мамочек »  Цель: развитие умения работать в команде, воспитывать любовь и уважение к близким людям, желание доставлять им радость, создание положительного эмоционального настроения;	<b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу» <b>Основная часть</b> Беседа « Праздник мам» Совместная творческая деятельность: « Букет для мамочек» Обсуждение эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
3.3	«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Удивление»  Цель: расширение представлений детей об эмоции удивление, развитие способности понимание эмоционального состояния другого человека, умения открыто говорить о своих эмоциях.	<b>Вводная часть</b> Приветствие любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу» <b>Основная часть</b> Беседа «Эмоция удивление». Игра « Найди пару» Совместная творческая деятельность «Чему удивилась девочка». Упражнение «Фокус со стаканом». Обсуждение эмоционального состояния <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»

3.4	<p>«Роботы»</p> <p>Цель: развитие способности понимания своего эмоционального состояния, умение бережно относиться к чувствам другого человека.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Игра «Найди пару». Совместная творческая деятельность: «Создай робота» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
<b>Апрель</b>		
3.5	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. «Стыд»</p> <p>Цель: развитие умения понимать, дифференцировать эмоциональные состояния, расширять представления детей об эмоции стыд, совершенствовать опыт эмоционального реагирования в различных ситуациях.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «эмоция стыд» Чтение рассказа «Косточка» Обсуждение рассказа. Игра «Мне было стыдно, когда ...» Совместная творческая деятельность: «Изобрази эмоции» Обсуждение эмоционального состояния</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>



3.6	<p>«Счастье-это..... »</p> <p>Цель: формирование представления о счастье, бережного, отношения к значению слова «счастье», к окружающему миру и людям, развитие умения понимать, эмоциональные состояния.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Что такое счастье?» Просмотр мультфильма «Как ослик счастье искал» Обсуждение мультфильма. Индивидуальная творческая деятельность: «Эмблема счастья» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
3.7	<p>«Картина счастье»</p> <p>Цель: формирование способов эффективного взаимодействия с другими людьми, преодоление коммуникативных барьеров и психологической защиты.</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Совместная творческая деятельность: упражнение «Картина Счастье» Обсуждение эмоционального состояния.</p> <p><b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»</p>
3.8	<p>«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Авторская игра»</p> <p>Цель: закрепление знаний об эмоциях, развитие умения выражать эмоциональные состояния с помощью мимики, жестов, поз, слов; раз-</p>	<p><b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу»</p> <p><b>Основная часть</b> Беседа «Мир Эмоций»</p>

	витие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.	Игра «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Игра «Собери Эмоции» Обсуждение эмоционального состояния <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»
3.9	«Заключительное занятие» Цель: развитие навыков взаимодействия со сверстниками.	<b>Вводная часть</b> Приветствие (любое упражнение на выбор) «Скажи соседу, какой он» «Передай улыбку» «Передай привет соседу» «Солнышко» «Комплимент другу» <b>Основная часть</b> Выставка всех индивидуальных, совместных творческих работ. Упражнение «Разложи эмоции» Обсуждение. эмоционального состояния. <b>Заключительная часть</b> «Пирамида дружбы и любви»

### Тематическое планирование родители

Форма работы	Тема	Цель
Групповая консультация	«Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта ребёнка»	Повышение эмоциональной грамотности родителей, знакомство с понятием «эмоциональный интеллект» и его роли в развитии эмоциональной сферы ребёнка.
Групповая консультация	«Эмоциональный мир ребёнка»	Развитие понимание собственного мира эмоций и эмоций ребёнка, расширение знаний и помощь в выборе работающих инструментов по эмоциональному воспитанию детей.
Семинар - практикум	«Зачем и как говорить с детьми о чувствах и эмоциях?»	Повышение психолого-педагогических компетенций родителей, в вопросах эмоционального воспитания детей.
Семинар – практикум	«Как развивать эмоциональный интеллект ребёнка»	Знакомство родителей с играми и упражнениями направленными на развитие эмоционального интеллекта
Детско-родительский тренинг		Гармонизация детско-родительских отношений, установление атмосферы

«Картина Счастья»	доверия и взаимопонимания между родителями и детьми.
-------------------	--

### **Тематическое планирование педагога**

Форма работы Тема	Цель
Семинар-практикум «Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности дошкольника через совместную творческую деятельность»	Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов в вопросах развития эмоционального интеллекта ребенка, через совместную творческую деятельность
Семинар-практикум «Мир эмоций»	Развитие умения отслеживать свои эмоции, переводить их в словесную форму, регулировать интенсивность проявления.
Тренинговое занятие «Картина Счастья»	Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека, навыков взаимодействия в коллективе, обучение способам снятия эмоционального напряжения.

### *Содержание занятий*

#### ***1 блок занятий: совместно-индивидуальная форма***

##### **Занятие 1.1 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Радость»**

*Цель:* расширение представлений детей об эмоции радость, формирование положительного отношения к сверстникам.

*Оборудование:* игрушка «солнышко», картинка «Радость», чистые листки (формат А4), цветные карандаши, картинки половинки, музыкальное сопровождение М.И. Глинка «Жаворонок»

**Место проведение: групповая комната**

Ход занятия

Вводная часть.

*Приветствие*

## Упражнение «Солнышко»

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте, дети! Давайте встанем в круг. У меня в руках «солнышко». Солнце это свет, тепло, радость, хорошее настроение. Я предлагаю, передать его по кругу и подарить друг другу, самую красивую улыбку. Я очень рада, что вы одарили улыбкой друг друга, ведь когда человек улыбается вам, ему тоже, хочется улыбнуться в ответ. И от этого на душе, становится теплее. Солнышко, вернулось ко мне.

*Основная часть*

*Беседа «эмоция радость»*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, ну а тему нашего занятия, вам подскажет загадка, послушайте внимательно и подумайте, о какой эмоции мы сегодня с вами поговорим.

Она у каждого человека бывает,

С ней про невзгоды совсем мы забываем.

Ты хочешь петь и веселиться,

Ей даже можно с другом поделиться,

Она - любимая, как сладость.

Она – отрада наша, ... (РАДОСТЬ).

*(ответы детей)*

Правильно ребята, какие вы молодцы. Конечно это эмоция – радость. Сегодня мы поговорим о радости.

Мы с вами знаем о том, что эмоции помогают нам понять самих себя, и являются частью нас. Некоторые эмоции такие как, радость, удовольствие вызывают у нас ощущения тепла. Другие эмоции, такие как страх, печаль, злость, стыд заставляют нас испытывать незащищенность и по телу пробегает холодок. Очень важно научиться распознавать эмоции и понимать, о чем они говорят нам.

Предлагаю сесть в круг, и пусть каждый из вас попробует ответить на мои вопросы :

**Что вызывает у тебя радость** (подарки, мамино лицо, торт, сладости, клоуны...)

**На что по твоему, может быть похожа радость?**...(радость – похожа на салют, фейерверк; на праздник; радость - это когда все радуются, на солнышко и т.д)

**Часто ли ты испытываешь радость?**

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

*Педагог-психолог:*

-Ребята вы почувствовали, я почувствовала : когда мы говорили о радостных моментах, нам тоже становилось радостно. А вы знаете ребята, что человек может улыбаться и радоваться не только тогда, когда ему что-то подарили или выполнили какое-то его желание, но и тогда, когда он сам делает для другого, что-то хорошее.

**Рассказ «Мальчик, который хотел порадовать свою маму»**

«Жил-был на свете маленький мальчик. Звали его Петя. Все у него было: много игрушек, сладостей, карандаши, краски и даже компьютер. Целыми днями он бегал, играл, ничего не замечая вокруг. А потом ему стало скучно. Все надоело и ничего не доставляло радости. Он перестал улыбаться. Мама забеспокоилась, не заболел ли ее сынок. Даже отвела его к врачу. Но врач сказал, что мальчик здоров.

Однажды Петя грустил и ждал маму с работы, и от нечего делать просто ходил по дому. Забрел на кухню и, увидел в раковине много грязной посуды.

Петя подумал: «Мама придет уставшая с работы, и ей придется еще мыть эту гору посуды». – «Может, я смогу справиться с этой работой?» И он попробовал. Перемыл и вытер всю посуду, да ещё и по полкам разложил.

Когда пришла мама, радостный Петя повёл ее на кухню. «Посмотри, мама, я сделал тебе подарок», - и показал на чистую раковину.

Мама улыбнулась: «Какой у меня вырос помощник, спасибо тебе большое!» Петя тоже улыбался, и было ему очень, очень радостно. Оказывается - это очень приятно, когда ты доставляешь кому-то радость».

*Обсуждение рассказа.*

-Почему Петя испытал эмоцию радость?

**Совместная творческая деятельность «Портрет радости"(работа в парах)**

*Педагог-психолог:*

- Ребята вам необходимо выбрать себе пару, я раздам вам половинки от картинок вы должны найти свою половинку - это и будет ваша пара .А сейчас представьте себе, что вы художники и вам надо нарисовать картину на тему: «Радость». Каким цветом, можно нарисовать радость?

*(ответы детей)*

Возьмите листочки и карандаши, и пусть каждая пара нарисует совместный рисунок «Портрет радости».

*(педагог-психолог включает музыку М.И. Глинки. Дети приступают к работе. Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

**Упражнение «Подари улыбку»**

*Педагог-психолог:*

-Закройте глаза, положите правую руку на сердце и почувствуйте радость, которая находится в вашем теле. Это место должно излучать тепло. Запомните это место. В вашем сердце живёт радость. А, теперь откройте глаза и улыбнитесь друг другу. И подарите своему соседу слева, самую красивую улыбку.

*Коллективное обсуждение*

Скажите, радоваться – это хорошо, или плохо?

Как, можно создать себе хорошее настроение?

*( Ответы детей).*

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

### *Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви», дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом.

### **Занятие 1.2 «Осенние листья» (Сбор листьев для гербария)**

*Цель:* совершенствование навыков общения, развитие умения слушать другого.

*Оборудование:* книги ( для изготовления гербария), мешок с заранее собранными сухими листьями, большой зонт.

*Место проведения:* (Занятие проводится на улице).

#### Ход занятия

##### Вводная часть

*Приветствие:*

**Упражнение «Передай улыбку соседу».**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте ребята! Я рада вас всех видеть, какое у вас сегодня настроение (*ответы детей*)

Давайте поделимся нашим хорошим настроением, друг с другом. Подарим наши красивые улыбки. Поворачиваемся к соседу слева, улыбаемся, теперь к соседу справа улыбаемся. Ребята улыбка это символ радости и хорошего настроения.

##### *Основная часть*

Беседа «Осенние листья»

*Педагог-психолог:*

Давайте с вами вспомним какое сейчас время года (осень).Что осенью происходит с листьями? (*ответы детей*) правильно они опадают и это явление называется как? (листопад) Ребята сегодня мы с вами будем собирать листья которые опали, но вам нужно выбрать самые красивые и необычные (3 листика)

(*дети собирают листья*)

*Педагог-психолог:*

Молодцы!

*Вместе с детьми рассматриваем листочки, обращаем внимание детей на то, что даже выросшие на одном дереве листья, могут отличаться друг от друга по форме, цвету, размеру. Просим каждого ребенка рассказать о своем самом красивом листике.*

Вы собрали очень красивые листочки, теперь нам надо сделать гербарий.

Что такое гербарий?

*(ответы детей)*

Делаем с детьми гербарий.

*(дети закладывают листочки между страниц книг)*

### **Упражнение «Листопад желаний»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята, а хотите мы сейчас с вами устроим листопад желаний?

У меня есть вот такой мешок с листьями, сейчас каждый из вас будет набирать горсть листьев, говорить желание и бросать листья в зонт.

*(педагог-психолог озвучивает своё желание: «Я хочу чтобы все дети, были счастливы»)*

*(Когда все дети проговорят свои желания, переворачиваем зонт и устраиваем листопад)*

*(обращаем внимание, ребенок желает что-то для себя или для других)*

*Коллективное обсуждение*

Что больше всего понравилось на занятии?

Что нового узнали?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 1.3. « Осенняя поляна» (Коллективная работа)**



*Цель:* развитие навыков взаимодействия со сверстниками, умение работать в коллективе.

*Оборудование:* ватман, клей, кисточки, гуашь, вода, листья из гербария, музыкальное сопровождение П. И. Чайковский «Октябрь», песочные часы, кинезиологический мешочек, фишки разного цвета.

*Место проведение: групповая комната*

#### Ход занятия

Вводная часть.

*Приветствие*

#### **Упражнение «Круг пожеланий»**

Дети становятся в круг. Психолог спрашивает «Дети, давайте подумаем, что бы вы хотели друг другу сегодня пожелать?» Будем передавать мешочек с пожеланием своему товарищу. Педагог- психолог протягивает мешочек и говорит пожелания «Я желаю (Имя ребенка) быть здоровым». Так делает поочередно каждый участник группы.

Основная часть:

*Педагог-психолог:*

–Ребята давайте посмотрим, что произошло с нашими листьями (*ответы детей*), правильно они высохли.

У нас есть сухие листья, листы ватмана, кисти и краски, и мы сейчас попробуем изобразить осеннюю картину.

Но нам необходимо разбиться на команды, у меня есть вот такие цветные фишки, зеленые и красные (*фишки лежат в коробке, дети подходят и достают*)

*(Каждая команда подходит к своему рабочему месту. На команду из 7 человек, необходимо одна пачка гуаши, 2 непроливайки, 2 клея-карандаша)*

Ребята вы будете создавать общую картину. На вашей картине обязательно должны быть: поляна, водоём, деревья. Работать вы будете все вместе, я вам даю минуту на обсуждение. Вы должны договорится – кто и что будет рисовать, кто будет клеить листья и т.д.

*(дети обсуждают)*

Во время работы разговаривать строго запрещено, общаться можно только жестами. Начинаем работать.

*(педагог-психолог включает музыкальное сопровождение,, дети приступают к работе. Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Коллективное обсуждение.*

Каждая команда рассказывает, что изображено на их картине, как называется.

Легко или трудно было договариваться без слов?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).*

#### **Занятие 1.4 «Птицы на дереве»**

*Цель:* развитие навыков бесконфликтного взаимодействия в коллективе, умения договариваться со сверстниками.

*Оборудование:* лист ватмана с изображением дерева, листы белой бумаги, цветные карандаши, клей, ножницы, фотографии птиц, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Октябрь»

Место проведения: групповая комната

Ход занятия

Вводная часть.

*Приветствие*

**Упражнение «Передай привет соседу»**

*Педагог-психолог:*

Здравствуйтесь ребята! Очень рада вас видеть на нашем занятии. Давайте поприветствуем друг друга. Положим руку на плечо соседа, который находится от вас слева и поздороваемся, назвав его ласковым именем. « Здравствуй, Леночка!» и т.д

*Основная часть*

Беседа «Птицы»

*(Занятие начинается с беседы о том, какие птицы известны детям).*

*Педагог-психолог:*

Ребята, каких птиц вы знаете?.....*(перелетные, зимующие)*

*(ответы детей).*

Назовите перелётных птиц...

*(ответы детей).*

Назовите зимующих птиц...

*(ответы детей).*

*Педагог-психолог:*

Молодцы!

### **Индивидуальная творческая деятельность «Моя птица»**

-Сегодня каждый из вас нарисует и разукрасит ту птицу, которая ему больше всего нравится. Это будет только ваша птица, не похожая на других. После того как вы закончите рисовать, надо будет вырезать ваших птичек *(педагог-психолог включает музыку Чайковского, дети приступают к работе).*

### **Совместная творческая деятельность «Птицы на дереве»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята теперь вам всем необходимо взять своих птиц, подойти к дереву и найти каждой птице свое место на нём и приклеить её.

*(Педагог-психолог наблюдает как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения))*

*Коллективное обсуждение*

Всех ли устраивает, где находятся их птичка?

Что больше всего понравилось на занятии?

Всем нравится то, что у вас получилось?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 1.5 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Грусть»**

*Цель:* расширение представлений детей об эмоции грусть, развитие способности понимания своего эмоционального состояния и эмоционального состояния другого человека.

*Оборудование:* картинка «Грусть», чистые листки (формат А4), цветные карандаши, картинки-половинки, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Грустная песенка. Вальс »

*Место проведение: групповая комната*

#### **Ход занятия**

*Вводная часть.*

*Приветствие*

#### **Упражнение «Передай улыбку»**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте, ребята! Давайте встанем в круг. И подарим наши улыбки и хорошее настроение.

Я предлагаю, подарить друг другу, самую красивую улыбку. Я, очень рада, что вы одарили улыбкой друг для друга, ведь когда человек улыбается, ему тоже, хочется улыбнуться в ответ. И от этого на душе, становится теплее.

*Основная часть*

*Беседа «эмоция грусть»*

*Педагог-психолог:*

-Ребята мы сегодня с вами поговорим еще об одной важной и нужной эмоции, а о какой, вам подскажет загадка, послушайте ее и попробуйте узнать эту эмоцию.

Она у каждого взрослого и ребёнка бывает,

Светлая, печальная,

Кружится, скучает,

Часто слёзы роняет, о тоске напоминает...(ГРУСТЬ).

*(ответы детей)*

Правильно, это эмоция называется грусть, сегодня мы о ней и поговорим. Мы с вами уже знаем о том, что эмоции помогают нам понять самих себя, и являются частью нас, как рука или нога.

Очень важно научиться распознавать эмоции и понимать, о чем они говорят нам.

Предлагаю нам всем сесть в круг, и пусть каждый из вас попробует продолжить предложения:

**Когда тебе было грустно вспомни ситуацию.....**

**Когда я грущу, то я ...**(плачу, ни кого ни хочу видеть...)

**Я грущу, когда ...**(меня обижают, когда со мной не играют...)

**Как ты думаешь, на что может быть похожа грусть?...**(грусть – похожа на дождь, на облако и т. д.)

*Педагог-психолог:*

Ребята вы почувствовали: когда мы говорили о грусти, на душе вот здесь *(педагог-психолог показывает жестом где)* у нас тоже становилось как-то очень и очень грустно, у меня даже слёзы появились.

*Педагог-психолог:*

-Я предлагаю вам поиграть, я буду вам называть ситуацию, а вы должны подумать и сказать, кто какую эмоцию испытывает.

**Игра «Угадай эмоцию»**

- 1.Какую эмоцию испытывает мальчик, который потерял свою собаку?
- 2.Когда всех угостили конфеткой, а тебя нет, ты испытываешь?
- 4.Когда вас хвалят, что вы испытываете?
3. Какое чувство испытывала Дюймовочка когда прощалась с солнышком?
4. Когда тебе дарят подарки, ты испытываешь чувство?
- 5.Какую эмоцию испытывает девочка, с которой никто не хочет играть?

6. Какую эмоцию вы испытываете, когда вас ругает мама?

7. Какую эмоцию испытывает мама, если ты разбросал игрушки и не собрал.

В разных ситуациях мы можем испытывать и разные эмоции. Мы можем грустить, радоваться, злиться, удивляться, бояться и т.д

### **Упражнение «Моя грусть»**

*педагог-психолог*

-Ребята давайте мы поделимся на пары, (*раздаём картинки- половинки, дети ищут свою пару*)

-Закройте глаза и представьте, на что может быть похожа ваша грусть, какого она цвета, запаха. Откройте глаза и нарисуйте свою грусть, затем вы поменяетесь рисунками и дорисуете рисунок товарища так, чтобы он из грустного, стал радостным.

*(педагог-психолог включает музыку Чайковского, дети приступают к работе. Педагог-психолог наблюдает как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения))*

*Коллективное обсуждение*

Кто хочет рассказать о своей грусти?

Что вы чувствовали, когда на вашем рисунке кто-то дорисовывал?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» (*дети из ладошек, строят пирамиду вместе с педагогом-психологом*).

### **Занятие 1.6 «Круги дружбы»**

*Цель:* формирования групповой сплоченности, межличностных и групповых взаимоотношений, развитие умения договариваться со сверстниками.

*Оборудование:* рулон плотной бумаги (могут быть обои) карандаши, фломастеры, мелки, музыкальное сопровождение.

*Место проведения групповая комната*

Ход занятия

Вводная часть.

### **Приветствие Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте ребята! Очень рада вас видеть на нашем занятии. Давайте поприветствуем друг друга. Положите руку на плечо соседа который находится от вас справа и скажите ему доброе слово, например: «Саша, ты очень добрый» или «Лена, ты заботливая». И так по кругу, пока все не скажут. Педагог-психолог : «(Имя ребенка) ты очень добрый»

Основная часть

### **Индивидуальная творческая деятельность « Мой Круг»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята подойдите, пожалуйста, к столу. У нас есть вот такой рулон бумаги, карандаши, краски, фломастеры. Послушайте внимательно задание:

- Вы нарисуете там, где хотите кружок желаемого размера и любым понравившимся цветом. Затем можете нарисовать на листе еще один-два круга любого размера и цвета. Обведите контуры своих рисунков.

Соедините линиями свои круги с теми кругами ребят, которые вам особенно понравились. Представьте, что прокладываете дороги.

Заполните пространство каждого из своих кругов сюжетными рисунками, значками, символами, т.е. придайте им индивидуальность.

Вы можете свободно передвигаться вокруг стола и работать на любой территории.

Далее походите вокруг листа-картины, внимательно рассмотрите все рисунки. Если вам очень хочется дорисовать что-либо в кругах других ребят, попробуйте с ними об этом договориться. Будьте бережны к пространству и чувствам других!

### **Совместная творческая деятельность «Круги дружбы»**

Все вместе зарисуйте оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др. Прежде всего, договоритесь между собой, что вы будете рисовать уже для коллективного рисунка.

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского, дети приступают к работе. Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения))*

*Коллективное обсуждение*

Всем нравятся их рисунки?

Что вы чувствовали, когда на вашем рисунке кто-то дорисовывал?

Вам нравится ваш коллективный рисунок?

Заключительная часть

*«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 1.7 «День толерантности»**

*( 16 ноября всемирный день толерантности)*

*Цель:* Познакомить детей с понятием «толерантность»; развивать нравственно-значимые качества личности; воспитывать уважение к друг другу.

*Оборудование:* проектор, ноутбук, эмблемы ( по количеству детей), нити (по количеству детей), мультфильм «Про Диму», презентация, ладошки из бумаги по количеству детей, карандаши цветные, фломастеры, мелки.

*Место проведения:* музыкальный зал.

Ход занятия

Вводная часть.

*Приветствие*

**Упражнение «Передай улыбку соседу».**

*Основная часть*

Беседа « Что такое толерантность?»

*Педагог-психолог:*

Вы слышали когда-нибудь такое слово, как толерантность? Знаете, что оно означает?

Мы сегодня попробуем понять, что же такое толерантность.



На нашей планете проживает большое количество людей, люди разных стран. Есть французы, есть англичане, американцы, африканцы, китайцы, японцы и киргизы, таджики, молдаване, украинцы т.д. У всех народов существуют свои обычаи.

### **Упражнение « Поздороваться как.....»**

*Педагог-психолог:*

-Вы знаете, что в разных странах даже здороваются по разному

Давайте с вами встанем в две колонны, напротив друг друга:

-сложить руки на уровне груди и поклониться( Япония);

-потереться носами- так здороваются в Новой Зеландии;

-пожать друг другу руки, стоя на большом расстоянии друг от друга –  
Великобритания (англичане)

-показать язык – Тибет;

-крепко обняться и поцеловать друг друга в щеки- Россия

И разговариваем, мы ребята, тоже на разных языках

Русские на каком языке (*ответы детей*) на русском

Французы на .....

Англичане на.....

Таджики на....

И мы тоже с вами все разные: у нас разный цвет волос, кожи, цвет глаз. Кто-то маленького роста, кто то высокий, кто то худенький, кто то полненький. но мы похожи потому что мы люди- у нас есть руки, ноги, мы умеем говорить и самое главное думать.

Давайте поиграем в игру( нужно быстро решить , кто услышит, что ему это нравится, встают и объединяются в группу, остальные сидят)

### **Упражнение « Кто что любит»**

-Кто любит шоколад?

-Кто любит танцевать?

-Кто любит играть в машинки?

-Кто любит играть в игры?

*Педагог-психолог:*

-Да ребята мы все разные у каждого есть свои особенности, поэтому мы должны уважать индивидуальность каждого человека, относиться с любовью и пониманием, потому что каждый из вас не повторим.

Предлагаю вам посмотреть мультфильм «Про Диму».

Обсуждение мультфильма.

*Педагог-психолог:*

Ребята мы с вами сегодня хотели понять, что значит такое странное слово толерантность.

Толерантность это- любовь, доброта, терпимость, радость по отношению к другим людям.

Давайте будем любить людей совсем не похожих на нас, людей других национальностей, тогда и они ответят нам тем же, ведь за добро всегда платят добром, за любовь- любовью, за щедрость-щедростью.

16 ноября в нашей стране отмечается Международный день толерантности.

День дружбы, доброты, уважения, взаимопомощи.

### **Упражнение « Картина Дружба»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята у меня есть вот такие ладошки они все белые. Пусть каждый возьмёт ладошку и разукрасит ее, чтобы она не была похожа на другие, и вы могли её узнать.

*(дети берут ладошки и разрисовывают их)*

*Педагог- психолог:*

Молодцы! Какие замечательные ладошки у вас получились. А теперь подойдите к столу: видите земной шар( *на столе ватман с нарисованным земным шаром*) расположите свои ладошки вокруг него, так чтобы все поместились. Посмотрите всех устраивает где находятся их ладошки, А теперь мы их приклеим ( *дети выполняют коллективную работу, педагог-психолог наблюдает за детьми*)

*Педагог-психолог:*

-Замечательная получилась у вас картина, предлагаю назвать её картина «Дружба»

*Заключительная часть*

-Ребята большое спасибо всем вам за сегодняшнее занятие. Давайте на наших запястьях завяжем ниточки толерантности, чтобы вы не забывали о том, что каждый из вас индивидуален и неповторим, что надо уважительно относиться к друг другу. Никого не обижать! И еще я хочу вам вручить эмблемы.

*(Дети друг другу завязывают ниточки)*

«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

### **Занятие 1.8 «Гуляющие цыплята»**

*Цель:* развитие коммуникативных навыков, формирования положительной Я-концепции, уверенности в себе, умение договариваться и взаимодействовать в группе.

*Оборудование:* Картинка цыплят, рулон бумаги ( можно склеенные между собой скотчем альбомные листы), вырезанные из белой плотной бумаги одинаковые силуэты цыплят, цветные карандаши, краски, фломастеры, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский.

*Место проведения групповая комната*

*Ход занятия*

*Вводная часть*

*Приветствие*

**Упражнение «Передай привет соседу».**

*Педагог-психолог:*

Здравствуйте ребята! Очень рада вас видеть на нашем занятии. Давайте поприветствуем друг друга. Положим руку на плечо соседа который нахо-

дится от вас с права и здороваемся . Педагог-психолог « (Имя ребенка) я очень рада тебя сегодня видеть»».....

*Основная часть:*

Беседа «Цыплята»

*Педагог-психолог:*

Ребята кто такие цыплята?

*(ответы детей)*

Чем они похожи?

*(ответы детей)*

-А вы знаете что это сходство лишь кажущееся, на самом деле у каждого цыпленка есть свой характер, свои внутренние и внешние особенности, он как и каждый из вас единственный и уникальный.

Цыплята кажутся нам одинаковыми не потому что они одинаковые, а потому что мы ненаблюдательны и невнимательны. Посмотрите внимательно на картинку и найдите, чем отличаются цыплята *(рассматриваем с детьми картинку)*

### **Индивидуальная творческая деятельность «Мой цыплёнок»**

У меня есть вот такие белые цыплята, и я предлагаю вам доработать силуэт цыпленка. Сделать это надо так, чтобы каждый цыпленок имел свой неповторимый облик, выражающий его внутренний мир.

Приступаем к работе, можете выбирать кто, чем будет работать - краски, карандаши, фломастеры.

*(педагог-психолог включает музыку П.И Чайковского, дети приступают к работе)*

### **Совместная творческая работа «Гуляющие цыплята»**

*Педагог-психолог*

-Ребята теперь вам необходимо найти для своего цыпленка место на нашей поляне и приклеить его. Договоритесь между собой о том, что можно ещё дорисовать, чтобы картина была закончена.

*(педагог-психолог наблюдает как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Коллективное обсуждение*

Всех устраивает, где находится его цыплёнок?

Кто хочет рассказать о своём цыпленке, какой он?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

## **Занятие 2. 1 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Страх»**

*Цель:* расширение представлений детей об эмоции страх, развитие способности понимания своего эмоционального состояния, умение считывать эмоции другого человека.

*Оборудование:* пиктограмма и картинки изображающие «страх», листы А-4, цветные мелки, шарф для завязывания глаз, музыкальное сопровождение П. И. Чайковский «Фея серебра»

*Место проведение: музыкальный зал*

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

*Основная часть*

Беседа «эмоция страх»

*Педагог-психолог:*

Мы с вами сегодня совершим очередное путешествие в Страну эмоций. И поговорим еще об одной эмоции, а о какой, вам подскажет загадка, послушайте ее и попробуйте угадать, что это за эмоция.

Ночь пришла, и в темноте

Тени движутся везде

Ты забрался под кровать,

Спрятался и стал дрожать.

(СТРАХ)

-Сегодня мы поговорим о страхе. Как вы думаете, что такое страх?

*(ответы детей)*

- Посмотрите на эти фотографии. *(демонстрируем фотографии детей и взрослых)*

Что происходит с детьми?

Что они испытывают?

Как вы думаете, чего они боятся?

Какой страх на вкус, запах, цвет, на ощупь?

*(ответы детей)*

*Просмотр мультфильма «Лунтик. Страх»*

Беседа по мультфильму

**Упражнение «Расскажи свой страх».**

*Педагог-психолог:*

-Когда я была маленькой, то очень боялась темноты. А с вами такое случалось? Поднимите руку, кто боится темноты. А кто чего еще боится? Расскажите! (Дети по очереди рассказывают о ситуациях, когда им было страшно.)

Закройте глаза. Представьте, на какой цвет похож ваш страх? Какой звук? Какое животное он напоминает? А может быть он похож на растение? (Дети выполняют задание.).

**Упражнение «Нарисуй свой страх»**

Ребята сейчас каждый из вас нарисует свой страх.

*(педагог-психолог включает музыку П.И Чайковского, дети приступают к работе)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, а сейчас я вам предлагаю разорвать ваш страх на мелкие кусочки и выбросить в ведро. Я закрою ведро крышкой и ваш страх к вам больше никогда не вернется (*дети рвут рисунки, и складывают в ведро*)

*Педагог-психолог:*

Дети, со страхом темноты ведь можно даже играть.

### **Игра «Жмурки».**

Для начала нам необходимо выбрать ведущего, ему мы завяжем глаза. Остальные дети будут двигаться по комнате, издавая веселые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося игрока, ведущий должен угадать, кто это, и только после этого он может снять повязку. Победил тот, кого ни разу не поймали.

*Педагог-психолог:* Молодцы! Вы сегодня славно потрудились и победили все свои страхи.

*Коллективное обсуждение*

С какой эмоцией познакомились?

Когда человек испытывает страх?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

## **Занятие 2.2 «Картины дружбы»**

*Цель:* развитие эмпатии, умение бережно относиться к чувствам другого, повысить эмоциональный фон, укрепление коммуникативных связей в группе.

*Оборудование:* альбомные листы, цветные карандаши , фломастеры, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Декабрь».

*Место проведения групповая комната*

## Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

Основная часть

**Упражнение «Дорисуй картину друга»**

*(Приглашаем детей занять места за столом. Можно по кругу, можно просто составить столы))*

*Даём инструкцию:*

«Ребята, у каждого из вас есть свой подписанный лист, вы начинаете рисовать все, что хотите, но когда я скажу «СТОП» вы передаете свой рисунок соседу справа, который в свою очередь продолжает рисовать уже на вашем рисунке и так до тех пор, пока ваши рисунки не вернутся снова к вам.

*(Данное задание может вызвать агрессивные эмоции, обиды, поэтому педагог-психолог должен предупредить детей о бережном отношении к работам друг друга).*

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского «Декабрь», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети реагируют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Коллективное обсуждение*

*(каждый ребенок держит в руках свой рисунок)*

Посмотрите внимательно на ваш рисунок и придумайте название.

Какие эмоции вы испытывали, когда, кто-то рисовал на вашем рисунке?

Кому нравится, что получилось?



Кому не нравится, что получилось?

Какую эмоцию вы испытываете глядя на ваш совместный рисунок?

Кто расстроился и почему?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).

### **Занятие 2.3 «Новогоднее приключение»**

*Цель:* развитие умения работать в паре, развитие способности конструктивного взаимодействия..

*Оборудование:* Ленточки, карандаши, мелки, бумага, картинки-половинки, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Декабрь»

*Место проведение:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

**Упражнение «Комплимент другу»**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйтесь ребята я рада видеть вас здоровыми, веселыми, в хорошем настроении. Мне очень хочется, чтобы такое настроение у нас у всех сохранилось до самого вечера. А для этого мы все должны чаще улыбаться. Давайте посмотрим друг другу в глаза и скажем комплименты. Педагог-психолог: «(Имя ребенка) у тебя очень красивые глаза»

*Основная часть*

**Упражнение « Найди пару»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята, прежде чем мы с вами приступим к работе, нам необходимоделиться на пары (раздаём картинки-половинки, дети ищут свою пару)

**Совместная творческая работа « Новогоднее приключение»**

*Педагог-психолог:*

-Сейчас мы с вами отправимся в новогоднее приключение.

Мы попробуем рисовать в парах.

Я ленточкой соединю ваши руки. У кого-то это будет правая рука, у кого-то левая. Вы должны вдвоём нарисовать на одном листе бумаги какую-то единую композицию на тему «Новогоднее приключение».

При этом есть очень важное условие: надо заранее договариваться о том, что это будет за рисунок, в процессе работы разговаривать нельзя.

*(педагог-психолог соединяет руки детей и даёт время на обсуждение)*

*Педагог-психолог:*

-Когда вы услышите звук колокольчика - это значит, что мы отправляемся в новогоднее приключение.

*(педагог-психолог включает музыку П.И Чайковского «Декабрь», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют в паре, кто ведёт, кто ведомый и т.д, делает пометки в листах наблюдения)*

После того, как рисунки будут готовы, проводится обсуждение и выставка работ. Можно выбрать самую гармоничную, самую необычную или самую конфликтную работу и задать вопросы авторам, что им помогало, как они действовали, как договаривались на невербальном уровне, что именно будут рисовать и т.д.

Так же обсуждается и негативный опыт взаимодействия в процессе парного рисования.

*Коллективное обсуждение*

Как вам работалось в паре?

Какие эмоции испытывали?

Как вы договаривались без слов?

Сложно было рисовать в паре?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

## **Занятие 2.4 «Фабрика новогодних игрушек»**

*Цель:* развитие навыка коллективного взаимодействия, умение продолжать последовательно, начатую общую работу.

*Оборудование:* фотографии изображающие труд людей на промышленных предприятиях, образец игрушки, конверты с деталями для каждого ребенка, музыкальное сопровождение Чайковский «Декабрь».

*Место проведение:* групповая комната

### **Ход занятия**

Вводная часть

*Приветствие*

**Упражнение «Подарок»**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте ребята я рада видеть вас здоровыми, веселыми, в хорошем настроении. Еще чуть – чуть и наступит Новый год, а что положено делать в Новый год?

*(ответы детей)*

Конечно - дарить подарки.

Каждый из вас подарит подарок- это может быть всё, что угодно.

Называем имя и говорим то что, вы хотите подарить.

*Педагог-психолог:*

«(Имя ребенка) я хочу подарить тебе много-много радости»

*Основная часть*

*Беседа «Производственный контейнер»*

*(Начинаем занятие с краткого рассказа о промышленном производстве, о работе конвейера. Демонстрируем фотографии изображающие труд людей на промышленных предприятиях Приложение1.3)*

**Совместная творческая деятельность «Новогодние игрушки»**

*Педагог-психолог:*

-Мы сегодня с вами тоже наладим свое небольшое производство по изготовлению новогодней игрушки (*игрушка может быть любой*).

Посмотрите, у нас есть образец нашей игрушки – это Пингвины и конверты с разными деталями.

Наша производственная задача будет следующей: у каждого будет своя деталь, которую необходимо приклеить точно на свое место так, как это сделано на образце и от того как каждый выполнит свою операцию, зависит результат деятельности конвейерной линии и качество игрушек.

Давайте посмотрим у кого какие детали.

Хорошо! Кто-то клеит туловище, следующий крылья, затем следующий хвост, следующий клюв и т.д.

Ну что начинаем нашу работу!

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского «Декабрь», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения).*

*Коллективное обсуждение:*

Что было трудным?

Нравится ли вам результат работы вашей конвейерной линии?

Все ли довольны своей игрушкой?

Какую эмоцию вы испытываете сейчас, когда видите результат вашей общей работы?

*(каждый ребёнок оставляет себе созданную игрушку)*

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).*

## **Занятие 2.5 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Злость»**

*Цель:* расширять представления детей об эмоции злость, развитие умения активного выражения эмоций, умения выражать свои эмоции безопасным способом.

*Оборудование:* пиктограмма и картинки изображающие «злость», коврик.

*Место проведение:* музыкальный зал

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

*Основная часть*

Беседа «эмоция злость»

*Педагог-психолог:*

- Мы с вами сегодня совершим очередное путешествие в Страну эмоций. И поговорим еще об одной эмоции, а о какой, вам подскажет опять загадка, послушайте ее и скажите ответ.

Она у взрослых и детей бывает

Когда приходит вдруг она

Тебя трясёт, глаза горят.

Кидаешься на всех подряд ты с кулаками.

Что это за эмоция? (ЗЛОСТЬ)

*Педагог-психолог:*

-Сейчас ребята у нас с вами хорошее настроение, но бывают ситуации, когда мы злимся и это нормально. Давайте я вам опишу человека, который злится.

У злого человека брови сведены вместе, глаза широко раскрыты, пальцы рук сжаты в кулак. Он может сильно размахивать руками и топтать ногами.

*(показ картинок)*

Давайте попробуем это изобразить.

### **Упражнение «Рычи лев»**

*Педагог-психолог:*

- Представьте, что вы две стаи львов. Встаньте друг напротив друга и попробуйте перерычать соседнюю стаю. Приготовились, начали. *(дети принимают позу львов и по команде педагог-психолога начинают рычать друг на друга кто громче)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, а где злость может нам помочь?

*(ответы детей)*

*(спортивные достижения, выполнить сложную работу)*

*Педагог-психолог:*

-Если человек злиться, он должен сказать об этом. Проговорить: «Я очень сегодня зол» или «Я злюсь и мне хочется всё крушить»

- Злятся все и взрослые и дети, но иногда злость не дает человеку правильно себя вести. Но каждый человек может справиться со своей эмоцией - злостью, а вы знаете как это сделать?

*(ответы детей).*

*Педагог-психолог:*

-Я сейчас вас научу!

1. Остановись и спроси себя: «Я сейчас злюсь?».
2. Подумай о том, из-за чего злишься.
3. Сделай глубокий вдох, медленно выдохни.

4. Скажи вслух причину, например: « я злюсь, потому что.....

5. Подумай, как сделать так, чтобы унять злость.

#### **Упражнение «Навыки саморегуляции эмоционального состояния»**

##### ***«Коврик злости»***

Когда вы чувствуете что злитесь, можно вытирать ноги о коврик пока настроение не улучшится.

*(давайте попробуем все вместе)*

##### ***«Возьми себя в руки»***

Как только вы чувствуете, что хочется кого-то обидеть, есть хороший способ доказать свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека.

*(давайте попробуем все вместе)*

##### ***«Оловянный солдатик»***

Встать на одну ногу, а другую согнуть в колене, руки опустить и постоять так в течение нескольких секунд, а затем повторить упражнение на второй ноге.

#### **Упражнение «Гармонизация эмоционального состояния»**

- сделать несколько глубоких вдохов;

- посчитать от 1 до 10;

-попрыгать;

-потопать ногами;

*(давайте попробуем все вместе)*

##### *Коллективное обсуждение*

С какой эмоцией мы сегодня познакомились?

Что мы узнали?

Как можно усмирить свою злость?

##### *Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).*

## Занятие 2.6 «Путешествие в сказку»

*Цель:* развитие чувство эмпатии, умение осознанно воспринимать свои собственные эмоции, чувства и переживания, а также понимать эмоциональные состояния других.

*Оборудование:* клубок ниток, картинки сказок, загадки о сказочных героях, музыкальное сопровождение « сказочная музыка»

Место проведение: групповая комната

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

**Упражнение «Клубочек»**

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйтесь, ребята! Посмотрите, у меня есть клубочек с волшебными ниточками. Сейчас мы с помощью этого клубочка поприветствуем друг друга. Берем ниточку, и передаем клубочек соседу, приветствуем его, говоря «(Имя) Я рад тебя видеть».

Дети по очереди приветствуют друг друга.

*Педагог-психолог*

- Посмотрите, ниточка объединила нас всех вместе, потому что мы дружные, приветливые, добрые.

*(Дети снимают с пальчика нитку, педагог-психолог сматывает нитки в клубочек.)*

Основная часть

Беседа «Что такое сказка?»

*Педагог-психолог:*

- Ребята вы любите сказки?

Я сейчас вам загадаю загадки. А вы должны отгадать сказочных героев.

*(дети отгадывают загадки)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, а вы знаете, что такое сказка?



*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*

- Сказка – это рассказ о вымышленных событиях, о том, чего не бывает на свете.

Ребята, а ответьте мне на вопросы:

- Какое волшебство бывает в сказке? (волшебные предметы, превращения, сказочные герои)

- А какие герои появляются в сказке (добрые и злые)

- Из каких частей состоит сказка? (Начало, середина, концовка)

- С каких обычно слов начинаются сказки? («Жили-были», «В некотором царстве, в некотором государстве».) Это начало сказки.

- Следующая часть сказки – середина. А вы знаете, что такое середина сказки? (самые интересные события, герой попадает в какую-либо историю).

- Как называется последняя часть сказки? (Концовка)

- Какими словами заканчиваются сказки?

«Стали жить, поживать и добра наживать»,

«Вот и сказки конец, а кто слушал – молодец»,

«Я там был, мед, пиво пил, по усам текло, а в рот не попало»,

«Сказка - ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок»

- Давайте ещё раз повторим, из каких частей состоит сказка: начало, середина, концовка.

- Ребята, а может кто-то из вас знает, как называют людей, которые сочиняют и рассказывают сказки?

*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*

Таких людей называют сказочниками. И я предлагаю вам превратиться в сказочников:

«В нашей группе чудо совершается.

Дети в сказочников превращаются»

*(Звучит сказочная музыка)*

## Упражнение « Сочиняем сказку»

*Педагог-психолог:*

-Ребята я вам предлагаю сочинить свою сказку. Будем действовать по схеме:

1. Нам надо выбрать главного героя

2. С чего начнется наша сказка.

3. Что случится с ним в сказке

4. Чем всё закончится

- Кто будет главным героем нашей сказки? (.....)

- Как вы думаете, какой он? Какой наш герой по характеру?

- Где жил ? (В тридевятом царстве, в тридесятом государстве)

- Куда и зачем пошёл ? (.....)

- Это какая часть сказки? (Начало)

---

- Кого он встретил на пути?

- Что произошло при встрече с этими героями?

- Что сделал ....?

- Что сделал ....?

Что сделали .....?

- А это какая часть сказки? (Середина)

---

- Какая часть сказки осталась? (Концовка)

- Чем же закончилась сказка?

- С этапами сочинения сказки мы разобрались. Давайте попробуем сочинить сказку про нашего героя.

Я буду записывать, а вы по очереди дополнять друг друга. Ну что начинаем.

*(Дети приступают к сочинению сказки, педагог-психолог записывает)*

*(педагог-психолог зачитывает сказку)*

Вот такая сказка у нас получилась. Молодцы!

*Коллективное обсуждение*

Всем понравилась сказка?

Трудно было придумывать сказку?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» (*дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом*).

## **Занятие 2.7 «Создаем книгу «Наша сказка»**

*Цель:* развитие коммуникативных компетенций ребёнка в коллективе, и в общении друг с другом.

*Оборудование:* Цветные мелки, простые карандаши, листы с распечатанной сказкой, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Зимний лес», песочные часы, брошюратор, мольберт.

*Место проведения:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

*Основная часть*

*Педагог-психолог:*

-Ребята кто мне скажет, что мы с вами делали на прошлом занятии?

*(Ответы детей)*

Правильно мы сочиняли сказку.

Как она называлась?

Кто главные герои?

Давайте вспомним, что у нас получилось.

*(Педагог-психолог зачитывает сказку)*

А сегодня я вам предлагаю побыть художниками – иллюстраторами.

Кто знает кто это?

*(Ответы детей)*

### **Совместная творческая деятельность «Иллюстрация сказки»**

*Педагог-психолог:*

-Мы с вами разделимся на команды , каждая команда будет совместно иллюстрировать свой эпизод.

*(Делим детей по 3 человека)*

Каждой команде раздаётся и зачитывается свой текст для иллюстрации.

*(Даём время на обсуждение. Оговариваем с детьми, что время выполнения задания ограничено. Песочные часы, будут перевернуты два раза (10 минут))*

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского «Зимний лес», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*По окончании работы все команды показывают, что получилось.*

*Педагог-психолог:*

Молодцы ребята! Какие замечательные иллюстрации у вас получились.

И это уже готовые страницы нашей книги.

### **Совместная творческая деятельность «Обложка для книги»**

*Педагог-психолог:*

Ребята страницы у нас есть все страницы, но нам не хватает еще одного элемента в нашей книге. Как вы думаете, что это? *(ответы детей)*

Это обложка! Давайте попробуем вместе подумать, что будет изображено на ней *(дети обсуждают)*

Теперь каждый из вас по очереди будет подходить к мольберту, на котором прикреплен лист и рисовать по одному элементу (*дети по очереди рисуют в течении 3 секунд*)

Обложка готова!

Осталось нам собрать книгу.

(*используем брошюратор и вместе с детьми собираем книгу*)

*Коллективное обсуждение*

Как вам работалось вместе?

Всем нравятся их иллюстрации?

Какие эмоции вы испытывали во время работы?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» (*дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом*).

## **Занятие 2.8 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Обида»**

*Цель:* расширение представлений детей об эмоции обида, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека, совершенствование опыта эмоционального реагирования в различных ситуациях.

*Оборудование:* пиктограмма и картинки изображающие «обида», воздушные шары по количеству участников, музыкальное сопровождение

*Место проведение:* музыкальный зал

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

(любое упражнение на выбор)

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

## *Основная часть*

### *Беседа «эмоция обида»*

*Педагог-психолог:*

- Ребята, мы продолжаем наше путешествие по стране эмоций, послушайте стихотворение и попробуйте догадаться о какой эмоции мы сегодня с вами будем говорить.

Ни с кем играть я не хочу  
Сижу обиженный на всех  
И сказал, что я не выйду.  
Вот не выйду никогда!  
Буду жить с этой эмоцией я всегда!

(ОБИДА)

*Педагог-психолог:*

- Сегодня на занятии мы попытаемся разобраться, что такое обида, почему мы обижаемся, будем учиться прощать обиды.

**Чем можно кого-нибудь обидеть?** (поступками, обидными словами).

*(ответы детей)*

**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).*

Послушайте сказку о мальчике, который обиделся.

**«Сказка о мальчике, который обиделся»**

В большом городе, жила семья мама, папа и их сын которого звали Петя. И вот однажды Петя собрался пойти погулять. Он уже почти выходил из дома, но в этот момент его позвала мама. Она попросила Петю не уходить из дома и помочь ей. «Ну, как же так – подумал Петя, - именно в этот день, когда мы собрались строить шалаш на поляне с друзьями. Я должен остаться

дома! Теперь мои друзья будут строить без меня! Ну как уйти без разрешения мамы! Если сказать ей про шалаш, она может не разрешить».

Поэтому он отправился в свою комнату и заплакал.

А позднее, когда он помогал маме, у него ничего не получалось и всё падало из рук. Он опять пошёл в свою комнату. Но там ему стало ещё хуже. Он не стал играть в свои игрушки, просто сидел и обижался. Поэтому, когда мама пришла к нему и стала спрашивать, что с ним случилось. Петя не стал с ней разговаривать и ничего ей не сказал.

И так он сидел в своей комнате и обижался почти до самого вечера.

«А Саша с Лешей. Наверное, уже играют в шалаше», - вдруг подумал он и, совсем расстроившись, с криком побежал к маме: «Это всё из-за тебя! Из-за тебя я один тут сижу!»

Но мама не рассердилась на него за крик, наоборот, она приласкала его и сказала: «Что случилось? На что ты обиделся? И Петя рассказал ей о друзьях и о шалаше».

«Ну что же ты не рассказал о шалаше сразу?» - сказала мама ласковым голосом. Беги скорей, может быть, ты ещё успеешь». И Петя побежал, что было сил.

Он действительно успел поиграть с друзьями и помочь им построить шалаш. Петя пришёл домой совершенно счастливым. Но главное, он теперь знал, как ему справляться со своими обидами – **просто надо рассказать о них.**

*Вопросы для обсуждения*

- За что обиделся Петя на маму?
- Обиделись бы вы на его месте?
- Что вы узнали из этой истории?

*Педагог-психолог:*

**Как чувствует себя обиженный человек?**

*(ответы детей)*

Обиженный человек чувствует себя несчастным, раздраженным.

*Педагог-психолог:*

-Ребята, обида может быть опасна, потому что может вызвать гнев, ненависть и посорить близких людей.

- **И вот простой секрет:** чтобы обида не мешала дружбе, игре, чтобы вы не обижались на своего друга или на маму и папу, нужно просто рассказать о ней.

*Педагог-психолог:*

Давайте все вместе скажем такие слова:

«Ты обиду не держи,

Папе, маме, другу

Поскорее расскажи!»

Тогда станет намного легче, и человек, на которого вы обиделись, будет знать, что вам неприятно.

### **Игра – ассоциация «Обида»**

Сядьте поудобнее, закройте глаза и попробуйте представить, на что похожа обида, какой цвет ей соответствует, какого она запаха, какие звуки ей подходят.

*Откройте глаза. Что вы представляли? Расскажите об этом.*

### **Упражнение «Воздушный шарик»**

Возьмите воздушные шарик, вспомните все свои обиды и надуйте шарик. А теперь отпустите шарик, пусть все ваши обиды улетят.

*Коллективное обсуждение*

Чтобы обида не мешала дружбе, игре, что надо сделать?

Что больше всего понравилось на занятии?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).



## **Занятие 2.9 « Зимний лес»**

*Цель:* развитие коммуникативных навыков, умение невербального общения, поддерживать общую идею.

*Оборудование:* Цветные мелки, простые карандаши, лист ватмана, музыкальное сопровождение П.И Чайковский «Февраль».

*Место проведение:* групповая комната

### **Ход занятия**

**Вводная часть**

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он».**

**Упражнение «Передай улыбку».**

**Упражнение «Передай привет соседу».**

**Упражнение «Солнышко».**

**Упражнение «Комплимент другу».**

**Основная часть**

*Педагог-психолог:*

- Давайте вспомним, какое сейчас время года (зима), месяц (январь), а день недели?

*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*

Я предлагаю вам немного поиграть.

**Упражнение «Отгадай»**

Ведущие – дети, педагог-психолог показывает картинки, ребёнок должен показать движения (катание на лыжах, на санках, на коньках; лепка снеговика, игра в снежки, хоровод вокруг елки).

Остальные дети должны отгадать и повторить движения.

**Совместная творческая деятельность « Зимой в лесу»**

*Педагог-психолог:*

-Сейчас вы будете рисовать картину, которая называется «Зимой в лесу». Картина у нас будет общая, и рисовать вы ее по очереди. Сначала выходит один рисует что хочет, но не забывайте что у картины уже есть название (*остальные дети считают до десяти*), затем следующий и т.д (*педагог-психолог на мольберт прикрепляет большой ватман дети приступают к выполнению задания*)

*Педагог-психолог:*

-Молодцы ребята. Посмотрите, какая картина у нас получилась.

*Коллективное обсуждение*

Всем нравится, какая картина получилось?

Какие эмоции вы испытываете глядя на вашу работу?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» (*дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом*).

### **Занятие 2.10 «Сказочная страна»**

*Цель:* развитие коммуникативных компетенций ребёнка в коллективе и в общении друг с другом.

*Оборудование:* лист ватмана, шаблоны сказочных героев, цветные карандаши, гуашь, кисти, ножницы, красные и зелёные фишки, песочные часы, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Щелкунчик «Сказочная мелодия»

*Место проведение: групповая комната*

*Ход занятия*

*Вводная часть*

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

*Упражнение «Скажи соседу, какой он»*

*Упражнение «Передай улыбку»*

*Упражнение «Передай привет соседу»*

### **Упражнение «Солнышко»**

### **Упражнение «Комплимент другу»**

*Основная часть*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, прежде чем мы с вами приступим к выполнению задания нам необходимоделиться на две команды.

*(Разделить детей на две группы любыми способами : красные, зелёные фишки; треугольники, квадрат, найди пару и т.д)*

### **Совместная творческая деятельность «Сказочная страна»**

- Ребята сегодня каждая команда будет создавать свою сказочную страну. Перед вами белый лист и гуашь, ваша задача: не разговаривая с другом, нарисовать сказочную страну. *(Даём время на обсуждение. Оговариваем с детьми, что время выполнения задания ограничено. Песочные часы, будут перевернуты два раза (10 минут)*

Время пошло.

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского «Щелкунчик «Сказочная мелодия», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Педагог-психолог:*

- Пока ваши картины сохнут, мы с вами представим, какими сказочными героями вы бы хотели быть, в вашей сказочной стране.

### **Индивидуальная творческая деятельность «Мой сказочный герой»**

Выберите героя:

*(педагог-психолог демонстрирует шаблоны сказочных героев)*

Вам надо раскрасить его и вырезать.

Рассказать кто вы?

И какой или какая?*(добрый, злой и т.д)*

*(дети приступают к работе)*

### **Совместная творческая деятельность**

*Педагог-психолог:*

-Молодцы ребята!

Возьмите своего героя, подойдите к вашим картинам и разместите на них своих героев там, где вы захотите. Посмотрите внимательно, всех все устраивает, если да, берем клей и приклеиваем их.

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского «Щелкунчик «Сказочная мелодия», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Педагог-психолог:*

Замечательно!

А теперь давайте вы вместе придумаете название вашей картины и расскажите, что это за страна и кто в ней живет*(даем время чтобы дети обсудили).*

Вот какие сказочные страны у вас получилась, все большие молодцы!

*Коллективное обсуждение.*

Что была самым сложным?

Трудно ли было вместе рисовать картину?

Что понравилось больше всего?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).*

## **Занятие 2.11 «Парад военной техники»**

*Цель:* развитие умения координировать собственные действия с учетом деятельности других, умение корректно решать конфликтные ситуации

*Оборудование:* шаблоны (танки, самолеты, корабли по количеству участников), листы А-3, цветные восковые мелки, клей карандаш, бумажный скотч, песочные часы, эмблемы суша, вода, воздух по количеству участников, музыкальное сопровождение «Военный марш»

*Место проведение: групповая комната*

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

Основная часть

Беседа «Военная техника», Виды и названия войск.

*Педагог-психолог:*

- Ребята, в последнем зимнем месяце феврале мы отмечаем замечательный праздник - «День защитников Отечества». А кто это - защитники Отечества (Родины)? (Солдаты, военные...)

А в помощь защитникам Родины создана военная техника.

Какую военную технику вы знаете?

*(ответы детей)*

Военная техника защищает солдат и помогает им одолеть врагов.

В Российской Армии есть сухопутные войска, которые действуют на суше, военно-воздушные силы - они защищают Родину в воздухе, военно-морские - несущие дежурство в морях и океанах. И у каждого рода войск своя боевая техника.

Сегодня мы устроим парад военной техники, но для начала нам надо поделиться на 3 команды *(суша, воздух, вода)*

*(педагог-психолог делит детей)*

**Совместная творческая деятельность «Парад военной техники»**

*Педагог-психолог:*

Слушай мою команду: «Вам необходимо, договорится между собой о том, кто, что будет делать, как вы будете взаимодействовать и выполнять задание.

1. Разукрасить военную технику.
2. Выбрать сюжет и нарисовать на листе А-3.
3. Наклеить вашу технику.

Время ограниченно используем песочные часы. *(Даём время на обсуждение. Оговариваем с детьми, что время выполнения задания ограничено. Песочные часы, будут перевернуты два раза (10 минут)*

*(педагог-психолог включает музыку «Военный марш», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

В конце занятия педагог- психолог объединяет работы *(используя мольбертный скотч)* получая общую картину «Парад военной техники»

*Коллективное обсуждение.*

Что была самым сложным?

Трудно ли было выполнять задание?

Что понравилось больше всего?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогам-психологом).*

**3 блок занятий: совместно-взаимодействующая форма**

### **Занятие 3.1 «Путешествие в мир Эмоций и чувств. Удовольствие»**

*Цель:* знакомство детей с эмоцией «удовольствие», развитие способности понимать эмоционального состояния другого человека, умение открыто говорить о своих эмоциях.

*Оборудование:* \_Картинки с изображением эмоции «Удовольствие», мармелад, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Танец цветов», клубок ниток, листы А-4, цветные карандаши, мелки, фломастеры, картинки половинки.

*Место проведения:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

**Упражнение «Ты мне нравишься»**

*Педагог- психолог:*

-Здравствуйте! Ребята, я предлагаю вам сесть в круг. Мы сейчас все вместе сплетём одну большую паутину, связывающую нас между собой. Когда мы будем ее плести, то каждый из нас может выразить свои добрые мысли и чувства, которые он испытывает к своим товарищам.

Итак, обмотайте два раза свободные концы шерстяной нити вокруг своей ладони и покатайте клубок в сторону одного из ребят, сопровождая свое движение словами: «Имя ребенка.. ты мне нравишься, потому что... (с тобой очень весело играть в разные игры)».

*Основная часть*

Беседа « эмоция удовольствие»

*Педагог-психолог:*

-Наша жизнь наполнена различными чувствами и эмоциями: мы радуемся и грустим, любим и ненавидим, обижаемся и восхищаемся.

Давайте вспомним эмоции, которые вы знаете: *(ответы детей)*

*(Радость, злость, обида, страх)*

По каким признакам можно определить эмоции, которые испытывают люди?

*(ответы детей) (Лицо, голос, интонация, жесты)*

*Педагог-психолог:*

Мы продолжаем путешествовать по стране эмоций, послушайте стихотворение и попробуйте догадаться о какой эмоции мы сегодня с вами будем говорить.

Я сегодня очень весел

Съел пирожное и кексик

И компотика попил

Удовольствия получил.

И сегодня мы с вами поговорим о такой эмоции «Удовольствие».

Удовольствие- это приятная и положительная эмоция. Эта эмоция присуща всем и человеку и животному. У каждого живого существа есть потребности:

в пище, в отдыхе, безопасности, любви. Когда эти потребности удовлетворены, появляется ощущения удовольствия.

-Давайте рассмотрим с вами фотографии *(педагог-психолог показывает фотографии)*

От чего мальчик получает удовольствие?

А девушка?

Девочка?

*(ответы детей)*

-От чего можно ещё получить удовольствие? *( Прыжки, бег, музыка, мультфильмы, подарки, любимые занятия, танцы, спорт).*

-Давайте сейчас каждый из вас попробует вспомнить от чего же он, когда либо, получал удовольствие.

*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*



-Ребята предлагаю вам поиграть: Если то, что чувствует герой правильно, вы хлопаете. Если неправильно вы топаете. И объясняете как правильно.

### **Игра «Угадай эмоцию»**

Девочка, которая увидела на улице больную кошку? (Чувствует злость).

Зайчик, когда за ним гонится лиса? Чувствует обиду.

Бабушка, когда внуки дарят ей букет цветов? Чувствует злость.

Мальчик, который потерялся? Чувствует радость.

Мальчик, которого угостили чем-нибудь вкусеньким? Чувствует грусть.

Человек, на которого напала разъяренная собака? Чувствует страх.

Мальчик, которому не удастся застегнуть пуговицу? Чувствует злость.

Девочка, которая без разрешения взяла чужую вещь? Чувствует обиду.

Девочка послушала красивую музыку и чувствует удовольствие.

### **Совместная творческая деятельность упражнение « Удовольствие»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята давайте поделимся на пары, пусть каждый найдёт свою половинку.

И теперь вам надо вместе на одном листе бумаги нарисовать то, от чего вы получаете удовольствие

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковского, дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Педагог-психолог:*

Ребята, а можем ли сами управлять своими эмоциями?

*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*

- Что можно сделать, чтобы улучшить свое настроение? (*, поиграть, посмотреть фильм, подарить комплимент и т. д.*)

*(ответы детей)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, вы большие молодцы! Я хочу вас угостить вкусным мармеладом, и надеюсь, что вы получите удовольствие от его вкуса.

*Коллективное обсуждение.*

С какой эмоцией познакомились?

Что понравилось на занятии?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» ( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

### **Занятие 3.2 «Букет для мамочки»**

*Цель:* развитие умения работать в команде, воспитывать любовь и уважение к близким людям, желание доставлять им радость.

*Оборудование:* иллюстрации с изображением праздника 8 Марта, цветные восковые мелки, ножницы, клей, бумага А-4, А-3 музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Март», эмблемы ромашки и розы.

*Место проведение: групповая комната*

*Ход занятия*

*Вводная часть*

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

***Упражнение «Солнышко»***

***Упражнение «Комплимент другу»***

*Основная часть*

*Беседа «Праздник мам»*

*Педагог-психолог:*

- Ребята, какие вы сегодня симпатичные. У вас очень добрые, теплые, ласковые улыбки. Когда я вижу вас такими, мне кажется, что все вокруг улыбаются и радуются всему, что их окружает. А как вы думаете, о чем сегодня буде наше занятие. Чтобы узнать это. Вам необходимо отгадать загадки.

Ручейки бегут быстрее,  
Светит солнышко теплее.

Воробей погоде рад –  
Заглянул к нам месяц ...

(Март)

В этот светлый день весны

Дарят женщинам цветы.

А в садах и школах детки

Мамам мастерят поделки!

(8 марта)

Ребята, А что обычно дарят на первый весенний праздник всем женщинам?

*(ответы детей)* Правильно цветы.

Давайте и мы с вами соберём букеты и подарим вашим мамам.

Но нам надо, разделится. У нас будет 2 команды: ромашки и розы

*(педагог-психолог делит детей на две команды)*

*Педагог-психолог:*

Ребята слушайте внимательно задание:

**Совместная творческая деятельность «Букет для мамочек»**

Вам необходимо обсудить в своих командах всем вместе, о том какую композицию вы будете изображать, какие цветы будут в вашем букете. Кто какой цветок будет рисовать. Не забывайте, что у цветов есть стебель, листья, цветы или бутоны.

Затем каждый из вас нарисует по одному цветку, разукрасит, вырежет, и затем вы все вместе соберете букет, приклеивая ваши цветы.

*(Даём время на обсуждение, оговариваем с детьми, что время выполнения задания ограничено)*

*(педагог-психолог включает музыку Чайковский «Март», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, какие замечательные букеты у вас получились! Пусть каждая команда расскажет какие цветы в их букете.

*Коллективное обсуждение.*

Какие цветы вы собрали в букет для ваших мам?

Нравятся ли вам ваши букеты?

Трудно было договариваться?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 3.3**

#### **«Путешествие в мир Эмоций и чувств. Удивление»**

*Цель:* расширение представлений детей об эмоции удивление, развитие способности понимания эмоционального состояния другого человека, умения открыто говорить о своих эмоциях, умения выражать эмоциональное состояние с помощью мимики, жестов.

*Оборудование:* пиктограмма и картинка «Удивлённый человек», цветные карандаши, картинка «Чему удивляется девочка» по количеству участников, картинки половинки, стакан с водой, лист бумаги, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Март»

*Место проведения: групповая комната*

*Ход занятия.*

*Вводная часть*

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

***Упражнение «Солнышко»***

***Упражнение «Комплимент другу»***

*Основная часть*

*Беседа «Эмоция удивление»*

*Педагог-психолог:*

Мы продолжаем путешествовать по стране эмоций, послушайте стихотворение и попробуйте догадаться о какой эмоции мы сегодня с вами будем говорить.

Удивляюсь я всему:

Граду, снегу и дождю.

Капле маленькой росы.

Крыльям пчёлки и осы.

Удивляюсь красоте,

Пенью птичек по весне.

Утром солнцу удивляюсь,

Лунной ночью восхищаюсь.

Удивляюсь каждый день,

Удивляться мне не лень.

Удивляюсь я с утра

И до вечера всегда!

(Удивление)

*Педагог-психолог:*

(Беседа по картинке «Удивленный человек»)

-Ребята посмотрите на картинку и попробуйте рассказать об удивленном человеке.

Какой он? *(Ответы детей.)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята посмотрите, у удивленного человека приоткрыт рот, брови и верхние веки приподняты. Обе руки могут быть опущены или одна – две руки могут придерживать щеки или открыть рот, как будто хочет сдержать восхищение. Ноги могут быть согнуты в коленях. От удивления человек может вскрикнуть, а может просто замереть. Переживание удивления обычно бывает коротким и приятным.

*Педагог-психолог:*

-Ребята давайте встанем скорей в круг и друг другу удивимся! Покажите, как вы умеете удивляться. Зажмурьтесь. Теперь быстро откройте глаза, посмотрите друг на друга и сделайте удивлённое лицо!

*(Дети выполняют задание.)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, а как вы думаете, чему мы можем удивляться?

*(ответы детей)*

### **Игра «Найди пару»**

*Педагог-психолог:*

-Ребята мы с вами разделимся на пары.

Используя картинки –половинки дети ищут свою пару.

### **Совместная творческая деятельность «Чему удивилась девочка»**

*Педагог-психолог:*

Подумайте и нарисуйте вместе с партнёром, чему могла удивиться девочка *(Приложение 1.4)*

*(педагог-психолог включает музыку П.И. Чайковский «Март», дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*



*Педагог-психолог:*

- Ребята, мне тоже очень хочется вас удивить. Сейчас я покажу вам фокус.

### **Упражнение «Фокус со стаканом»**

Педагог-психолог показывает следующий фокус:

На стакан, на  $\frac{3}{4}$  наполненный водой, кладется лист плотной бумаги и переворачивается. Лист прилипает к стакану, и вода не выливается.

*Коллективное обсуждение.*

Как вы думаете, эмоция удивления может улучшить наше настроение или делает его грустным?

С какой эмоцией можно сравнить удивление? (Радость).

Что вам сегодня запомнилось и понравилось больше всего?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

## **Занятие 3.4 «Роботы»**

*Цель:* развитие способности понимания своего эмоционального состояния, умения бережно относиться к чувством другого человека.

*Оборудование:* метафорические карты Ушаковой «Роботы», клей, цветные карандаши, картинки-половинки, музыкальное сопровождение Ф. Шопен «Вальс дождя».

*Место проведение:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

## *Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

*Основная часть*

*Педагог-психолог:*

Ребята сегодня мы с вами превратимся в инженеров, которые создают роботов. Но для начала нам нужно найти свою пару.

### **Игра «Найди пару»**

Используя картинки –половинки дети ищут свою пару.

*Педагог-психолог:*

-Молодцы все нашли свои половинки.

-Ребята теперь внимательно посмотрите на своего партнёра. Вам необходимо будет создать робота, который будут похож не на вас самих, а на вашего партнера.

### **Совместная творческая деятельность «Создай робота»**

На столе лежат части будущего робота (*голова, тело, ноги*) для начала подумайте и решите, каким он будет, затем, выбирайте части роботов и приклеивайте их на лист бумаги.

Далее робота нужно раскрасить.

*(дети подходят к столу и выбирают части тела робота, приклеивают его на лист бумаги, затем раскрашивают).*

*(педагог-психолог включает музыку, дети подходят к столу и выбирают части тела робота, приклеивают его на лист бумаги, затем раскрашивают)*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*



На следующем этапе, педагог-психолог просит детей (по желанию) немало рассказать о роботах, которых они создали.

*Коллективное обсуждение*

Чем именно похож робот на его партнера?

Какими качествами обладает робот?

Нравится или не нравится вам робот?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

### **Занятие 3.5 «Стыд»**

*Цель:* развитие умения понимать, дифференцировать эмоциональные состояния; расширять представления детей об эмоции стыд, совершенствовать опыт эмоционального реагирования в различных ситуациях,

*Оборудование:* пиктограмма и картинки изображающие «стыд», мяч, пустые пиктограммы по количеству участников, простые карандаши.

*Место проведение:* групповая комната

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

***Упражнение «Солнышко»***

***Упражнение «Комплимент другу»***

*Основная часть*

*Беседа «Эмоция стыд»*

*Педагог-психолог:*

Мы продолжаем путешествовать по стране эмоций, эмоций очень много.

Давайте вспомним с вами, с какими мы уже познакомились.

*(ответы детей)*

Послушайте историю и попробуйте догадаться, о какой эмоции мы сегодня с вами будем говорить.

### **Рассказ «Косточка» Л.Н. Толстого**

Купила мама слив и хотела их дать после обеда. Они еще лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и все нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он все ходил мимо слив. Когда никого не было в кухне, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мама посчитала сливы и видит, одной не хватает.

Она сказала отцу. За обедом отец и говорит: «А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?» Все сказали: «Нет». Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже: «Нет, я не ел»

Тогда отец сказал: «Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточка, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то ему может стать очень плохо. Я этого боюсь»

Ваня побледнел и сказал «Нет, я косточку бросил за окошко». И все засмеялись, а Ваня заплакал. Вот такая история.

*Обсуждение рассказа*

Как вы думаете, почему Ваня заплакал?

Какую он испытывал эмоцию? *(ответы детей) стыд.*

*(педагог-психолог демонстрирует изображение человека, испытывающего стыд и пиктограмму)*

- Расскажите, как выглядит человек, которому стыдно *(Ответы детей.)*

*Педагог-психолог:*

Его плечи приподняты, голова наклонена вперед и втянута в плечи, руки опущены или спрятаны за спину. Брови подняты вверх и сдвинуты, уголки

губ опущены вниз. Переживая стыд, человек отворачивает или низко опускает голову, прячет взгляд, прикрывает глаза, часто на щеках появляется румянец. Кажется, что от стыда человек становится меньше ростом.

Давайте попробуем изобразить такого человека (*Дети выполняют задание.*)

Когда нам бывает стыдно? (Когда мы делаем то, чего нельзя делать.)

Подскажите мне, что это может быть?

(*Ответы детей.*)

*Педагог-психолог:*

Человеку бывает стыдно, когда он нарушает принятые всеми правила. Например, нельзя бегать и громко разговаривать в театре или в цирке во время представления. Стыдно бывает и тогда, когда обещаешь что-то сделать и не выполняешь своего обещания. Стыд заставляют чувствовать себя некомфортно. Эта эмоция служит нам напоминанием, что мы что-то упустили и должны извиниться перед человеком, которого мы подвели.

### **Игра «Мне было стыдно, когда ...»**

Дети должны продолжить предложение «Мне было стыдно, когда...».

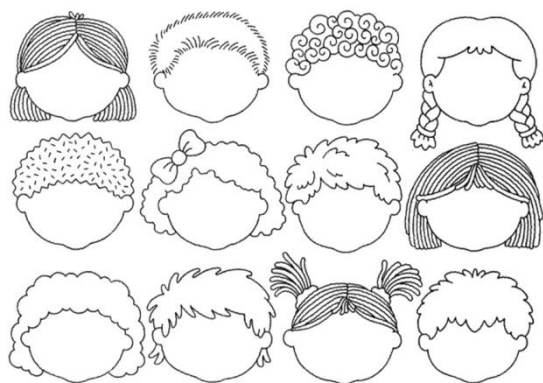
Игра проводится в кругу с мячом.

### **Совместная творческая деятельность «Изобрази эмоцию»**

(работа в парах)

*Педагог-психолог:*

-Ребята посмотрите, у вас есть вот такие изображения детей. Вам необходимо договорится и изобразить эмоции которые могут испытывать дети. И подумать почему они их испытывают.



(Приложение 1.1)

*Коллективное обсуждение.*

Какие эмоции испытывают дети?

С какой ещё эмоцией можно сравнить стыд? (вина)

Что вам сегодня запомнилось и понравилось больше всего?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви»( дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).

### **Занятие 3.6 «Счастье - это.....»**

*Цель:* формирование представления о счастье, бережного, отношения к значению слова «счастье», к окружающему миру и людям.

*Оборудование :* Мультфильм « Как ослик счастье искал», шаблоны солнышек, цветные карандаши, мелки, музыкальное сопровождение песня «Капелька счастья».

*Место проведение:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

(любое упражнение на выбор)

**Упражнение «Скажи соседу, какой он»**

**Упражнение «Передай улыбку»**

**Упражнение «Передай привет соседу»**

**Упражнение «Солнышко»**

**Упражнение «Комплимент другу»**

## *Основная часть*

Беседа « Что такое счастье?»

*Педагог-психолог:*

Ребята, А кто может ответить на вопрос «*Что такое счастье?*»

Ребята, приглашаю вас отправиться на поиски счастья вместе с осликом, которому тоже очень хотелось узнать, что такое счастье?

*(Просмотр мультфильма «Как ослик счастье искал»)*

*Обсуждение мультфильма*

*Педагог-психолог:*

- Ребята, а как вы думаете, в чем счастье каждого из героев мультфильма? Почему? *(ответы детей)*

-Почему Машенька назвала ослика, козочку и овечку счастьем? *(ответы детей)*

*(они помогли Маше, поделились самым важным, что у них есть: молоком, шерстяными вещами).*

*(Необходимо донести до детей мысль, что счастье – это возможность помогать всем, кто в этом нуждается.).*

-А как вы думаете, можно ли поделиться счастьем?

Как это можно сделать? *(ответы детей)*

*(улыбнуться или сказать другу приятные слова, подарить что-нибудь, угостить конфеткой или печеньем и т.д)*

*Педагог-психолог:*

-Ребята, А вы знаете, что во всём мире, 20 марта отмечается праздник **День счастья**. Это день улыбок, отличного настроения *(песня «Капелька счастья»)*

И я предлагаю вам сделать каждому свою эмблему счастья. Как вы думаете, на что похоже счастье? *(ответы детей)*

*(на солнышко которое нас согревает, на мамыны объятия и т.д)*

**Индивидуальная творческая деятельность «Эмблема счастья»**

Раздаём детям шаблоны солнышек для изготовления эмблемы.

*(дети приступают к работе)*

*Педагог-психолог:*

Я сегодня дарю вам счастье!

Не стесняйтесь, его берите

У себя не держите долго.

Поскорее друзьям дарите!

*(Предложить детям обменяться солнышками и подарить друг другу кусочек счастья)*

*Коллективное обсуждение:*

Что вам сегодня запомнилось и понравилось больше всего?

Трудно делиться счастьем с другими?

Что испытывали когда дарили эмблему счастье своему другу?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви» (дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 3.7 «Картина счастье»**

*Цель:* Формирование способов эффективного взаимодействия со сверстниками, преодоление коммуникативных барьеров, развитие умения бережного отношения к чувствам других

*Оборудование:* листы А-4, цветные карандаши, мелки, фломастеры музыкальное сопровождение П.А. Чайковский «Счастье», песочные часы.

*Место проведение:* групповая комната

Ход занятия

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

## **Упражнение «Солнышко»**

## **Упражнение «Комплимент другу»**

*Основная часть*

## **Совместная творческая деятельность «Картина счастья»**

*Педагог-психолог:*

- Ребята на предыдущем занятии мы с вами познакомились с понятием Счастье.

Скажите что такое счастье? *(ответы детей)*

Молодцы!

-А сейчас я предлагаю вам создать свои счастливые миры, но для этого нам необходимо создать пары. У меня есть вот такие красивые цветы, *(педагог-психолог показывает детям цветы)* найдите одинаковые это и будет ваша пара. *(Даём время на обсуждение, оговариваем с детьми, что время выполнения задания ограничено)*

Приступаем! *(педагог-психолог включает музыку, дети приступают к работе).*

*(Педагог-психолог наблюдает, как дети взаимодействуют, делает пометки в листах наблюдения)*

*Педагог-психолог:*

-Я хочу сказать, что вы все большие молодцы, что только вместе и прислушиваясь к чувствам друг друга, можно было создать такие удивительные счастливые миры.

*Коллективное обсуждение.*

Что больше всего понравилось на сегодняшнем занятии?

Какие эмоции испытали во время создания счастливых миров?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» *(дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### Занятие 3.8 «Путешествие в мир Эмоций и чувств».

*Цель:* закрепление знаний об эмоциях, развитие умения выражать эмоциональные состояния с помощью мимики, жестов, поз, слов; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека

*Оборудование:* Авторская игра «Путешествие в страну эмоций и чувств», надувной кубик, цветные магниты-фишки.

*Место проведения:* групповая комната

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

***Упражнение «Солнышко»***

***Упражнение «Комплимент другу»***

Основная часть

Беседа «Мир эмоций»

*Педагог-психолог:*

- Ребята, сегодня наше путешествие по стране эмоций заканчивается!

Давайте с вами вспомним, с какими эмоциями мы познакомились во время нашего долгого путешествия? *(ответы детей)*

Счастливые, грустные, добрые, злые... разные!

Мы с вами сегодня смогли убедиться,

Что все они нужные, все они важные!

В мире эмоций **нет превосходства,**

Своими эмоциями **умей управлять!**

Но самое важное в мире **Эмоций** –

Себя и другого **уметь понимать!**



Я приглашаю вас сегодня немного поиграть.

Игра, в которую мы сегодня будем играть, называется «Путешествие в страну эмоций и чувств», в этой стране мы с вами уже бывали и не раз.

Посмотрите есть поле и есть фишки, мы с вами разделимся на команды у каждой команды фишка своего цвета. По очереди один представитель от команды будет выходить, бросать кубик и делать ход.

Если вы попадаете в царство эмоции или чувства ваша команда должна ответить на вопросы связанные с этой эмоцией.

Но есть ещё задания с цифрами, попадая на них вы берёте любую карточку и выполняете задание всей командой.

*Коллективное обсуждение.*

Что больше всего понравилось на сегодняшнем занятии?

С какими эмоциями вы встретились в путешествии?

*Заключительная часть*

*«Пирамида дружбы и любви» (дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом).*

### **Занятие 3.9 Заключительное**

*Цель:* развитие навыков взаимодействия со сверстниками.

*Оборудование:* Все творческие работы детей, фотографии людей изображающих разные эмоции, пиктограммы эмоций, музыкальное сопровождение.

*Место проведение:* музыкальный зал

Ход занятия.

Вводная часть

*Приветствие*

*(любое упражнение на выбор)*

***Упражнение «Скажи соседу, какой он»***

***Упражнение «Передай улыбку»***

***Упражнение «Передай привет соседу»***

### ***Упражнение «Солнышко»***

### ***Упражнение «Комплимент другу»***

#### *Основная часть*

*Педагог-психолог:*

– Ребята у нас сегодня с вами заключительное занятие, и я развесила все те работы, которые вы сделали за все время нашего путешествия по стране эмоций, посмотрите на них, через что вам пришлось пройти: мы с вами грустили, удивлялись, радовались, злились, стыдились.

Только работая дружно, прислушиваясь к друг другу, понимая эмоции другого, договариваясь - можно было сделать столько прекрасных работ.

Вы большие молодцы! (*дети рассматривают свои работы*)

Какие эмоции вызывают у вас ваши работы?

*Педагог-психолог:*

-Ребята я предлагаю вам поиграть и вспомнить те эмоции, которые вы знаете.

### ***Игра «Разложи эмоции»***

По кругу разложены фотографии взрослых и детей с изображением разных эмоций. Детям необходимо разложить эмоции в соответствии с пиктограммами.

*Коллективное обсуждение*

Трудно было узнать эмоцию?

Как вы узнали, что человек на фотографии испытывает именно эту эмоцию?

Расскажите, какие эмоции вы испытываете сейчас?

*Заключительная часть*

«Пирамида дружбы и любви» (*дети из ладошек строят пирамиду вместе с педагогом-психологом*).

## Список использованной литературы

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. Спб.: БВХ-Петербург, 2012.-288с.
2. Андреева И.Н. О становлении понятия "эмоциональный интеллект" Источник: Вопросы психологии. - 2008. - №5. - С. 83-95.
3. Балакирева Т.С. Эмоции и дети - комплексные занятия педагога - психолога // Дошкольное воспитание. - 2005. - №1.
4. Брушлинский А. В. Психология индивидуального и группового субъекта. - М, - 2002. - 267 с.
5. Вачков И. В. Групповые методы в работе школьного психолога. – М.: Ось-89, 2002. - 223 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.4. - М.: Педагогика, 2004. – 432 с.
7. Гоулмон. Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ; пер. с англ. А. Исаевой.–Москва: Манн, Иванов и Фербер,2020- 544 с.
8. Готтман.Д Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей. Издание на русском языке, ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2015. - 45 с
9. Громова Т. В. Страна эмоций. — М.: Перспектива, 2002. — 25 с.
10. Данилина Т. А. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ. — М.: Айрис-пресс, 2007. — 160 с.
11. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. 1. Психическое развитие ребенка. - М.: Педагогика, 2006. - 320с.
12. Кравцова Е.Е. Психологические новообразования дошкольного возраста // Вопросы психологии. - 2009. - №6.
13. Морозова О., Даведьянова Н., Сикорский А. О постановке воспитания сообразно естественному ходу развития ребенка // Дошкольное воспитание. - 2010. - №12.
14. Минаева В. М. Развитие эмоций дошкольников: занятия, игры: пособие для практ. работников дошк. учреждений. — М.: Аркти, 1999. — 48 с.

15. Нгуен М.А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте // Культурно-историческая психология. - 2007. - №3.
16. Новикова Л.М. Эмоциональный интеллект и его развитие у детей // URL: <http://festival.1september.ru/>
17. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости. Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы. — М.: Национальный книжный центр, 2015. — 72 с
18. Ньюком Б. Н. Развитие личности ребенка. - СПб.: Питер, 2002. - 640с.
19. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. - М.: «КСП+», 2003. - 272с.
20. Плотникова Н.В. 100 и 1 игра на развитие у ребенка навыков общения и уверенности в себе. — СПб.: Речь, 2011.
21. Поддьяков А.Н. Способен ли ребенок понимать и учитывать чужую точку зрения? // Дошкольное воспитание. - 2002. - №12.
22. Психология личности и деятельности дошкольника / Под.ред. А.В. Запорожца и Д. Б. Эльконина. - М.: «Просвещение». 2008. - 295с.
23. Савенков А. И. Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 128 с.
24. Сергиенко Е.А. , Хлевная Е.А., Киселёва Т.С. Эмоциональный интеллект ребёнка и здравый смысл его родителей – М.: Издательство АСТ, 2021.- 255с
25. Танкова О. В. Как воспитать в ребенке будущего президента? Развитие эмоционального интеллекта и лидерства у детей дошкольного возраста. - 2004.-256с.
26. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. – М,: Центр педагогического образования, 2014. –32 с.
27. Яковлева Е.А. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития // Вопросы психологии. - 2013. - №4.

*Диагностические материалы*

1. Методика Нгуен Минь Ань «Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника»

**Анкета для родителей и воспитателей**

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Вопросы	Ответы	
	Да	Нет
Ребёнок вежлив в общении с вами и другими взрослыми?		
Терпим к вашим замечаниям и замечаниям других взрослых?		
Принимает участие в домашних делах (в делах детского сада)?		
Помогает своим друзьям?		
Поддерживает друзей, у которых случаются неприятности?		
Признаёт свою вину, если совершил нежелательные поступки?		
Обращает внимание на эмоциональное состояние окружающих?		
Выполняет поручения взрослых?		
Точно передаёт информацию, полученную от других людей?		
Выражает собственное мнение о поступках окружающих и их взаимоотношениях?		

**Опросник для родителей**

Уважаемые родители! Просим вас заполнить опросник. Он направлен на лучшее понимание вашего ребёнка и поможет понять, насколько вы знаете о социально-эмоциональном развитии вашего ребёнка. Просьба отвечать максимально честно. Это поможет в дальнейшем вам и вашему ребёнку. Никаких оценочных суждений данный опросник не предполагает. **Необходимо подчеркнуть ответ.**

1. Считаете ли вы своего ребёнка эмоциональным (Да\ нет/ не могу сказать)? Почему? \_\_\_\_\_
2. Как часто ваш ребёнок испытывает:  
Радость (редко/иногда/постоянно)

- Печаль (редко/иногда/постоянно)
- Злость (редко/иногда/постоянно)
- Страх редко/иногда/постоянно)
- Обиду редко/иногда/постоянно)
- Стыд (редко/иногда/постоянно)
- Зависть (редко/иногда/постоянно)
- Отвращение (редко/иногда/постоянно)
- Презрение (редко/иногда/постоянно)
3. Можно ли сказать о вашем ребёнке:
- Эмоционально возбудимый? (да\нет\возможно)
- Эмоционально заторможенный? (да\нет\возможно)
4. Наблюдаются ли у вашего ребенка яркие отрицательные реакции на определённую ситуацию, человека или предмет?
- 
5. Легко ли успокоить вашего ребенка после сильного эмоционального переживания? (да/нет/не всегда)
6. Можно ли по лицу вашего ребенка догадаться об испытываемых им чувствах? (да/нет/не могу сказать)
7. Каковы наиболее частые причины появления признаков плохого или хорошего настроения вашего ребенка)
- 
8. Может ли ваш ребенок заплакать или засмеяться, сопереживая вам, другим людям, литературным персонажам? (да/нет/иногда)
9. Понимает ли ваш ребёнок, когда кто-то нуждается в помощи и делает попытки помочь? (да/нет/иногда)
10. Принято ли у вас в семье ярко выражать эмоции и чувства? (да/нет)
11. Ваш ребёнок похож на вас (или других членов семьи) в выражении своих эмоций и чувств (да/нет)
12. Понимает ли ваш ребёнок, когда люди хмурятся, они чувствуют себя иначе, чем когда улыбаются? (да/нет/не знаю)

- 13.Замечает ли он изменения в выражении лица и настроения других?  
(да/нет/не знаю)
- 14.Распознаёт ли ваш ребёнок, когда другие чувствуют радость (да/нет/не знаю)
- 15.Рассказываете ли вы ребёнку об эмоциях, чувствах, отношениях между людьми? (часто/по ситуации/если спрашивает/редко)
- 16.Иногда вам достаточно изменить выражение лица, чтобы ребенок изменил поведение? (да/нет/иногда)
- 17.Обращаете ли вы внимание ребёнка на проявления эмоций в жизни, литературе, мультфильмах? (да/нет/ редко)

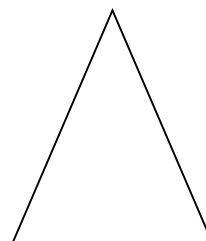
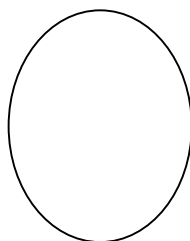
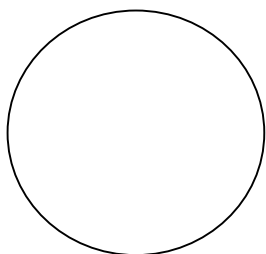
Когда вы заполняли опросник, у вас наверное возникали некоторые затруднения. Выделите для себя данные затруднения и внимательнее приглядитесь к своему ребёнку

#### *Проективная методика*

#### *«Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций».*

**Цель.** Выявить эмоциональную ориентацию ребёнка – на мир вещей или на мир людей.

**Инструкция.** Психолог предлагает детям за 15 минут добавить (дорисовать) к фигурам любые детали, чтобы получились рисунки со смыслом.



#### **Обработка результатов.**

- 0 баллов – дорисовка отсутствует; изображён предмет или животное;

- 1 балл – изображено человеческое лицо;
- 2 балла – изображён человек (выражено его эмоциональное состояние или он дан в движении).

**Уровень развития эмоционального интеллекта:**

- Низкий: 0 баллов;
- Средний: 1 – 2 балла;
- Высокий: 3 – 6 баллов
- ФИ ребёнка \_\_\_\_\_

***Проективная методика «Три желания»***

**Цель.** Выявить эмоциональную ориентацию ребёнка на себя или на других людей.

**Инструкция.**

*«Представьте, что золотая рыбка может выполнить три ваших желания. Что бы вы пожелали? Нарисуйте!».*

**Обработка результатов.**

- 0 баллов – рисунок отсутствует;
- 1 балл – рисунок связан с желанием «для себя»;
- 2 балла – рисунок связан с желанием «для других людей».

**Уровень развития эмоционального интеллекта:**

- Низкий: 0 – 3 балла
- Средний: 4 балла
- Высокий: 5 – 6 баллов

***2. Методика самооценки «Дерево»***

*Автор Д. Лампен*

Цель: определение положения респондента в социуме.

Детям предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки.



*Задание дается в следующей форме: «Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них - разное настроение и они занимают различное положение.*

*Возьмите красный фломастер и обведите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение и ваше положение. Мы проверим, насколько вы внимательны. Обратите внимание, что каждая ветка дерева может быть равна вашим достижениям и успехам.*

*Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».*



Интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится нами исходя из того, какие позиции выбирает ребенок, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Интерпретация разработана нами с учетом устных рекомендаций Д. Лампена, опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением детей,

Обработка:

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 - характеризует установку на преодоление препятствий

№ 2, 19, 18, 11, 12 - общительность, дружескую поддержку

№ 4 – устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности)

№ 5 - утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость

№ 9 - мотивация на развлечения

№ 13, 21 – отстраненность, замкнутость, тревожность

№ 8 - характеризует отстраненность от учебного процесса, уход в себя

№ 10, 15 - комфортное состояние, нормальная адаптация

№ 14 - кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство

Следует заметить, что позицию № 16 дети не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим (человечком под № 17).

#### **Методика «Лесенка» (В. Щур), Для детей 4-10 лет**

**Цель исследования:** определить особенности самооценки ребёнка (как общего отношения к себе) и представлений ребёнка о том, как его оценивают другие люди.

**Материал и оборудование:** нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

**Процедура исследования:** Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с ребёнком с использованием определённой шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

**Проведение методики:** Ребёнку дают листок с нарисованной на нём лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребёнок ваше объяснение. В случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

#### **Обработка данных и анализ результатов:**

Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку ребёнок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних

ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, но об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьёзное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам, у детей. Как правило, это связано с холодным отношением к детям, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребёнок, который приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведёт. А так как дети не могут быть хорошими постоянно и уж тем более не могут соответствовать всем притязаниям взрослых, выполнять все их требования, то, естественно, дети в этих условиях начинают сомневаться в себе, в своих силах и в любви к ним родителей. Также не уверены в себе и в родительской любви дети, которыми вообще не занимаются дома. Таким образом, как мы видим, крайнее пренебрежение ребёнком, как и крайний авторитаризм, постоянная опека и контроль, приводят к сходным результатам.

Конкретно об отношении родителей к ребёнку и их требованиях говорят ответы на вопрос о том, куда их поставят взрослые - папа, мама, воспитательница. Для нормального, комфортного самоощущения, которое связано с появлением чувства защищённости, важно, чтобы кто-то из взрослых поставил ребёнка на самую высокую ступеньку. В идеале, сам ребёнок может поставить себя на вторую ступеньку сверху, а мама (или кто-то другой из родных) ставит его на самую высокую ступеньку.

#### **Карта наблюдения за детьми в процессе взаимодействия**

Ф.И ре-бенка	№ заня-тия	Взаимо-действие с партне-ром(ми)	Общий эмоцио-нальный фон	Эмоцио-нальная отгоро-женность	Нереши-тельность	Кон-фликт-ность	Обид-чи-вость	Вспыль-чивость

## **Результаты диагностики**

**2019-2020 учебного года.**

*Методика Нгуен Минь Ань «Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника»*

В диагностики принимали участие дети подготовительной группы 20 человек

### **1. Проективная методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций».**

Цель: Выявить эмоциональную ориентацию ребёнка – на мир вещей или на мир людей.

Уровень развития эмоционального интеллекта:

- Низкий: 0 баллов; -75%
- Средний: 1 – 2 балла; - 15%
- Высокий: 3 – 6 баллов- 10%

### **2. Проективная методика «Три желания».**

Цель. Выявить эмоциональную ориентацию ребёнка на себя или на других людей.

Уровень развития эмоционального интеллекта:

- Низкий: 0 – 3 балла- 15%
- Средний: 4 балла – 70%
- Высокий: 5 – 6 баллов- 15%

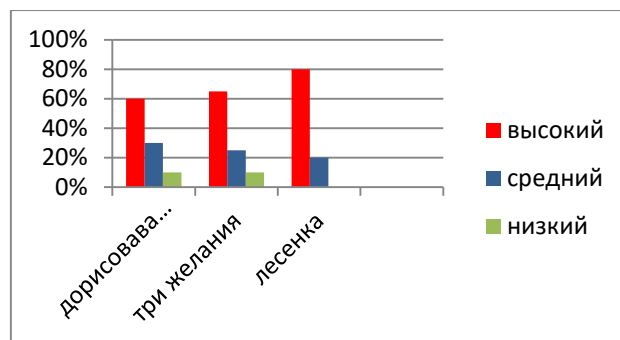
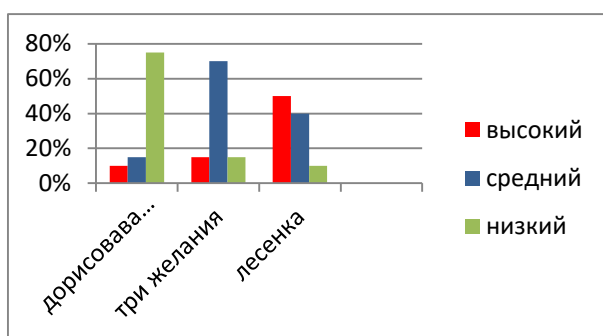
### **3. Методика самооценки «Лесенка»**

Высокая самооценка- 50%

Средняя самооценка- 40%

Низкая самооценка- 10%

Сравнительный анализ



## *Результаты диагностики*

*2020-2021 год.*

*Методика Нгуен Минь Ань «Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника»*

В диагностики принимали участие дети подготовительной группы 25 человек

**Проективная методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций».**

- Низкий: 0 баллов; -65%
- Средний: 1 – 2 балла; - 25%
- Высокий: 3 – 6 баллов- 10%

**Проективная методика «Три желания».**

- Низкий: 0 – 3 балла- 25%
- Средний: 4 балла – 70%
- Высокий: 5 – 6 баллов- 5%

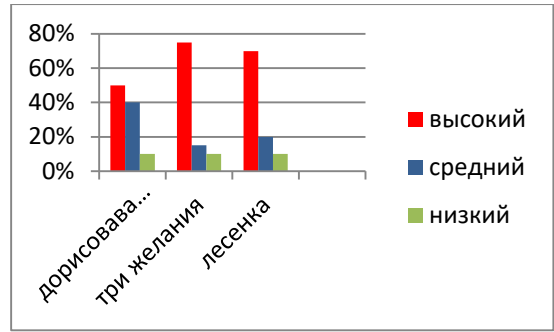
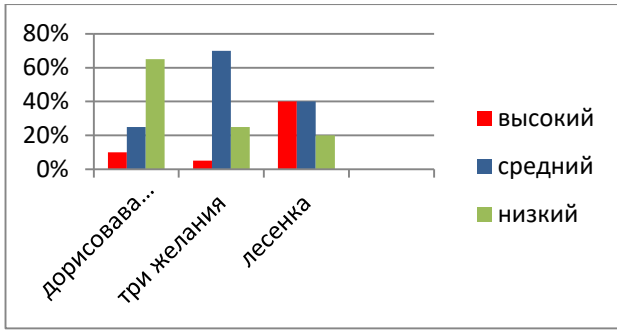
**2.Методика самооценки «Лесенка»**

Высокая самооценка- 40%

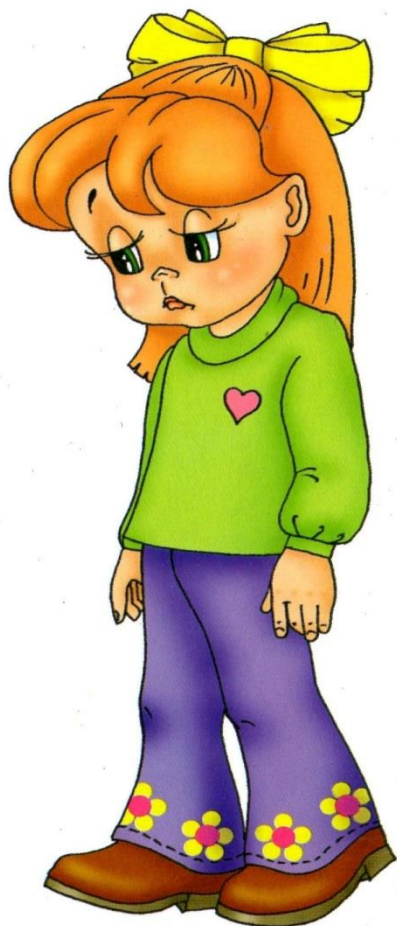
Средняя самооценка- 40%

Низкая самооценка- 20%

Сравнительный анализ



*Наглядные материалы, применяемые на занятиях*

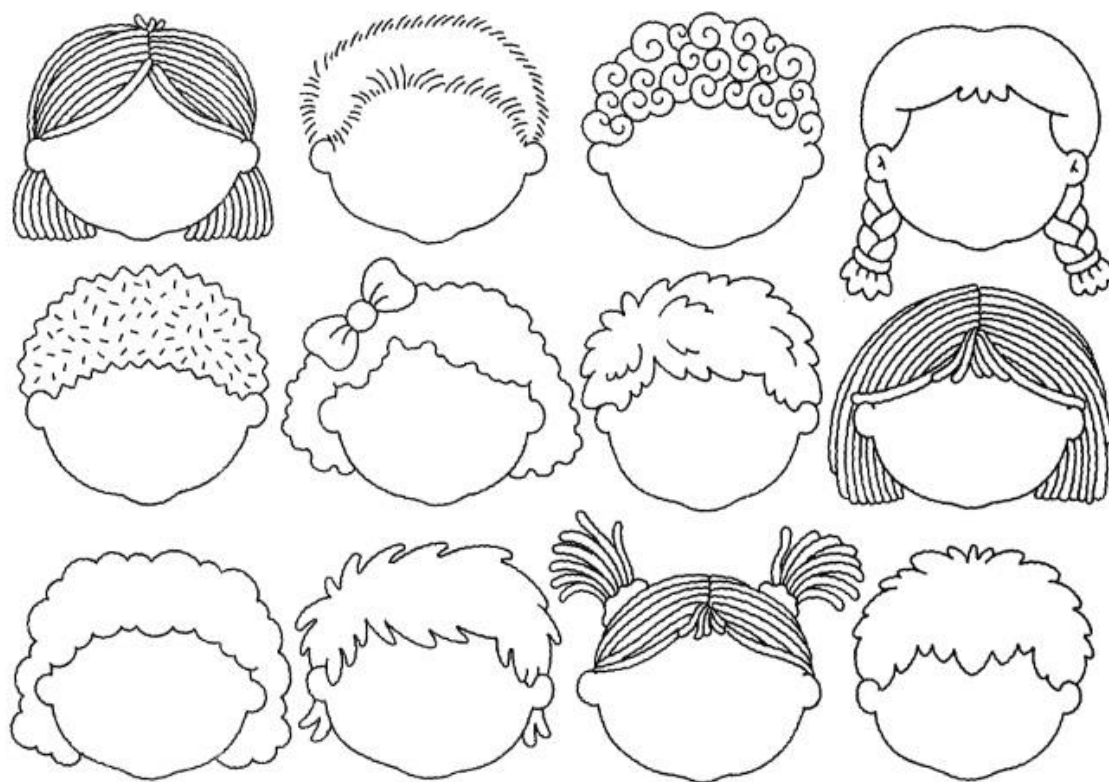


**Занятие «Обида»**



**Занятие «Удивление»**

## Занятие «Стыд»



## Пиктограммы



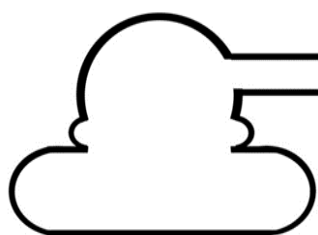
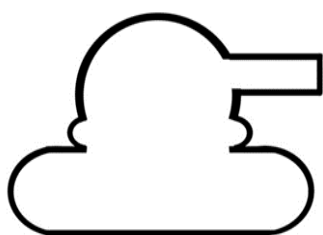
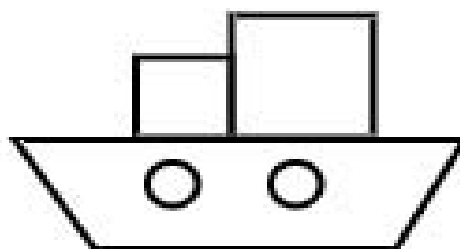
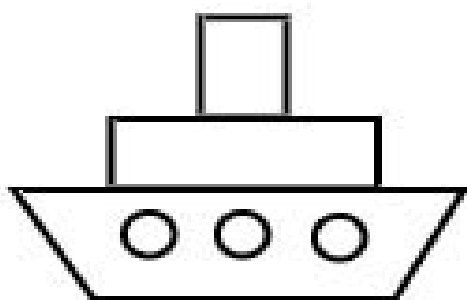
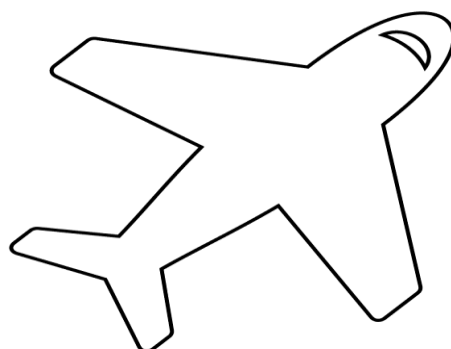
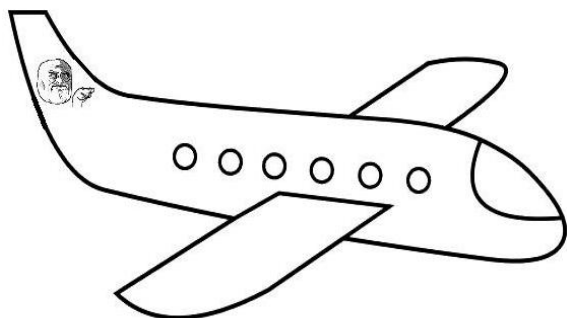




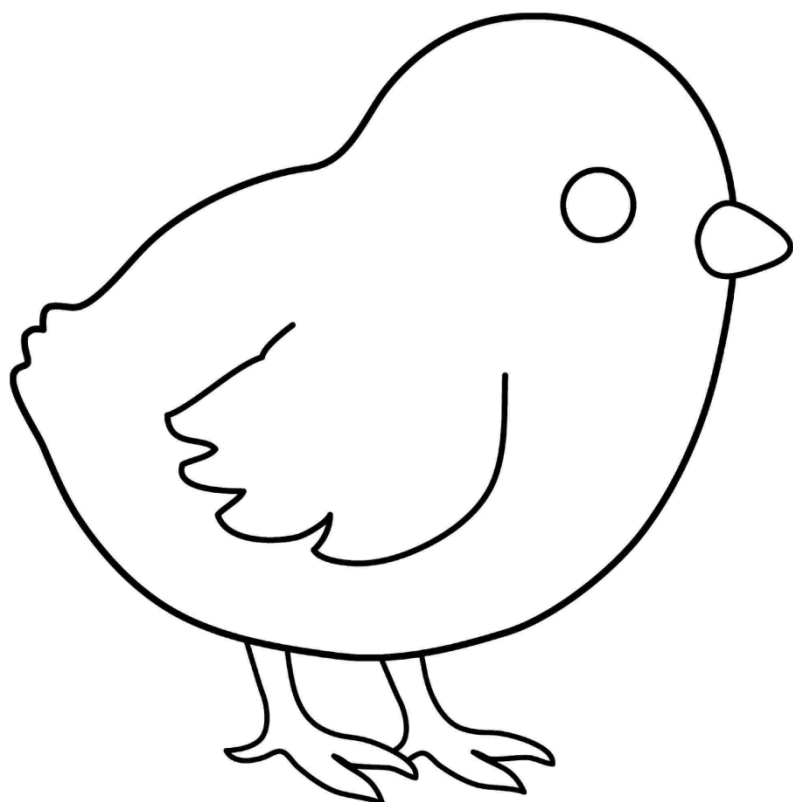
**Фото к занятию «Фабрика игрушек»**



Шаблоны к занятию «Парад военной техники»

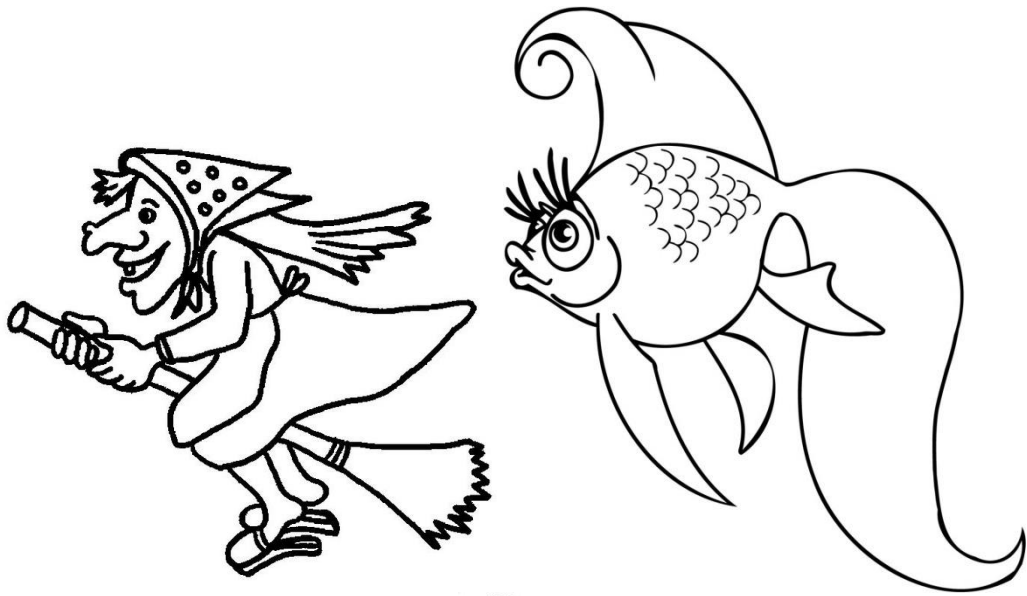


**Шаблон цыпленка к занятию «Гуляющие цыплята»**



***Сказочные герои к занятию «Сказочная страна»***





*Шаблон ладошки к занятию «День толерантности»*





## Материалы для работы с родителями

### «Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта ребёнка»

Цель: познакомить родителей с понятием «эмоциональный интеллект» и его роли в развитии эмоциональной сфере ребёнка.

Оборудование: листы с вопросами по количеству участников, презентация.

*Приветствие.*

«Подарите улыбку»

*Педагог-психолог:*

-Прежде чем обсудить роль семьи в развитии эмоционального интеллекта. Предлагаю вам опросник, который поможет вам понять, что вы знаете о ребенке и его особенностях (*Приложение 1.1*)

*Педагог-психолог:*

-Когда вы заполняли опросник, у вас наверное возникали некоторые затруднения. Выделите для себя данные затруднения и внимательнее приглядитесь к своему ребенку (*анализируем вместе с родителями, какие возникли у них трудности, в каких вопросах и почему*).

Обратите внимание, что понимание внутреннего мира своих детей непростая задача. Важно понимать собственный мир эмоции и мир эмоций вашего ребёнка. По данным Всемирного экономического форума в Давосе, для эффективного развития, адаптации и благополучия человек должен обладать навыками будущего( а если говорить точнее, то уже и настоящего):

- ✓ Критическое мышление
- ✓ Креативность
- ✓ Взаимодействие с людьми
- ✓ **Эмоциональный интеллект**
- ✓ Формирование собственного мнения и принятия решений

Мы все хотим, чтобы наши дети были счастливы, успешны, благополучны и реализовались в жизни.

Родители сегодня развивают интеллектуальные способности практически с пелёнок. И порой забываю об эмоциональном развитии своих чад.

Эмоциональный интеллект- это не развитие гениальности, быстроты ума или эрудированности. Это скорее основа развития. Исследования показывают, что дети и взрослые, умеющие понимать эмоции свои и других людей, управлять ими и использовать эмоции в качестве ресурса для достижения своих целей, могут достигать максимальных успехов во многих сферах.

Развитый эмоциональный интеллект - способствует повышению качества взаимодействия детей с ровесниками, членами семьи, значимыми взрослыми, а так же более гибкой адаптации к требованиям и сложностям окружающего мира.

Развитие эмоционального интеллекта у детей с раннего возраста повышает вероятность успеха во взрослой жизни.

Эмоциональный интеллект- это способность распознавать и понимать свои эмоции и эмоции других людей, управлять ими и использовать для достижения результатов и решения задач.

Более простыми словами ЭИ- Это способность быть компетентным в человеческих контактах и понимать себя.

Обсуждайте с детьми эмоции героев книг, мультфильмов, музыкальных произведений, обсуждайте приятные и неприятные ситуации, создающие эмоциональное напряжение вашего ребёнка проговаривайте что чувствуете вы, что чувствует он. Обсуждайте переживания взрослых и детей, общесемейные проблемы, уважение к каждому члену семьи является основой эмоционального развития.

Ваши дети должны чувствовать, что вас родителей тревожат не только их успехи в приобретении различных навыков и умений, но и внимание к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в



сознании дошкольников социальную значимость и важность этой особой сферы – сферы эмоционального отношения к другим людям.

### **Рекомендуемая литература**

Джон Готтман, Джоан Деклер  
«Эмоциональный интеллект ребёнка»  
Практическое руководство для родителей



Дэниел Гоулман  
«Эмоциональный интеллект. Почему  
он может значить больше, чем IQ»



Семинар-практикум с родителями

**«Эмоциональный мир ребёнка. Зачем и как говорить с детьми о чувствах и эмоциях»**

Цель: Повышение психолого-педагогических компетенций родителей, осознание собственных эмоций и чувств и эмоций ребёнка.

Оборудование: презентация, цветные карандаши, клей, метафорические карты «Роботы»

Приветствие.

**«Передай улыбку другу»**

*Педагог-психолог:*

-Сегодня мы с вами поговорим об эмоциях и чувствах.

- **Эмоции** (лат. *emovere* – потрясаю, волную) – элементарные, кратковременные *переживания*, возникающие у человека на ситуацию, событие, объект или человека.

Какие основные, базовые эмоции вы можете назвать?(*ответы родителей*)

*Согласно Полу Экману, базовых эмоций семь:*

*радость (довольство,) удивление, печаль (грусть,) гнев (злость) отвращение, презрение, страх.*

- **Чувства** – кристаллизация эмоций, длительные и устойчивые эмоциональные отношения человека к ситуациям, событиям, отражающие их значение. Отличительными особенностями чувств являются их осознанность, предметность и обобщенность).

Какие чувства вы можете назвать? (любовь, гордость, ненависть, мировоззренческие чувства и др.).

#### МИНИЛЕКЦИЯ О ЧУВСТВАХ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ПОНЯТНОМ ДЕТЯМ ЯЗЫКЕ (тезисы)

- Чувств очень много. Детям нужно знать, что «...все дети испытывают всевозможные чувства, и это естественно, и этого не надо ни бояться, ни стыдиться».
- Не бывает чистых чувств. «Чувства почти всегда безнадежно перепутываются друг с другом».
- Чувства могут вносить неясность в общение. «Все люди иногда не понимают своих чувств и путаются в них, но если вы научитесь лучше разбираться в своих чувствах, то станете сильнее и счастливее».
- Чувства трудно распознать. «Чувствовать – совсем не то, что знать что-нибудь. Можно прекрасно знать, что никакого вреда от грозы вам, скорее всего, не будет, но вы можете все равно бояться грома, а это уже чувство. Иногда знание о фактах совсем не влияет на чувства».

- «Эмоции влияют на все, что бы мы ни делали. Они влияют на то, что мы думаем о себе и других. Они влияют на то, как мы себя ведем. Если мы будем лучше разбираться в своих эмоциях, то лучше поймем, что с ними делать»
- Нет плохих эмоций. Для людей любого возраста нормально и естественно чувствовать гнев, смущение, радость, неловкость, испуг, ревность, сочувствие, отвагу и трусость. Нормально и естественно скучать и чувствовать любопытство, выходить из себя и потом чувствовать себя виноватым.
- Все люди разные. Одни и те же эмоции заставляют одного человека вести себя так, а другого – совершенно иначе.

Приведу вам несколько примеров.

**Дима** страшно стесняется, когда приходится с кем-то знакомиться, и он прячется за маму или старается как можно быстрее улизнуть из комнаты.

**Наташа** тоже стесняется, но старается это скрыть. Она начинает дурачиться, беситься и носиться, и про нее даже говорят, будто она много о себе воображает. Но на самом деле она пытается скрыть, как она сильно смущается.

**Соня** злится, когда взрослые говорят ей, что делать и чего не делать. Когда папа говорит, что телепередача, которую можно смотреть некоторым ее друзьям, идет слишком поздно и Соне пора спать, она закатывает настоящую истерику! Она топает ногами, хлопает дверью или говорит папе, что он злюка, и она его не любит.

**Сереза** злится точно так же, когда мама говорит, что ему придется остаться дома, потому что простуда еще не прошла. В голове у него уйма злых мыслей в мамин адрес, но он ничего не говорит. Он идет в свою комнату и долго-долго ни с кем не разговаривает

**Илья** из тех людей, которые так боятся злиться, что даже не отдают себе отчета в том, что злятся. Ему просто неприятно и как-то тревожно. К обеду у него начинает болеть живот, и нормально поесть ему не удается. Разум Ильи не знает, как сильно он разозлился, однако тело знает.

Каждый человек переживает свои чувства по-своему и ведет себя по-своему. Отчасти это происходит потому, что с самого младенчества мы по-разному учимся у родителей, как чувствовать и как обходиться со своими чувствами....

Все **родственники Сони** говорят, будто она вся в маму, а у мамы тот еще характер. Еще когда Соня была совсем маленькая, она поняла, как сильно мама может рассердиться и как она умеет кричать. Но мама Сони быстро справляется со своей злостью, смеется сама над собой и перед всеми извиняется. Может быть Соня была таким же человеком, как и ее мама, уже когда родилась.

К тому же она всю жизнь видела, что если разозлиться и показать свои чувства, ничего страшного не случится.

**Сереза** с самого рождения был тихим. Он не разговорчив. Он любит, чтобы рядом с ним были один-два человека, не больше, а в толпе у него не получается проявлять дружелюбие. Мама и папа Серези тоже тихие люди, своих чувств они не показывают. Сереза знает, что они его любят, просто они не такие, чтобы часто обниматься и целоваться. Он знает, что иногда они сердятся, но почти не показывают этого. Папа начинает глядеть на него холодно, а мама иногда скрипит зубами и считает до десяти. Сереза не хочет показывать, как он злится, и вообще ему кажется, что это как-то глупо. Чувства он держит при себе и предпочитает побыть один и остыть.

**У Ильи дома некоторые чувства запрещены.** Мама и папа уверены, будто злиться – плохо и хорошие люди никогда не испытывают подобных чувств. Папа и мама Ильи ошибаются, но их так научили родители и теперь они учат Илью тому же... Может быть, Илья даже не и не знал, как сильно он злится на постового. Он просто не позволил себе думать об этом. А потом могло получиться так, что живот у Ильи не заболел, зато за обедом Илья вдруг размахнулся и врезал мальчику, который сидел рядом и случайно его задел. Нужно было как-то найти выход чувствам. Пока этого не произо-

шло... и вот теперь он чувствует себя ужасно... В каком-то смысле Илья и его родители правы.

### « Задание Роботы»

Делим на команды по 3 -5 человек. Инструкция: перед вами части робота голова, туловище, ноги- ваша задача собрать роботов похожих на детей о которых мы говорили ( раздать характеристики детей Илья, Соня, Серёжа)

Наклеить на лист, и написать: голова- что думает, туловище- что чувствует, ноги- что делает.

*(Обсуждение)*

### **ПОЧТИТЕЛЬНАЯ ВЕРБАЛИЗАЦИЯ ЧУВСТВ (по материалам Е. В. Сидоренко)**

**Вербализация (проговаривание) чувства – это избавление от него.**

**Формулы вербализации      Чувств другого человека**  
**чувств: Своих чувств**

**Я удивлен...**

**Вы удивлены...**

**Я огорчен...**

**Вы огорчены**

**Меня задевает...**

**Вас задевает...**

**Меня тревожит...**

**Вас тревожит...**

**Меня беспокоит...**

**Вас беспокоит...**

**Я опасуюсь...**

**Вы опасаетесь...**

### **Косвенная вербализация чувств**

- Я согласен, что это может вызывать протест.

- Я понимаю, что с этим не хочется соглашаться...

- Да, это, конечно, огорчительно.

\*\*\*

– Звучит так, как будто ты... (например, не совсем доволен)...из-за того, что...

– Ты выглядишь... (например, растерянным)...из-за того что...

– Может ты... (огорчился) из-за ...

– Похоже, что ты... (переволновался) из-за...

## Метафорическая вербализация чувств

- Я киплю как чайник, просто до потолка готов подпрыгнуть, так мне это не нравится...

**Более почтительные и понятные детям формулировки для проговаривания чувств**

### Менее почтительные формулировки

для вербализации чувств

Мне обидно/тебе обидно

Я злюсь/ты злишься

Я не понимаю/ты не понимаешь

Я боюсь/ты боишься

Я нервничаю/ты нервничаешь

Меня бесит/тебя бесит

Я подавлен/ты подавлен

Мне противно/тебе противно

**Я злюсь –... меня задевает, я не совсем доволен, мне не нравится.**

**Ты злишься – ...ты недоволен? тебе не нравится?**

**Я боюсь – я опасаюсь, неуверен, мне не по себе...**

**Ты боишься – ...тебе не по себе, страшновато...?**

## Видеоклип « Берегите своих детей»

### Памятки

#### СЛОВА, В КОТОРЫХ ВАШ РЕБЕНОК НУЖДАЕТСЯ ЕЖЕДНЕВНО

∞ ∞

Я так счастлива, что ты у меня есть!

∞ ∞

Ты потрясающий помощник!

∞ ∞

Мне очень нравится, что ты так стараешься!

∞ ∞

Давай поговорим об этом!

∞ ∞

Прости меня, пожалуйста!

∞ ∞

Для меня ты – самый лучший!  
∞ ∞  
Спасибо тебе, что ты такой терпеливый!  
∞ ∞  
Ты – замечательный!  
∞ ∞  
Я люблю тебя!  
∞

### Рекомендуемая литература

И.Я. Медведева, Т.Л. Шишова «Разноцветные белые вороны»



Ю.Б. Гипшенрейтер  
«Общаться с ребенком. Как?»



### Консультация для родителей

#### **«Как развивать родителям эмоциональный интеллект ребёнка»**

Уважаемые родители !Эмоциональный интеллект не развивается за неделю или месяц — это долгий труд и работа, результат которой не проявляется моментально, сегодня вы закладываете будущее вашего ребёнка.

И конечно же, возьмите за правило: если вы не развиваете эмоциональный интеллект у себя, развить его у детей тоже не получится».

- Осознавайте свои сильные и слабые стороны — умеете их называть, понимать причины возникновения тех или иных эмоций.
- Называйте свои и чужие эмоции. Отвечайте себе на вопрос: «Что я сейчас чувствую сейчас, почему это происходит?», «Что ты чувствуешь сейчас?»

- Проявляйте эмпатию, наблюдательность, станьте отзывчивы, будьте готовы прийти на помощь тем, кто нуждается в ней.
- Уделяйте больше внимание невербальному языку общения - мимика, осанка, походка, позы, жестикация и т.д.
- При неудачах которые вас постигли не злитесь, проявляйте благодарность за полученный опыт.
- Выходите из зоны комфорта. Создавайте себе новые обучающие условия и старайтесь адаптироваться к ним, идите в свой страх.
- Научитесь признавать свою вину и научитесь извиняться. Старайтесь преодолевать страх перед ошибками.
- Проявляйте способность отключаться и переключаться с одной эмоции на другую.
- Учитесь прислушиваться к себе, не бегите от эмоций, дайте им место и время.
- Будьте готовы слушать и слышать ваших детей.

Чем лучше вы сами разбираетесь в своих эмоциях, тем скорее сможете научить своего ребёнка понимать себя и других.

Введите в свою речь формулу: «Я чувствую..., потому что..., и я хотела бы...».

На примере общения с ребенком эта фраза может быть сказана так: «Я очень расстроена, что ты разлил воду с красками . Я хотела бы, чтобы ты был внимательнее. А сейчас давай вместе всё это уберём».

### **Игры для родителей и детей**

#### **1. «Что я чувствую сегодня»**

Суть игры заключается в том, чтобы каждый вечер ребенок сам выбирал эмоцию сегодняшнего дня. «Сегодня я чувствовал радость (грусть, любопытство, злость...), когда...». Для этого распечатайте все эмоции любимого персонажа ребенка, которые он и будет выбирать для обозначения своих переживаний. Эта игра учит осознанности и принятию собственных чувств.



## 2. «Эмоции в красках»

Рисовать с ребёнком одновременно эмоции грусть, радость, злость и т.д и потом сравнить и рассказать на что похожи ваши эмоции, какого цвета, запаха.

Можно сделать целую галерею эмоций, где каждая картина — это эмоция, выраженная теми красками и композицией, которую выбрал ребенок.

## 3. «Угадай эмоцию»

Игра в которую можно играть всей семьёй. Эта игра знакомит ребенка не только с эмоциями, но и показывает, какие чувства человек ощущает в той или иной ситуации.

Суть игры: каждый получает набор из 8 карточек: радость, страх, интерес, вдохновение, грусть, удивление, доверие, злость. По желанию и по возрасту ребенка перечень можно дополнять.

Загадывающий игрок придумывает слово-понятие-ситуацию и, выбирает к ней подходящую эмоцию, выкладывает карточку в круг закрытой. Остальные участники должны угадать: какую же эмоцию вызывает у игрока загаданная ситуация. Выигрывает тот, кто больше всего собрал карточек с эмоциями.

Детям сложно говорить о своих эмоциях, а в игре они с лёгкостью о них говорят. Например, мама может выбрать карточку «радость» на понятие «1 сентября», а дочка — «страх».

## 4. «Замечаем эмоции»

Во время прогулки вместе с ребёнком замечайте эмоции у прохожих, обсудите с ребёнком признаки по которым можно угадать эмоцию. Посчитайте, сколько радостных людей или грустных вы встретили.

## 5. «Быстрые превращения»

Дайте ребёнку задание хаотично перемещаться по комнате. А затем по вашей команде изобразить называемый персонаж и его эмоции.

- ✓ Певец стоящий на сцене после удачного выступления

- ✓ Разбил дорогую вазу в гостях у друга
- ✓ Играешь с весёлым щенком
- ✓ Получаешь подарок на день рождения
- ✓ Играешь в футбол и получил мячом по голове и т.д

Читайте и обсуждайте стихи, рассказы с детьми. Слушайте музыку.

И помните не столь важно, чему мы учим детей, сколь то, какой пример, мы показываем. А самый важный пример - это умение быть счастливыми.

### Рекомендуемая литература

« Эмоциональный интеллект ребёнка и здравый смысл его родителей»

Е. Сергиенко, Е. Хлевная, Т.Киселёва



### Детско-родительский тренинг « Картина Счастья»

**Цель:** гармонизация детско-родительских отношений, установление атмосферы доверия и взаимопонимания между родителями и детьми.

#### **Задачи:**

- способствовать формированию у родителей уверенности в собственных педагогических возможностях, умения понимать эмоции своих детей;
- создать условия для эмоционального сближения членов семьи;
- обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций;
- способствовать формированию у детей и родителей навыков эмоциональной поддержки.

**Участники:** дети и родители подготовительной группы

**Оборудование:** шаблоны коробочек, листы А-3, цветные карандаши, мелки, фломастеры, музыкальное сопровождение.

Ход занятия  
Приветствие

« Знакомство»

Задача детей поздороваться и сказать как зовут его родителя (мама, папа), «Здравствуйте это моя/ мой.... её/его зовут.... родители здороваются и называют имя своего ребенка.

*Педагог-психолог:*

-Сегодня мы с вами отправимся в страну «Счастья»

Как вы думаете: «Что такое Счастье?»

*(Ответы родителей и детей)*

*Педагог-психолог»*

Ну что отправляемся в путь!

*«Полоса препятствий»*

Путь будет не легкий. Сначала родители ведут детей с закрытыми глазами, обходя препятствия, затем дети ведут родителей.

Подходят к столам(*заранее приготовлены листы А-3. цветные карандаши, мелки, фломастеры*)

**Упражнения Картина « Счастья»**

Наверно нет единой формулы счастья, у каждого оно своё. Попробуйте вспомнить и изобразить Что для вас каждого счастье? Так чтобы получилась картина, разговаривать запрещено, можно общаться только жестами или мимикой.( Можно связать руку родителя и ребёнка ленточкой) Время ограничено (*песочные часы 10 минут*) Когда вы закончите, придумайте название вашей картине.

*( педагог-психолог включает музыкальное сопровождение родители и дети приступают к работе)*

Обсуждение картин (*каждая пара рассказывает о своей картине, как называется, что изображено*)

Дорогие родители, а теперь посмотрите каждый на своего ребенка и скажите ему «Я так счастлив(а), что ты у меня есть!»

Рефлексия

Трудно было вам создавать вместе картину?

Какие эмоции вы испытывали?

Пирамида любви и дружбы

**Домашнее задание** (*раздать шаблоны коробочки*)

### **Упражнение Коробочка «Счастья»**

Сделать свою семейную коробочку счастья. «Сложите» в нее все, что ассоциируется у вас и вашего ребенка со счастьем визуально, на слух, вкус, обоняние и осязание, подробно обсуждая с ним его эмоции. Пример:

Зрение — счастливая улыбка;

Слух — шум морской волны;

Вкус — сладкая клубника;

Обоняние — ароматы леса после дождя;

Осязание — объятия любимого человека.

## Материалы для работы с педагогами

### Семинар-практикум

#### **«Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности дошкольника через совместную творческую деятельность»;**

**Цель:** повышения психолого-педагогической компетентности педагогов в вопросах развития эмоционального интеллекта ребенка.

#### **«ПОЗНАЙ ЭМОЦИИ И ТЫ ПОСТИГНЕШЬ ВСЬ МИР»**

Это одна из идей тех исследователей, кто занимается изучением эмоционального интеллекта, как детей, так и взрослых. На сегодняшний день Эмоциональный интеллект - одно из наиболее интенсивно развивающихся направлений исследования в современной психологии. И специалисты в этой области говорят о том, что для ребёнка развитый эмоциональный интеллект – основа успешного и, главное, счастливого будущего. Именно успешный и счастливый человек.

Ребёнок с развитым эмоциональным интеллектом в любой ситуации сделает для себя правильные выводы, и, напротив, ребёнок со слаборазвитыми социальными навыками и низким эмоциональным интеллектом может уйти в себя, стать закомплексованным, скованным в общении или даже агрессивным.

Детям особенно сложно понять весь яркий спектр чувств и эмоций, разобраться с разочарованиями и сомнениями, поражениями и даже с победами.

И наша задача педагогов и родителей научить детей понимать свои и чужие эмоции, гармонично и эффективно взаимодействовать с окружающим миром. Показать им, что нет плохих или хороших эмоций, что эмоции это друзья, помогающие в достижении целей.

Я сегодня вас познакомлю с некоторыми методами, которые я использую в работе с детьми по развитию эмоционального интеллекта.

#### **1.**

«В основе каждой сильной эмоции лежит побуждение к действию. Умение управлять этим побуждением составляет сущность эмоционального интеллекта»( Дэниел Гоулман)

Эмоциональный интеллект условно делят на 4 компонента:

**Восприятие** – способность определять собственные эмоции и эмоции других по жестам, мимике, по выражению лица.

**Понимание**- установление причинно следственных связей между эмоцией и событием вызвавшим её.( «Наша жизнь на 10% зависит от того, что с нами происходит, и на 90% от того, как мы реагируем на эти события» Джон Максвелл Американский писатель.)

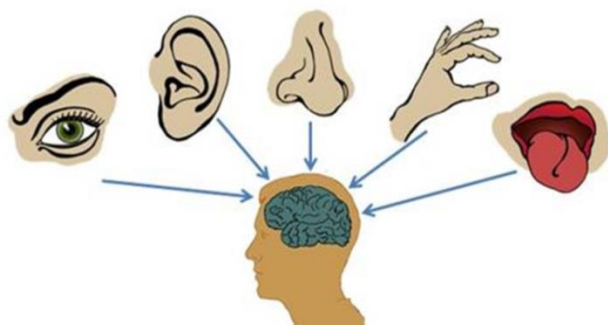
**Управление** - умение управлять собственными эмоциями, а также эмоциями других людей в целях решения практических задач.

**Стимулирование** – способность направлять свои эмоции в нужное русло( творчество, спорт и т.д)

## 2.

Виктория Шиманская, психолог, автор методики развития эмоционального интеллекта «Академия Монсиков» говорит о том, «что человек с хорошо развитым эмоциональным интеллектом это человек с хорошо развитыми сенсорными системами».

Развитие сенсорных систем ключевой момент, один из первых, который завязан на более точном восприятии эмоции. Мы получаем информацию через сенсорные системы, сознание выдаёт **определённую эмоцию**, информация получает отклик в нашем сознании и теле - так мы воспринимаем окружающую нас действительность.



И основываясь на этом утверждении, я решила включить в работу по развитию эмоционального интеллекта у детей **Тактильную сказку**.

### **Тактильная сказка (индивидуально или подгруппа)**

Понадобится волшебный сундук, в котором лежат различные предметы в соответствии с темой сказки (звуковые предметы, тактильные, пульверизатор с водой, бумага, аромамасла и т.д)

Для создания особой атмосферы ребенку закрываем глаза( в идеале темную повязку на глаза). Отключив на время зрительный анализатор, мы способствуем обострению сигналов, поступающих от других сенсорных систем, а именно обоняние – даем ребенку понюхать определенный запах, тактильное восприятие- дотрагиваемся до ребенка колючими, пушистыми, холодными предметами, слуховой- слушаем разнообразные звуки. Мы наблюдаем за ребенком и можем увидеть проявление комфорта или дискомфорта. Задаём вопросы: А как ты себя чувствовал? Было ли тебе страшно? Злился ли ты? И т.д

**3.**

### **Совместная коллективная творческая деятельность**

Исследования в этой области говорят о том, что совместная творческая деятельность является одним из действующих инструментов развития у детей эмоционального интеллекта и социальной компетентности.

Разработанная специалистами (В.Г Асеев, Ф.Д. Горбов, А.С. Чернышев) модель основана на последовательном включении детей в различные формы совместной деятельности.

Совместные коллективные занятия дают детям возможность научиться правильно выстраивать отношения со сверстниками, самоутвердиться, повысить свою самооценку. Учат социальному взаимодействию.

### «Совместная картина»

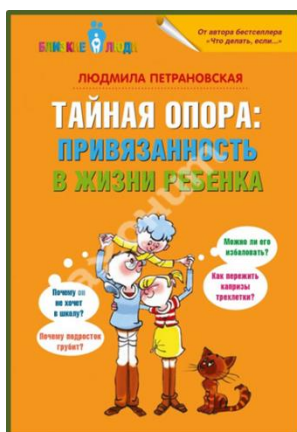
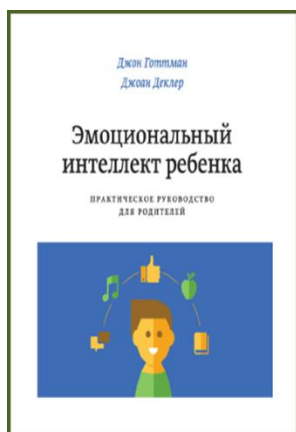
Участники делятся на две группы по 7-8 человек. Ваша задача договориться и нарисовать совместную картину на любую тему, время ограничено. Придумать название и рассказать о картине.

Рефлексия

Как вам работалось в команде?

Какие эмоции вы испытывали по отношению к участникам?

### Рекомендуемая литература





## Тренинговое занятие «Мир эмоций»

**Цель:** Развитие умения отслеживать свои эмоции, переводить их в словесную форму, регулировать интенсивность проявления.

**Количество человек:** 12.

**Продолжительность:** 1–1,5 часа.

**Материалы:** набор метафорических ассоциативных карт «О природе и погоде» Е. Мухаматулиной (включает 80 карт с изображениями и 32 карты со словами); листы А3, цветные карандаши, краски;

**Музыкальное сопровождение:** Моцарт «Душа».

**(Слайд1)**

Добрый день уважаемые педагоги! Я очень рада нашей с вами встрече.

**Упражнение-приветствие «Здравствуйтесь! Я дарю вам...»**

Педагоги, стоя в кругу, по очереди произносят и дополняют фразу «Здравствуйтесь! Я дарю вам... *(хорошее настроение, радость, оптимизм, положительный заряд бодрости, свое внимание, свою улыбку, любовь)*».

*Основная часть*

Сегодня я бы хотела с вами отправиться в мир эмоций! В наше время очень много уделяется времени и тратится сил на развитие познавательных процессов у ребенка. И очень мало на мой взгляд педагоги уделяют внимания эмоциональной сфере ребенка, дети не могут, а порой и не знают как узнать ту или иную эмоцию и наверно чтобы научить ребенка разбираться в своих эмоциях надо прежде всего начать работу над собой. Что и говорить не все взрослые могут правильно эмоционально отреагировать или объяснить что они чувствуют. Поэтому я сегодня предлагаю вам чуть -чуть прикоснуться к этому миру, миру эмоций.

**(Слайд2)**

Очень мне понравились слова Сухомлинского на экране. Хотелось бы мне познакомить вас с таким понятием как **Эмоциональный интеллект** — это **навык понимания своих чувств и эмоций. Как вы думаете в чем разница между эмоциями и чувством?**

**(Слайд3)**

- **Эмоции** (лат. *emovere* – потрясаю, волну) – особый класс психических явлений, протекающих в форме *переживаний*, отражающих отношение человека к удовлетворению или неудовлетворению актуальных потребностей.
- **Чувства** – наиболее устойчивые переживания человека, возникающие при удовлетворении или не удовлетворении социальных потребностей (любовь, гордость, ненависть, мировоззренческие чувства и др.). Отличительными особенностями чувств являются их осознанность, предметность и обобщенность. Чувства практические – чувства связанные с деятельностью (досада, удовольствие, творческий подъём).

### **Упражнение передай эмоцию.**

**1 вариант.** Вызываются несколько человек, у каждого своя карточка (написана Эмоция) назвать как можно больше ассоциации остальные угадывают.

**2 вариант.** Выстраиваются в шеренгу. Начиная с последнего, хлопаем по плечу, передаем мимикой эмоцию, крайний становится вперед.

**радость, удивление, интерес, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вина**

### **Упражнение с метафорическими картами.**

Подойти к столу выбрать карту которая наиболее близка сейчас вашему на данное время в данный момент настроению. Молодцы ! а теперь вам необходимо найти людей с картинками похожую на вашу и объединится в команды «2-3»

Рассказать, почему выбрали эту картинку, и как она отражает ваше настроение. Выбрать надписи и дать название своей команде.

### **Упражнение коллективная работа.**

Перед каждой командой на столе лежит лист А -3, ваша задача не разговаривая друг с друг нарисовать рисунок в котором обязательно должно быть дерево, водоем, суша, поляна можете только мычать.

Затем нарисовать любой предмет, животное что хотите. Раскрасить. Рассказать о своём герое от своего имени. Например: « я Изелла, я бабочка, я красивая, легкая, и т.д

Приложить на рисунок. Если всех все устраивает приклеить . Составить рассказ по своей картине. Название, что происходит на вашей картине. Как вам работалось в команде? Что чувствовали по отношению к другим ? Мешали они вам или нет? Какие эмоции вы испытывали во время совместной деятельности

Рефлексия:

Что больше всего понравилось?

В чем были трудности?

Комфортно ли вы себя ощущали, когда надо было рассказать о себе?

### **Тренинговое занятие с педагогами Картина «Счастье»**

**Цель:** Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека, навыков взаимодействия в коллективе, обучение способам снятия эмоционального напряжения.

**Оборудование:** Метафорические карты «Окна», Листы А-3, фломастеры, цветные карандаши, мелки музыкальное сопровождение П.А. Чайковский «Счастье»

Ход занятия

*Приветствие*

*Педагог-психолог:*

-Здравствуйте уважаемые коллеги! Давайте подарим друг другу хорошее настроение и комплименты личностным качествам друг друга.

« Елена Петровна вы очень ответственный человек»

**Древняя притча "Счастье"**

Бог слепил человека из глины, и остался у него не большой кусок.

- Что ещё слепить тебе? - спросил Бог у человека.

- Слепи мне счастье, - попросил человек.

Бог ничего не ответил, а просто взял и положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины.

- Подумайте и скажите, почему Бог положил человеку на ладонь оставшийся кусочек?

Как вы думаете: "Счастье - чьих рук творение?"

### **Метафорические карты «Окна»**

Выберите пожалуйста карту, которая на ваш взгляд похожа, на ваше счастье.

Подумайте, что для вас каждого есть счастье.

Пока вы думаете, я хочу вам прочитать стихотворение

#### **Л. Рубальской «Счастье».**

Сегодня кто-то продавал на перекрестке счастье.  
Оно лежало среди крючков и старых ярких платьев,  
среди усталых пыльных книг, среди кисточек и мела.  
Оно лежало и на всех неверяще смотрело.  
Народ шел мимо, редко кто вдруг подходил к прилавку  
Купить брошюрку, календарь, иголку, нить, булавку.  
И равнодушный взгляд скользил по глупой мелочёвке,  
А счастье так просилось в дом, так робко и неловко.  
Моляще поднимало взгляд, едва-едва пищало,  
Но «кто-то» мимо проходил и счастье замирало.  
Темнело, я брела домой. В карманах грея руки.  
Торговец собирал товар, чуть напевал со скуки.  
Я бы прошла, но вдруг задел молящий и печальный  
Беспомощный несчастный взгляд, как будто вздох прощальный.  
Я подошла, а за стеклом пластмассовой витрины  
комочек маленький дрожал от горя и обиды.  
Комок устал, хотел в тепло, замерз на этой стуже,  
но к сожалению комок был никому не нужен.  
— И сколько стоит? — голос мой дрожал от напряжения.  
— Что? Это? — Это! — Да бери, оно — одни мученья!  
Я бережно взяла комок, к груди его прижала,  
Закутав в складочки пальто, домой почти бежала.  
Бежала греть. Скорей, скорей! В тепло с морозных улиц,  
И даже блики фонарей, как-будто улыгнулись...  
И улыбался белый снег, и небо. Мир смеялся.  
Нашелся все же человек, что счастьем не кидался.  
Я принесла комочек в дом и стало вдруг понятно,  
Что никому его Я не отдам, и никогда Я Не верну обратно.  
Разбиваем на пары.

*Педагог-психолог:*

- Ответьте пожалуйста на вопрос одним словом, что для вас Счастье?*(ответы педагогов)*

- Попробуйте перенести ваши слова на бумагу и нарисовать то что вы сейчас сказали, так чтобы у вас получилась общая картина. (вербальное общение запрещено) У вас есть бумага, цветные мелки и ограниченное время( *пока звучит музыка П.А. Чайковский «Счастье»*).

*Участники рассказывают о своих картинах.*

*Педагог-психолог:*

- Наверно нет единой формулы счастья, у каждого оно своё. Но есть общее в наших формулах, мы все хотим мира, мы все хотим, чтобы наши дети, близкие и родные были живы и здоровы. Может быть -это и есть счастья, а может быть и нет.....

Рефлексия с участниками:

Комфортно было ли вам друг с другом?

Что чувствовали, когда происходило ваше взаимодействие?

А что чувствуете сейчас?

*Педагог-психолог:*

-Счастье является наивысшим благом для человека, и к нему следует стремиться, как к самому важному в этой жизни. Нужно суметь увидеть то, что находится рядом с нами, внутри нас, стараться лепить свое счастье самим. Все зависит от нас самих. Всего вам доброго, счастья вам, любви, успехов! Спасибо большое! Берегите своё счастье!

## **Настольная психологическая игра «Путешествие в королевство эмоций»**

### **Психологический смысл игры**

Учить ребёнка выражать свои эмоции, объяснять, что он чувствует, так же важно, как учить его читать и писать. Когда ребёнок начинает понимать, в каких ситуациях люди злятся, обижаются, радуются или стыдятся, ему легче выстраивать своё поведение, прогнозировать эмоциональные реакции других людей. Рассуждая с детьми о том, что они чувствуют, что думают, мы учим их справляться, принимать, и открыто говорить о своих эмоциях, переживаниях, страхах.

Настольная игра «Путешествие в королевство эмоций» направлена на развитие эмоционального интеллекта ребенка. Это многофункциональная игра, которая не только знакомит ребенка с разнообразным миром эмоций, но и обучает навыкам коммуникации, усидчивости, соблюдению правил, развивает речь. Игра помогает детям различать основные эмоциональные состояния, чувствовать настроение и понимать друг друга.

**Цель игры:** обучение детей распознаванию, осознанию собственных эмоций и эмоций другого человека, выражению эмоций при помощи слов.

### **Описание игры**

В игре могут принимать участие дети в возрасте от 6 лет. Количество игроков от 2 до 6. Обязательно присутствие взрослого (ведущего), который не участвует в игре, но объясняет детям правила и следит за их соблюдением. Задача игроков первыми прийти в конечный пункт «Замок Эмоций». По дороге ребята попадают в разные королевства, где живут эмоции: грусть, злость, зависть, гордость, жадность, стыд, радость, удовольствие, любопытство, страх, усталость, обида. Также есть поля с цифрами, попадая на которые ребенок должен выполнить задания, вытянув карточку с соответствующим номером.

Сначала каждый участник выбирает себе любой цвет пластилина и лепит из него человечка – это и будет его игровая фишка. Необходимо придумать человечку имя. Далее спрашиваем каждого ребенка, какой его человек (добрый, злой)? Что любит? и т.д. Затем все ставят свои фигурки на входе. С помощью карточек с цифрами (1, 2, 3 и т.д.) определяется очередность хода.

Игроки начинают продвижение к «Замку эмоций», по очереди кидая кубик и передвигая свои фигурки на соответствующее поле. Когда фигурка попадает на поле с изображением эмоции, ребёнок отвечает на вопросы ведущего:

- Как ты думаешь, в королевство какой эмоции попал твой герой?
- Назови ситуации, когда (имя героя) испытывает эту эмоцию?
- А как ты думаешь, что он чувствует?
- А что чувствуют окружающие его близкие люди?
- А как мы можем ему помочь справиться с этой эмоцией? Обращаемся за помощью к остальным участникам.
- В каких ситуациях эта эмоция мешает, а в каких помогает?

Попадая на поле с цифрами, ребенок выбирает карточку с соответствующей цифрой и выполняет задание (См. табл.).

Таблица

Задания для карточек с цифрами

1	<b>Расскажи стихотворение:</b> (Мишка косолапый) — очень грустно; — радостно; — со злостью; — с удовольствием;	4	<b>Покажи мимикой:</b> — когда тебе радостно; — когда тебе стыдно; — когда ты удивлён; — когда ты грустишь;
2	<b>Походи, как:</b> — злой медведь; — грустный лев; — радостный заяц.	5	<b>Попрыгай, как:</b> — грустный кузнечик; — радостный козлик; — злая собака.
3	<b>Улыбнись, как:</b> — кот на солнышке;	6	<b>Нахмурься, как:</b> — осенняя туча;

	— как само солнышко.		— рассерженная мама; — разъяренный лев.
--	----------------------	--	--

## Инструкция для детей

*Ведущий:*

Ребята! Сегодня мы с вами отправимся в путешествие в королевство эмоций. Но нам нужны герои, которые будут вам помогать. Посмотрите, у меня есть пластилин разного цвета. Выберите тот цвет, который вам нравится, и слепите человечка.

А пока вы будете лепить, придумайте ему имя, подумайте какой ваш человечек добрый или злой, какое у него настроение и т.д. (*пока дети лепят, можно поставить музыкальное сопровождение*). Затем вам нужно будет по очереди рассказать о своем герое.

*Ведущий:*

Ребята! Прежде чем мы отправимся в путь, послушайте и запомните правила игры. Все герои стоят на входе в королевство. Когда подойдет ваша очередь делать ход, каждый из вас бросает кубик и переставляет своего героя вперед ровно на столько шагов, сколько выпало точек на кубике. Если вы попадаете в королевство эмоции, отвечаете на вопросы ведущего, если попадаете на цифру, то вытаскиваете карточку с заданием и выполняете его. Выигрывает тот, кто первым попадет в «Замок эмоций».

Вам необходимо установить очередность хода, кто за кем будет ходить. Выбирайте карточки, на которых написаны цифры, запомните, кто ходит первым, вторым и т.д. Ставьте героев на игровое поле. Отправляемся в путь!

Игровой комплект:

- Игровое поле размером 600X540 (Рис.1)
- Кубик с точками?
- Карточки с заданиями (Рис. 1)
- Пластилин
- Описание игры
- Инструкция



