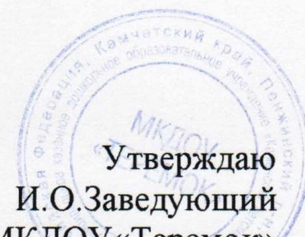


Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
«Каменский детский сад «Теремок»



Утверждаю  
И.О.Заведующий  
МКДОУ «Теремок»

*О.М. Кузьмина*  
О.М.Кузьмина  
«*27*» *08* 20*21* г.

### Коррекционно-развивающая программа

коррекции и развития эмоционально-волевой сферы для детей дошкольного  
возраста, испытывающих сложности в общении

Выполнила педагог-психолог:

Труш Т.А.

с. Каменское

2021-2022 г.

## **Коррекционно-развивающая программа коррекции и развития эмоционально-волевой сферы для детей среднего и старшего дошкольного возраста, испытывающих сложности в общении**

В последнее время наблюдаются сложности в общении между детьми дошкольного возраста. Дети часто не могут правильно оценить эмоциональное состояние своих сверстников и взрослых людей, а также испытывают трудности в выражении своего эмоционального состояния. Следствием всего этого могут быть конфликты между детьми, недопонимание между взрослым и ребёнком. Поэтому необходимо научить детей-дошкольников различать свои эмоциональные состояния и эмоции других людей, а также управлять своими эмоциями. Не стоит забывать и о том, что именно в дошкольном возрасте эмоциональная сфера легко поддаётся коррекции.

Предлагаемая программа рекомендована детям среднего, старшего и подготовительного дошкольного возраста.

**Цель программы:** коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы детей среднего и старшего, подготовительного дошкольного возраста (4-7 лет), испытывающих сложности в общении.

### **Задачи программы:**

1. Определить актуальный уровень развития эмоционально-волевой сферы ребёнка.
2. Научить детей распознавать и принимать свои эмоции.
3. Научить детей устанавливать связи между событием и эмоцией.
4. Формировать потребности родителей детей в психологических знаниях через просвещение и систему индивидуальных консультаций.

### **Методические рекомендации по организации занятий с детьми**

Программа включает в себя три этапа: первичная диагностика, коррекционно-развивающая работа, итоговая диагностика (контрольный этап).

*Цель первого этапа программы (первичной диагностики):* определение актуального уровня развития эмоционально-волевой сферы каждого участника группы.

Для реализации данного этапа программы были использованы следующие методики:

Тест измерения уровня тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амеи).

Тест «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой).

*Цель второго этапа программы (коррекционно-развивающая работа):* коррекция эмоционально-волевых нарушений, с использованием наиболее сильных сторон личности ребёнка.

*Цель третьего этапа программы (итоговая диагностика):* отслеживание эффективности программы.

**Программа предполагает занятия с педагогом-психологом 1 раз в неделю.**

**Формы работы:** индивидуальная, групповая.

Продолжительность каждого занятия – 20 минут.

### **Структура групповых занятий.**

Каждое занятие состоит из трёх частей: *вводной, основной, завершающей.*

**Цель вводной части:** вызвать чувство доверия, снизить физическое и эмоциональное напряжение участников группы. В этой части используются упражнения – приветствия, игры-разминки.

### **В основной части используются:**

- игры и упражнения на выражение эмоций с помощью мимики, позы, пантомимики;
- упражнения на выявление отношения детей к разным эмоциям;
- игры, направленные на развитие коммуникативных навыков;
- сюжетно-ролевые игры;
- рисование, лепка, аппликация;
- упражнения на установление связи между событием и эмоцией;

**Итоговая часть** занятия включает в себя упражнения на снижение мышечного напряжения, укрепления сплочённости группы. В этой части используются игры на напряжение и расслабление.

### **Методы и техники, используемые в программе**

*Арт-терапия.* Используется для развития личности ребёнка через развитие способности к самовыражению и самопознанию.

*Игротерапия.* Используется для снятия физического и эмоционального напряжения, развития уверенности в себе, снижение уровня тревожности, страхов, способствует сплочению группы.

*Телесно ориентированная терапия.* Используется для снятия мышечных зажимов, эмоционального и физического напряжения.

*Релаксация.* Освобождение от эмоционального и физического напряжения, сосредоточение на своих ощущениях.

### **Критерии эффективности программы:**

- Снижение уровня тревожности;
- развитие уверенности в себе;
- снижение уровня конфликтности во взаимодействиях со сверстниками.

### **Основные принципы коррекционно-развивающей программы**

1. Принцип единства диагностики и коррекции.

Этот принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога. Подробно рассмотренный в трудах Д.Б. Эльконина, И.В. Дубровиной и др., этот принцип является основополагающим всей коррекционной работы. Эффективная коррекционная работа может быть построена лишь на основе предварительного тщательного психологического обследования. В то же время самые точные, глубокие диагностические данные бессмысленны, если они не сопровождаются продуманной системой психолого-педагогических коррекционных мероприятий. Для реализации коррекционно-развивающей деятельности психологу необходимо контролировать динамику изменений личности, в том числе и динамику эмоциональных изменений ребёнка. Что позволяет вовремя внести коррективы в коррекционно-развивающую программу.

## **2. Принцип нормативности развития.**

Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенеза.

Таким образом, при оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и определении целей коррекционно-развивающей программы необходимо учитывать следующее:

- 1) Особенности социальной ситуации развития (например, изменение типа образовательного или воспитательного учреждения, круга общения ребенка, включая сверстников, взрослых, семейное окружение и т.д.).
- 2) Уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития.
- 3) Уровень развития ведущей деятельности ребенка, ее оптимизация.

## **3. Принцип системности развития психической деятельности.**

Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и неравномерность их развития. При определении целей и задач коррекционно-развивающей программы нельзя ограничиваться лишь актуальными на сегодняшний день проблемами, необходимо ориентироваться на ближайший прогноз развития. Реализация принципа системности развития в коррекционной работе обеспечивает направленность на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии. Успех такого пути коррекции базируется на результатах диагностического обследования, итогом которого становится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами.

## **4. Деятельностный принцип коррекции.**

Этот принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий и задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки.

## **Перечень оборудования к программе**

Демонстрационные методические материалы - изображения детей в определённых эмоциональных состояниях (радость, злость, грусть, страх, обида); изображения облаков – эмоций (радость, злость, грусть, страх, обида); изображения пиктограмм (радость, злость, грусть, страх, обида).

Раздаточные материалы по числу участников группы и для ведущего – комплекты карточек с изображением облаков – эмоций (радость, злость, грусть, страх, обида), подносы, ленточка (можно верёвку) длиной 1,5 метра, карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение 1), пиктограммы с изображениями эмоций (радость, грусть, страх, обида, злоба) разрезанных пополам, аппликации цветов, листьев, музыка различного характера (радостная, грустная), спокойная музыка, музыка с изображением звуков птиц, звуков природы, аппликация бабочки, цветные карандаши, листы бумаги формата А4 по количеству участников, верёвка, ножницы, прищепки по количеству участников, воздушные шарики по количеству участников, цветные фломастеры, картинка с изображением жирафа, текст к «счастливой сказке» (см. Приложение 2) на карточке, шариковая ручка, три верёвки (длиной 50 см.), ватман форматом А2, вырезки из журналов на тему радость (изображение радостных людей, воздушных шаров, сладостей и др.), атласные ленточки, клей ПВА, влажные салфетки для рук, изображения цветочков (из цветной бумаги) с различными эмоциями (грустные, весёлые, злые, обиженные, испуганные), подвижная музыка, приз для победителей (звёздочки, смайлики), изображение грустного и весёлого человека, солнца, тучки, капли дождя, лучики, лужи, целого надутого воздушного шарика, спущенного дырявого воздушного шарика, зелёной травы, два листа форматом А3, кисточки, жёлтые и зелёные карточки (если в группе 6 участников, значит, 3 жёлтых, 3 зелёных), два письменных стола, стулья по количеству участников, воздушные шарики, с нарисованными на них смайликами (весёлым, грустным, испуганным, обиженным, злым), пластилин, доски для работы с пластилином по количеству участников, украшения в виде крупных бусинок, блёсток, пластиковые планшеты по количеству участников, карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение 3), гуашь, губки для растирания красок, клеёнки для столов, декоративные кнопки по количеству участников, классная доска, снежки из ваты, «волшебный» мешочек, карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение 4), обручи по количеству участников, аудиомэгаффон.

### Тематический план занятий

№ занятия	Тема занятия, цель занятия	Структура занятия	Время
1	<p><b>Тема занятия:</b> «Давайте знакомиться!»</p> <p><b>Цель:</b> знакомство детей друг с другом, развить чувство</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>Приветствие</b></p> <p><b>Упражнение «Солнышко»</b></p> <p><b>Упражнение «Как тебя зовут?»</b></p>	20 минут



	доверия, сплочение группы.	<p><b>Основная часть</b></p> <p>1. Упражнение «Эмоции»</p> <p>2. Упражнение «Звуки»</p> <p>3. Подвижная игра «Человечки»</p> <p>4. Упражнение «Цветные эмоции»</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>1. Упражнение «Лучики»</p> <p>2. Упражнение «Рисуем настроение»</p> <p>Рефлексия занятия</p> <p>Прощание</p>	
2	<p><b>Тема занятия: «В гостях у Радости -1»</b></p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с эмоцией радость, научить детей отличать эмоцию радость от других эмоций.</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Улыбка»</p> <p>Упражнение «Изобрази и угадай»</p> <p><b>Основная часть</b></p> <p>Упражнение «Закончи предложение»</p> <p>Упражнение «Собери эмоцию»</p> <p>Подвижная игра «Радость»</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>Релаксационное упражнение «На солнечной полянке»</p> <p>Упражнение «Рисуем эмоцию Радость»</p> <p>Рефлексия</p> <p>Прощание</p>	20 минут
3	<p><b>Тема занятия: «В гостях у Радости – 2».</b></p> <p><b>Цель:</b> продолжить</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p>Приветствие</p> <p>1. Упражнение «Радостная</p>	20 минут

	<p>знакомство детей с эмоцией радость, закрепить полученные навыки, умения на предыдущем занятии.</p>	<p><b>новость».</b></p> <p><b>2. Упражнение «Жираф».</b></p> <p><b>Основная часть</b></p> <p><b>1. Упражнение «Счастливая сказка».</b></p> <p><b>2. Упражнение «Когда я радуюсь».</b></p> <p><b>3. Упражнение «Лужи».</b></p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p><b>1. Упражнение «Коллаж».</b></p> <p><b>2. Упражнение «Страна цветов».</b></p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	
<b>4</b>	<p><b>Тема занятия: «В гостях у Грусти 1».</b></p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с эмоцией грусть, научить детей отличать эмоцию грусть от других эмоций.</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>1приветствие</b></p> <p><b>1. Упражнение «Собери букет».</b></p> <p><b>2.Упражниеие «Горячий пирожок».</b></p> <p><b>Основная часть</b></p> <p><b>1. Упражнение «Картинка».</b></p> <p><b>2. Упражнение «Паровозик эмоций».</b></p> <p><b>3. Подвижная игра «Грустный-весёлый».</b></p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p><b>1. Упражнение «Лепим эмоцию Грусть».</b></p> <p><b>2. Релаксационное упражнение «В лесу»</b></p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	<b>20 минут</b>
<b>5</b>	<p><b>Тема занятия: «В гостях у Грусти 2».</b></p>	<p><b>Вводная часть</b></p>	<b>20 минут</b>

	<p><b>Цель:</b> продолжить знакомить детей с эмоцией грусть, закрепить полученные навыки, умения на предыдущем занятии.</p>	<p><b>Приветствие</b></p> <p>1. Упражнение «Я самый-самый».</p> <p>2. Упражнение «Снежинки».</p> <p><b>Основная часть.</b></p> <p>1. Упражнение «Грустная история».</p> <p>2. Упражнение «Подбодри»</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>1. Упражнение «Картинка на память».</p> <p>2. Релаксационное упражнение «В лесу».</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	
6	<p><b>Тема занятия:</b> «Я не боюсь!»</p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с эмоцией страх, научить детей отличать эмоцию страх от других эмоций.</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>Приветствие</b></p> <p>1. Упражнение «Как я боюсь».</p> <p>2. Упражнение «Хлопаем в ладоши».</p> <p><b>Основная часть</b></p> <p>1. Упражнение «Страшная история».</p> <p>2. Упражнение «Я не боюсь».</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>1. Упражнение «Рисуем необычно».</p> <p>2. Упражнение «Снежки».</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	20 минут
7	<p><b>Тема занятия:</b> «В гостях у Обиды».</p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с эмоцией обида, научить детей отличать эмоцию</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>Приветствие</b></p> <p>1. Упражнение «Как я обижаюсь».</p> <p>2. Упражнение «Чайник».</p>	20 минут



	обиду от других эмоций.	<p><b>Основная часть</b></p> <p>1. Упражнение «Изобрази обиженного, весёлого, грустного, испуганного».</p> <p>2. Упражнение «Обидная история».</p> <p>3. Упражнение «Исправь предложение».</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>1. Упражнение «Обиженные животные».</p> <p>2. Упражнение «Рисуем Обиду».</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	
8	<p><b>Тема занятия:</b> «В гостях у Злобы».</p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с эмоцией злости, научить детей отличать эмоцию злости от других эмоций.</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>Приветствие</b></p> <p>1. Упражнение «Когда я злюсь».</p> <p><b>Основная часть</b></p> <p><b>Основная часть</b></p> <p>1. Упражнение «Разыграй историю».</p> <p>2. Упражнение «Волшебное превращение».</p> <p><b>Завершающая часть</b></p> <p>1. Упражнение «мягкая Злость».</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p><b>Прощание</b></p>	20 минут
9	<p><b>Тема занятия:</b> «Разные эмоции».</p> <p><b>Цель:</b> закрепить полученные навыки, умения на предыдущих занятиях.</p>	<p><b>Вводная часть</b></p> <p><b>Приветствие</b></p> <p>1. Упражнение «Эмоции»</p> <p>2. Упражнение «Сжимаем-разжимаем»</p> <p><b>Основная часть</b></p>	20 минут

		<b>1. Упражнение «Рисуем эмоции».</b> <b>2. Упражнение «Лепим настроение».</b> <b>Завершающая часть</b> <b>1. Релаксационное упражнение «На берегу у моря».</b> <b>Рефлексия</b> <b>Прощание</b>	
--	--	---	--

## Занятие №1

### Тема: Давайте знакомиться! (вводное занятие)

**Цель:** знакомство детей друг с другом, развить чувство доверия, сплочение группы.

**Оборудование:** изображение круга (центра Солнца), лучики из ватмана жёлтым цветом по количеству участников, включая ведущего, мячик, листочки с карточками-эмоциями (Радость, Грусть, Обида, Злоба, Страх) для каждого участника, игрушка-пищалка, колокольчик, трещотка, бубен, игрушечный барабан, картинки с изображением эмоций – смайликов (радость, грусть, злость, обида, страх), цветные карточки (красная, чёрная, коричневая, серая, синяя, фиолетовая, жёлтая, оранжевая), мячик.

#### **Вводная часть**

#### **Приветствие**

**Ведущий:** «Ребята, сегодня у вас первое занятие, давайте поприветствуем друг друга, но делать это мы будем необычным образом. Для этого нам нужно будет встать в круг, протянуть к своему соседу справа нашу левую руку и пожать нашей левой рукой правую руку вашего соседа».

#### **1. Упражнение: «Солнышко»**

**Цель:** настроить детей на занятие, вызвать положительные эмоции.

**Оборудование:** изображение Солнца с лучиками (по количеству участников, включая ведущего).

**Организация:** дети становятся вокруг изображения Солнца.

#### **Ход беседы:**

**Ведущий:** «Ребята, каждый из вас стоит на месте солнечного лучика, сейчас мы будем продолжать приветствовать друг друга, при этом нужно говорить

следующую фразу человеку, который находится справа от вас: «Я очень рад (-а) тебя здесь видеть, (называя имя участника, к которому обращаетесь)».

## **2. Упражнение: «Как тебя зовут?»**

**Цель:** познакомить детей друг с другом, вызвать чувство доверия.

**Оборудование:** мячик.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре и передают друг другу мяч

### **Ход упражнения**

**Инструкция:** «Ребята, сейчас каждый из вас по очереди будет передавать этот мяч, у кого в руках окажется мяч, тот называет своё имя и имена тех ребят, которые уже представились раньше».

### **Вопросы к упражнению:**

1. Легко ли было выполнять упражнение?
2. Если были трудности, то какие?
3. Что понравилось в данном упражнении? Есть ли то, что не понравилось?

## **Основная часть**

### **1. Упражнение «Эмоции»**

**Цель:** познакомить детей с названиями эмоций (Радость, Грусть, Обида, Злоба, Страх).

**Оборудование:** листочек с карточками-эмоциями (Радость, Грусть, Обида, Злоба, Страх) для каждого участника.

**Ведущий:** «Ребята, наша полянка не обычная, на ней растут цветочки – эмоции, хотите ли вы с ними познакомиться?»

Давайте познакомимся с первым цветочком, посмотрите на него, как вы думаете, какое у него настроение? Правильно, весёлое. А как вы догадались? Правильно, потому, что он улыбается, а вы умеете улыбаться? Покажите, как вы это делаете. Найдите у себя на листочке такую карточку, на которой изображена та эмоция, которая подходит к этому цветочку (дети у себя на листочке находят карточку с изображением «Радости»). А теперь давайте подойдём к другому цветочку, вот к этому. Как вы думаете, какое у него настроение? Правильно, грустное. А вы умеете изображать грусть? Как вы это делаете? А сейчас найдите подходящую эмоцию у себя на листочках. Как называется эта эмоция? Правильно, «Грусть». А теперь подойдём к следующему цветочку. Какое у него настроение? Правильно, похоже, что он обиделся на кого-то. А вы сможете изобразить его настроение? Найдите у себя на листочках изображение эмоции, которая подходит к этому цветочку. Как она называется? Правильно «Обида». А сейчас подойдём к следующему цветочку. Какое у него настроение? Правильно, злое. Найдите у себя на листочках эмоцию, которая подходит к этому цветочку. Как она называется?

Правильно, «Злоба». А сейчас мы подойдём к следующему цветочку. Какой он? Правильно, похоже, что он испугался чего-то. Как вы думаете, какая карточка на ваших листочках подойдёт к этому цветочку? Как называется эта эмоция? Правильно, «Страх».

А теперь сядьте на свои места. Вот мы с вами и познакомились с такими эмоциями, как **Радость, Грусть, Обида, Злоба, Страх**. Запомните, как они выглядят.

А сейчас я перемешаю все эмоции и буду показывать их по очереди вам, а вы называйте, как их зовут».

Ведущий перемешивает все карточки с эмоциями, а затем по одной показывает их детям, а дети называют эмоции.

## **2. Упражнение: «Звуки»**

**Цель:** научить детей различать разные звуки на слух, ассоциируя звуки с той или иной эмоцией, развить слуховое восприятие.

**Оборудование:** игрушка-пищалка, колокольчик, трещотка, бубен, игрушечный барабан

**Ход упражнения:** каждый из участников по очереди выходит в круг, достаёт из «волшебного» мешочка один из предметов и издаёт им звук, остальные участники по очереди отгадывают, какой предмет мог издать тот или иной звук.

В конце игры ведущий задаёт детям следующие вопросы:

- Какой предмет было отгадать легко, а какой сложно? Почему?
- Какие звуки были «весёлыми», «грустными», «злыми», «добрыми»?

## **3. Подвижная игра «Человечки»**

**Цель:** научить детей различать эмоции.

**Оборудование:** картинки с изображением эмоций – смайликов (радость, грусть, злость, обида, страх).

**Организация:** дети свободно двигаются по комнате, ведущий показывает картинку со смайликом, изображающего ту или иную эмоцию (радость, грусть, злость, обида, страх).

**Ход упражнения:** по команде ведущего дети останавливаются и изображают эмоцию, которую они увидели на картинке.

## **4. Упражнение: «Цветные эмоции»**

**Цель:** развивать эмоциональное восприятие детей.

**Оборудование:** цветные карточки (красная, чёрная, коричневая, серая, синяя, фиолетовая, жёлтая, оранжевая)

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре.

**Ход упражнения:** ведущий по очереди показывает детям карточку того или иного цвета, после предъявления каждой карточки ведущий спрашивает у детей, на какую эмоцию похожа карточка и почему.

### **Завершающая часть**

#### **1. Упражнение «Лучики»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие воображения.

**Оборудование:** изображение круга (центра Солнца), лучики из ватмана жёлтым цветом по количеству участников, включая ведущего

**Организация:** каждый из участников садится напротив лучика Солнца

#### **Ход беседы:**

**Ведущий:** «Ребята, закройте глаза, почувствуйте, как лучики Солнца прогревают вас, запомните это ощущение, побудьте в этом состоянии немного времени, а сейчас откройте глаза».

- Что вы чувствовали, когда выполняли это упражнение?

- Какими были лучи Солнца (тёплыми, холодными, добрыми, злыми, большими, маленькими и др.)

#### **2. Упражнение «Рисуем своё настроение»**

**Цель:** научить детей определять своё эмоциональное состояние, снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** листы бумаги форматом А4 по количеству участников, простые и цветные карандаши.

**Ведущий:** «А сейчас каждый из вас пусть изобразит своё эмоциональное состояние (настроение) на листочке бумаги».

#### **Рефлексия занятия:**

1. Что понравилось на занятие больше всего? Почему?

2. Чему вы научились на данном занятии?

3. Где будете использовать полученные навыки в жизни?

#### **Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше первое занятие. Давайте на прощание друг другу что-нибудь пожелаем на весь день»

Дети высказывают друг другу свои пожелания на день по кругу.

## Занятие №2

### Тема: В гостях у Радости 1

**Цель:** продолжить знакомить детей с эмоцией радость, научить детей отличать эмоцию радость от других эмоций.

**Оборудование:** ленточка (можно верёвку) длиной 1,5 метра, карточки с незаконченными предложениями (для упражнения «Закончи предложение»), пиктограммы с изображением эмоций (радость, грусть, страх, обида, злоба) разрезанных пополам, аппликации цветов, листьев, музыка различного характера (радостная, грустная), спокойная музыка, музыка с изображением звуков птиц, звуков природы, аппликация бабочки, цветные карандаши, листы бумаги форматом А4 по количеству участников, верёвка, ножницы, прищепки.

#### Вводная часть

#### Приветствие

**Оборудование:** воздушные шары по количеству участников, цветные фломастеры.

«Ребята, давайте поприветствуем друг друга. Но делать это мы будем необычным образом. Для этого нам нужно встать в круг. У меня есть «волшебные» воздушные шары и фломастеры. Сейчас каждый из вас на воздушном шарике нарисует смайлик, который и будет означать приветствие вашим товарищам, а шары с нарисованными смайликами вы подарите своему соседу справа».

#### 1. Упражнение: «Улыбка»

**Цель:** положительный настрой детей на занятие.

**Оборудование:** ленточка (можно верёвку) длиной 1,5 метра.

**Организация:** дети собираются на ковре в фигуру, изображающую улыбку.

**Ход беседы:** «Здравствуй, ребята! Я очень рада вас видеть! Сейчас мы с вами поприветствуем друг друга, но не обычным способом. На ковре лежит ленточка, как вы думаете, на что она похожа? Правильно, она похожа на улыбку. Вот и мы с вами сейчас встанем так, как изображена эта улыбка, ориентируйтесь по ленточке».

*Примечание: ведущий может встать первым, чтобы дети сориентировались, как выполнять упражнение.*

#### 2. Упражнение: «Изобрази и угадай»

**Цель:** научить детей различать эмоциональное состояние друг у друга.

**Организация:** дети сидят в кругу и по очереди изображают своё настроение, другие участники угадывают, какое настроение было изображено

#### Ход упражнения

**Ведущий:** «Ребята, а как один человек может догадаться, какое настроение у другого без слов? Правильно, по выражению лица (мимики), по движениям частей тела (пантомимике). Сейчас каждый из вас по очереди будет показывать свое настроение, а все остальные будут угадывать, какое настроение было изображено».

Все участники по кругу изображают настроение (доброе, злое, грустное, весёлое и др.).

## **Основная часть**

### **1.Упражнение «Закончи предложение»**

**Цель:** научить детей соотносить своё эмоциональное состояние с событием, ситуацией.

**Оборудование:** карточки с незаконченными предложениями.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре, ведущий по очереди зачитывает предложения на карточках, а дети по очереди заканчивают предложения (одно и то же предложение могут заканчивать несколько участников).

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, у меня в руках карточки, на каждой из этих карточек написаны предложения, но вот только они не законченные, давайте вместе придумаем конец к каждому предложению».

- Когда меня мама хвалит, я ... (радуюсь, обижаюсь, пугаюсь, грущу).
- Когда меня ругают, я ... (радуюсь, обижаюсь, пугаюсь, грущу).
- Когда у меня что-то хорошо получается, я ... (радуюсь, обижаюсь, пугаюсь, грущу).
- Когда у меня что-то не получается, я ... (радуюсь, обижаюсь, пугаюсь, грущу).
- Когда мне дарят подарки, я... (радуюсь, обижаюсь, пугаюсь, грущу).

### **2.Упражнение «Собери эмоцию»**

**Цель:** развитие воображения, мышления, закрепление название эмоций, с названиями которых дети уже знакомы.

**Оборудование:** пиктограммы с изображением эмоций (радость, грусть, страх, обида, злоба) разрезанных пополам, аппликации цветов, листьев

**Организация:** дети сидят в кругу, вокруг них на ковре (полянке) в хаотичном порядке разбросанные половинки пиктограмм с изображением эмоций (радость, грусть, страх, обида, злоба) и по команде ведущего собирают половинки эмоций.

**Инструкция:** «Ребята, волшебный ветер разорвал эмоции и разбросал их на полянке, сейчас вам нужно будет их собрать, собирайте внимательно, каждая эмоция состоит из двух частей».



### **3.Подвижная игра: «Радость»**

**Цель:** снятие физического и эмоционального напряжения, развитие слухового восприятия, умения соотносить эмоцию с характером музыки.

**Оборудование:** музыка различного характера (радостная, грустная)

**Ход игры:** ведущий по очереди включает отрывки музыкальных произведений, дети угадывают характер музыки (грустная, радостная), когда звучит радостная музыка, дети хлопают в ладоши, когда грустная – тихо сидят на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вы будете слушать отрывки из разных музыкальных произведений, вам нужно будет угадать, какое настроение у музыки. Если весёлое, тогда хлопайте в ладоши, если грустное – тихо сидите на стульчиках».

#### **Вопросы к игре:**

- 1.Какую по характеру музыку вы слышали?
- 2.Какую музыку было легко угадывать?
- 3.Была ли такая музыка, над характером которой пришлось хорошо подумать?
- 4.Были ли музыкальные произведения, в которых соединились весёлый и грустный характер?

#### **Завершающая часть**

##### **1.Релаксационное упражнение «На солнечной полянке»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие навыков физического расслабления.

**Оборудование:** спокойная музыка, музыка с изображением звуков птиц, звуков природы, аппликация бабочки.

#### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Лягте на ковёр, постарайтесь лечь так, чтобы вам было удобно. Закройте глаза, представьте, что вы находитесь на полянке, солнце согревает вас своими лучиками, вы слышите, как поют птички, шелестят листья на деревьях. Вот к вам подлетела бабочка, она села вам на руку, рассмотрите эту бабочку, посмотрите на её крылья, тельце, недалеко от вас течёт ручеёк, послушайте, как он звучит. А теперь откройте глаза как только вы будете готовы это сделать, вы вернулись в нашу комнату и теперь вы опять здесь, в этом кабинете».

#### **Вопросы к упражнению:**

- 1.Где вы себя представляли?
2. В образе кого вы себя представляли?
3. Удалось ли вам представить бабочку? Если да, то какой она была?
4. Какие звуки вы представляли?

5. Хотелось бы вам ещё раз оказаться на солнечной полянке?

## **2. Упражнение: «Рисуем эмоцию Радость»**

**Цель:** научить детей отличать эмоцию радость от других эмоций.

**Оборудование:** цветные карандаши, листы бумаги форматом А4 по количеству участников, верёвка, ножницы, прищепки.

**Организация:** дети сидят за столами

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вы будете рисовать эмоцию Радость, для этого можно использовать бумагу и цветные карандаши, которые лежат у вас на столах. После того, как вы закончите рисовать, ваши работы будут вывешены на выставку».

## **3.Рефлексия занятия:**

- Что вам понравилось сегодня на занятии?
- Что мы делали сегодня на занятии?
- Чему вы научились?

## **«Прощание»**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие. Пришло время прощаться. Теперь на прощание мы скажем друг другу «До свидания. До новой встречи».

## **Занятие №3**

### **Тема: в гостях у Радости 2**

**Цель:** продолжить знакомство детей с эмоцией радость, закрепить полученные навыки, умения на предыдущем занятии.

**Оборудование:** картинка с изображением жирафа, текст к «счастливой сказке» на карточке, шариковая ручка, три верёвки (длиной 50 см.), ватман форматом А2, цветные карандаши, фломастеры по количеству участников, вырезки из журналов на тему радость (изображение радостных людей, воздушных шаров, сладостей и др.), атласные ленточки, клей ПВА, влажные салфетки для рук, спокойная музыка для релаксации.

## **Вводная часть**

## **Приветствие**

**Оборудование:** мяч.

«Ребята, вот мы с вами и снова встретились. Я рада видеть всех вас! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого нам нужно встать в круг, передавая мяч друг другу по кругу, вы будете говорить друг другу «добрые» слова, называя имя того, к кому вы обращаетесь (например, Аня, добрая, Ваня – умный и др.). Итак, начали!».

### **1.Упражнение «Радостная новость»**

**Цель:** настроить детей на занятие, сплочение группы, развитие мышления.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу

**Инструкция:** «Ребята, подумайте, какой радостной новостью вы хотели бы поделиться сегодня с нами, после того, как будете готовы, по очереди расскажите свои радостные новости»

*Примечание: если ребёнок не может вспомнить радостную новость самостоятельно, остальные участники помогают ему.*

### **2.Упражнение «Жираф»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения

**Организация:** дети стоят в кругу

**Оборудование:** картинка с изображением жирафа.

#### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, вам знакомо это животное (ведущий показывает детям изображение жирафа)? Как оно называется? Правильно, жираф. А чем жираф отличается от других животных? Правильно, длинной шеей. Сейчас каждый из вас опробует изобразить жирафа, который вышел на прогулку и хочет сорвать листочки, чтобы покушать. Встаньте прямо, плечи расправьте, вытяните шею так, как будто вы хотите дотянуться до дерева с листиком, поверните слегка шею вправо, затем влево. Теперь постарайтесь расслабить мышцы лица, шеи, корпуса, рук, ног, ступни».

#### **Основная часть**

### **1.Упражнение «Счастливая сказка»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоциональное состояние с ситуацией, развитие воображения, мышления.

**Оборудование:** текст к счастливой сказке (см. Приложение 1) на карточке, шариковая ручка.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу

#### **Ход упражнения**

**Инструкция:** «Ребята, у меня в руках карточка, на ней написано начало сказки, но вот только нет конца, он потерялся. Сейчас вы придумаете конец сказки, но конец

должен быть счастливым. Я начну рассказывать сказку, а каждый из вас придумает (по одному предложению) продолжение сказки, первый после меня продолжит участник, которые сидит справа от меня. Итак, начали!»

Ведущий зачитывает начало сказки на карточке, а дети продолжают сказку, придумывая каждый по одному предложению, не забывая соблюдать условия упражнения (у сказки должен быть счастливый конец). В это время ведущий записывает продолжение сказки на карточку.

## **2. Упражнение «Когда я радуюсь»**

**Цель:** научить детей отличать эмоцию радость от других эмоций.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, наверное, у каждого из вас в жизни были счастливые моменты, когда вы радовались, вспомните эти моменты и расскажите о них всем нам по очереди. Итак, первый будет рассказывать свою радостную историю участник, который сидит справа от меня».

## **3. Упражнение «Лужи»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие координации движений.

**Оборудование:** три верёвки, длиной 50 см.

**Организация:** дети по очереди перепрыгивают «лужи», стараясь не задеть верёвки.

**Инструкция:** «Ребята, перед вами «лужи», их нужно перепрыгнуть, чтобы не намочить ноги, наступать на верёвки или задевать их нельзя. Перепрыгивать лужи нужно по очереди. Итак, начали!»

## **Завершающая часть**

### **1. Упражнение «Коллаж»**

**Цель:** развитие воображения, сплочение группы.

**Оборудование:** ватман форматом А2, цветные карандаши, фломастеры по количеству участников, вырезки из журналов на тему радость (изображение радостных людей, воздушных шаров, сладостей и др.), атласные ленточки, клей ПВА, влажные салфетки для рук.

**Организация:** дети сидят за столом (если нет большого стола, за которым смогли бы уместиться все участники, столы нужно сдвинуть вместе) на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, сегодня мы с вами будем создавать одну общую работу (коллаж) на тему Радость. Перед вами на столе лежат цветные карандаши, вырезки из журналов, фломастеры, атласные ленточки, клей ПВА, всё это вы можете использовать в вашей работе. Итак, начали!»

## **2.Упражнение «Страна цветов»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие воображения, формирование навыков мышечного напряжения и расслабления.

**Оборудование:** спокойная музыка для релаксации

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу

**Инструкция:** «Ребята, сядьте удобно, закройте глаза, представьте, что вы оказались в стране цветов, в этой стране живут одни цветы, а вы заглянули к ним в гости. Посмотрите вокруг себя, вас окружают разные цветочки, выберите для себя один цветок, который вам понравился больше всех, присядьте рядом с ним, посмотрите на его лепестки, стебелёк, листочки, рассмотрите каким он размером (маленький или большой), каким он цветом, какой формой его лепестки. Солнце согревает вас и ваш цветок своими лучами, вы чувствуете себя полными сил, вам легко, приятно. Побудьте в этом состоянии немного, постарайтесь запомнить его. А теперь откройте глаза и возвращайтесь к нам в комнату».

**Вопросы к упражнению:**

- 1.Где вы себя представляли? Кем вы были?
- 2.Каким был ваш цветок?
- 3.Хотелось бы вам ещё раз выполнить такое упражнение?

**Рефлексия**

- 1.Что вам понравилось сегодня на занятии?
- 2.Какие упражнения мы сегодня делали?
- 3.Чему вы сегодня научились на занятии?
- 4.Где будете использовать приобретённые навыки?

**Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие, пришло время прощаться, на прощание мы пожелаем друг другу хорошего настроения на весь день». Дети стоят в кругу и все вместе хором по команде ведущего говорят: «Желаю вам хорошего настроения на весь день!».

## **Занятие №4**

### **Тема: в гостях у Грусти 1**

**Цель:** познакомить детей с эмоцией грусть, научить детей отличать эмоцию грусть от других эмоций.

**Оборудование:** изображения цветочков (из цветной бумаги) с разными эмоциями (грустные, весёлые, злые, обиженные, испуганные), подвижная музыка, приз для победителей, изображение грустного и весёлого человека, солнца, тучки, капли

дождя, лучики, лужи, целого надутого воздушного шарика, спущенного дырявого воздушного шарика, зелёной травы, два листа форматом А3, клей для бумаги, кисточки, салфетки для рук по количеству участников, желтые и зелёные карточки (количество участников делится пополам, карточки берутся, исходя из количества участников каждой команды), два письменных стола, стулья по количеству участников, призы для победителей (звёздочки, смайлики и др.), пиктограммы эмоций, воздушные шары, с нарисованными на них смайликами (весёлым, грустным, испуганным, обиженным, злым), пластилин, доски для работы с пластилином, салфетки для рук, украшения в виде крупных бусинок, блёсток, спокойная музыка для релаксации.

## **Вводная часть**

### **Приветствие**

**Оборудование:** цветные фломастеры, листы бумаги форматом А4 по количеству участников, пластиковые планшеты.

**Организация:** дети сидят в кругу.

**Ведущий:** «Ребята, вот мы и снова встретились. Я очень рада вас всех здесь видеть! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого вы нарисуете на листочке бумаги то, с помощью чего вы хотели бы поприветствовать друг друга (например, цветочек, солнышко и др.)».

### **1. Упражнение «Собери букет».**

**Цель:** научить детей различать разные эмоции (радость, грусть, злобу, обиду, испуг).

**Оборудование:** изображения цветочков (из цветной бумаги) с разными эмоциями (грустные, весёлые, злые, обиженные, испуганные), подвижная музыка, приз для победителей

**Организация:** ребята под музыку собирают цветочки, разбросанные в хаотичном порядке на ковре

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, посмотрите вокруг себя, что вы видите? Правильно, цветочки. Сейчас под музыку вы будете их собирать».

После того, как дети соберут все цветочки, ведущий говорит следующее: «Ребята, посмотрите на те цветочки, которые вы собрали. Как вы думаете, какое у каждого из них настроение? (Дети по очереди называют, какое настроение у каждого цветочка в их руках) У всех цветочков одинаковое настроение или разное? Как вы об этом догадались? Хорошо, разбросайте снова цветочки на ковре».

Дети снова разбрасывают цветочки на ковре.

**Ведущий:** «А сейчас разбейтесь по парам, для этого посмотрите на право, человек который стоит справа от вас будет вашим партнёром. Сейчас первой паре надо

будет собрать Радостный букет, второй – Грустный, третьей – Испуганный, четвёртой – Обиженный, пятой – Злой. Пара, которая первая соберёт букет, получит приз. Итак, начали!

После того, как все букеты будут собраны, победителям вручают приз.

## **2. Упражнение «Горячий пирожок»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре.

**Инструкция:** «Ребята, представьте, что у вас в руках находится горячий пирожок, вам очень сложно его удержать, и вы перекладываете его из одной руки в другую».

### **Вопросы к упражнению**

1. Что вы чувствовали, когда выполняли это упражнение?
2. Какая у вас левая рука, а какая правая рука (тёплая, холодная, мягкая, твёрдая...)
3. Было ли легко выполнить упражнение?

### **Основная часть**

#### **1. Упражнение: «Картинка»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоции с ситуацией, различать эмоциональные состояния.

**Оборудование:** изображение грустного и весёлого человека, солнца, тучки, капли дождя, лучики, лужи, целого надутого воздушного шарика, спущенного дырявого воздушного шарика, зелёной травы, два листа форматом А3, клей для бумаги, кисточки, салфетки для рук по количеству участников, желтые и зелёные карточки (количество участников делится пополам, карточки берутся, исходя из количества участников каждой команды), два письменных стола, стулья по количеству участников, призы для победителей (звёздочки, смайлики...)

Должны получиться две картинки «Грустная» - грустный человек со спущенным воздушным шариком, тучи, капли дождя, лужи. «Весёлая» - весёлый человек с целым воздушным шариком, Солнце, лучики Солнца, зелёная трава,

**Организация:** дети на листе форматом А3 собирают аппликацию из бумажных вырезанных фигур.

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, для выполнения этого упражнения вам нужно разделить на две команды. Делать это мы будем следующим образом: у меня в руках карточки двух цветов – зелёного и жёлтого, кто вытянет зелёную – будет участниками первой команды, а кто – жёлтую – второй. Итак, вы разделились на две команды. Теперь члены каждой команды сядут за один стол.



Посмотрите на доску, на ней размещены различные предметы, вырезанные из бумаги. Перед вами лежат большие листы, кисточки, клей, салфетки. Сейчас «зелёная» команда будет собирать весёлую картинку, «жёлтая» команда – грустную. Та команда, которая соберёт картинку быстрее, получит призы. Собирать начинаем по моей команде. Итак, начали!».

### **Вопросы к упражнению:**

1. Какие картинки у Вас получились? (весёлая и грустная)
2. Как вы догадались, какие именно предметы подходят к той или иной картинке?
3. что вам понравилось больше всего?
4. Хотели бы вы выполнить такое упражнение или похожее на него ещё раз?

### **2. Упражнение «Паровозик эмоций»**

**Цель:** научить детей различать эмоции, определять эмоциональное состояние другого человека.

**Оборудование:** пиктограммы эмоций, воздушные шары, с нарисованными на них смайликами (весёлым, грустным, испуганным, обиженным, злым).

**Организация:** дети разбиваются на пары и изображают различные эмоции.

#### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, для выполнения этого упражнения вам надо будет разбиться на пары. Для этого посмотрите направо, ваш сосед справа и будет вашим партнёром в этой игре.

Прежде чем начать выполнять упражнение, давайте вспомним, с какими эмоциями мы познакомились на первом занятии (радость, грусть, обида, испуг, злоба)».

*Примечание: после того, как дети называют эмоцию, ведущий показывает пиктограмму, на которой она изображена.*

**Ведущий:** «Наши эмоции решили отправиться в путешествие, а поехать они решили на поезде. Каждая пара будет одним вагончиком, но вагончики у нас будут не обычными, первая пара будет изображать весёлый вагончик (для этого они могут взять один из шариков, которые лежат у меня на столе с изображением одной из подходящих эмоций). Изображать можно с помощью слов, звуков, мимики, пантомимики (движением тела), пиктограмм эмоций. Вторая пара будет изображать грустный вагончик. Третья пара – обиженный вагончик. Четвёртая пара – испуганный вагончик. Пятая пара – злой вагончик».

### **3. Подвижная игра «Грустный - весёлый»**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, научить детей изображать весёлые и грустные звуки.

**Организация:** дети стоят в кругу и выполняют инструкцию ведущего.

## **Ход игры**

**Ведущий:** «Ребята представьте, что внутри нашего круга лежит большой воздушный шар, мы все будем его лопать, но только каждый раз по-разному. Первый шар будет весёлым, значит и лопаться он будет весело (когда шар лопается, дети все вместе изображают весёлый звонкий звук). Второй шар будет грустным и лопаться он будет грустно (когда шар лопается, дети вместе изображают тихий глухой звук)».

*Примечание: перед началом игры ведущий показывает детям, что означают весёлый звонкий и тихий глухой звуки (демонстрирует их детям, а дети повторяют за ним).*

## **Завершающая часть**

### **1. Упражнение «Лепим эмоцию Грусть»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, научить детей отличать эмоцию грусть от других эмоций.

**Оборудование:** пластилин, доски для работы с пластилином, салфетки для рук, украшения в виде крупных бусинок, блёсток.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, сейчас мы с вами будем лепить эмоцию, у которой мы были сегодня в гостях. Кто помнит, как зовут эту эмоцию? Правильно, Грусть. Перед вами пластилин, доски для пластилина, салфетки для рук и украшения, всем этим вы можете пользоваться в своей работе, а после того, как вы закончите работать, мы устроим выставку ваших работ».

*Примечание: выставку работ можно оформить следующим образом – в центре поставить предмет (это может быть шарик из пластилина, который несколько больше и ярче остальных работ), который будет изображать эмоцию Грусть.*

### **2. Релаксационное упражнение «В лесу»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие воображения.

**Оборудование:** спокойная музыка для релаксации.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, сядьте удобно, закройте глаза. Представьте, что вы сейчас в лесу, в этом лесу много разных деревьев, цветов, птиц, животных. В центре леса стоит большое дерево, посмотрите на него, обнимите его. Прислушайтесь к звукам, которые вас окружают, запомните свои ощущения, пусть они будут с вами сегодня весь день».

**Вопросы к упражнению:**

1. Что вы представляли во время выполнения этого упражнения? (дети по очереди рассказывают, что они представляли во время выполнения упражнения)
2. Что было выполнять легко, а что сложно? Почему?

### **3.Рефлексия занятия**

- Что вы сегодня делали на занятии?
- Когда сегодня на занятии вам было весело, грустно?
- Сто вам понравилось сегодня на занятии больше всего?

### **Прощание**

**Ведущий:** «Вот и подошло к концу наше занятие, а сейчас давайте попрощаемся с эмоцией Грустью (каждый из детей прощается с Грустью и говорит ей пожелания, высказывает благодарность и др.)».

## **Занятие №5**

### **Тема: в гостях у Грусти 2**

**Цель:** продолжить знакомить детей с эмоцией грусть, закрепить полученные навыки, умения на предыдущем занятии.

**Оборудование:** спокойная музыка, набор карточек с грустными историями (см. Приложение 2), пластилин, влажные салфетки для рук, атласные ленточки разных цветов и разной длины, разные бусинки, картон форматом А4 по количеству участников.

### **Вводная часть**

#### **Приветствие**

**Ведущий:** «Ребята, вот мы и снова с вами встретились. Я очень рада вас всех здесь видеть! Давайте поприветствуем друг друга. Но приветствовать друг друга мы будем необычным образом. Посмотрите, на ковре лежат большие буквы, что там написано? (Если никто из детей не умеет читать, ведущий им помогает прочитать слово, выложенное бумажными буквами на ковре). Правильно, там написано слово «Здравствуйте!». Сейчас мы все вместе, по моей команде, когда я подниму правую руку вверх, прочитаем это слово».

#### **1.Упражнение «Я самый-самый!»**

**Цель:** настрой детей на занятие, сплочение группы.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вам по очереди нужно будет закончить предложение «Я самый (-ая) – самый (-ая)...» Первым начнёт участник, который сидит справа от меня. Итак, начали!»

#### **2.Упражнение «Снежинки»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** спокойная музыка.

**Организация:** данное упражнение дети выполняют в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, представьте, что каждый из вас превратился в снежинку, снежинки все разные и ведут они себя по-разному. Какая-то снежинка кружится, какая-то уже опустилась на землю».

*Примечание: дети двигаются как снежинки 2-3 минуты, после чего упражнение подходит к концу.*

## **Основная часть**

### **1. Упражнение «Грустная история»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоцию грусть с ситуацией.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре

**Инструкция:** «Ребята, наверное, у каждого из вас в жизни была грустная история, вспомните её, а если вы не помните такую, то можете придумать, и расскажите нам. Первым расскажет нам свою грустную историю участник, который сидит справа от меня. Итак, начали!»

#### **Вопросы к упражнению:**

1. Чья история была самой грустной? Почему?
2. Как вы думаете, как можно было исправить эту историю?

### **2. Упражнение «Подбодри»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоциональное состояние с ситуацией, развитие эмпатии, воображения.

**Оборудование:** набор карточек с грустными историями (см. Приложение 2).

**Организация:** упражнение выполняется в паре

**Инструкция:** «Ребята, для выполнения этого упражнения вам нужно будет разбиться на пары, для этого посмотрите на человека, который стоит справа от вас, этот человек и будет вашим партнёром в этом упражнении. У меня в руках карточки с грустными историями, некоторые истории похожие на те, которые вы нам рассказали. Сейчас один человек из вашей пары подойдёт ко мне и вытянет историю, вернётся обратно, затем вам с вашим партнёром нужно будет придумать, как можно помочь человеку, попавшему в грустную историю и разыграть эту историю».

## **Завершающая часть**

### **1. Упражнение «Картинка на память»**

**Цель:** развитие воображения, снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** пластилин, влажные салфетки для рук, атласные ленточки разных цветов и разной длины, разные бусинки, картон форматом А4 по количеству участников.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вспомните то, чем вы занимались сегодня на занятии, всё, о чём вы вспомните, вы можете изобразить с помощью пластилина на картоне, который лежит перед вами. Украсить свои работы вы можете атласными ленточками, бусинками, которые лежат у вас на столах. Итак, начали!»

## **2.Релаксационное упражнение «В лесу»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** спокойная музыка для релаксации.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, закройте глаза, представьте, что вы оказались в лесу, этот лес безопасен, все звери, птицы, которые живут в этом лесу добрые. Вы идёте по тропинке, вас окружают деревья, вы слышите щебет птиц, тропинка вывела вас на полянку. Там растут красивые цветы, летают бабочки. Выберите один цветок, который понравился вам больше всех, запомните, как он пахнет, как он выглядит. Вам нравится находиться на этой полянке, побудьте на ней ещё немного. А теперь откройте глаза и возвращайтесь опять в нашу группу».

### **Рефлексия**

- Что вы делали сегодня на занятии?
- Что понравилось, не понравилось сегодня на занятии? Почему?
- Чему вы сегодня научились на занятии?

### **Прощание**

**Оборудование:** воздушные шарики по количеству участников.

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие, пришло время прощаться. Для этого я вам раздам воздушные шарики, на каждом из шариков написано слово «Грусть», после того, как я вам раздам шарики, вам нужно будет отпустить их для того, чтобы они улетели, вместе с этими шариками и улетят все ваши грустные мысли!»

## **Занятие № 6**

**Тема: «Я не боюсь!»**

**Цель:** познакомить детей с эмоцией страх, научить детей отличать эмоцию страх от других эмоций.

**Оборудование:** резиновый мячик, лист бумаги форматом А4, шариковая ручка, карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение 3), гуашь, салфетки для рук, губки для растирания красок, листы бумаги форматом А4 по количеству участников, клеёнки для столов, декоративные кнопки по количеству участников, классная доска, снежки из ваты, «волшебный» мешочек.

## **Вводная часть**

### **Приветствие**

**Ведущий:** «Здравствуйте, ребята! Вот мы и снова с вами встретились! Я очень рада всех вас здесь видеть! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого нам нужно рассчитаться на «первый», «второй». Тот, кто стоит справа от меня, тот человек будет «первым» (дети рассчитываются на «первый», «второй»). Теперь первые номера встаньте напротив вторых, все вытяните вперёд свою правую руку и слегка прикоснитесь своей правой ладонью до правой ладони того, кто стоит напротив вас».

### **1. Упражнение «Как я боюсь»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоцию страх с ситуацией.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

#### **Ход занятия**

**Ведущий:** «Ребята, сегодня мы с вами поговорим о такой эмоции, как Страх. Помните, мы с ней познакомились на первом занятии? Сейчас каждый из вас по очереди попробует изобразить Страх с помощью мимики и пантомимики таким, каким он себе его представляет».

### **2. Упражнение «Хлопаем в ладоши»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Организация:** дети стоят в кругу.

**Инструкция:** «Ребята. Представьте, что вас пригласили на концерт, артисты выступили, а кто-нибудь из вас знает, что нужно делать, после того, когда артисты закончили своё выступление? Правильно, аплодировать. Давайте, покажем, как вы умеете аплодировать! (Дети, вместе с педагогом хлопают в ладоши). Молодцы!» (по команде педагога упражнение подходит к концу).

## **Основная часть**

### **1. Упражнение «Страшная история»**

**Цель:** продолжать учить детей соотносить эмоцию страх с ситуацией, определять эмоциональное состояние других детей.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

**Оборудование:** резиновый мячик, лист бумаги форматом А4, шариковая ручка.

## **Ход занятия**

**Ведущий:** «Ребята, наверное, с каждым из вас хотя бы один раз в жизни происходила странная история, и вы наверняка, уже где-то встречали эмоцию Страх. Сейчас каждому из вас нужно будет вспомнить эту встречу и рассказать свою «страшную» историю нам всем, передавая друг другу вот этот мяч. Итак, начали!»

*Примечание: дети по кругу рассказывают свои «страшные» истории, передавая при этом друг другу мяч, рассказывать начинает тот, у кого в руках окажется мяч.*

**Ведущий:** «Вот и все из вас рассказали свои «страшные» истории, а сейчас мы будем сочинять одну большую «страшную» историю. Первый человек, кому я дам мяч, начнёт рассказывать историю, а затем, по моей команде остановится, передаст мяч следующему, который продолжит историю. В конце мы получим один большой рассказ».

*Примечание: если у кого-то из участников возникнут затруднения, то остальные участники ему помогают. Ведущий записывает «страшную» историю на листе бумаги.*

**Ведущий:** «Ребята, у нас с вами получилась вот такая «страшная» история... (ведущий зачитывает «страшную» историю, которая получилась)».

## **2.Упражнение: «Я не боюсь»**

**Цель:** научить детей определять своё эмоциональное состояние, снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** карточки с незаконченными предложениями

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу.

## **Ход занятия**

**Ведущий:** «Ребята, сейчас мы с вами проверим на сколько каждый из вас смелый. У меня в руках карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение3), я буду их зачитывать, а вы все вместе в конце каждого предложения будете говорить следующие слова: «Я не боюсь»».

Вопросы к упражнению:

1.Были ли предложения, в которых сложно было сказать «Я не боюсь»? Если да, то в каких именно? А как вы думаете, почему?

2.Во всех ли предложениях вы говорили «Я не боюсь» одинаково (громко, тихо...) Почему?

## **Завершающая часть**

### **1.Упражнение «Рисуем необычно»**



**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения, развитие воображения.

**Оборудование:** гуашь, салфетки для рук, губки для растирания красок, листы бумаги форматом А4 по количеству участников, клеёнки для столов, декоративные кнопки по количеству участников, классная доска.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подходит к концу наше очередное занятие, сейчас мы будем изображать эмоцию Страх, но только необычным способом, вместо кисточек мы будем использовать губки, которые лежат у вас на столе и наши пальчики. После того, как вы все закончите рисовать, мы устроим выставку ваших работ».

*Примечание: все рисунки размещаются на классной доске, прикрепляются с помощью декоративных кнопок.*

## **2. Упражнение «Снежки»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** снежки из ваты, «волшебный» мешочек.

**Организация:** дети ходят по комнате и разбрасывают снежки.

### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, у меня в «волшебном» мешочке есть что-то интересное для вас. Как вы думаете, что это? Сейчас я раздаю каждому из вас по одному снежку, а вы можете, передвигаясь по комнате, подбрасывать снежок, можно разрывать снежок на снежинки. Итак, начали!»

*Примечание:*

*если дети не угадывают, ведущий приглашает одного из участника, чтобы он потрогал мешок и подсказал детям, что там может находиться. Когда дети угадают что там, ведущий вытаскивает из мешка снежок и показывает его детям).*

### **Рефлексия**

### **Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие. У какой эмоции в гостях вы побывали сегодня? Правильно, у Страх. Давайте, вы по очереди на прощание скажете Страху хорошие пожелания» (дети говорят Страху хорошие пожелания).

## **Занятие №7**

**Тема: В гостях у Обиды**

**Цель:** познакомить детей с эмоцией обида, научить детей отличать эмоцию обиду от других эмоций.

**Оборудование:** пиктограмма с изображением эмоции Обида, карточки с незаконченными предложениями (см. Приложение 4), листы А4 по количеству детей, цветные карандаши.

## **Вводная часть**

### **Приветствие**

**Ведущий:** «Здравствуйтесь, ребята! Вот мы и снова с вами встретились! Я очень рада всех вас здесь видеть! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого нам нужно встать в круг, большим пальцем правой руки нужно взять соседа справа за безымянный палец его левой руки. Тогда, когда вы все будете готовы, мы друг другу все вместе скажем «Здравствуйтесь!».

### **1.Упражнение «Как я обижаюсь»**

**Цель:** научить детей отличать эмоцию обиду от других эмоций, соотносить своё эмоциональное состояние с ситуацией.

**Оборудование:** пиктограмма с изображением эмоции Обида.

### **Организация:**

#### **Ход упражнения**

**Ведущий:** «Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие на обиженную поляну, как вы думаете, какая эмоция там живёт? Правильно, там живёт Обида. Когда мы познакомились с Обидой? Правильно, на первом занятии. Наверное, в жизни каждого из вас были такие моменты, когда вы обижались. Сейчас вам нужно будет по очереди изобразить Обиду так, как вы её себе представляете с помощью мимики и пантомимики».

Дети по кругу изображают Обиду. После того, как все участники изобразят эмоцию Обиду, ведущий показывает детям пиктограмму с изображением Обиды.

### **2.Упражнение «Чайник»**

**Цель:** управление состоянием мышечного напряжения и расслабления.

**Организация:** дети стоят в кругу.

**Инструкция:** «Ребята. Представьте, что каждый из вас – это чайник, в котором закипает вода. Как закипает вода в чайнике? (дети вместе с педагогом показывают, как закипает в чайнике вода). Молодцы!»

## **Основная часть**

### **1.Упражнение «Изобрази обиженного, весёлого, грустного, испуганного»**

**Цель:** научить детей различать эмоции (радость, грусть, испуг).

**Оборудование:** карточки, на которых с одной стороны изображены животные (котёнок (радость), щенок (грусть), лисёнок (грусть), зайчонок (испуг), лягушонок (обида), жеребёнок (радость)), а с другой стороны – пиктограммы эмоций (обида, радость, грусть, испуг).

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре.

**Ход упражнения:** ведущий раздаёт детям карточки с изображениями животных. Дети рассматривают карточки, затем по очереди называют животное и изображают эмоцию, которая изображена на обратной стороне карточки (обида, радость, грусть, испуг).

## **2. Упражнение «Обидная история»**

**Цель:** научить детей соотносить эмоцию обида с ситуацией.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре.

**Инструкция:** «Ребята, наверное, у каждого из вас в жизни была ситуация, когда вы обижались, вспомните эту историю и по очереди расскажите её нам. И так, первым будет рассказывать свою обидную историю участник, который сидит слева от меня».

*Примечание: если у кого-то из участников возникают затруднения, остальные участники ему помогают.*

## **3. Упражнение «Исправь предложение»**

**Цель:** научить детей соотносить своё эмоциональное состояние с ситуацией.

**Оборудование:** карточки с незаконченными предложениями.

**Организация:** дети сидят у кругу на ковре.

**Инструкция:** «Ребята, у меня в руках карточки с предложениями (см. Приложение 4), но вот только все предложения перемешались друг с другом, сейчас каждый из вас по очереди будет вытягивать у меня из рук карточку, зачитывать предложение (если ребёнок не умеет читать, ведущий читает предложение сам), которое написано на карточке и говорить, где ошибка. И так, начали!» Дети по очереди вытягивают из рук ведущего карточки с перемешанными предложениями, находят в них ошибки и исправляют.

### **Завершающая часть**

#### **1. Упражнение: «Обиженные животные»**

**Цель:** продолжать учить детей соотносить эмоцию обида с ситуацией.

**Оборудование:** белые фигурки животных (зайчик, щенок, лисёнок, медвежонок, котёнок, лягушонок) из картона, цветные карандаши по количеству участников, магнитная доска, магниты.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, перед вами на столах лежат фигурки животных, как вы думаете у кого какое животное (дети называют животных). Представьте, что животные обиделись друг на друга, вам нужно будет раскрасить фигурки, не забудьте изобразить эмоциональное состояние ваших животных. После того, когда вы все закончите раскрашивать животных, мы организуем выставку ваших работ. Итак, начали!»

## **2.Упражнение: «Рисуем Обиду»**

**Цель:** научить детей определять такое эмоциональное состояние как обида и отличать его от других эмоций.

**Оборудование:** листы А4 по количеству детей, цветные карандаши.

**Организация:** дети сидят на стульчиках за столами.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вспомните, с какой эмоцией мы сегодня с вами познакомились, и изобразите эту эмоцию такой, какой вы её представляете на листе бумаги».

## **Рефлексия**

- Что было самым интересным сегодня на занятии?
- Какие эмоции на занятии вы сегодня испытали?
- Какое у вас настроение сейчас?

## **Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие. У какой эмоции в гостях вы побывали сегодня? Правильно, у Обиды. Давайте, вы по очереди на прощание скажете Обиде хорошие пожелания» (дети говорят Обиде хорошие пожелания).

## **Занятие №8**

### **Тема: «В гостях у Злобы»**

**Цель:** познакомить детей с эмоцией злорадия, научить детей отличать эмоцию злорадия от других эмоций.

**Оборудование:** атласная лента длиной 3 метра, карточки с историями (см. Приложение 5), «волшебная» палочка, магнитная доска, магнит, лист бумаги форматом А4, фломастер, вата (можно использовать не стерильную вату), клей ПВА, кисточки, картон форматом А4 по количеству участников, влажные салфетки для рук,

## **Вводная часть**

## **Приветствие**

**Оборудование:** атласная лента длиной 3 метра.

**Ведущий:** «Здравствуйте, ребята! Вот мы и снова с вами встретились! Я очень рада всех вас здесь видеть! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого нам нужно встать в круг, взять в руки вот эту ленту. Тогда, когда вы все будете готовы, мы друг другу все вместе скажем «Здравствуйте!»».

### **1 Упражнение «Когда я злюсь»**

**Цель:** научить детей определять своё эмоциональное состояние и соотносить его с ситуацией.

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу

**Инструкция:** «Ребята, наверное, у каждого из вас в жизни была ситуация, когда вы злились. Вспомните эту ситуацию и расскажите нам её. Первым рассказывать начнёт участник, который сидит справа от меня. Итак, начали!»

#### **Основная часть**

##### **1.Упражнение «Разыграй историю»**

**Цель:** продолжать учить детей соотносить своё эмоциональное состояние с ситуацией.

**Оборудование:** карточки с историями.

**Организация:** дети выполняют упражнение в парах.

#### **Ход упражнения**

**Инструкция:** «Ребята, для выполнения этого упражнения вам необходимо разбиться на пары. Для этого посмотрите на своего соседа справа, этот человек и будет вашим партнёром в этом упражнении. Итак, у меня на столе карточки с историями из жизни мальчиков и девочек, а также зверей (см. Приложение5), сейчас кто-то один из каждой пары подойдёт к столу и возьмёт одну карточку, затем вы её прочитаете и разыграете историю или ситуацию, которая описана в карточке». Дети подходят к столу ведущего, выбирают карточки, читают истории (ситуации), затем разыгрывают ситуации (истории), которые описаны в карточках.

##### **2.Упражнение «Волшебное превращение»**

**Цель:** продолжать учить детей соотносить эмоцию с ситуацией, развитие воображения, творческого мышления.

**Оборудование:** «волшебная» палочка, магнитная доска, магнит, лист бумаги форматом А4, фломастер.

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре

**Инструкция:** «Ребята, давайте вспомним злых сказочных персонажей (дети называют: Баба Яга, Кощей Бессмертный, Бармолей, Синяя Борода, Старуха Шапокляк), как вы думаете, могут ли эти злые персонажи превратиться в добрых (дети отвечают «да» или «нет»)»? Сейчас каждый из вас будет играть роль одного

из сказочных персонажей, которые вы назвали. У меня в руках волшебная палочка, после того, как я дотронусь этой палочкой человека, который будет изображать того или иного злого сказочного персонажа, его персонаж превратится в доброго. Итак, начали!» Ведущий записывает на бумагу форматом А4, которая прикрепляется к доске, имена сказочных персонажей, которые назвали дети (количество персонажей должно быть равным количеству участников). Затем первый участник, который сидит слева от ведущего изображает первого по списку персонажа, после того, как ведущий дотрагивается «волшебной» палочкой участника, его персонаж превращается в доброго (начинает улыбаться, смеяться, говорить о хороших поступках).

### **Завершающая часть**

#### **1. Упражнение «Мягкая злоба»**

**Цель:** продолжать учить детей соотносить эмоцию с ситуацией.

**Оборудование:** вата (можно использовать не стерильную вату), клей ПВА, кисточки, картон форматом А4 по количеству участников, влажные салфетки для рук.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вы будете изображать эмоцию Злобу, но делать вы это будете необычным способом. У вас на столах лежат кусочки ваты, возьмите их в руки, попробуйте их на ощупь. Какие они? Правильно, мягкие, тёплые. Постарайтесь с помощью ваты, клея и кисточек, изобразить Злобу, так как вы её себе представляете. Вы можете изображать всё, что угодно: зверей, смайлики, природу (Солнце, тучки, облака, цветы, деревья и др.). После того, когда вы все закончите изображать Злобу, мы сделаем выставку ваших работ. Итак, начали!».

### **Рефлексия**

- Что вам понравилось сегодня на занятии больше всего?
- Чему вы научились сегодня на занятии?
- С какими эмоциями вы уже познакомились?
- С какой эмоцией познакомились сегодня?

### **Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, вот и подошло к концу наше занятие, пришло время прощаться. А теперь на прощание давайте скажем друг другу «До свидания. До новой встречи!»

## **Занятие №9 (обобщающее)**

### **Тема «Разные эмоции»**

**Цель:** закрепить полученные навыки, умения на предыдущих занятиях.

**Оборудование:** обручи по количеству участников, пиктограммы с изображением эмоций (Радость, Грусть, Страх, Обида, Злоба), цветные карандаши, листы бумаги формата А; по количеству участников, пластилин, доски для пластилина, влажные салфетки для рук, украшения (бусинки, пуговицы, атласные ленточки) разных размеров и цветов, ватман форматом А2, на который помещаются готовые работы.

## **Вводная часть**

### **Приветствие**

**Ведущий:** «Здравствуйте, ребята! Вот мы и снова с вами встретились! Я очень рада всех вас здесь видеть! Сегодня мы будем приветствовать друг друга как всегда необычным способом. Для этого нам нужно встать в обручи и посмотреть, какая общая фигура у нас получилась. Тогда, когда вы все будете готовы, мы друг другу все вместе скажем «Здравствуйте!»».

*Примечание: ведущий заранее раскладывает обручи (по количеству участников), так. Чтобы обручи в целом образовали круг.*

### **1. Упражнение «Эмоции»**

**Цель:** закрепить название эмоций, с которыми дети познакомились.

**Оборудование:** пиктограммы с изображением эмоций (Радость, Грусть, Страх, Обида, Злоба).

**Организация:** дети сидят в кругу на ковре.

**Инструкция:** «Ребята, давайте вспомним, с какими эмоциями вы познакомились на предыдущих наших занятиях (дети перечисляют эмоции). Правильно: Радость, Грусть, Страх, Обида, Злоба. Сейчас я буду по очереди называть различные эмоции и показывать их на пиктограммах, но, внимание, я буду вас путать, иногда я буду называть не те эмоции, которые я буду показывать, вам нужно будет меня исправить. Итак, начали!»

### **2. Упражнение «Сжимаем – разжимаем»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Организация:** дети стоят в кругу.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас, на счёт «один», мы будем сжимать наши ладошки, а на счёт «два» - разжимать. Выполнять это упражнение нужно внимательно!»

*Примечание: дети по команде педагога сжимают и разжимают ладони.*

## **Основная часть**

### **1. Упражнение: «Рисуем эмоции»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения.

**Оборудование:** цветные карандаши, листы бумаги формата А; по количеству участников.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, мы с вами вспомнили названия эмоций и как они выглядят, сейчас вы будете рисовать все эмоции, которые вы уже знаете (Радость, Грусть, Страх, Обида, Злоба). После того, как все закончат рисовать. Мы устроим выставку ваших работ. Итак, начали!»

## **2. Упражнение «Лепим настроение».**

**Цель:** научить детей определять своё эмоциональное состояние, развитие воображения

**Оборудование:** пластилин, доски для пластилина, влажные салфетки для рук, украшения (бусинки, пуговицы, атласные ленточки) разных размеров и цветов, ватман форматом А2, на который помещаются готовые работы.

**Организация:** дети сидят за столами на стульчиках.

**Инструкция:** «Ребята, сейчас вы будете лепить из пластилина, который у вас лежит на столах, одну из тех эмоций, с которыми мы с вами познакомились на наших занятиях. Вы помете украсить свою работу с помощью бус, пуговиц, атласных лент, которые лежат у вас на столах. После того, как вы все закончите, мы устроим выставку из ваших работ».

## **Завершающая часть**

### **1. Упражнение «На берегу у моря»**

**Цель:** снятие эмоционального и физического напряжения

**Оборудование:** спокойная музыка для релаксации

**Организация:** дети сидят на ковре в кругу

**Инструкция:** «Ребята, сядьте удобно, закройте глаза, представьте, что вы находитесь на берегу у моря, вы лежите на тёплом, немного влажном песке, солнце согревает вас своими лучами, над вами пролетают чайки, вы слышите их гогот. Ветер разносит капельки воды повсюду, сначала они попадают вам на лицо, затем на руки, живот, ноги, ступни. Вы смотрите вдаль, вас окружает бескрайнее море, солнечные лучики переливаются с прозрачной водой. Вам легко, тепло, комфортно. Запомните эти ощущения, пусть они останутся с вами на протяжении всего сегодняшнего дня. А теперь возвращайтесь обратно комнату, откройте глаза».

### **Вопросы к упражнению:**

1. Что вы себе представляли во время выполнения этого упражнения?
2. Что вам запомнилось больше всего? Почему?



3. Хотели бы вы ещё раз выполнить такое упражнение?

### **Рефлексия**

- Что вам понравилось сегодня на занятии больше всего?
- С какими эмоциями вы познакомились на занятиях?
- Чему вы научились на занятиях?
- Где в жизни вы будете использовать полученные знания на занятиях?

### **Прощание**

**Ведущий:** «Ребята, сегодня у нас было завершающее занятие. Давайте на прощание друг другу пожелаем что-то хорошее (например, хорошего настроения, слушаться родителей, воспитателей и др.)» Дети по очереди, стоя в кругу, говорят пожелания.

### **Приложения**

#### *Приложение 1*

*Текст к счастливой сказке*

*«В одном селе жили-были мать и отец, было у них двое детей – мальчик, его звали Коля и девочка, её звали Катя. Вот как-то раз играл мальчик Коля во дворе в футбол, а мячик укатился далеко-далеко, побежал Коля за мячиком, нашёл мяч, хотел вернуться назад, шёл, шёл и заблудился...»*

*Продолжение может быть примерно следующим: увидели остальные ребята, с которыми Коля играл во дворе, что Коли нет, сказали они об этом Колиной сестре Кате, решили все вместе пойти искать Колю, а чтобы не заблудиться взяли с собой пшено, и посыпали им дорогу, по которой они шли. А тем временем Коля встретил зайчика, за которым гнался серый волк, решил Коля зайчику помочь, отвлек волка, зайчик убежал, а из лап зайчика выпала дудочка, взял Коля дудочку, идёт и дудит, а ребята услышали Колю и вернулись вместе с ним домой.*

#### *Приложение №2*

### **Грустные истории**

#### *История №1*

Мальчик Коля получил плохую оценку, из-за этого он очень огорчился. Девочка Яна подбодрила его: «Не расстраивайся, Коля, следующий раз ты подготовишься к уроку лучше, чем сегодня и получишь хорошую оценку!» - сказала Яна.

Роли: мальчик Коля

девочка Яна

### *История №2*

Девочка Аня играла со своей любимой куклой, вдруг Аня заметила, что нога у куклы сломана, Аня очень расстроилась из-за этого. Но Анина воспитатель подбодрила Аню: «Не расстраивайся так Аня, мы твою куклу в больничку отвезём, там врачи вылечат ей ногу и будет кукла у тебя как новенькая» - сказала Анина воспитатель.

Роли: девочка Аня

воспитатель девочки Ани

### *История №3*

Девочка Женя убиралась и нечаянно, когда протирала пыль, разбила вазу. Женя очень расстроилась из-за этого. Но Женина мама не стала её ругать, а наоборот, похвалила и подбодрила. «Не расстраивайся, Женя, ты молодец, что убралась, только в следующий раз будь внимательней, чтобы вазу не задеть, а эту вазу мы склеим и будет она как новая» - сказала Женина мама.

Роли: девочка Женя

мама девочки Жени

### *Приложение 3*

Незаконченные предложения к упражнению «Я не боюсь»

Боли, болезни, уколов, врачей...

Воды, огня, пожара, ...

Машин, поездов, самолётов...

Высоты, глубины...

Урагана, наводнения, землетрясения...

Волка, лису, медведя, собаки, пауков...

### *Приложение 4*

1.Когда меня наказывают, мне весело (мне грустно, обидно)

2.Когда мне дарят подарок, я обижаюсь (я радуюсь)

3.Когда я болею, мне весело (мне грустно)

4.Когда погода хорошая, мне грустно (мне весело)

5.Когда у меня что-то получается, я обижаюсь (я радуюсь)

6.Когда меня хвалят, мне грустно (мне весело)

## **Ситуация №1**

### **Тигрёнок и лягушка**

Тигрёнок играл у воды с мячиком, вдруг тигрёнок увидел лягушку, которая наблюдала за игрой, в это время мячик упал в воду, тигрёнок очень сильно разозлился на лягушку.

- «Если бы не эта лягушка, я бы никогда не упустил мячик!» - сказал тигрёнок.

Роли: 1. Тигрёнок

2. Лягушка

## **Ситуация №2**

### **Исправился**

Один медвежонок решил полакомиться мёдом, думал, думал, где же ему мёд раздобыть, решил он пойти на пасеку, увидел там соты пчелиные, а в них мёд, который охраняла пчела, вот только медвежонок не вежливым оказался, слово волшебное он забыл, решил взять мёд без спросу, за что и получил – пчела его ужалила. Сильно разозлился тогда медвежонок на пчелу, вспомнил волшебное слово «Пожалуйста», за что пчела его угостила мёдом.

Роли: 1. Пчела

2. Медвежонок

## **Ситуация №3**

### **Птенец**

Надоело птенчику в гнезде сидеть и ждать, когда ему принесут еду, решил птенчик сам пойти и еду себе раздобыть. Идёт он идёт, видит по земле гусеница ползёт, вспомнил птенчик, какую еду ему приносят, решил он гусеницу клюнуть, только клюнул, гусеницы как и не было. –«Неужели я её съел?», - подумал птенчик. – «Ты меня не съел, я еле от тебя спаслась!» - недовольно сказала гусеница, она очень сильно разозлилась на птенчика за то, что он хотел её съесть.

Роли: 1.Птенчик

2.Гусеница.

