Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»
Кафедра психологии

ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР ЭМОЦИЙ: КОНСПЕКТЫ КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ (I–IX КЛАССЫ) ВТОРОГО ОТДЕЛЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Методические рекомендации

Витебск
ВГУ имени П.М. Машерова
2025

УДК 376-056.36:159.942(075.8)
ББК 74.55я73+88.252.1я73
П90

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 3 от 26.02.2025.

Составители: **М.Н. Жигальская, С.А. Качанова, О.Ф. Дорохова, О.М. Буйнич, А.А. Вежик, В.А. Казакевич, В.А. Корчинская, С.Н. Костюкович, А.В. Москалева, Н.Л. Нестеренок**

Под общей редакцией
доцента кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова,
кандидата психологических наук, доцента *С.В. Лауткиной*

Р е ц е н з е н т ы :
заведующий кафедрой психологии ВГУ имени П.М. Машерова,
кандидат психологических наук *С.Л. Богомаз*;
заведующий кафедрой педагогики, частных методик
и менеджмента образования ГУДОВ «Витебский областной институт
развития образования», магистр психологических наук *И.Н. Селезнева*

П90 **Путешествие в мир эмоций: конспекты коррекционных занятий (I–IX классы) второго отделения специальной школы :** методические рекомендации / сост.: М.Н. Жигальская [и др.] ; под общ. ред. С.В. Лауткиной. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2025. – 218 с.
ISBN 978-985-30-0224-9.

Представленные материалы позволят улучшить образовательный процесс при проведении коррекционных занятий для учащихся I–IX классов второго отделения специальной школы (специальной школы-интерната).

Данное учебное издание в первую очередь адресовано студентам, обучающимся по специальности «Специальное и инклюзивное образование», при подготовке к семинарским, практическим занятиям и организации практики в учреждениях специального образования. Но оно может послужить опорой и для дефектологов, психологов, педагогов, воспитателей, работающих с детьми с особенностями психофизического развития.

УДК 376-056.36:159.942(075.8)
ББК 74.55я73+88.252.1я73

ISBN 978-985-30-0224-9

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 5

КОНСПЕКТЫ КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЛЯ I–IX КЛАССОВ ВТОРОГО ОТДЕЛЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА С РУССКИМ ЯЗЫКОМ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ 6

I КЛАСС 6
Тема: Я и моя семья 6
Тема: Этическая грамматика «Школа вежливости» 8
Тема: Я и мое настроение 9
Тема: Что такое дружба 11
Тема: Я умею помогать 13

II КЛАСС 15
Тема: Мои ощущения и восприятия 15
Тема: Азбука настроения 16
Тема: Почему я радуюсь? 17
Тема: Почему я грущу? 19
Тема: Работа над литературным произведением: сказка «Теремок» 20

III КЛАСС 22
Тема: Мои эмоции: радость 22
Тема: Мои эмоции: грусть 24
Тема: Мои чувства: злость (гнев) 25
Тема: Учимся понимать переживания родных и близких нам людей 27
Тема: По волнам эмоций 29

IV КЛАСС 30
Тема: Мои ощущения и восприятия 30
Тема: Эмоции и настроение 32
Тема: Распознавание эмоциональных состояний смех – плач 36
Тема: Правила вежливости: «волшебные слова» 38
Тема: Секреты понимания: сочувствие 40

V КЛАСС 42
Тема: Эмоциональное состояние «страх» 42
Тема: Секреты общения 44
Тема: Нравственные качества: щедрый – жадный 46
Тема: Этика поведения «День рождения» 47
Тема: Релаксация 49

VI КЛАСС 51
Тема: Правила приветствия и прощания 51
Тема: Распознавание эмоциональных состояний: удовольствие – недовольство 53

Тема: Эмоциональное состояние обида 55
Тема: Моральные черты характера: аккуратный – неряшливый 57
Тема: Праздник «Мир наших эмоций» 59

VII КЛАСС 61
Тема: Эмоции без слов 61
Тема: Эмоции и здоровье 62
Тема: Когда мне стыдно 65
Тема: Передай добро по кругу 67
Тема: Мы играем, наши чувства развиваем 71

VIII КЛАСС 72
Тема: Калейдоскоп эмоций 72
Тема: Давайте будем удивляться! 74
Тема: Моральные черты характера: трудолюбивый – ленивый 76
Тема: Настроение моего дня 78
Тема: От улыбки станет всем светлей 81

IX КЛАСС 82
Тема: Наши эмоции 82
Тема: Что такое хорошо и что такое плохо 85
Тема: Справляемся с плохим настроением 87
Тема: Любовь – забота 89
Тема: Подарок другу 90

ПРИЛОЖЕНИЯ 94
Приложение 1. Игры-приветствия 94
Приложение 2. Мимическая гимнастика 95
Приложение 3. Эмоциональные этюды 100
Приложение 4. Пиктограммы и картинки эмоций 105
Приложение 5. Игровая терапия. Ролевые игры 109
Приложение 6. Дидактические игры 117
Приложение 7. Коммуникативные игры 122
Приложение 8. Художественная литература по развитию эмоционально-волевой сферы 127
Приложение 9. Психокоррекция психоэмоционального состояния средствами арт-терапии, изотерапии, песочной терапии, цветотерапии, музыкотерапии 149
Приложение 10. Театрализованные игры 160
Приложение 11. Обучение приемам релаксации 189
Приложение 12. Рефлексия 194
Приложение 13. Стихотворения для развития эмоциональной сферы ребенка 196
Приложение 14. Игры на развитие эмоционального мира ребенка 199
Приложение 15. Приемы коррекции поведения детей с различными эмоционально-волевыми нарушениями 206
Приложение 16. Наглядный материал 213

ВВЕДЕНИЕ

Эмоциональная сфера личности рассматривается как сложное психологическое образование. До настоящего времени отсутствует общепринятая единая теория эмоций. Проблема эмоциональной сферы является наиболее важной среди исследований психических процессов, определяющих внутреннюю жизнь и деятельность человека. Вследствие этого условия и детерминанты психических процессов становятся действенными только в случае их проникновения в сферу эмоциональных отношений, преломления в них и закрепления.

Возникающие трудности при изучении эмоциональной сферы личности объясняются А.Н. Леонтьевым нечеткой дифференциацией эмоций на подклассы, которые могут различаться как генетически, так и функционально. Современные исследования особенностей эмоциональной сферы личности представлены изучением уровней тревожности, агрессивного поведения дошкольников, младших школьников, подростков с особенностями психофизического развития. Одной из самых сложных категорий для изучения и коррекции эмоционально-волевой сферы личности среди детей с особенностями психофизического развития является категория обучающихся с интеллектуальной недостаточностью (особенно с умеренной и тяжелой формой).

Создание и поддержание ситуации «эмоционального комфорта» во время пребывания в школе (на уроках, во время внеурочных мероприятий) позволит снизить уровень тревожности. Так как интерес к учению у школьников с интеллектуальной недостаточностью снижен, активизация познавательной деятельности путем положительного эмоционального подкрепления может стать пусковым механизмом интереса к учебному материалу.

Стимуляции интеллектуальных процессов послужат поддержание положительного эмоционального настроя в процессе учебной работы, опора на увлечения, интересы, склонности учеников, демонстрация доверия, использование индивидуального подхода.

Выбор адекватной программы эмоционального развития и воспитания будет способствовать формированию максимально возможного уровня социальной адаптации учащихся с интеллектуальной недостаточностью и обеспечит участие каждого ребенка в процессе социально-эмоционального взаимодействия.

Разработанные учебно-методические материалы содержат *конспекты коррекционных занятий по развитию эмоционально-волевой сферы* учащихся для I–IX классов второго отделения специальной школы (специальной школы-интерната) и материалы приложений.

Представленный материал может послужить опорой для создания аналогичных конспектов коррекционных занятий по развитию эмоционально-волевой сферы учащихся с интеллектуальной недостаточностью на основе предложенного тематического планирования.

Предложенные учебно-методические материалы могут быть использованы студентами, обучающимися по специальностям «Специальное и инклюзивное образование», «Олигофренопедагогика», и магистрантами, аспирантами, руководителями учреждений основного и дополнительного образования, педагогами, работающими в специальных классах (группах), классах (группах) интегрированного обучения и воспитания, родителями, лидерами общественных организаций и объединений, специалистами дополнительного образования взрослых, преподавателями учреждений среднего специального и высшего образования – всеми теми, кто заинтересован в развитии образования для каждого.

КОНСПЕКТЫ КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЛЯ I–IX КЛАССОВ ВТОРОГО ОТДЕЛЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ, СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА С РУССКИМ ЯЗЫКОМ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

I КЛАСС

Тема: Я и моя семья

Задачи:

1. Формировать представления у учащихся о родственных связях (членах семьи), о сообществе «семья».

2. Развивать навыки общения и взаимодействия ребёнка со взрослыми и сверстниками, эмоциональную отзывчивость.

3. Воспитывать доброжелательное отношение к членам семьи.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе. Учащиеся встают в круг, улыбаются, жмут друг другу руки и здороваются.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Глазки, как щелочки. Учащиеся, стоя, руки на поясе, прищуривают глаза, необходимо удерживать 3–5 сек., затем возвращаются в спокойное положение.

Глазки щелочкой глядят,
Значит, спрятаться хотят.
Колобок играет в прятки
С нами, с шустрыми ребятками!

– Упражнение «Угадай, какой колокольчик звенел?». Учитель показывает детям большой и маленький колокольчики и уточняет, что это, чем эти предметы похожи и чем отличаются. Далее педагог показывает, как звенит маленький колокольчик, большой колокольчик. В ходе игры дети отворачиваются, учитель звенит в один из колокольчиков, а дети угадывают, какой колокольчик звенел.

– Игра «Найди и отметь». У учащихся на столах лежат картинки с изображением людей разного возраста: женщина, мужчина, бабушка, дедушка и ребенок, и фишки круглой формы разного цвета. Дети по инструкции учителя накладывают фишки на изображения: возьмите фишку красного

цвета и положите её маме; фишку синего цвета – папе; жёлтую – бабушке; зелёную – дедушке. Учитель показывает, что на одну картинку фишку не положили, потому что это ребенок. Мама, папа, бабушка и дедушка – это взрослые люди. Взрослые – большие, а ребёнок – маленький. А назвать их всех вместе можно одним словом – СЕМЬЯ!

– Упражнение «Кто это делает». Учитель предлагает рассмотреть сюжетные картинки и показать, кто какое действие выполняет. Например: «Кто стоит? – папа», «Кто сидит – мама», «Что делает мама? – качает малыша», «Покажи, как мама укачивает малыша? – А-а-а», «Как плачет малыш? – Уа-уа-уа», «У малыша есть игрушки? Назови их».

– Игра «Кто это делает?». Учащимся предлагается закончить предложения, которые читает учитель:

Все ребята любят вкусненько покушать. Кто же в доме лучше всех приготовит ужин? Все, конечно, угадали – это наши… (мамы). Кто научит гвоздь забить. Даст машину порулить? Все вы знаете, ребята, – это наш любимый… (папа). Кто носки внучатам вяжет, сказку старую расскажет, с мёдом даст оладушки – это наша… (бабушка). Он – мужчина и он сед, папе – папа, мне он – … (дед).

– Проигрывание ситуаций «Мамины помощники». Учащиеся в игровой форме, показывают, как они помогают маме: мыть посуду, подметать пол, стирать платочки.

– Игра «Развесим платочки». После того как дети показали, как они стирают платочки, учитель предлагает платочки развесить и просушить. Чтобы развесить платочки, дети должны взять прищепку такого же цвета, как и платочек и прищепить на верёвку.

– Игра «Кто ушёл?». Учитель демонстрирует детям картинку с изображением членов семьи (мама, папа, бабушка и дедушка), вместе с детьми, учитель уточняет, кто они. Далее, ученики отворачиваются, а учитель закрывает одного из персонажей и спрашивает: «Кто ушёл на работу?». Игра продолжаются, пока дети не назовут всех членов семьи.

Релаксация «Ветерок». Учитель предлагает помочь платочкам быстрее высохнуть и сделать упражнение: Дети «превращаются» в ветерок и дуют на платочки. Вдох носом, выдох ртом. После выполнения упражнения 3 раза дети снимают платочки с веревки.

3. Заключительный этап:

Рефлексия «Древо класса». Учащиеся совместно с учителем делают аппликацию «Дерево», где ствол и корни – это родители, а зеленая крона – ладошки детей, вырезанные из цветной бумаги.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Этическая грамматика «Школа вежливости»

Задачи:

1. Формировать навыки вежливого общения с окружающими; вызывать у детей желание быть вежливыми.

2. Развивать и обогащать эмоциональную сферу детей с помощью позитивных переживаний; упражнять в употреблении вежливых слов в разных ситуациях.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Эстафета дружбы». Учащиеся вместе с учителем становятся в круг и передают, как эстафету, рукопожатие.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Бровки домиком». Дети поднимают высоко брови, удерживают 3–5 сек., затем возвращаются в спокойное положение.

Брови домиком стоят
Там живут мои друзья
И бельчата, и ежата,
И лисята, медвежата!

– Упражнения «Развесели дерево». На доске вывешивается дерево без листьев, а учащимся раздаются листочки с изображенными на них эмоциями. Учитель предлагает детям выбрать только те листочки, на которых нарисована эмоция радости, чтобы дерево ожило, и настроение учащихся на протяжении урока было таким же радостным и веселым.

– Игра «Будь внимательным, пожалуйста». Учитель предлагает детям выполнить задания, но выполнять их нужно, если прозвучит «волшебное слово»: пожалуйста, встаньте; похлопайте; пожалуйста, поднимите руки; будьте любезны, сядьте; потопайте; улыбнитесь, пожалуйста.

– Игра «Доскажи словечко». Учащиеся добавляют строчки стихотворений вежливыми словами, например:

Если встретился знакомый,
Хоть на улице, хоть дома –
Не стесняйся, не лукавствуй,
А скажи по громче …(здравствуй)
Вылез крот на белый свет,
И сказал ежу …(привет)
Если просишь что-нибудь,
То сначала не забудь
Разомкнуть свои уста
И сказать…(пожалуйста)
Порвал воробей
Паутинные нити.

Чирикнул смущённо:
Ну…(извините)
Если, словом или делом
Вам помог кто-либо,
Не стесняйтесь громко, смело
Говорить: …(спасибо)
Зазеленеет старый пень,
Когда услышит … (добрый день)
Когда нас бранят за шалости,
Говорим мы, … (простите, пожалуйста)
Если вы друзей уважаете,
При встрече спросите, … … (как поживаете)
Не забудьте, что на прощанье
Говорить всем нужно … (до свидания)

– Игра «Комплименты». Дети встают в круг, передают друг другу мячик и говорят друг другу добрые, теплые слова (комплименты).

– Упражнение «Скажи наоборот». Учитель называет животное, а учащиеся подбирают к нему добрые слова. Например, злой волк – волк не злой, а … (какой?) (Волк быстрый, сильный, смелый).

– Игра «Хорошо – плохо». Учитель предлагает детям из представленных сюжетных картинок, выбрать только те, на которых изображены хорошие поступки.

– Коллективное составление аппликации «Хорошие поступки». Учащиеся совместно с учителем составляют коллаж из выбранных сюжетных картинок. Учитель комментирует хорошие поступки, изображенные на картинках.

– Релаксация «Быстро – медленно». Учащиеся выполняют движения по инструкции учителя. Сначала дети попробуют выполнять действия медленно, а потом очень быстро: прыгают на правой ноге, на левой ноге, на обеих, потом замирают, напрягают все мышцы тела, расслабляются. Движения могут быть любые.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Ваза настроения». Ученики выбирают цветок, с эмоцией, которая соответствует их настроению, и ставят его в общую вазу.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Я и мое настроение

Задачи:

1. Формировать представления детей об эмоциональных состояниях.

2. Развивать умение выражать эмоциональное состояние с помощью мимики, жестов.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

Встанем мы в кружочек дружно,
Поздороваться нам нужно.
Здравствуй, друг, здравствуй, друг,
Здравствуй весь наш дружный круг!

Упражнение «Давайте поздороваемся» Детям предлагается стать в круг и повторять движения за учителем: доброе утро, школа (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, класс (опускают руки низко к полу), доброе утро всем нам (все разводят руки в стороны, затем опускают).

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Капризуля». Учащиеся надувают губы. Выражение лица капризное. Повторяют упражнение 3–5 раз.

Капризуля наша Люба,
Как карась надула губы!
Говорит карась большой:
Дуться так не хорошо!

– Беседа «Настроение». Учитель демонстрирует детям фотографии разных детей и объясняет, что все дети на фотографиях разные: одни – веселые, другие – грустные, третьи – удивленные и т.д., и что это зависит от настроения. Необходимо пояснить детям, что такое настроение, какое настроение бывает, как его можно узнать, показать на фотографиях положение губ, бровей, выражение глаз детей.

– Работа над литературными произведениями. Учащимся предлагается определить, какое настроение у героев стихотворений А. Барто «Мишка», «Наша Таня», «Зайка», «Бычок». В ходе чтения стихотворений на доску вывешиваются соответственно изображения Мишки, Тани, Зайки и Бычка. Учитель уточняет у детей, какое настроение у героев, как определи какое настроение (необходимо подвести детей к тому, что нужно смотреть на лицо сказочного героя/ человека, для определения настроения).

– Упражнение «Пиктограммы». У учащихся на столах лежат пиктограммы с изображением радости и грусти. Детям необходимо выбрать ту, которая соответствует настроению Мишки.

– Игра «Развесели Мишку». Учитель уточняет, что Мишке грустно, больно, обидно и предлагаем ему помощь: пожалеть, погладить, сказать ласковые слова, пришить ему лапу. Дети с помощью учителя прикрепляют Мишке лапу, гладят, жалеют. Учитель меняет изображение грустного Мишки на веселого.

– Игровое упражнение «Изобрази настроение». Учитель предлагает детям изобразить настроение при помощи мимики и жестов (сначала учитель демонстрирует сам, а дети повторяют): у тебя сломалась любимая игрушка, на улице плохая погода, и ты не можешь пойти погулять, увидел яркое солнышко и т.п.

– Игра «Составь эмоцию». Детям дается набор шаблонов с эмоциями радости и грусти. Они распознают настроение (эмоции). Затем предлагается второй набор, только разрезанные шаблоны перемешиваются между собой, и детям нужно правильно их сложить.

– Релаксация «Мы веселые мартышки». Учитель выполняет движения по содержанию, а дети повторяют.

Мы – веселые мартышки,
Мы играем громко слишком.
Все ногами топаем,
Все руками хлопаем,
Надуваем щечки,
Скачем на носочках.
Дружно прыгнем к потолку,
Пальчик поднесем к виску,
И друг другу даже
Язычки покажем!
Шире рот откроем,
Гримасы все состроим.
Как скажу я слово три,
Все с гримасами замри.
Раз, два, три!

3. Заключительный этап:

– Рефлексия. В волшебной вазе лежат разные «настроения» (конфеты с пиктограммами эмоций). Дети выбирают то, которое им нравится.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Что такое дружба

Задачи:

1. Формировать представления детей о доброжелательном отношении к окружающим его людям.

2. Раскрыть значимость моральной поддержки товарищам, которая может быть выражена в сочувствии.

3. Формировать ценностное отношение ребенка к себе и окружающим его людям.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Здравствуйте». Учитель выполняет действия по содержанию, дети повторяют за учителем.

Здравствуйте, ладошки! Хлоп, хлоп, хлоп!
Здравствуйте, ножки! Топ, топ, топ!
Здравствуйте, щечки! Плюх, плюх, плюх!

Пухленькие щечки, плюх, плюх, плюх!

Здравствуйте, губки! Чмок, чмок, чмок!

Здравствуйте, зубки! Щелк, щелк, щелк!

Здравствуй, мой носик, бип, бип, бип!

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Пион». Учащиеся втягивают ноздри, делая глубокий вдох носом. Плечи при вдохе не поднимаются. Повторяют упражнение 3–5 раз.

Мы увидели пион, как чудесно пахнет он!

Воздух носом втянем дружно, нам цветок понюхать нужно.

–Игра «Кубик». Учитель бросает кубик, на каждой грани которого схематически изображено лицо, выражающее какое-либо эмоциональное состояние (радости, грусть). Дети изображают соответствующую эмоцию. Тот, кто удачнее других выполняет задание, будет бросать кубик следующим.

– Упражнение «Соотнеси». После того, как дети показали эмоции радости и грусти с помощью мимики и жестов, учитель предлагает бросать «кубик эмоций» и соотносить выпавшую пиктограмму и картинку с изображенной эмоцией.

– Работа над литературным произведением: рассказ Л.Н. Толстого «Два товарища». После чтения рассказа учитель вывешивает сюжетные картинки по содержанию и комментирует о том, что произошло с мальчиком, что он чувствовал в такой ситуации, что значит «быть плохим другом», как должен поступить друг.

– Упражнение «Помоги другу». Учитель рассказывает историю, которая произошла с девочкой Лизой. «Ученики рисовали на уроке рисунки. Когда урок заканчивался, Лиза случайно пролила воду прямо на свой рисунок. Девочка так расстроилась, что готова была заплакать…». Детям предлагается показать, как помочь, обнять, пожалеть девочку.

– Игра «Хорошо – плохо». Учитель раздаёт детям фишки двух цветов – желтого и чёрного, с помощью которых они будут оценивать соответственно: хорошие поступки – фишки желтого цвета, плохие – фишки чёрного цвета. Учитель раздает детям сюжетные картинки с плохими и хорошими поступками/действиями, а дети должны положить фишку, соответствующую его моральной оценке. Перечень детских поступков для игры: обидел друга, навестил больного друга, защитил девочку, толкнул ногой щенка, нагрубил учителю, друзья вместе играют и т.п.

– Игра «Срочно требуется друг!». Учащимся предлагается найти на изображениях друга для сказочного героя/героя мультфильма. Например: Малыш – Карлсон, Крокодил Гена – Чебурашка, Винни Пух – Пятачок, Белоснежка – Семь гномов, Том – Джерри, Маша – медведь.

– Релаксация «Поссорились – помирились». Дети гуляют по классу, потом встречаются и радуются друг другу. Затем дети изображают, будто

они что-то не поделили и поссорились. Обиделись, даже отвернулись друг от друга (дети показывают). Но разве друзья могут обижаться долго? Они поворачиваются друг к другу и снова мирятся (дети жмут друг другу руки, обнимаются).

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Два лица». Учитель показывает учащимся карточки с изображением двух лиц: веселого и грустного. Учащимся предлагается выбрать рисунок, который соответствует их настроению.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Я умею помогать

Задачи:

1. Формировать представления детей о роли животных в жизни человека.

2. Развивать чувство ответственности за жизнь домашних животных.

Побуждать к проявлению сочувствия животным, попавшим в беду.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Упражнение «Кот» Учащиеся здороваются с помощью пальчиков. Учитель читает потешку, показывает движения, дети повторяют.

Как у нашего кота
Шубка очень хороша.
Глазки смелые, зубки белые.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Мы умеем удивляться». Дети приподнимают и опускают брови. Когда поднимают брови, выражение лица удивленное. Повторяют упражнение 3–5 раз.

В зоопарке побывали,
Крокодила увидали.
Он зубастый! Так и знай!
Брови выше поднимай!

– Упражнение «Найди дом». Учащимся демонстрируется картинка, на которой изображены щенки с разным эмоциональным состоянием и будки, на которых нарисованы пиктограммы с эмоциями грусти и радости. Детям необходимо определить, где чей домик.

– Беседа «Что значит питомец?». Учитель объяснят детям, кто такие питомцы, и что за ними нужно ухаживать кормить, выгуливать, расчесывать шерсть, показывать врачу ветеринару (в ходе объяснения необходимо использовать изображения домашних животных и сюжетные картинки, которые отражают уход за ними).

– Работа над литературным произведением: сказка «Пух». Жила-была девочка Катя, у нее был котенок Пух. Однажды днем котенок Пух выбежал погулять. Девочка сказала, чтобы он далеко не уходил. На улице Пух увидел птичку и побежал за ней. Долго он за ней гонялся, далеко убежал от дома. Тут он остановился. Ему стало очень больно, он даже заплакал от боли. Котенок посмотрел на свою лапку и понял, что он ее поранил. Хотел он пойти домой, но не смог из-за боли. Мимо шел мальчик Сережа. Он увидел жалобно мяукающего котенка, подошел к нему и спросил: «Почему ты плачешь? Котенок показал лапку. Сережа взял его к себе на руки и сказал: «не плачь, я отнесу тебя домой. Увидела Катя своего котенка, обняла, перевязала лапку, накормила и попросила его больше так далеко от дома не уходить.

Учащимся предлагается показать с помощью мимики и пантомимики как заботливая хозяйка перевязывает лапку котенку, как она его жалеет, обнимает. Учитель акцентирует внимание детей на том, что нужно помогать братьям нашим меньшим.

– Упражнение «Мама и детеныш». Дети разбиваются на пары. Один в паре выполняет роль мамы, другой – детеныша. Затем меняются ролями. Учитель говорит, что мамы могут ласкать, жалеть детенышей, а детеныши – реагировать на эти действия. Животных называет учитель. Это может быть семья кошек, собак и т.п.

– Упражнение «Я и животное». Дети представляют, что рядом с ними животное (можно использовать мягкую игрушку) и эмоционально реагируют на него. Это могут быть собака, кошка, змея, хомяк и т.п.

– Упражнение «Айболит». Учитель выполняет роль доктора Айболита. Ученики изображают больных зверей. Доктор подходит к каждому, «лечит», жалеет, обнимает. После того как доктор обойдет всех, звери выздоравливают (дети показывают эмоцию радости).

– Игра «Накорми животных». Учитель выставляет на стол коробки с мордочками зверей, выкладывает вразброс изображения корма. Учащимся предлагается накормить домашних животных, правильно распределяя картинки пищи по коробкам. В ходе игры учитель может задавать вопросы. Например: «Как зовут животное?», «Чем оно питается?».

– Коллективное задание «Разрезная картинка». Детям нужно собрать картинку домашнего животного и назвать его.

– Релаксация «Бабочки». Учащиеся представляют, что они – красивые бабочки, летают по поляне, садятся на веточку, лежат на травке и все же возвращаются на свой цветочек.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Смайлики». Ученикам раздаются карточки с упрощенным изображением человека, у которого не нарисовано лицо. Ребята сами рисуют те эмоции, что свойственны им сейчас.

– Подведение итогов занятия.

II КЛАСС

Тема: Мои ощущения и восприятия

Задачи:

1. Активизировать работу анализаторов и моторную сферу учащихся.

2. Развивать адекватное эмоциональное реагирование.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Доброе утро, солнце! (дети потягиваются).

– Доброе утро, небо! (повтор движений).

– Доброе утро, всем нам! (дети разводят руки в стороны и опускают).

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Солнышко и облачко».

Вот солнышко весёлое смеется надо мной;

Зачем ты щуришь глазки так? Какой же ты смешной!

Я тоже посмеялся с ним: – Мне весело с тобой!

И долго-долго солнышку махал я вслед рукой. (учащиеся повторяют движения за учителем: смеются, щурят глаза, улыбаются, машут рукой).

– Упражнение «Облако настроения». Учащиеся характеризуют погоду на улице (день: солнечный, светлый, хмурый, дождливый и т.д.). Учитель спрашивает о настроении детей. На доске размещена тучка, с которой идёт дождь. Дети украшают солнышками тучку, чтобы дождь остановился, погода стала солнечной, и настроение учащихся на уроке было таким же ярким и весёлым. (дети прикрепляют солнышки на облако, учитель снимает капли дождя).

– Упражнение «Найди предмет». Перед учащимися ставим несколько маленьких коробочек и коробочку большую, в которой перемешаны предметы разных цветов. Предложите детям разложить предметы по коробочкам в соответствии с цветом. Начните выполнять задание сами, положив по одному предмету в каждую из маленьких коробочек.

– Упражнение «Тихо – громко». Дети вместе с учителем стоят в кругу. Под звуки бубна или барабана они начинают шагать по кругу. Если учитель ударяет в барабан громко, то шагать нужно, высоко поднимая ноги и громко говоря «топ-топ». При тихих ударах шагать надо как обычно и говорить тихо.

– Упражнение «Солнышко и дождик». Учитель становится посреди класса и объясняет правила игры, дети становятся вокруг учителя. Учащиеся бегают и танцуют под музыку, когда учитель говорит: «Солнышко светит», когда говорит: «Дождь идет» – дети присаживаются на пол. Игра продолжается, пока все дети не научатся выполнять условия игры.

– Упражнение «Сладкое-кислое». Учитель уточняет, для чего нужен язык, расставляет на парты тарелки с кислыми и сладкими продуктами: сахар, яблоко, конфеты; лимон и смородина. Учащимся нужно попробовать их и показать, что из них имеет сладкий вкус, а что кислый.

– Дидактическая игра «Противоположности» Детям раздаются полотна с двумя полями, на которых они расставляют изображенные на картинках кислые и сладкие продукты.

– Релаксация «Холодно – тепло».

«Солнце спряталось за облако, стало холодно». (*Учащиеся сжимаются в клубочек, чтобы им стало тепло, при этом задерживают дыхание.)*

«Солнце выходит из-за облака, стало теплее» (*Учащиеся расслабляются и выдыхают.)*

3. Заключительный этап. В конце занятия учащиеся дарят свое хорошее настроение, улыбаясь друг другу.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Азбука настроения

Задачи:

1. Формировать умение понимать своё настроение и настроение других людей.

2. Развивать умение контролировать и регулировать свое настроение.

Способствовать воспитанию положительных эмоций и чувств.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Прилетела птичка». Учитель показывает птичку и выполняет действия в соответствии с текстом: Прилетела птичка, Синичка-невеличка. К Лизе прилетела (сажает птичку на ручку Лизе и по очереди другим детям). На Лизу посмотрела, дальше полетела.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Улыбка – трубочка – лошадка». Губы и зубы сомкнуты. Губы растянуть в стороны – улыбка, вытянуть губы в трубочку. Пофыркивать, как лошадка, с вибрацией губ.

– Упражнение «Вырази свое настроение мимикой». Учитель озвучивает ситуацию (показывает на изображении), а учащиеся выражают ее мимикой (примерные темы ситуаций: мальчик ударился, девочке подарили куклу, сломалась игрушка, светит теплое солнышко и т.п.). Чувства – это эмоциональные переживания, которые испытывает человек в определенный момент.

– Упражнение «Положительные и отрицательные чувства». Перед учащимися лежат карточки с изображением разных эмоций. Детям необходимо их разложить на две группы: положительные и отрицательные.

– Игра «Собери портрет». Учитель поясняет, все эмоции выражаются на лице человека с помощью бровей, глаз, и рта. От этого внешность, в зависимости от настроения, меняется. Учащиеся составляют портреты на карточках из вырезанных частей лица.

– Упражнение «В театральной студии». Дети по очереди выходят к доске и изображают людей в определенном настроении (мальчик грустит, мама сердится, папа улыбается и т.п.), стараясь передать их эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов. Остальные учащиеся определяют настроение и поднимают пиктограмму с соответствующей эмоцией.

– Упражнение «Отражение». Учащимся раздаются карточки, на которых изображены два овала лица – один с красной каймой, другой – с синей. Учитель объясняет, что это зеркала. Детям нужно нарисовать в них себя: с плохим и хорошим настроением.

– Релаксация «Кулачки». Дети сидят на стульях и крепко сжимают кулачки (руки лежат на коленях). Учитель говорит: «Как трудно и неприятно так сидеть, руки устали. Распрямите пальцы, распрямите кулачки. Руки отдыхают, им стало легко. Спокойный вдох-выдох и вдох-выдох.

Руки, на коленях
Стисну кулачки.
Крепко с напряжением
Держу, раз, два, три.
Затем свободно выдыхаю
И так отдыхаю
Как приятно без напряжения,
Пусть лежат спокойно руки (Играет любая медленная мелодия, дети, расслабляются.)

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Солнышко». На доске прикреплен круг от солнышка, детям раздаются лучики желтого и голубого цветов. Лучики нужно прикрепить к солнышку: желтого цвета – мне очень понравилось занятие, узнали много интересного, голубого цвета – занятие не интересное.

– Подведение итогов занятия. Вопросы учащимся: Какое настроение вам нравится больше? Какая из двух частей рисунка - ваше настроение сейчас? Какое настроение у вас бывает чаще? Можете ли вы улучшать свое настроение? Что для этого вы можете сделать сейчас?

Тема: Почему я радуюсь?

Задачи:

1. Совершенствовать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «радость» посредством мимики и жестов.

2. Развивать умение «читать» эмоциональное состояние другого человека.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Упражнение «Эхо». Учащиеся проговаривают и прохлопывают свое имя (например, Ли - за). А все остальные дети, как эхо, его повторяют.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Лодочка» (*стоя, руки на поясе, дети поднимают уголки губ вверх, удерживают 3–5 сек., затем возвращаются в спокойное положение).*

Колобок, Колобок,
Что за лодочка плывет?
И куда она плывет?
И что детям она везет?
Радости, улыбки,
Смеха и веселья!
Лучшего детям настроенья!

– Упражнение «Сердечко по кругу». Дети стоят в кругу, держась за руки и передают «сердечко» по кругу, при этом улыбаются друг другу.

– Упражнение «Радостный мальчик». Фотография с изображением радостного мальчика прикреплена к доске. Учитель задает вопросы: Какое настроение у мальчика? Почему? А также уточняет, что когда человек радуется, то на лице у него улыбка, глаза светятся, они прищуриваются. Появляются складочки у носа. Учащиеся изображают радость на своем лице.

– Упражнение «Улыбка». Учитель демонстрирует фотографии детей с разными эмоциями, а учащиеся хлопают в ладоши, если считают, что дети на фотографиях веселые.

– Упражнение «Я радуюсь, когда …». Детям предлагаются изображения с ситуациями, (например, покупка новой игрушки, сладкая конфета, сломалась игрушка, подарок и т.д.), из которых учащиеся выбираю ту, которая доставляет радость. Для говорящих детей предлагается продолжить предложение «Я радуюсь, когда...».

– Этюд «Встреча с другом». Учитель рассказывает историю: «У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал отдыхать к бабушке в деревню. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!». Дети разыгрывают эту сценку. Выразительные движения: объятия, улыбка, грусть, эмоция радости.

– Упражнение «Какого цвета Радость?». Учитель вспоминает об успехах детей, об их победах, развлекательных мероприятиях, в которых участвовали дети. Уточняет, что радость – хорошая, положительная эмоция и ее изображают яркими цветами: красный, желтый, розовый, оранжевый. Дети раскрашивают яркими цветами пиктограммы с эмоцией «Радость».

– Релаксация «Солнечный зайчик». Учащиеся выполнят действия по инструкции учителя: Солнечный зайчик заглянул нам в глаза - закроем глазки. Он побежал дальше по лицу – нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Глубоко выдыхаем и улыбаемся друг другу. Что вы сейчас чувствуете, какую эмоцию?

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Ёлочка настроения». Детям раздаются вырезанные из бумаги «шары» (ёлочные игрушки), на которых они рисуют своё настроение (грустное или радостное) и вешают «шары» на изображение елки.

– Подведение итогов занятия: Что на уроке вам доставило удовольствие, радость? *(слушание песни «Улыбка»)*. Дарите всем улыбку!

Тема: Почему я грущу?

Задачи:

1. Совершенствовать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «грусть» посредством мимики и жестов.

2. Развивать умение «читать» эмоциональное состояние на иллюстрациях.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра «Передай улыбку». Дети сидят на стульях по кругу, по очереди соединяют свои ладошки с ладошками соседа и «передают» улыбки друг другу.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Лягушка» *(учимся поджимать губы, повторяем упражнение 3–5 раз)*

Рассердилась наша Люба и теперь поджала губы!

Ну и ну! Моя подружка так похожа на лягушку.

– Игра «Пиктограммы». Учащиеся собирают разрезную пиктограмму с эмоциями и определяют, какой человек на ней, грустный или радостный и называет эмоцию.

– Упражнение «Покажи эмоцию». Учитель предлагает детям представить, что они находятся в лесу на солнечной полянке. К ним в гости пришли веселые зайчики, грустные лягушки, веселые мишки, грустные мишки, веселые лягушки, грустные зайчики. Учащиеся изображают эмоции животных, а учитель следит, чтобы лица детей выражали заданную эмоцию, при необходимости помогает, демонстрируя эмоцию или показывая изображении эмоции на картинке.

– Игра «Радость – грусть». Учащимся раздаются изображения мышки и мишки, на лицах которых необходимо дорисовать эмоцию грусти. В помощь детям демонстрируются пиктограммы с этой эмоцией.

– Игра «Поможем жителям леса». У Волшебного леса есть тайна. Давным-давно злая волшебница Обида Плаксовна заколдовала всех животных в лесу, и с тех пор они забыли, как смеяться. Волшебница сказала, что самые добрые гости леса смогут расколдовать животных и оставила этот конверт (*в конверте: картинки: улыбка, игрушка, конфета)*. Учитель уточняет у детей, для чего эти картинки? Как они могут помочь расколдовать жителей леса и научить их смеяться? Когда тебе грустно, постарайся улыбнуться. (Давайте научим жителей леса улыбаться и веселиться, покажем, как радуются люди). Когда тебе грустно, возьми свою любимую игрушку, прижми к себе, поиграй с ней. Когда тебе грустно, вспомни о самом приятном на свете, например, о сладкой конфете (детям предлагаю закрыть глаза и подумать о самом приятном в их жизни). Жители леса расколдованы, теперь они знают волшебные средства против грусти (меняем плачущие лица животных на веселые).

– Упражнение «Развесели зайчика, подари ему шарики». Детям предлагается помочь зайчику, у которого улетели шарики, дорисовав им ниточки. Обсуждение эмоций и ситуации.

– Игра «Я грушу, когда...». Ученики становятся в круг и учитель, называя одного из детей, бросает ему мяч и просит рассказать, в каких ситуациях он бывает грустным. Игра продолжается до тех пор, пока все не расскажут о своей грусти.

– Релаксация «Бубенчик». Дети ложатся на спину. Закрывают глаза и отдыхают под звучание спокойной музыки. Пробуждение" происходит под звучание бубенчика

3. Заключительный этап. Рефлексия «Букет настроения». Учащиеся выбирают цветок с изображение эмоции, которую испытывают и располагают в вазе.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Работа над литературным произведением: сказка «Теремок»

Задачи:

1. Формировать осознанное понимание нравственного смысла художественного произведения.

2. Развивать умение определять эмоциональное состояние человека (сказочного героя).

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Хлопушка». Учитель и дети встают в круг, руки вытягивают вперед. Учитель открывает ладонь, дети кладут на его ладошку свои ладошки одна на другую (получается «горка» из ладошек). «Раз, два,

три» (на эти слова поднимаются руки и тянутся вверх – причем тянемся очень высоко как только можем достать, не разъединяя рук). «Хлоп!» На слово «хлоп» наша общая хлопушка хлопает к всеобщей радости – руки быстро разводятся в стороны «фонтаном».

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Мы умеем сердиться». Хмурим брови. Выражение лица сердитое. Если упражнение не получается, сдвигаем брови к переносице указательными пальцами. Следим, чтобы губы не участвовали в движении. Повторяем упражнение 3–5 раз.

Не хотела каши Маша,
Рассердилась мама наша,
Брови хмурила вот так.
Каша – это не пустяк!

– Упражнение «Покажи повадки». На доске вывешены изображения диких животных из сказки «Теремок». Учитель уточняет, кто изображен на картинках (медведь, волк, лиса, заяц, лягушка и мышь) и предлагает показать характерные черты каждого животного, например, злого волка, косолапого медведя, хитрую лису, как прыгает лягушка и т.д.

Для подведения к теме урока учитель спрашивает, чем объединены эти животные, из какой они сказки, для этого загадывает загадку:

– Загадка: В поле появился дом.
Поселились в доме том:
Мышка по имени Норушка,
И лягушечка Квакушка,
Ёж, Лисица и Зайчишка.
А ещё лохматый Мишка
Позже поселился тут.
Как все домик-то зовут?
Вьётся над трубой дымок.
Этот домик – … (Теремок).

– Чтение сказки «Теремок». (Вывешивается изображение теремка, а в ходе чтения учитель крепит по очереди изображения животных у теремка на доске).

– Игра на липучках «Теремок». Детям раздаются изображения героев сказки на липучках и изображение теремка, для их размещения. Учитель задает вопросы: Кто первый пришел в Теремок? (мышка); Кто следующий? и т.д. (учащиеся выбирают животных и крепят их к изображению теремка, учитель дублирует на доске).

– Упражнение «Угадай настроение». Учащиеся рассматривают изображения, где герои радуются новому дому – «Теремку». Учитель задает вопросы: Какие эмоции испытывают сказочные герои? Почему звери радуются? Учитель демонстрирует изображения героев сказки, когда домик-теремок развалился, задает следующие вопросы: Что случится с настроением

у животных, когда их домик-теремок разрушится? Что нужно сделать, чтобы их настроение стало снова радостным?

– Упражнение «Покажи героя сказки». Ученики находят животных по инструкции учителя: грустного зайчика, злого волка, сердитого медведя, радостную мышку, удивленную лису.

– Упражнение «Раскрасим Теремок». Дети раскрашивают новый домик – теремок для зверей. Учитель уточняет: Какого цвета будет домик? Понравится ли он животным? Какие эмоции будут испытывать герои сказки, при виде нового домика-теремка?

– Релаксация «Брызгалки». Дети резко опускают руки сверху вниз поочерёдно, будто хлопают ладошками по воде.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Облака настроения». У учащихся на партах лежат облака, у которых разное настроение – грустное и радостное. Дети выбирают и ставят в вазу такое облако, какое у них сейчас настроение.

– Подведение итогов занятия.

III КЛАСС

Тема: Мои эмоции: радость

Задачи:

1. Формировать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «радость» посредством мимики и жестов.

2. Развивать умение «читать» эмоциональное состояние другого человека (на иллюстрациях, картинках, фотографиях).

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Доброе утро!». Учащиеся, берутся за руки и вместе произносят «Доброе утро!» – сначала тихо, затем обычным голосом, потом громко (повторяют 2–3раза).

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Разное настроение»

Капризуля мальчик Марк, не унять его никак.

Улыбнётся он на миг – засияет солнца лик (*Выразительные движения: в начале – брови опущены и сдвинуты, губы полуоткрыты, уголки губ опущены вниз, голова слегка наклонена вниз, плечи опущены. Далее – брови приподняты, губы тронуты улыбкой, голова слегка откинута назад, плечи развёрнуты*.)

– Упражнение «Солнышко по кругу». Дети встают в круг. У учителя в руках игрушка «солнышко». Солнце – это свет, тепло, радость, хорошее настроение. Дети передают игрушку по кругу и улыбаются друг другу.

– Работа над литературным произведением: сказка «Котенок, который хотел порадовать свою маму». Педагог обращает внимание детей на то, 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 сделает для другого что-то хорошее. В подтверждение своим словам педагог читает сказку: «Жил-был на свете маленький котенок. 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.

Однажды котенок ждал маму с работы и от нечего делать слонялся по дому. Забрел на кухню и увидел в раковине много грязной посуды. «Мама придет уставшая с работы, и ей придется еще мыть эту гору посуды», – подумал малыш.

– «Может, я справлюсь с этой работой?» И он попробовал. Когда пришла мама, радостный котенок потащил ее на кухню. «Посмотри, мама, я сделал тебе подарок», - и показал на чистую раковину. Мама улыбнулась: «Какой ты у меня молодец, спасибо тебе!» А котенок тоже улыбался – оказывается, так приятно доставить кому-то радость».

– Проигрывание эмоционального этюда «Я умею дарить радость». После чтения сказки педагог предлагает каждому ребенку по очереди изобразить котенка, а сам берет на себя роль мамы-кошки. Важно, чтобы дети прочувствовали радость от того, что помогли маме. В конце упражнения можно еще раз обратить внимание детей на то, как приятно сделать что-то для другого человека.

– Релаксация «Солнышко».

Смотрит солнышко в окошко, прямо в нашу комнатку.

Мы захлопаем в ладошки – очень рады солнышку*! (учащиеся сидят на местах, вытягивают руки вперед с разведенными пальчиками, затем хлопают в ладошки, улыбаются и гладят щёчки).*

– Работа над эмоциональным словарем: радость, радостный, смешной, веселый, счастливый.

– Рассматривание фотографий и рисунков. Учитель вместе с учащимися рассматривает фотографии и рисунки с изображением веселых, радостных детей. Спрашивает: Чем похожи эти дети? (у них радостное настроение, они веселые). Почему вы так решили? (они улыбаются, смеются, прыгают).

– Рисование эмоции (дорисовать эмоцию «радость» на лице сказочного героя).

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Сказочное дерево». Разноцветные цветы прикрепляются на общей «поляне». Учитель договаривается с детьми о значении цветов. Предлагает выбрать цветок и приклеить на «поляну».

– Подведение итогов занятия

Сегодня мы узнали о радости.

Скажите, радоваться – это хорошо, или плохо?

Как, можно создать себе хорошее настроение?

Тема: Мои эмоции: грусть

Задачи:

1. Формировать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «грусть» посредством мимики и жестов.

2. Развивать умение «читать» эмоциональное состояние другого человека (на иллюстрациях, картинках, фотографиях).

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе. (В начале занятия детей приветствует мягкая игрушка (Крош), с которой дети знакомятся: здороваются за лапку, называют свое имя).

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Медвежонок». Учащиеся сильно надувают щеки, перегоняя воздух из одной щеки в другую. Упражнение повторяют 3–5 раз.

Мишка очень любит мед,

В улей он залез. И вот –

Словно флюс щека у мишки,

И испачканы штанишки.

– Упражнение «Передай настроение». Дети становятся в круг. Учитель придумывает настроение (грустное или веселое) и передает его рядом стоящему ученику не вербально, и так далее по кругу. Когда учащиеся по кругу показали мимикой выбранное настроение, нужно обсудить, какое именно настроение было загадано.

– Игра «Четвертый лишний». На доску вывешиваются картинки с изображением персонажей мультфильма/сказки (три персонажа с эмоцией «радость», один с эмоцией – «грусть»). Какой сказочный герой на изображении? Определите, какое настроение у героев. Какая картинка лишняя и почему?

– Рассматривание и «расшифровка» эмоций на картинках, фотографиях. Учащиеся рассматривают изображения грустных детей на фотографиях и рисунках. Учитель уточняет, что общего у этих детей: у них грустное

настроение, они расстроенные, плачут, уголки рта слегка опущены, глаза слегка сужены – все дети на изображениях испытываю эмоцию «грусть».

– Работа над эмоциональным словарем: грусть, грустный, печаль, печальный.

– Работа над литературным произведением: сказка К.И Чуковского «Федорино горе». Учитель читает сказку (или просматривают с учащимися, мультфильм). После прочтения/просмотра, произведение обсуждается. Примерные вопросы при обсуждении: Какие эмоции испытывает Федора, когда от нее уходит посуда? Какие эмоции испытывает Федора, когда посуда к ней возвращается? Почему посуда ушла от Федоры, и почему Федора расстроилась из-за этого?

– Игра «Найди пару». Учащимся предлагается круг, разделенный на сектора с двумя стрелками посередине. На одной половине круга наклеены картинки с эмоциями персонажей из мультсериала «Смешарики», а на другой половине круга пиктограммы с эмоциями. Дети должны найти пару картинкам с эмоциями, поворачивая стрелки, а затем ее изобразить мимикой.

– Рисование эмоции (дорисовать эмоцию «грусть» на лице сказочного героя).

– Релаксация «Улыбнись – рассердись». Учащиеся сидят за партами. Улыбаются – все тело расслаблено, все вокруг хорошо. Но вдруг рассердились – брови нахмурились, руки упираются в бока кулачками, все тело напрягается. И снова все хорошо, мы улыбаемся.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Ромашка с настроением». Для определения настроения учащихся на конец урока, учитель предлагает собрать «Ромашку с настроением». Ученикам необходимо выбрать лепесток того цвета, который соответствует их настроению. (желтый цвет – настроение радостное, веселое, бодрое; коричневый цвет – настроение грустное, печальное).

– Подведение итогов занятия.

Тема: Мои чувства: злость (гнев)

Задачи:

1. Формировать представлений детей об эмоциональном состоянии: злость (гнев).

2. Развивать умение адекватно выражать свои эмоции с помощью мимики, жестов, интонации.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе. Приветствуем друг друга кивком головы. Встаем в круг и учимся здороваться не только с помощью слов, но и с помощью жестов.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Мишка». (*Сильно надуть щёки, выпустить воздух. Поочерёдно надувать щёки, перегоняя воздух из одной щеки в другую. Повторяем упражнение 3–5 раз.)*

Мишка очень любит мед,
В улей он залез. И вот –
Словно флюс щека у мишки,
И испачканы штанишки.

– Игра «Колокольчик». Детям предлагается встать в круг, закрыть глаза. К кому подойдет учитель и позвонит колокольчиком, тот ребенок должен открыть глазки и сесть на свое место.

– Игра «Отгадай эмоцию». У учащихся на партах лежат пиктограммы/изображения различных эмоций. Каждый ученик по очереди берет себе карточку, и показывает эмоцию с помощью мимики и жестов, остальные учащиеся должны отгадать, какую эмоцию им показывают.

– Чтение отрывков из произведения К.И. Чуковского «Мойдодыр», где автор описывает гнев Умывальника и Крокодила (рассматриваем иллюстрации, уточняем, почему рассердились Умывальник и Крокодил).

– Упражнение «Злой герой, он какой?». Учащиеся выбирают из трех изображений то, на котором герой испытывает эмоцию «злость». Учитель уточняет, как можно узнать злого человека: брови сдвинуты вместе, глаза широко раскрыты, губы сжаты, зубы стиснуты, кисти рук сжаты в кулаки. Он может сильно размахивать руками, топать ногами.

– Упражнение «Передай эмоцию». Учащиеся изображают эмоцию злости с помощью стихотворения:

Шёл король Боровик
Через лес напрямик.
Он грозил кулаком
И стучал каблуком.
Был король Боровик не в духе:
Короля покусали мухи.

– Работа над эмоциональным словарным запасом: злость, гнев, злой, сердитый.

– Работа над литературным произведением: сказка «Три медведя». В ходе чтения учащиеся рассматривают изображения из сказки. Учитель спрашивает, какие эмоции испытывают медведи, что их рассердило?

– Эмоциональный этюд «Три медведя». Учитель обращает внимание, на то, что у каждого медведя злость выражается по-разному и сам демонстрирует, после демонстрации, учащимся предлагается повторить эмоции совместно с учителем или самостоятельно.

– Игра «Найди хозяина». Из игры «Театр настроения» выбираются карточки с изображением «хозяина» и «питомца» с эмоциями грусти, радости, злости. Учащимся предлагается найти питомцу хозяина с таким же настроением, как и у него.

– Релаксация «Шишки». Учащиеся изображают медвежат, которые играют с мамой-медведицей (учитель). Мама-медведица бросает медвежатам шишки, они их ловят и сжимают в лапах *(снимают напряжение)*. Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела – лапки отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Поляна»

На доске – поляна из цветов, на каждом цветке изображена эмоция (радость, грусть, злость). Перед каждым ребенком – бабочка. Учитель предлагает детям прикрепить свою бабочку на тот цветок, какую эмоцию он сейчас испытывает.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Учимся понимать переживания родных и близких нам людей

Задачи:

1. Формировать осознанное отношение к соблюдению требований взрослых (родителей).

2. Побуждать к проявлению сопереживания детям и родителям, переживаемых трудные ситуации.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Игра-приветствие «Венок дружбы». Дети стоят в кругу. Учитель предлагает поприветствовать друг друга по-особому, сплести «венок дружбы». Дети кладут друг другу руки на плечи и здороваются.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Колобок нахмурился». (*Дети собирают брови у переносицы, удерживают 3–5 сек., затем возвращаются в спокойное положение*.)

Колобок нахмурился
Он увидел лужицу.
Так хотел он погулять,
Нам цветочки показать!

– Игра «Дом эмоций». Учащимся предлагаются карточки с изображением домика с окошками, в которых видны лица детей. Ученикам необходимо обвести окошки в соответствии и инструкцией: «грустные окошки» (грустное выражение лица у ребёнка) – синим карандашом; «весёлые окошки» (весёлое выражение лица у ребенка) – красным карандашом.

– Упражнение «Зеркало». Детям предлагается изобразить перед зеркалом эмоции детей «из окошек» (радость и грусть).

– Работа над литературным произведением Л.Н. Толстого «Косточка». Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и всё нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он всё ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел.

Перед обедом мать сочла сливы и видит, одной нет. 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 косточки, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрёт. Я этого боюсь.

Ваня побледнел и сказал:

– Нет, я косточку бросил за окошко.

И все засмеялись, а Ваня заплакал.

Учитель задает вопросы: Почему заплакал мальчик? Вам его жалко? Как можно помочь мальчику?

– Проблемная ситуация «Школа». После обеда забирать из школы Машу пришла мама. Девочка привыкла, что это делал всегда папа, с которым они, не торопясь, могли еще прогуляться в парке. В присутствии учителя и одноклассников Маша начала плакать, капризничать и требовать, чтобы за ней пришел папа. Примерные вопросы: Правильно ли поступила девочка? Что чувствовала в этой ситуации мама? Кого вам жалко в этой ситуации? Учащиеся с помощью мимики и жестов показывают: девочка капризничает, девочка сердится, мама успокаивает дочь, мама огорчается, девочка и мама радуются.

– Упражнение «Закончи предложение». «Мама рассердилась, потому что я…», «Когда я вижу, что мама огорчена, то…».

– Проигрывание ситуации «Пожалей маму». Показ, как помочь, обнять, пожалеть маму (или другого близкого человека).

– Рисование на тему «Моя мама» (можно выполнять под музыку).

– Релаксация «Пузыри». Учитель имитируют выдувание мыльных пузырей, а остальные дети изображают полет этих пузырей (дети свободно двигаются). После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол и расслабляются.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Цветик-семицветик». Дети выбирают для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету настроения. Затем все лепестки собирают в общий цветок.

– Подведение итогов занятия.

Тема: По волнам эмоций

Задачи:

1. Закрепить умение узнавать и выражать эмоциональные состояний в мимике и жестах.

2. Совершенствовать умение адекватно реагировать на эмоции окружающих.

Формировать положительный эмоциональный настрой, сплочение учащихся.

Ход занятия:

1. Организационный этап:

Приветствие учащихся, установление положительного эмоционального настроя в классе.

– Приветствие «Мяч». Учитель передает мяч тому, с кем встречается взглядом, кивает головой в знак приветствия и бросает ему мяч. Все учащиеся по очереди встречаются взглядами, кивают головой и передают мячик друг другу.

2. Основной этап:

– Мимическая гимнастика «Худышки». Учимся втягивать щеки. Повторяем упражнение 3–5 раз.

На ветвях висит мартышка.
Не мартышка, а худышка!
Не хватает ей продуктов –
Сладких, сочных, спелых фруктов.

– Упражнение «Лица» (пиктограммы). Дети поочередно угадывают, какие эмоциональные состояния изображены на пиктограммах.

– Игра «Кубик эмоций». Учитель напоминает детям, что такое эмоции и вместе с детьми рассматривает изображения эмоций на кубике. Так же обращает внимание на разнообразие внешних признаков эмоций, их отличия и сходства. Каждый ребенок по очереди бросает кубик, называет эмоцию, которая изображена на выпавшей грани кубика. Затем изображает данную эмоцию с помощью мимики и жестов.

– Игра «Угадай эмоцию на слух». Учитель читает отрывки из сказок К. Чуковского, а учащиеся угадывают эмоции, которые в них описываются и изображают их с помощью одного из способов: мимики, жестов или пантомимики.

Ты один не умывался
И грязнулею остался,
И сбежали от грязнули
И чулки, и башмаки… (гнев)
То-то стало весело,
То-то хорошо
Будет, будет мошкара
веселиться до утра… (радость)

– Упражнение «Три котенка». Учитель читает текст «У кошки Мурки родились котята. Их назвали Радость, Грустинка и Злюка. Радость была рыженькой с черными ушками. Грустинка был серенькой с черными пятнышками на спинке. Злюка был черным котом». Учащимся раздаются изображения котят, они определяют по мимике и жестам, кто из них Радость, Грустинка и Злюка, после чего раскрашивают котят в соответствии с их описанием.

– Упражнение «Изобрази радость». Учитель раздает учащимся по листочку бумаги. цветные карандаши, трафареты фигур и предлагает нарисовать радость так, как хочется детям.

– Релаксация «Птичка». Учащиеся, сидя на стуле, совершают плавные движения руками, подражая полету птицы. Упражнение лучше всего выполнять под спокойную музыку.

3. Заключительный этап:

– Рефлексия «Поезд». Перед каждым ребенком на столе жетон. На доске поезд, с двумя вагонами, на которых обозначены пиктограммами эмоции радости и грусти. Учитель предлагает опустить жетон в тот вагончик, который указывает на настроение ребенка.

– Подведение итогов занятия.

IV КЛАСС

Тема: Мои ощущения и восприятия

Задачи:

1. Развивать зрительное и слуховое восприятие, тактильные, вестибулярные, обонятельные и вкусовые ощущения

2. Расширять и обогащать эмоциональный, тактильный, слуховой, сенсорный опыт учащихся

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

– Упражнение «Шляпа приветствия»

Дети встают в круг и под музыку передают шляпу. Как только музыка остановилась на ученике со шляпой, тот надевает ее на голову. Остальные хором здороваются с ним, называя его по имени и т.д.

2. Основной этап

– Игра с зеркалом «Помощники»

Ученики рассматривают себя в зеркале. Сейчас вы познакомились со своими «помощниками». Глаза, уши, нос, язык, кожа – это пять ваших помощников, пять органов чувств, благодаря которым вы сможете понимать свое настроение и то, что чувствует каждый человек. Именно эти пять помощников помогают нам знакомиться с окружающими миром.

– Психогимнастика

Учащимся предлагается посмотреть на себя в зеркале и выполнить мимические движения: улыбнуться, погрустить, разозлиться, обидеться, испугаться, удивиться, развеселиться

– Работа над литературным произведением: русская народная сказка «Теремок»

– Вспомните, в какой сказке животные так же, как и мы с вами, здоровались при встрече и называли свои имена?

Что бы вы скорее вспомнили, я загадаю вам загадку:

В поле появился дом.
Поселились в доме том:
Мышка по имени Норушка,
И Лягушечка Квакушка,
Волк, Лисица и Зайчишка.
А ещё лохматый Мишка
Позже поселился тут.
Как все домик-то зовут?
Вьётся над трубой дымок.
Этот домик – … (Теремок)

Педагог рассказывает детям сказку «Теремок», при этом показывая, на магнитной доске, наглядным примером, сюжет

Посмотри внимательно на картинки и расскажи, какие эмоции испытывают сказочные герои? (радость)

Почему звери радуются? (потому что у них появился дом и новые друзья).

Изображение эмоции «радость»

Что случится с настроением у животных, когда их домик-теремок разрушится? (грусть)

Вот какие стали наши звери, когда их дом сломался. (грусть)

Изображение эмоции «грусть»

– Упражнение «Громко – тихо». Прослушайте голоса героев сказки. Угадайте, чей голос, кто подает голос громко, а кто тихо?

– Упражнение «Зоркий глаз»

Детям предъявляются изображения животных, один из которых не был в сказке «Теремок». Найди лишнего

– Упражнение «Покажи героя сказки»

Найдите на картинках печального зайчика, злого волка, сердитого медведя, задумчивую мышку, удивленную лису.

– Пантомимика «Покажи животное»

С помощью мимики и пантомимики одному ученику изобразить животное сказки, остальные угадывают

– Упражнение «Сладкое – горькое»

Сегодня я для вас подготовила стаканчики, давайте попробуем, что в них.

(Предварительно готовим стаканчики с водой, в один добавляем сок грейфрута, в другой – мёд). Накормим героев сказки: медведя – сладкими, а волка – горькими продуктами.

– Подвижна игра «У медведя во бору»

– Обучение приемам релаксации

Стоит в поле теремок, теремок, (руки над головой – крыша)

Он не низок, не высок, не высок, (руки вниз, вверх)

На двери висит замок (руки «в замок»)

Кто бы тот замок нам открыть помог?

Слева мышка, справа волк, (кивок головой в стороны)

Нажимайте на замок! (сильно сжимают пальцы рук)

Зайка, мишка, лиса, волк.

Открывайте теремок! (разводят руки в стороны, затем плавно опускают их на колени)

3. Заключительный этап

– Рефлексия «Пирамида дружбы»

Ученики кладут ладони друг на друга – получается пирамида из ладоней. Учитель раскачивает пирамиду и на счет «три» руки резко поднимаются вверх. Все аплодируют, радуются

– Подведение итогов занятия.

Тема: Эмоции и настроение

Задачи:

1. Расширять представление об эмоциях радость, грусть, злость, страх, удивление.

2. Формировать умение дифференцировать эмоции и настроение человека.

3. Развивать положительное эмоциональное состояние, умение выражать свое настроение.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

– Упражнение «Давайте поздороваемся»

Ученики встают в круг, берутся за руки, улыбаются друг другу. На слог здравст – хлопнуть в ладоши над головой, на слог вуй – хлопнуть по ладошкам соседей справа и слева, на слог те – хлопнуть себя по коленкам.

– Скажите ребята, всем было приятно здороваться? Какие эмоции вы испытывали, приветствуя друг друга

2. Основной этап

– Игра «Змейка».

Ученики становятся друг за другом. Руки кладут на пояс впереди стоящему соседу. Получиться большая красивая змейка. Учитель – голова, а все остальные – туловище. Старайтесь не расцеплять рук. Начинаем движение

– Ребята, какое сейчас настроение у вас?

Каждый знает без сомненья,
Что такое настроенье.
Иногда мы веселимся,
Иногда скучаем мы,
Часто хочется взбодриться,
Но бываем и грустны.
Очень частое явленье –
Перемена настроенья.
Всем ребятам важно знать,
Что не стоит унывать.

– Беседа с детьми «Что такое настроение?»

Вспомните, какое настроение у вас было чаще всего?
Всегда ли вы были спокойны и веселы?
Было ли вам страшно, грустно?
Были ли вспышки гнева?

После обсуждения подвести к выводу:

– Все люди иногда бывают злыми и раздражительными, а иногда добрыми и веселыми, «внутри нас живут» наши друзья и наши враги – эмоции.

Настроение – это эмоциональное состояние человека, это то, как человек себя чувствует. Настроение связано с нашими чувствами. Если человеку грустно, то и настроение у него плохое, если же человеку весело, радостно, то и настроение у него хорошее.

– А можно потрогать настроение? Правильно, настроение можно только почувствовать, если быть очень внимательным. Настроение нельзя потрогать, пощупать. Настроение можно увидеть на лице человека. Его можно почувствовать. Оно находится внутри нас, в нашем сердце, в нашей душе.

– Упражнение «Расскажи о своем настроении»

Учащимся предлагаются пиктограммы с изображением различных оттенков настроений. Каждый выбирает ту картинку, которая в наибольшей степени похожа на его настроение.

– При помощи, каких слов вы можете рассказать о своем настроении?

– Какое у тебя сейчас настроение?

– С каким запахом можно сравнить твое настроение?

– На что похоже твое настроение?

В конце беседы учитель обобщает ответы учеников и обращает их внимание на то, что настроение может быть разным

– Хорошее настроение мы выражаем с помощью таких слов как *веселое, радостное, светлое, праздничное, сказочное.*

– Плохое настроение можно выразить следующими ело вами: *сердитое, мрачное, угрюмое, печальное.*

– Игра «Эмоции в стихах»

У людей бывает разное настроение, от которого зависит выражение лица (мимика). Глядя на мимику можно сказать, что чувствует человек, какое у него настроение. А теперь внимательно послушайте загадки. Разгадав их, покажите пиктограмму, изображающую соответствующую эмоцию.

Весела я, весела,
Ножками я топаю.
Я танцую и пою,
И в ладоши хлопаю.

– Какую эмоцию испытывает девочка? (Радость)

– Покажите пиктограмму с изображением радости. А теперь покажите радость на своем лице.

Зайку бросила хозяйка –
Под дождем остался зайка.
Со скамейки слезть не смог,
Весь до ниточки промок.

– Какую эмоцию испытывает зайка? (Грусть)

– А почему зайка грустит?

– Покажите грусть на пиктограмме и на своем лице.

На дороге гуси ущипнули Люсю,
И болела долго у нее нога.
– Я вам, злые гуси! – погрозила Люся,
А они в ответ ей: «Га-га-га»!

– Какие гуси? (Злые). Покажите пиктограмму с изображением злости, а теперь покажите, как вы злитесь.

– А почему они злые? (Они сделали больно Люсе)

У опушки две старушки
Брали грузди и волнушки.
А сова: «У-у-х!», «У-у-х!»
У старушек замер дух:
«Жутко стало все вокруг!»

– Какую эмоцию испытывают старушки? (Страх)

– Выберите пиктограмму с эмоцией страха. Изобразите страх на своем лице.

Лепит девочка из глины
Ушки, лапки, хвостик длинный.
Удивляется братишка:
Вышла серенькая мышка.

– Какую эмоцию испытывает малыш? (Удивление)

– Давайте покажем пиктограмму с изображением удивления. А теперь вы изобразите удивление.

– Эксперимент по смене настроения

А от чего зависит настроение? Может ли оно меняться?

Когда мы спокойны, хорошо себя чувствуем, всем довольны и ничто нас не беспокоит, в это время наше настроение похоже на чистую воду. Посмотрите на эту прозрачную водичку, вот такие же спокойные и чистые наши мысли.

Но бывает, ребята, и так, что кто-то или что-то может испортить нам настроение, разозлить нас, и тогда мысли наши неприятны, грустны, похожи на темную воду *(добавляю в стакан с водой черную краску).* Давайте попробуем изменить цвет плохого настроения *(добавляю в стакан с водой желтую краску).* Какое веселое, оранжевое настроение у нас получилось!

А когда мы веселимся, улыбаемся, то и настроение бывает прекрасным, радостным и мысли наши похожи на салют: они блестят, переливаются, как вода в этом стакане (*добавляю блестки в стакан*). Посмотрите, какая красота! В такие моменты у нас замечательное настроение!

– Мимическая игра «Передавалки»

Будем передавать друг другу разное настроение. Я передаю своему соседу справа – улыбку, ты передаешь улыбку следующему (по кругу).

- Передай улыбку соседу
- Передай «сердилку»
- Передай «испуг»
- Передай «страшилку»
- Передай «смешилку»

– Обучение приемам релаксации. Аутотренинг на ковре, сидя:

Если очень рассердился,
На кого-то разозлился.
Ручки сжать, глаза закрыть,
И тихонько говорить:
Я спокоен, не кричу,
И ногами не стучу,
И не буду я сердиться.
Злость совсем не пригодиться!
Дружно до пяти считаем,
Глазки тихо открываем,
Раз, два, три, четыре, пять,
Нужно тихо всем сказать.
Вот пора уже нам встать,
Кулачки нам все разжать,
Их повыше поднимаем,
Злость мы в небо отпускаем! (разжать кулачки и дунуть).

3. Заключительный этап

– Рефлексия

А напоследок я предлагаю всем встать в круг, взяться за руки и поиграть в игру «Мы тоже!»

– Я делюсь с вами своим хорошим настроением! – Мы тоже!

– Я дарю вам улыбку! – Мы тоже!

– Я прыгаю от счастья! – Мы тоже!

– Я вас обнимаю! – Мы тоже!

Все обнимаются в едином кругу.

Наше настроение отличное! Наша встреча закончена. Приятных всем эмоций.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Распознавание эмоциональных состояний смех – плач

Задачи:

1. Формировать умение узнавать эмоциональные состояния смеха, плача на лице другого человека

2. Развивать умение распознавать эмоции, выраженные в звуках

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

2. Основной этап

– Коммуникативная игра «Здравствуй»

Весело шагают девчонки и мальчишки,
Друга выбирают наши ребятишки.
Здравствуй, здравствуй, милый друг,
Оглянись скорей вокруг.
Здравствуй, здравствуй, улыбнись,
Другу поклонись.

– Мимическая гимнастика «Волшебное зеркало»

Ну-ка, зеркальце, смотри!
Всё мне верно повтори!
Встану я перед тобой,
Повторяй-ка всё за мной!

Учитель демонстрирует различные мимические движения, ученики играют роль зеркал.

– Игра «Наоборот».

Учитель называет разные слова, при этом бросает мяч кому-нибудь из учеников. Тот, кто поймает мяч, будет говорить их противоположные значения.

Давайте потренируемся: скажу я слово высокий, вы скажете мне: низкий.

Веселый – грустный
Печальный – радостный
Трусливый – смелый
Ленивый – трудолюбивый
Злой – добрый
Сердитый – довольный
Спокойный – взволнованный
Грустить – радоваться
Плакать – смеяться

– Упражнение «Грустно или весело».

В каких ситуациях смешно, а в каких хочется плакать:

- Началась гроза, а ты не успел добежать до дома
- В цирке смотришь выступление клоуна
- Друг толкнул, и ты упал
- Рассказали веселую историю
- Сломали любимую игрушку
- Играешь с приятелем в догонялки
- Разбил телефон
- Ловишь мыльные пузыри

Смех, плач – это проявление наших эмоций. Какие эмоции мы испытываем, когда смеемся? (удовольствие, радость). Какие эмоции мы испытываем, когда плачем? (страх, печаль, обида, вина)

– Упражнение «Грустно – смешно»

Ученики получают пиктограммы смеха и плача, к которым они должны подобрать изображения людей с соответствующими эмоциями на лице

– Работа над литературными произведениями: Н. Якимова «Облака»

По небу плыли облака,
А я на них смотрел.
И два похожих облака,
Найти я захотел.
Я долго всматривался ввысь,
И даже щурил глаз,
А что увидел я, то вам,
Все расскажу сейчас.
Вот облачко веселое
Смеется надо мной:
– Зачем ты щуришь глазки так?
Какой же ты смешной!
Я тоже посмеялся с ним:
– Мне весело с тобой!
И долго-долго облачку

Махал я вслед рукой.
А вот другое облачко
Расстроилось всерьез:
Его от мамы ветерок
Вдруг далеко унес.
И каплями-дождинками
Расплакалось оно…
И стало грустно-грустно так,
А вовсе не смешно.
Ученики изображают движения в соответствии с текстом
– Аппликация из готовых форм «Два облачка»
– Обучение приемам релаксации
Упражнение «Пирог»
Взяли мы немножко смеха,
И немножечко успеха,
Удивления на ложке,
Любопытства поварешку,
Много радости налили,
Тесто быстро замесили.
Испекли пирог мы в печке,
Остудили на крылечке.
А потом пирог делили
И гостей всех угостили.
Все ладошки подставляйте,
Угощенье получайте! (Дети делятся воображаемыми кусочками пирога друг с другом)
3. Заключительный этап
– Рефлексия
Упражнение «Закончи предложение»
Продолжить фразу: «Я радуюсь, когда … (выбрать облачко)»
«Я плачу, когда … (выбрать облачко)»
– Подведение итогов занятия.

Тема: Правила вежливости: «волшебные слова»

Задачи:

1. Формировать умение использовать приемы речевой и поведенческой этики на эмоциональной основе, применять вежливые обращения

2. Активизировать и обогащать словарный запас по данной теме

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

Ученики становятся в круг. Стоя в кругу, учитель предлагает взяться за руки, закрыть глаза и передать хорошее настроение друг другу.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика «Улыбка»

Здравствуйте, ребята,
Улыбнитесь мне в ответ.
Я хочу, чтобы вы не грустили
И улыбки сегодня дарили

– Работа над литературными произведениями: сказка «Грустный город»

Давным-давно в очень далекой стране был город. Это был очень грустный город, потому что там не светило солнце, не цвели сады, не распускались цветы. Люди там были печальные и унылые, а дети плакали, потому что их мамы не говорили им нежных, добрых, ласковых слов. И жизнь всем была не в радость. Но вот однажды в город на воздушном шаре прилетела волшебница. Она была очень вежлива. Проходя по улицам города, она говорила всем «волшебные» слова: «здравствуйте», спасибо», «пожалуйста».

И от ее слов люди стали улыбаться. И они тоже стали говорить друг другу: «доброе утро», «простите», «до свидания».

Как только люди стали вежливыми, они сразу заметили, как засветило солнце, расцвели сады и распустились цветы.

– Чему научила волшебница людей в этом городе?

Встречая друзей и знакомых, с улыбкой в глаза им гляжу.
Быть вежливым очень легко мне, я «здравствуйте» первым скажу.

– Мультфильм «Лунтик. Уроки вежливости»

Какие вежливые слова вы запомнили и в каких ситуациях мы их употребляем? Все эти слова называются волшебными. А какое волшебство они совершают? Эти слова делают нашу речь более теплой, приятной, доброжелательной. Они помогают открыть дорогу к сердцу любого человека. А волшебными они стали потому, что без них жить на свете просто нельзя.

– Игра «Доскажи словечко»

Слова коротенькие эти
Повсюду слышатся с утра.
Они живут на белом свете.
Запомнить их давно пора.
Растает даже ледяная глыба
От слова тёплого ... (Спасибо)
Зеленеет старый пень
Когда услышит ... (Добрый день)
Если больше есть не в силах
Скажем маме мы ... (Спасибо)
Мальчик вежливый и развитый
Говорит, встречаясь... (Здравствуйте)
Когда нас бранят за шалости,

Говорим... (Извините, пожалуйста)

И во Франции, и в Дании

На прощанье говорят... (До свидания)

– Упражнение «Не ошибитесь, пожалуйста»

Выполнять задания надо только тогда, когда я назову волшебное слово.

Встаньте, пожалуйста! Поднимите руки! Пожалуйста, похлопайте в ладоши.

Потопайте. Пожалуйста, наклонитесь вправо. Наклонитесь влево. Попрыгайте, пожалуйста. Потопайте. Руки вперед. Садитесь, пожалуйста!

– Упражнение «Подскажи словечко»

Однажды мальчик Вова поехал в гости к бабушке. В автобусе он сел около окна и с интересом рассматривал улицу. В автобус вошла женщина с маленькой девочкой. Вова встал и сказал женщине: «Садитесь... (пожалуйста). Женщина обрадовалась и сказала Вове: ... (спасибо). Маленькая девочка чихнула, а Вова ей сказал ... (будь здорова). Вдруг автобус неожиданно остановился. Вова чуть не упал и сильно толкнул какого-то мужчину. Мужчина хотел рассердиться, но Вова сказал... (извините, пожалуйста). Тогда мужчина улыбнулся и сказал. ... Автобус остановился, Вова вышел, помахал дяде рукой и сказал… (до свидания).

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Муравей»

Представьте себе, что вы сидите на полянке, ласково греет солнышко. На пальцы ног залез муравей. С силой потяните носки на себя, ноги напряжены, прямые. Почувствуйте, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросьте муравья с ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабьте ноги: ноги отдыхают (повторить 2–3 раза).

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Составление ромашки «вежливых слов»

– Подведение итогов занятия.

Тема: Секреты понимания: сочувствие

Задачи:

1. Формировать умение понимать эмоциональное состояние других людей, побуждать к проявлению сочувствия и сопереживания

2. Воспитывать эмоциональную восприимчивость и отзывчивость

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

Ученики приветствуют друг друга словами: «Я рад (а) тебя видеть, потому что…»

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика «Обезьянка у зеркала»

Учитель в роли обезьянки демонстрирует различные мимические движения, ученики их повторяют

– Упражнение «Найди пару»

Ученики получают пиктограммы, к которым они должны подобрать изображения людей с соответствующими эмоциями на лице

– Упражнение «Расскажи о своих чувствах»

Предлагается рассказать, что чувствует каждый, когда:

- Подарили новую игрушку
- Упал в лужу
- Получил награду за участие в конкурсе
- Заболел
- Потерял ключи
- Помог маме приготовить ужин

– А можно ли по выражению лица узнать о состоянии человека?

– А если бы вас фотографировал фотограф, когда вы поранили палец, разбили колено, когда у вас болит зуб и т. д., каким будет ваше лицо? Покажите.

Подвести детей к пониманию того, что человек понимает состояние сочувствия и безразличия.

– Этюд «Заколдованный ребенок»

Ребенок не может говорить. Он жестами показывает, что с ним случилось. Дети повторяют эти жесты, угадывают состояние другого ребенка, рассказывают, что с ним случилось.

– Упражнение «Грустная Даша»

Ученики встают в круг. Даша в центре сидит на стульчике, делает грустное выражение лица. Ученики по очереди подходят, пытаются помочь. Учитель помогает детям, предлагает различные способы воздействия (сказать добрые слова, погладить, позвать поиграть, рассмешить). Когда Даша улыбается, она встает в круг, ее место занимает тот, кому удалось заставить ее улыбнуться.

В конце игры учитель предлагает детям дома наблюдать за мамой, и когда она загрустит утешить ее; когда радуется – порадоваться вместе с ней.

– Психогимнастический этюд «Заботливый внук (внучка)»

Бабушка огорчена, внук (внучка) дотрагиваются до ее плеча и спрашивают: «Чем я могу тебе помочь?», «Что я могу для тебя сделать?» (Ответы могут быть ситуационные: «Улыбнись, станцуй, спой» или направленными на выполнение поручения)

Учитель обращает внимание учащихся на то, что они должны внимательно относиться к близким и родным людям, сочувствовать им, жалеть, помогать, если они попали в беду, когда они скучают, чувствуют себя одиноко, радоваться вместе с ними, дарить подарки и теплые улыбки.

– Работа над литературными произведениями: А. Барто «Зайка», «Мишка»

Анализ поступков хозяев по отношению к игрушкам.

– Пантомимика «Пожалей Зайку»

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Доброе животное»

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

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Ученики образуют столбик из своих кулачков (по одному кулачку и с улыбкой говорят: «Всем, всем, до свидания!»)

– Подведение итогов занятия.

V КЛАСС

Тема: Эмоциональное состояние «страх»

Задачи:

1. Формировать представление об эмоциональном состоянии «страх» и причинах его возникновения

2. Развивать умение выражать эмоцию «страх» через мимику лица, позы, жесты и интонацию голоса

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

Ученики стоят в кругу и, дотрагиваясь до плеча своего соседа, здороваются с ним, называя его по имени, и говорят, что рады его видеть: «Здравствуй, Даша! Я рад тебя видеть!»

2. Основной этап

– Упражнение «Цвет настроения»

Учащиеся выбирают цвет своего настроения с помощью цветных кругов и прикрепляют его к магнитной доске (предлагается на выбор шесть основных цветов: красный, зеленый, желтый, синий, коричневый, черный)

– Упражнение «Собери картинку»

Учащимся предлагается собрать разрезные картинки-пиктограммы с различными эмоциональными состояниями. К пиктограммам подбираются фото людей с различным эмоциональным состоянием. Определяем людей, которые выглядят испуганно

– Работа над литературным произведением: сказка «Художник»

Жил в одном городе известный художник по имени Данила. Он был талантливый мастер. Что он мог делать? (рисовать)

И вот однажды он задержался в своей мастерской до вечера, и с ним приключилась необычная история. Солнце уже зашло и в мастерской стало темно. И вдруг он почувствовал, что ему становится страшно. Даниле стало казаться, что в темном углу мастерской он кого-то видит. (Предположения, кого мог испугаться художник. Показ, как выглядело его лицо)

– Кто здесь? – прошептал художник. В тишине раздался шорох, и Данила как будто услышал: «Я твой самый ужасный страх!». Художник от страха не мог даже пошевелиться. (Ученики изображают мимику ужаса. Демонстрируют позу тела)

Но вдруг художнику в голову пришла интересная мысль:

– Может быть, нарисовать этот страх?

Тогда он набрался смелости, распрямил плечи, поднял голову, сделал глубокий вдох и спросил: «Уважаемый страх, вы когда-нибудь позировали художнику?» (Ребята показывают, как выглядел теперь художник)

– Разрешите, – говорит мастер, – я нарисую вас и будут узнавать. Страх ничего не сказал. Данила включил в мастерской свет и искренне удивился, потому что он никого не увидел. Он сразу все понял и сказал… (Предположения детей)

А затем взял, да и нарисовал свой страх (Показ пиктограммы)

– Беседа по сказке

Педагог узнает, что удивило детей, рассмешило, порадовало, огорчило.

– Дидактический ковер «Поле чудес»

Ученики сидят на ковре по кругу. В центре ковра лежит пиктограмма «страх». Каждый ребенок по очереди берет в руки пиктограмму и вспоминает о том, в какой ситуации ему было страшно. Учитель выясняет у детей, что помогло преодолеть страх

– Этюд «Маски»

Дети выбирают подходящий шумовой инструмент. Надевают маску страха и показывают, как двигается страх, как танцует, как звучит. Можно побегать, попугать, погоняться друг за другом. Затем происходит ритуал снятия масок: все берутся за руки, улыбаются друг другу, плавно танцуют.

– Арт-техника «Художественная композиция»

Ребята сами становятся художниками и рисуют страх, как они его представляют. Затем каждый рассказывает, кого он нарисовал. После этого каждому ребенку предлагается видоизменить страх или избавиться от него (Порвать рисунок)

– Обучение приемам релаксации. Упражнение «Парное дыхание»

Звучит релаксационная музыка. Дети становятся парами спина к спине, закрывают глаза и прислушиваются к своему дыханию и дыханию

друг друга, затем разворачиваются в круг и сообщают о своем настроении, самочувствии

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Дети выбирают цвет своего настроения в конце занятия, становятся в круг и сообщают о своем настроении, говорят, что больше всего понравилось.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Секреты общения

Задачи:

1. Формировать навыки построения позитивных взаимоотношений

2. Развивать умение слушать и слышать другого человека

3. Воспитывать чувства уважения к культуре общения и к своим товарищам

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

Упражнение «Аплодисменты»

Учитель предлагает поприветствовать друг друга аплодисментами: «Я хочу поприветствовать …(имя)» - и аплодирую этому человеку. Тот, кого назвали, встает и так же приветствует следующего – ему мы хлопаем уже вдвоем и т.д. Человеку, которого назовут последним, достается не только приветствие, но и самые громкие аплодисменты!

2. Основной этап

– Упражнение «Цветное настроение»

Ученикам предлагается выбрать цвет своего настроения

– Мимическая гимнастика «Веер эмоций»

Учитель держит в руках веер, где на каждом делении изображена пиктограмма эмоции. Ученики ее изображают, ритм постепенно ускоряется

– Игра «Назови по имени»

Ученики передают клубок, называя друга по имени (все варианты). Учитель уточняет, можно ли к взрослому человеку обращаться на «ты» и по имени? Ребята делают вывод, что к взрослым должны обращаться по имени и отчеству.

Первый секрет. Называй собеседника по имени, и он будет обращаться к тебе так же!

– Этюд «Передай сообщение»

Каждый получает карточку с заданием, читает её про себя и показывает жест. Все остальные должны угадать, что этот жест означает.

Поздороваться

Согласиться

Не согласиться

Остановить машину

Попрощаться

Сообщить о плохом самочувствии

Второй секрет. Используй при общении слова и жесты

– Психогимнастика «Узнай настроение друга»

Каждый получает пиктограмму эмоции. Задача заключается в том, что каждому ученику необходимо выйти в центр круга и изобразить эмоцию, нарисованную на пиктограмме. Все остальные догадываются и называют ее. Следует обратить внимание не только на выражение мимики, но и на положение тела, рук, ног.

Третий секрет. Будь внимателен к тем, кто тебя окружает, и люди будут уважать тебя!

– Игра «Магазин вежливых слов»

На полках в магазине стояли вежливые слова благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста), приветствия (здравствуйте, добрый день, доброе утро, добрый вечер), извинения (извините, простите, жаль), прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи). Но вдруг подул ветер, и все слова упали и перепутались. Надо их снова расставить по полкам.

Четвертый секрет. Будь вежлив, и у тебя будет много друзей!

– Игра «Комплименты»

Ученикам предлагается сделать друг другу комплимент. Учитель начинает, называет чье-либо имя, бросает ему мячик и говорит комплимент. Например, «Даша, ты очень добрая!». Поймавший мяч должен сказать «спасибо», бросить мяч другому, назвать его имя, и сделать комплимент. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не получит комплимент. Мяч должен побывать у каждого только один раз.

Пятый секрет. Улыбка помогает сделать общение приятным

– Игра «Да, да, да» или «Нет, нет, нет».

Будем крепко мы дружить?

Нашей дружбой дорожить?

Мы научимся играть?

Другу будем помогать?

Друга нужно разозлить?

А улыбку подарить?

Друга стоит обижать?

Ну а споры разрешать?

Чай с друзьями будем пить?

Будем крепко мы дружить?

– Обучение приемам релаксации

«Узоры на спине»

Ученики становятся в круг друг за другом и пальцами рисуют различные узоры, фигуры на спине впереди стоящего

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Учитель и ученики садятся в круг и завершают общение, сообщая о своем самочувствии, новых достижениях, выбирают цвет своего настроения. Учитель соотносит цвет настроения каждого ученика перед началом занятия и после него.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Нравственные качества: щедрый – жадный

Задачи:

1. Формировать представление о нравственных качествах: щедрость и жадность.

2. Воспитывать доброжелательность, отзывчивость; понимание, что жадным быть плохо, а щедрым хорошо

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика «Пчелка»

Прилетела пчелка и села нам на правое плечо. Подуем и прогоним ее. Села на левое плечо, на бороду, на лоб, на правый глаз, на соседа

– Работа над стихотворениями: «Подъемный кран», «Самокат»

На занятие пришли два мальчика: Саша и Миша (изображения). Учитель от лица Саши читает стихотворение «Подъемный кран»

У меня подъемный кран,
С ним играть я буду сам!
Кран мой новенький, блестящий,
Он совсем как настоящий!
Никому его не дам –
Это мой подъемный кран!

– О чем его стихотворение? (О жадности)

– Что такое жадность? (Когда человек ни с кем не делится, думает только о себе, о том, чтобы только ему было хорошо)

– А теперь послушаем Мишу и подумаем, о чем его стихотворение?

«Самокат»

Мне купили самокат,
Я позвал во двор ребят,
Взял сестру и братца –
Будем все кататься!
Дал Сереже и Алеше,
Дал Андрею, Кате, Гоше.
Пусть порадует ребят

Серебристый самокат!

Мы играли очень дружно –

Радостью делиться нужно!

– Что такое щедрость? (Щедрость – это когда человек не жадничает, а делится с другими, чтобы все порадовались)

Детям предлагается вспомнить, не случались ли с ними такие истории?

– Работа над эмоциональным словарем

Словарь: щедрость, жадность

– Игра «Жадный и щедрый»

Показ жестами слов, которые подходят жадному или щедрому человеку. Если слова подходят Жадине, дети обхватывают себя руками, а если подходят Щедрому человеку – руки в стороны.

– Дай!

– Возьми!

– Не трогай!

– Бери, пожалуйста!

– Это моё!

– Давай играть вместе!

– Ничего тебе не дам!

– Я тебе дарю!

Какими вы хотите быть? Повторите слова щедрого человека.

– Просмотр мультфильма «Жила-была Царевна-Жадина»

Обсуждение после просмотра

– Какой была Царевна в начале мультфильма?

– Какой была Царевна в конце мультфильма?

– Почему ее поведение изменилось?

– Этюд «Щедрый мешочек»

Ребята предлагается мешочек, в котором находятся различные предметы (бусинки, наклейки, игрушки мелкие). Они по очереди достают их и решают, забрать себе этот предмет или подарить другому.

3. Заключительный этап

– Рефлексия «Ленточка щедрости»

Ленту другу передавай, чем поделишься, называй. Передавайте ленту, начиная предложение «Завтра я принесу машинку и дам тебе поиграть».

Посмотрите, ребята, нас связывает всех ленточка щедрости.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Этика поведения «День рождения»

Задачи:

1. Формировать представления о правилах приема гостей, поведения за столом, получения и дарения подарков.

2. Развивать коммуникативные способности, расширять словарный запас.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

Приветствие «Ласковое имя»

Дети по кругу обращаются друг к другу, дотрагиваясь до плеча соседа, здороваются, называют его ласково по имени и говорят, что рады его видеть.

2. Основной этап

– Веселая мимическая гимнастика

– Активизация осязательного (вкусового) анализатора

Упражнение «Насколько сладкое сладко»

Ученикам предлагается исследовать на степень сладости сахар, мед, варенье, сироп, сладкие фрукты

– Загадка:

Торт, веселье, поздравленья

Это праздник – … (День рождения)

Ученикам сообщается, что они сейчас не будут учиться, а приглашаются на день рождения. Ребята рассказывают о своем дне рождения: когда и где родился, сколько сейчас лет, как отмечает свой день рождения

– Игра «Приглашение на День рождения»

Ученики работают в парах, тренируются приглашать друг друга на день рождения

– Упражнение «Подарочный этикет»

На свободной парте лежат самые разные предметы: носки, носовой платок, кукла, коробка конфет, книга, мягкая игрушка). Ребятам необходимо будет выбрать подарок и объяснить, кому именно и почему они его подарят.

– Работа над эмоциональным словарем

Словарь: этикет

– Работа над стихотворением

Подружке подарю машину,
Сестре отдам я автомат,
Отцу – модели бригантины
И клюшку – деду. Будет рад!
Для бабушки припас я гири,
Для мамы – видеоигру.
Мой принцип – самый лучший в мире:
Что нужно мне – то и дарю!

Вы придерживаетесь такого же мнения? Как выбрать подарок?

– Коммуникативная игра «Желаю тебе…»

Ученики передают друг другу воздушный шарик под музыку. Как только музыка остановится, то ученик, у которого оказался в руках шарик, должен поздравить с днем рождения и высказать пожелания тому, от кого он получил шарик.

– Музыкальная пауза

Как на Сашины именины испекли мы каравай: (идут по кругу, остановились)

Вот такой ширины (руки в стороны),

Вот такой вышины (руки вверх),

Вот такой низины (руки вниз),

Каравай, каравай, кого хочешь – выбирай!

– Практическая работа «Сделай сам»

Самый дорогой подарок тот, который сделан своими руками. Изготовление поздравительной открытки из готовых деталей (можно раскрасить уже вырезанную заготовку открытки с нанесенным на ней рисунком).

– Обучение приемам релаксации

«Воздушные шарики»

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и веселые. Вас надувают, вы становитесь все легче и легче. Все ваше тело становится будто невесомым. И ручки легкие, и ножки стали легкие-легкие. Воздушные шарики поднимаются все выше и выше. Дует теплый, ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик... (Пауза – поглаживание детей.) Обдувает шарик... ласкает шарик... Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в классе. Потянитесь и на счет «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарику.

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Упражнение «Коврик настроения»

Состоит из пазлов. Каждый пазл изображает определенную эмоцию. Выбирая пазл, соответствующий настроению, ребята выкладывают общий коврик настроений

– Подведение итогов занятия.

Тема: Релаксация

Задачи:

1. Формировать умение снимать мышечное напряжение всего тела через выполнение релаксационных упражнений.

2. Развивать положительное эмоциональное состояние.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

2. Основной этап

– Релаксационное упражнение на расслабление мышц лица «*Улыбка*»

На занятие сегодня заглянуло красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой улыбке. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте,

как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться пошире. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щек… Дышите и улыбайтесь…, ваши руки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2–3 раза).

– Упражнение на дыхание. Закройте глазки и глубоко вдохните.

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,
Но пока не все умеют расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая – очень легкая, простая:
Замедляется движенье, исчезает напряженье...
И становится понятно – расслабление приятно!
Вдох – выдох, вдох – выдох..

– Релаксационное упражнение для снятия напряжения с мышц лица

Упражнение «Солнечный зайчик»

Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним (повторить 2–3 раза).

– Релаксационное упражнение для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног: *«Холодно – жарко»*

Представьте себе, что вы играете на солнечной полянке. Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замёрзли, обхватили себя руками, голову прижали к рукам – греетесь. Согрелись, расслабились … Но вот снова подул холодный ветер… (повторить 2–3 раза).

«Солнышко и тучка»

Представьте себе, что вы загораете на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко – все расслабились (на выдохе). Повторить 2–3 раза.

– Пантомимический этюд «Ходят люди разные»

Дети ходят по ковру в хаотичном направлении, изображая мимикой (лицом) и пантомимой (жестами, движениями) различные характеры:

- Как подпрыгивают веселые дети;
- Как идет грустный дедушка;
- Как идет злой Бармалей и т.п.

– Упражнение «Потянулись – сломались»

Ученики сидят на корточках – они превратились в семена (цветов, кустов, деревьев…) Росток начинает расти – дети тянутся вверх, выше и выше. Все тело устремлено вверх, дети тянут руки, поднимаются на носочки. Вдруг подул сильный ветер и сломал росточки. Руки постепенно сгибаются сначала в запястьях, затем в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, подогнулись колени, сели снова на корточки. Повторить 2–3 раза.

– Релаксационное упражнение «Отдых»

Лечь удобно и расслабиться. «Представьте себе, что вы лежите на самом берегу озера в воде. Вода теплая, ласковая. Вокруг спокойно и тихо. Вам хорошо и приятно. Закройте глаза, слушая мой голос. Прислушайтесь к своему дыханию. Дышим ровно и спокойно. Медленно вдохните и выдохните» (2–3 раза). Выпрямите пальцы рук, потянитесь так, чтобы напряглись все мышцы тела, руки и ноги стали тяжелыми, как будто каменными (10–15 сек). А теперь расслабьтесь, отдохните – тело ваше стало легким как перышко»

«Мои руки расслаблены, они словно тряпочки …

Мои ноги расслаблены, они мягкие …, теплые …

Мое тело расслаблено, оно легкое …, неподвижное …

Мне легко и приятно …

Мне дышится легко и спокойно …

Я отдыхаю…, я набираюсь сил …

Свежесть и бодрость входят в меня …

Я легкий, как шарик…

Я добрый и приветливый со всеми …

Я хорошо отдохнул!

У меня хорошее настроение!»

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Упражнение «Прощаемся»

Ученики становятся в круг. Прощаются друг с другом носиком, ладошками и т.п. (любое тактильное действие по выбору детей).

– Подведение итогов занятия.

VI КЛАСС

Тема: Правила приветствия и прощания

Задачи:

1. Расширять представления о правилах и формах приветствия; знакомить с историей развития правил приветствия.

2. Развивать умение здороваться, прощаться, используя вербальные и невербальные средства.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

–Коммуникативная игра «Давайте поздороваемся»

Дети становятся в круг, берутся за руки, улыбаются друг другу. На слог здравст – хлопнуть в ладоши над головой, на слог вуй – хлопнуть

по ладошкам соседей справа и слева, на слог те - хлопнуть себя по коленкам (Дети рассказывают, всем ли было приятно здороваться, какие они испытали эмоции, приветствуя друг друга).

2. Основной этап

– Активизация тактильного анализатора

Упражнение «Определи на ощупь»

Выбирается ведущей. Группа детей стоит в кругу, ведущему необходимо, пройти и определить на ощупь, у кого самые теплые руки (носы, уши...).

– Мимическая гимнастика «Солнечно»

С утра было пасмурно,
Шел мелкий дождь.
Тоскливо, невесело, хмуро.
Но солнце блеснуло лучом из-за туч,
Никто уж не смотрит понуро.
На улице ясно, и в небе светло.
Всем весело, скачут, смеются. *Е. Алябьева*

– Беседа о возникновении правил приветствия и прощания

– Игра «Найди ошибку»

Карточки со словами приветствия и прощания расставляются на доске вразброс. Необходимо разделить их на две группы. Допустимые формы только для близких или родственников: привет, салют, здорово, пока, чао.

– Этюд «Здравствуйте, зверята»

Дети здороваются так, как это делают различные животные.

Волшебная палочка, раз, два три ребят в зверей преврати
«Как жирафы» – потремся шеями,
«Как кошечки» – потремся носиками,
«Как олени» – потремся ушками,
«Как волчата» – потремся боками,
«Как ежики» – потремся лобиками,
«Как зайчики» – потремся ладошками,
«Как мышки» – потремся хвостиками.

– Упражнение «Время суток»

На макете часов учитель ставит время суток День, Вечер, Утро, Ночь. Учащиеся должны назвать слова приветствия и прощания, соответствующие данному времени суток.

Утро. – Вы идете в школу. По дороге встречаете одноклассников. Как вы поздороваетесь с ним?

– Вы вошли в школу. Увидели учителя. Кто должен первым поздороваться? Как вы будете приветствовать учителя?

День. – В школу пришли гости. Что вы им скажете при встрече?

Вечер. – Мама и папа приходят с работы. Как вы будете их приветствовать? Какие слова помогут вам показать. Что вы рады их видеть?

– Игра «Пойми меня»

В этой игре очень важно соблюдать правила. Первое правило: говорить запрещается, нельзя произносить ни звука. Второе правило: вам нужно с помощью жестов и мимики изобразить состояния: (привет, пока, хочу спать, да, нет, мне плохо, мне хорошо)

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Бабочки»

Дети садятся поудобнее на своих стульях. Закрывают глаза (спокойная музыка): «Представьте себе, что вы – разноцветные бабочки, очень красивые и веселые. У вас есть крылья. Вы легкие и быстрые. Все ваше тело становится будто невесомым. И ручки легкие, и ножки стали легкие-легкие. Бабочки поднимаются все выше и выше. Дует теплый, ласковый ветерок, он нежно обдувает каждую бабочку. Бабочки плавно качаются в облаках. (Пауза – поглаживание детей.) Обдувает бабочек… ласкает бабочек… Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Вы перелетаете высокие горы и попадаете в гости к солнечному лучику. Перед вами страна облаков. Потянитесь и на счет «три» откройте глаза».

3. Заключительный этап

– Рефлексия «Смайлики» (улыбающийся – кто знает и всегда использует слова приветствия и прощания, спокойный – знает, но не всегда использует, грустный – не знает)

– Подведение итогов занятия.

Тема: Распознавание эмоциональных состояний: удовольствие – недовольство

Задачи:

1. Формировать умение различать эмоциональные состояния человека и самостоятельно их выражать

2. Воспитывать чувство уважения и доброжелательное отношение к другим людям

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

2. Основной этап

– Активизация обонятельного анализатора.

Детям предлагаются несколько запахов на выбор (яблоко, булочка, духи). Какой запах приятный? Какой нет? Почему? Что это могло быть?

– Упражнение «Комплимент».

Ученику предлагается сказать что-то приятное, сидящему рядом (внешний вид, характер, хороший поступок). Приятно слышать комплимент в свой адрес

– Мимическая гимнастика «Улыбки»

Поиграем в улыбки (различные виды улыбок):

Нам хорошо, мы спокойны.

Нам сказали комплимент, приятные слова.

Мы выиграли приз!

– Анализ ситуации на распознавание эмоциональных состояний удовольствие – недовольство

Представьте, что вы пришли в гости на день рождения. На столе вкусный торт. Едим торт. Вкуснота!

– Психогимнастический этюд на выражение удовольствия «Вкусное угощение»

Егору торта не хватило. Он сидел вот с таким выражением лица. (Учитель демонстрирует выражение недовольства.) Как вы думаете, какую эмоцию он испытывал? Почему? (Дети предлагают свои варианты.) Когда люди бывают недовольны? Что бывает причиной недовольства? А ты часто бываешь чем-то недоволен? Из-за чего?

– Работа над эмоциональным словарем

Словарь: «Я доволен», «Я обижаюсь»

– Упражнение «Мои эмоции»

Покажем мимикой, какую эмоцию испытываем, когда:

едим вкусную конфету;

утром нужно есть манную кашу;

вечером нельзя смотреть телевизор;

на улице дождь и нельзя поиграть в мяч

– Упражнение «Дополни высказывания»:

Радуюсь, когда…

Печалюсь, так как…

Горюю, потому что…

Зол по причине…

Спокоен, потому что…

Удивлен тем, что…

Испугался, потому что…

Стыдно из-за того, что…

Обижен тем, что…

Недоволен, так как…

Доволен, когда…

– Обучение приемам релаксации

Упражнения «Как владеть собой»

– Потопать ногами на месте 10 раз (Вы дадите выход своей отрицательной энергии, вместе с ней уйдёт и плохое настроение.)

– Подпрыгнуть высоко несколько раз.

– Закрыть глаза, досчитать до 10 и обратно.

– Смыть плохое настроение. (Умыться и ощутить, как вода смывает плохое настроение)

– Несколько раз глубоко подышать.

– Надуть злостью шарик и отпустить его, а вместе с ним плохое настроение улетит далеко.

– Спеть бодрую песенку, сплясать быстрый танец.

– Улыбаться нужно чаще!

3. Заключительный этап

– Рефлексия. Упражнение «Светофор» (красный – неудовольствие, желтый – равнодушие, зеленый – удовольствие)

– Подведение итогов занятия.

Тема: Эмоциональное состояние обида

Задачи:

1. Знакомить с особенностями эмоционального состояния, выражающего обиду

2. Развивать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «обида» посредством мимики, пантомимики

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

2. Основной этап

Психогимнастика «Снеговики»:

– Мы слепили снеговиков (имитация движений вместе с детьми)

– Снеговики дружно стоят во дворе

– Им холодно, и они сердитые;

– Им одиноко, и они грустные;

– Во дворе темно и они испуганные;

– Днём светло, и они весёлые;

– Пригрело солнышко, и снеговики стали оседать. Остался самый крепкий снеговик!

– Игра «Кто быстрее соберет».

Пред детьми расположена пиктограмма эмоции. Дети делятся на две команды и по сигналу учителя начинают подбирать фотографии людей в соответствии с образцом-пиктограммой. Учитель определяет команду – победительницу.

– Работа над литературными произведениями: рассказ «История мальчика»

Однажды один мальчик шёл по улице и ел мороженое. Мороженое было вкусное, сладкое, прохладное. Он только начал его есть. И вдруг мимо него на велосипеде проехал парень, толкнул мальчика, тот упал и уронил мороженое. У мальчика от огорчения даже слезы выступили на глазах.

Но мороженое из лужи уже не вытащить. И отлупить парня нельзя. И обидных слов ему не сказать – не услышит он, уехал.

– Какие чувства испытывал мальчик? Почему?

Вспомните, как вы обижались на кого-то и отразите на своем лице.

– Это чувство приносит вам радость?

– Как вам хочется выразить свои чувства?

– У мальчика от обиды тоже навернулись слезы? Что это значит?

– А вы знаете, как выглядело лицо мальчика? Сейчас я вам покажу.

Педагог показывает картинку, изображающую эмоцию обида.

– Какие особенности вы заметили у этого лица? Опишите его.

Учитель показывает пиктограмму «обида». Обращает внимание на положение частей лица (брови — немного опущены, глаза – глаза немного прикрыты, рот — уголки рта опущены). Интересуется у детей, на что может быть похожа обида

– Вспомните, когда вы испытывали чувство обиды и изобразите это чувство на своем лице.

– Часто вы испытываете такое чувство?

– Долго вы на кого-то обижались? Вспомните.

– Упражнение «Я обижаюсь, когда … »

Ребята, посмотрите, какую рожицу я нарисовала. Вокруг неё я приклеила лепестки, и получился цветок. На лепестках мы с вами напишем то, что вы мне говорили, когда заканчивали предложение «Я обижаюсь, когда…».

– Упражнение «Избавься от обиды»

А хотите узнать, чем закончилась история с мальчиком? Что было дальше?

И вдруг мальчику показалось, что обида превратилась в шарики прямо внутри него. Он выдохнул их, и они улетели. Они стали все меньше и меньше и исчезли совсем. Мальчик почувствовал, что обида ушла. «Ну, упало мороженое и упало. Повезло какой-нибудь собачке», – подумал мальчик и пошел дальше.

– Как мальчик избавился от своей обиды? Представьте, что обида превращается в шарики внутри вас, выдохните их. Ух-ух-ух!

А теперь обязательно улыбнитесь.

А теперь поиграем по-другому: надуваем шарик своей обидой и … отпускаем. Обязательно в конце надо улыбнуться.

Учитель говорит, что с помощью упражнения «Шарики» ребята могут управлять своими эмоциями, избавляясь от обиды).

– Что можно сделать, чтобы улучшить настроение? (оказать кому-то помощь, подарить комплимент, улыбнуться, и тогда вы никогда не услышите в свой адрес обидного слова).

Улыбка прогонит и злобу, и обиду.

Повернитесь друг к другу, улыбнитесь.

3. Заключительный этап

– Рефлексия «Пирамида дружбы» (Из ладоней)

Все мы дружные ребята! Никого не обижаем!

Как заботиться, мы знаем! Никого в беде не бросим.

Не отнимем, а попросим! Пусть всем будет хорошо!

Будет радостно, светло!

Учитель раскачивает пирамиду, сопровождая движения стихами. С последними словами дети понимают руки вверх, аплодируют, обнимаются.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Моральные черты характера: аккуратный – неряшливый

Задачи:

1. Формировать представления о положительных и отрицательных чертах характера

2. Воспитывать стремление к осознанному соблюдению культурно-гигиенических правил

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними.

– Игра «Волшебный стул»

Все дети встают в круг. Внутри круга, у края, ставится стул. Дети идут по кругу под музыку и говорят: «Кто сегодня всех красивей? Кто сегодня всех счастливей? Поскорее появись! На волшебный стул садись!» После того, как музыка закончится, тот, кто окажется ближе к стулу, садится на него.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика «Портрет»

Ученикам предлагается рассмотреть несколько фотографий портретов людей. На выбор попробовать сделать такое же выражение лица и позу, как на портрете.

– Активизация зрительного анализатора

Упражнение «Глаза сыщика»

Выбирается один ученик. Его внимательно рассматривают, отмечая детали. Затем он выходит, меняет что-то в своей внешности, одежде. Остальные пытаются найти изменения

– Работа над литературными произведениями: стихотворение О. Бедарева «Вот какая я»

– Чья это ложка валяется в глиняном блюдце у кошки?

– Моя.

– Чья это книжка лежит под столом без обложки?

– Моя.

– Пуговка чья закатилась ко мне под кровать?

– Моя.

– Чья это грязная кукла такая, что трудно узнать?

– Моя.

– Чья там тетрадка лежит, на окошке забытая?

– Моя.

– Что за девочка из зеркала хмуро глядит неумытая?

– Ой! Кажется, я!

– Вымою ложку. Книжку – в обложку.

– Тетрадку – на полку. В руки – иголку:

– Пуговка пришита. Кукла умыта.

– В зеркало гляну я: личико румяное.

– Вещь никакая не брошена.

– Вот я какая хорошая!

– Детям предлагается ответить на вопросы: «Как выглядела девочка сначала?

Почему она решила стать другой? Кому от этого польза?»

– Работа над эмоциональным словарем

Словарь: аккуратный, неряшливый

– Игра «Внешний вид»

Из предложенных слов выбрать те, которые соответствуют аккуратному внешнему виду школьника (чистый, опрятный, аккуратный, неряшливый, иметь всевозможные украшения, в одежде для прогулок, в спортивном костюме, в бальном платье, в шортах, в рваных джинсах, без сменной обуви, подстриженный, с распущенными волосами, с грязными руками, следить за личной гигиеной, в мятых вещах, в отглаженных вещах, с накрашенными ногтями, глазами, в школьной форме, с убранными в косу волосами)

– Упражнение «Правила аккуратности»

Чтобы выглядеть всегда аккуратно и красиво, нужно:

- Чистить зубы
- Умываться
- Мыть уши
- Подстригать ногти
- Одеваться красиво и правильно
- Содержать причёску в порядке.
- Содержать обувь в чистоте.
- Вовремя стирать бельё и одежду.

– Этюд «Наводим порядок»

Проигрывание ситуаций: наведение порядка в игровом уголке, в шкафчике, в школьном рюкзаке

– Обучение приемам релаксации

Сядьте на край стула, прислонитесь к спинке, руки положите на колени, а глазки закройте. Представьте себе теплый чудесный день (звучит

музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши грусть, огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу

3. Заключительный этап. Рефлексия «Календарь эмоций»

– Подведение итогов занятия.

Тема: Праздник «Мир наших эмоций»

Задачи:

1. Закреплять знания учащихся об основных эмоциях.

2. Совершенствовать умение передавать эмоциональные состояния с помощью выразительных средств (жестами, мимикой, пантомимикой).

3. Воспитывать приемы поведенческой этики на эмоциональной основе.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ними. Дети становятся в круг, произносят слова и выполняют движения:

Мы попрыгаем немножко (дети прыгают).

И похлопаем в ладоши (хлопают в ладоши).

А теперь мы покружились (кружатся).

И на землю опустились (садятся на пол близко друг к другу).

Потянулись, потянулись (потягиваются).

И друг другу улыбнулись (поворачивают голову друг к другу и улыбаются).

Здесь мы вместе: ты и я (показывают сначала на соседа, потом на себя).

Потому что мы – друзья! (встают, берутся за руки)

2.Основной этап

Просмотр инсценировки «Сказка про эмоции»

Жили-были на свете разные эмоции: радость, грусть, обида, страх, злость. Поспорили они однажды о том, кто из них нужнее людям.

Радость: «Я самая нужная и важная. Я делаю людей счастливыми! А от вас какая польза?»

Страх: «Я тоже очень нужна! Я предостерегаю от опасности!»

Грусть и Обида: «Нет, мы самые важные! Мы помогаем понять людям, что им чего-то или кого-то не хватает, например, друга»

Злость: «Я нужнее! Я помогаю человеку в спорте, а еще помогаю защищаться, если кто-то несправедливо обидел»

Королева эмоций: «Не спорьте, дорогие мои эмоции! Вы все важны и нужны людям. Вы делаете их жизнь интереснее и красочнее. Вы помогаете им лучше понимать друг друга, ведь вы их друзья!»

Учитель говорит, что сегодня ребята отправятся в «Страну эмоций». А с собой они возьмут хорошее настроение.

– Упражнение «Мое настроение»

Ребятам предлагается метафорично рассказать о своем настроении, начиная со слов: «Мое настроение сегодня похоже на…»

Дети получают конверт с карточкой, разрезанной на части. В этой картинке спряталось настроение. Дети складывают картинку и определяют настроение

– Мимическая гимнастика. Ученикам необходимо:

нахмуриться, как туча, рассерженная мама;

улыбнуться, как солнце, хитрая лиса, как будто увидели чудо;

позлиться, как ребенок, у которого отняли мороженое, голодный волк, разъяренный лев;

испугаться, как заяц, увидевший волка;

удивиться, как ребенок, который увидел миллион шариков.

– Упражнение «Кубик эмоций»

Дети передают кубик друг другу по очереди. Подкидывают его со словами «Кручу верчу, кубик подкинуть хочу». Рассказывают, какие эмоции испытывали

Я радуюсь, когда …

Я злюсь, когда …

Я удивляюсь, когда ...

Я грущу, когда …

Мне страшно, когда …

Я спокоен, когда …

Каждый день мы испытываем разные эмоции и это здорово!

– Этюд «Изобрази эмоции»

Представьте, что вы в цирке и вас рассмешил клоун (радость);

Вы хотите поиграть на улице, но дождь идет целый день (грусть);

Вы остались одни в темной комнате (страх);

У вас отбирают любимую игрушку (злость);

Вы увидели огромную бабочку (удивление)

Вы вечером в кругу семьи смотрите свой любимый мультфильм (спокойствие)

– Игра «Воздушные шарики»

Каждый ребенок получает воздушный шарик и элементы лица (глаза, нос, брови, рот), выполненные из цветной клейкой ленты. Необходимо наклеить элементы на шар, назвать получившуюся эмоцию

– Обучение приемам релаксации.

– Я лежу на тёплом берегу реки.

– Тихо плещутся волны.

– Светит солнышко.

– Я спокоен (спокойна).

– Я лежу на спине и смотрю на голубое небо.

– Там плывут облака.

– Мне легко дышится.

– Я будто нахожусь в состоянии невесомости.

– Моё тело отдыхает в приятных лучах солнца.

3. Заключительный этап

– Рефлексия. Давайте закроем глаза и мысленно передадим друг другу самое хорошее чувство. Какое? Конечно, радость.

– Подведение итогов занятия.

VII КЛАСС

Тема: Эмоции без слов

Задачи:

1. Развивать умение различать мимические особенности разных эмоций, выражать эмоции с помощью мимики и пантомимики.

2. Развивать умение узнавать эмоции по пиктограммам, сюжетным картинкам, мелодиям.

Ход занятия:

1. Организационный этап.

– Упражнение «Давайте поздороваемся» (Поздороваться друг с другом без слов с помощью прикосновений (ухо к уху, нос к носу, палец к пальцу и т.д.).

2. Основной этап.

– Мимическая гимнастика.

Чтение отрывков из произведений К.И. Чуковского, во время которого дети должны изображать соответствующую тексту эмоцию.

– Упражнение «Передача чувств» (Все встают в шеренгу, в затылок друг к другу, первый ученик поворачивается ко второму и передает ему мимикой какое-либо чувство (радость, гнев, печаль, удивление и т.п.), второй должен передать следующему это же чувство, и т.д.) У последнего спрашивают, какое чувство он получил, и сравнивают с тем, какое чувство было послано вначале, и как каждый участник понимал полученное им чувство).

– Упражнение «Музыка и эмоции»

Сейчас мы будем слушать музыкальные отрывки, а затем описывать настроение музыки.

Какое настроение у каждой музыки было? Какие чувства вызывает музыка? (веселая – грустная, задушевная, добрая, теплая – холодная).

– Упражнение «Волшебные дорожки»

Сейчас мы пойдем по волшебным дорожкам. Как думаете, почему дорожки волшебные? (Дорожки волшебные, потому что они разные – есть мягкие, приятные, а есть колючие, жесткие, шуршащие)

Какие чувства, ощущения вызывает у вас каждая дорожка? Какие прикосновения бывают у нас в жизни?

– Игра «Тут что-то не так».

Послушайте стихотворение и скажите это правда или нет.

Теплая весна сейчас, виноград созрел у нас.

Конь рогатый на лугу летом прыгает в снегу.

Поздней осенью медведь любит в речке посидеть.

А зимой среди ветвей «Га-га-га» – пел соловей.

Быстро дайте мне ответ – Это правда или нет? *А. Александрова*

– Какие неточности вы нашли в стихотворении?

– Упражнение «Дорисуй личико» (Дорисуйте личико и попробуйте нарисовать своё настроение: если, например, весёлое, то улыбку)

– Обучение приемам релаксации.

Упражнение «Солнечное утро»

Сядьте и расслабьтесь. Закройте глаза, подумайте о приятном. Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого прекрасного озера. Чуть слышно ваше дыхание. Вдох-выдох. Ярко светит солнце, и вы чувствуете себя всё лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы абсолютно спокойны. Светит солнце, воздух чист и прозрачен. Всем телом вы ощущаете тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны. Вы чувствуете себя спокойным и счастливым. Вы наслаждаетесь покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете… Вдох-выдох. А теперь откройте глаза. Потянулись, улыбнулись и проснулись. Вы хорошо отдохнули, у вас бодрое и весёлое настроение, и приятные ощущения не покинут вас в течение всего дня.

3. Заключительный этап.

– Рефлексия.

– Что вам особенно понравилось на занятии?

– Сегодня мы с вами учились определять эмоции и настроение. Мы можем чувствовать, когда видим по жестам, по мимике лица, можем чувствовать, когда слышим слова или музыку, а можем чувствовать, когда мы прикасаемся к кому-то или чему-то.

– Давайте сейчас все дружно похлопаем друг другу за приятно проведенное время.

– Подведение итогов урока.

Тема: Эмоции и здоровье

Задачи:

1. Формировать умение определять эмоциональное состояние (положительное и отрицательное).

2. Развивать умение выражать эмоции мимикой, пантомимикой.

3. Расширять знания о приёмах снятия отрицательных эмоций как одному из способов сохранения психического здоровья.

Ход занятия:

1. Организационный этап.

– Упражнение «Освободись»

В нашей жизни нас сопровождают самые разные переживания. Стряхните с себя все заботы, неприятности и усталость учебного дня так же, как щенок отряхивается от воды. Одной лапкой, другой. Задними лапками, спинкой и хвостиком.

– Добро пожаловать в мир эмоций!

2. Основной этап.

– Мимическая гимнастика.

Упражнения: «Собачка рычит», «Каприза», «Рыбка».

– Дыхательная гимнастика «Воздушный шар».

– Вдыхая носом воздух, надуваем наш живот. Выдыхая воздух через рот, живот сдувается. (Повторить несколько раз).

– Упражнение «Удивительные запахи». (На столе – коробочки с веществами и предметами, обладающими выраженным запахом).

– Запахи бывают удивительными, необычными и запоминающимися. А какими еще?

– Закройте глаза. Я буду каждому из вас давать понюхать коробочку с удивительным запахом. А вы постараетесь угадать, что это за запах, а затем рассказать, что вы вспомнили, вдыхая аромат. Удивитесь ему!

– Работа над литературным произведением: рассказ «Скучный человек».

Жил-был скучный человек. Смотрит в зеркало и зевает. Он даже сам себе был скушен. Целый день сидит дома, охает и ахает. Однажды он сидел на кресле и вспомнил, как в детстве поймал солнечного зайчика. Тотчас вскочил и бегом искать. И нашел жестяную коробочку из-под чая. Открыл коробку и оттуда выпрыгнул зайчик и хотел убежать.

– Не оставляй меня – сказал скучный человек.

– Ну, уж нет! – сказал солнечный зайчик. Я чуть не засох в этой коробке.

– Не оставляй! Пожалуйста! Мне одному плохо – говорит скучный человек.

– Вот что значит долго сидеть взаперти и без движения. У меня кружится голова. Я теперь больной зайчик.

– Но что же мне делать? Как тебе помочь?

– Скорее торопись, лечи меня.

– Я тороплюсь, вот тебе лекарства.

–Ты что, хочешь меня уморить? Лекарства от утомления, а я переотдохнул.

Скучный человек не знал, что делать. Пошел на улицу, увидел девочку и говорит:

– У меня дома больной зайчик, не простой больной, а солнечный зайчик. Он рассказал всю историю.

– Это же просто! – говорит девочка. Он не заболел, а заскучал. Побежали они все вместе к морю. И все стали веселыми. На них смотрели другие люди и тоже улыбались.

– Отчего грустил человек?

– Кто ему помог?

Вывод: надо быть повнимательнее друг к другу. У всех может быть такое эмоциональное состояние, когда они нуждаются в сочувствии и помощи других. – Прослушивание стихов.

– Да здравствуют сетки, мячи и ракетки.

Зеленое поле и солнечный свет.

Да здравствуют отдых, борьба и походы

Да здравствуют радость спортивных побед!

– Чтобы быть здоровым делайте зарядку.

Зубы чистите всегда, умывайтесь утром.

И тогда здоровыми будете всегда.

И не будет времени скучать!

– Какие эмоции возникают у вас при чтении этих стихов?

Вывод: физическая культура укрепляет здоровье и поднимает настроение. Занимайтесь физкультурой в любое свободное время.

– Игра «Угадай эмоцию» (определение эмоции с помощью смайлика)

– У меня сильно болит горло.

– Меня ударили.

– Мне поругали.

– Мне подарили щенка.

– Я еду в цирк.

– Скоро каникулы.

– Игра «Кляксы»

– Какие эмоции вызывают у вас кляксы? (Цветными карандашами дорисуйте и раскрасьте веселые фигурки).

Вывод: мы должны помнить о том, что не эмоции должны управлять нами, а мы ими.

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Волшебный мяч»

– Представьте, что у нас в руках волшебный мяч. Сейчас мы поочередно по кругу будем передавать наш волшебный мяч и желать друг другу крепкого здоровья.

3. Заключительный этап

Рефлексия.

– Какой человек будет более здоров грустный или веселый?

– Что помогает человеку убрать грусть?

– Когда человек грустит?

– Когда человек радуется?

– Какая эмоция более полезная для здоровья?

– Подведение итогов занятия

Тема: Когда мне стыдно

Задачи:

1. Формировать нравственные ценности раскаяние, прощение, извинение.

2. Развивать способность анализировать поступки и признавать ошибки.

3. Развивать чувства сопереживания, понимания себя и других.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Приветствие учащихся, налаживание эмоционального контакта с ним.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика

Ребенку дают снежинки, вырезанные из бумаги, и предлагается схематически изобразить любую эмоцию на своей снежинке, затем рассказать, что снежинка чувствует.

«Съели кислый лимон» (дети морщатся).

«Рассердились на драчуна» (сдвигают брови).

«Встретили знакомую девочку» (улыбаются).

«Испугались забияку» (приподнимают брови, широко открывают глаза, приоткрывают рот).

«Удивились» (приподнимают брови, широко открывают глаза).

«Обиделись» (опускают уголки губ).

«Умеем лукавить» (моргают то правым глазом, то левым).

– Упражнения на формирование пантомимических умений: «Трубач», «Барабанщик», «Пианист», «Дирижер».

– Игра «Море волнуется»

(Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, фигура радости (страха, удивления и т. д.) – на месте замри. Ведущий выбирает наиболее яркую фигуру).

– Работа над литературным произведением: рассказ В. Осеевой «Печенье».

Мама высыпала на тарелку печенье. Бабушка весело зазвенела чашками. Все уселись за стол. Вова придвинул тарелку к себе.

– Дели по одному, – строго сказал Миша.

Мальчики высыпали всё печенье на стол и разложили его на две кучки.

– Ровно? – спросил Вова.

Миша смерил глазами кучки:

– Ровно... Бабушка, налей нам чаю!

Бабушка подала обоим чай. За столом было тихо. Кучки печенья быстро уменьшались.

– Рассыпчатые! Сладкие! – говорил Миша.

– Угу! – отзывался с набитым ртом Вова.

Мама и бабушка молчали. Когда всё печенье было съедено, Вова глубоко вздохнул, похлопал себя по животу и вылез из-за стола.

Миша доел последний кусочек и посмотрел на маму – она мешала ложечкой неначатый чай. Он посмотрел на бабушку – она жевала корочку чёрного хлеба.

– Справедливо ли поделили печенье Миша и Вова?

– Как ты поступаешь в такой ситуации?

– Какова главная мысль этого рассказа?

– Упражнение «Пиктограмма»

Составление из магнитных элементов пиктограммы вины (стыда).

– Упражнение «Стыдно – это когда...»

Согласны ли вы с утверждениями, стыдно – это когда:

– «горят щеки»;

– хочется попросить прощения;

– ты кого-то обидел;

– ты помог другу;

– тебя ругают;

– тебя хвалят;

– ты совершил что-то плохое;

– ты совершил что-то хорошее?

– Игра «Чего нужно стыдиться?»

Чего же, по-вашему, нужно стыдиться в жизни и почему. На доске высказывания. Вам надо разделить их на две группы «Стыдно» и «Не стыдно».

Физические недостатки *(не стыдно)*

Некрасивые поступки *(стыдно)*

Поношенная, но аккуратная одежда *(не стыдно)*

Невежество, необразованность, безграмотность *(стыдно)*

Вульгарная (вызывающая) внешность *(стыдно)*

Грубое, бездушное отношение к людям *(стыдно)*

– Упражнение «Корзина ситуаций»

В этой корзине много ситуаций. Мы попробуем найти выход из них. (Дети по желанию выбирают ситуации(картинки), обсуждают и поднимают одну из карточек: «солнышко» – согласны, поступили бы также, «облако» – не согласны, так не поступили бы).

– Макар в столовой случайно толкнул другого мальчика. Мальчик толкнул Макара.

– Свете в автобусе, подружка случайно наступила на ногу и пошла дальше. Света обозвала подругу.

– Марина опоздала на урок.

– Оля нечаянно разбила красивую вазу в гостях у одноклассницы.

Памятка «Как следует извиняться»

Как вы думаете, как нужно поступить, когда ты в чем-то провинился?

– Как можно извиниться?
– Как можно извиниться?
– Извините, пожалуйста!
– Я прошу прощения (за то, что…)
– Я виноват перед вами…
– Я не хотел тебя (Вас) обидеть…
– Я приношу свои извинения…
– Простите…
– Обучение приемам релаксации
Упражнение «На берегу моря»
Закройте глаза и представьте, что вы находитесь на берегу моря (звучит мелодия «Играют маленькие волны»). Мы стоим на песке, а волны набегают на берег и хотят с нами заговорить. Они шепчут имя каждого из нас. Попытайтесь услышать, как вас зовут волны. Послушайте и пока ничего не говорите, начнет тот, кто сидит справа от меня).
3. Заключительный этап
– Рефлексия
– О каком чувстве говорили?
– Как следует извиняться?
– Подведение итогов занятия.

Тема: Передай добро по кругу

Задачи:
1. Формировать представление о понятии «доброта».
2. Формировать межличностные отношения на основе развития способности сопереживать сверстникам.
Ход занятия:
1. Организационный этап
Упражнение «Как живешь?»
Давайте поздороваемся необычным способом. Я буду вас спрашивать, а вы будете отвечать жестами.
– Как живешь? (вот так)
– А плывешь? (вот так)
– А бежишь? (вот так)
– Вдаль глядишь? (вот так)
– Ждешь обед? (вот так)
– Машешь вслед? (вот так)
– Утром спишь? (вот так)
– А шалишь? (вот так)
2 .Основной этап
– Мимическая гимнастика
Упражнение «Брови домиком» (Дети поднимают высоко брови, удерживают 3–5 сек, затем возвращают в спокойное положение).

– Брови домиком стоят.

Там живут мои друзья

И бельчата, и ежата,

И лисята, медвежата!

–Упражнение «Колобок нахмурился» (Дети собирают брови у переносицы, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение).

– Колобок нахмурился.

Он увидел лужицу.

Так хотел он погулять,

Нам цветочки показать!

– Упражнение «Колобок зевает» (Дети, стоя по кругу, держась за руки, раскрывают широко рот, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение).

– Солнце светит высоко,

А Колобок зевает!

Просыпайся, Колобок,

Ведь мы с тобой играем

– Упражнение «Губки как ниточка» (Дети, стоя по кругу, держась за руки, сжимают губы, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение).

– Губки спрячем мы вот так!

Чтоб никто их не увидел!

Вот так, вот так!

Чтоб никто их не увидел!

– Представьте себе, что чувства научились разговаривать. Давайте подумает, какое чувство или эмоция может говорить о себе так:

– Я так люблю смеяться, веселиться, танцевать, слушать музык. Когда я появляюсь, все вокруг расцветает, становится ярким, красочным, весенним. Воздух наполняется пением птиц, запахом цветов… (Радость)

– Ох, Ах, Ох, Ах… Мой приход сопровождается дождиком, слякотью, лужами, ветром, который свищет по садам. Светлая, печальная, кружусь, скучаю, слезу роняю, о тоске напоминаю… (Грусть)

– Легкокрылый, вездесущий. Слушаю, наблюдаю, познаю и к снежным вершинам, и к тайным глубинам Вас приведу! (Интерес)

– Порой, я врываюсь как змея, как тигр. А порой могу подкрасться внезапно, незаметно, застать врасплох, могу стремительно влететь как гроза. От моего появления всем становиться не по себе. На лбу может выступить пот, по спине поползут мурашки, руки становятся липкими и скользкими, а ноги наливаются тяжестью… Отовсюду Лезут разные звуки: С-----, Ш------, Х------. Слышны слова: «Сейчас съем», «Утащу к себе», «Страшно…» (Страх)

– Послушайте стихотворение И. Романова и скажите, о чем мы сегодня будем говорить на нашем занятии.

Придумано кем – то просто и мудро
При встрече здороваться и говорить
– Доброе утро! Солнце и птицы!
– Доброе утро! – Улыбчивым лицам!
И каждый становится, добрым, доверчивым
Пусть доброе утро длится до вечера!
Но, а мы послушаем стихотворения о доброте.
Когда по склонам вечной суеты
Бежать от неудач устанешь люто.
Направь шаги
Тропою доброты
И радость помоги найти кому-то.
– Что такое доброта?
– С какими словами ассоциируется слово добро? (Добро – нежность, забота, внимание, верность, радость, дружба, свет, любовь).
(Звучит песня «Дорогою добра» Ю. Энтина, М. Минкова)
– Доброта – это солнце, которое согревает душу человека.
– Упражнение «Паутина добра». (Создаем хорошее настроение: «Улыбнитесь!»; возьмите клубочек ниток в руки, первый берет за край ниточки и передает клубок следующему участнику, тому кому он хочет сказать добрые слова, так далее клубок передается по кругу тем самым получается паутина добра).
– Упражнение «Дождик».
– Хотите послушать шум дождя? Делаем все как я. (Ведущий говорит и показывает)
И вдруг с неба упала капелька (пальцем правой руки ударяем о ладонь левой)
Затем с неба упало две капельки. (два раза)
Затем с неба упало три капельки. (три раза)
Затем с неба упало четыре капельки. (четыре раза)
Затем с неба упало пять капелек. (пять раз) (ударяем пальцем, изображая ливень).
И пошел ливень сильный, сильный, как из ведра.
День льет, два льет... И вот начинает стихать.
С неба стало падать четыре капельки. (четыре раза)
Затем с неба упало три капельки. (три раза).
Затем с неба упало две капельки.
Затем с неба стала падать одна капелька. (одиночные удары пальцем).
Но одна капелька упорно падает… Слышите? Дождик кончился. Выглянуло солнышко, улыбается всем радуга и у всех хорошее настроение.
– Упражнение «Радуга»
– А сейчас мы с вами возьмем краски и без кисточки пальчиками нарисуем радугу. Посмотрите, как это делаю я, и повторяйте за мной.

– Притча «Потому что я – Человек».

Вечерело. По дороге шли два путника – отец и сын. Посреди дороги лежал камень, отец не заметил камень, споткнулся, ушиб ногу. Ему стало больно. Кряхтя, он обошел камень и взяв за руку ребенка, пошел дальше. На второй день отец с сыном шли по той же дороге обратно. Отец забыл о камне, опять не заметил его, споткнулся и ушиб ногу. На третий день отец и сын снова шли по той же дороге. До камня было еще далеко. Отец сказал сыну: «Смотри внимательно, сынок, надо обойти камень». Отец с сыном замедлили шаг, но камня уже не было. На обочине сидел седой старик.

– Дедушка, — сказал мальчик, – вы не видели здесь камень?

– Я убрал его с дороги.

– Что, вы тоже споткнулись и ушибли ногу.

– Нет, я не споткнулся и не ушиб ногу.

– Почему же вы убрали камень?

– Потому что я – Человек.

– Что вы можете сказать о поступке отца и сына?

(Поступок – это когда делаешь что-то хорошее, а отец и сын этого не сделали, они поступили плохо)

– Какими были отец и сын?

– А что вы сделали хорошего? Чем вы помогли людям? Доброе ли у вас сердце или оно ещё только учится быть добрым?

– Упражнение «Дерево добра»

– Ребята, я сейчас мы с вами создадим свое дерево добра, но на нем совсем нет листьев. Давайте возьмем цветную бумагу, обведем и вырежем свои ладошки. А затем на эти ладошки наклеим добрые изображения пиктограмм и повесим вместо листьев на ветки.

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Представьте себе…»

– Ребята, посмотрите! Что это? (Цветок).

– Это непростой цветок, это «Волшебный цветок добра».

– Дети, представьте себе, что у вас в руках находится волшебный цветок добра. Протяните две руки вперёд так, как будто вы держите его в руках. Ваши руки чувствуют удивительную теплоту, он согревает вас, ваше тело, вашу душу. Вы можете мысленно рассмотреть цветок добра, какой он. Какого цвета, большой или маленький, на что похож? Может он имеет запах? И тогда вы можете его понюхать. А может от него исходит какая-то приятная музыка? И вам хочется её послушать…

Мысленно поместите всё добро этого цветка внутрь, в своё сердце. Почувствуйте, как добро входит в вас, как оно согревает вам душу, доставляет радость. У вас появляются новые силы, силы здоровья, счастья, радости… Я хочу, чтобы вы сегодня целый день чувствовали, как помог вам волшебный цветок добра, как хорошо, когда его можно подержать его в руках и мысленно поместить в своё сердце.

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Ребята, вам понравилось наше занятие? А чем оно вам запомнилось? Что нового вы узнала?

– Подведение итогов занятия.

Тема: Мы играем, наши чувства развиваем

Задачи:

1. Развивать умение выражать эмоции.

2. Развивать умение понимать свои чувства и чувства других людей.

3. Воспитывать положительное отношение к окружающим.

Ход занятия:

1**.** Организационный этап

– Упражнение «Зеркало» (Учитель передает по кругу зеркало и предлагает каждому ребенку посмотреть на себя, улыбнуться и сказать: «Здравствуй, это я!» (или помахать рукой).

2. Основной этап.

– Мимическая гимнастика

Упражнения: «Улыбка», «Надуваем шары», «Хомяк»

– Упражнения в эмоциональном реагировании:

«Найди два отличия», «Курочка и цыплята»

– Игра «Лото настроений»

– Как вы себя чувствуете? Как солнышко или как туча?

Чувства бывают разные: приятные и неприятные.

Бывают чувства у зверей, у рыбок, птичек и людей.

Влияет, без сомненья на всех.

Наше настроение.

Кто веселится!

Кто грустит?

Кто испугался!

Кто сердит?

Рассеет без сомненья

Азбука настроения.

– Наше настроение зависит от наших поступков, то того, что и как мы делаем. Наше настроение влияет на настроение окружающих.

– Работа над литературным произведением: стихотворение А. Барто «Снегирь». Вопросы по содержанию.

– Игра «Хорошо – плохо» (разделить картинки на грустные и веселые (поступки: «ссориться, помогать другим, драться, мириться, здороваться при встрече, хвастаться, просить прощения, жадничать, делиться, обзываться, говорить приятные слова, быть вежливым, грубить, уступать»)

– Физкультминутка.

Для здоровья и настроения сделаем мы упражненье:

Быстро встали улыбнулись,
Выше-выше подтянулись.
Ну-ка плечи распрямите,
Поднимите, опустите.
Вправо – влево повернитесь,
Рук коленями коснитесь.
А теперь представим детки,
Будто руки наши - ветки.
Покачаем ими дружно,

– Упражнение «Коллаж эмоций» (Ученики выбирают пиктограмму с эмоцией, которая соответствует их настроению. Из коробки достают вырезанные предметные картинки: разноцветные шары, цветы, веселые и грустные клоуны, зверята и другие. В середине наклеивают пиктограмму с выбранной эмоцией, а вокруг остальные картинки.)

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Цветок моего настроения». Наше настроение бывает разным. Давайте, сравним наше настроение с цветками. У каждого из вас на партах лежат цветы – настроения, посмотрите на них внимательно и выберете тот цветок, который соответствует вашему настроению.

Учащиеся рассматривают цветы – настроения, определяют изображённые на них эмоции: безразличное, грустное, добродушное, радостное, равнодушное, задумчивое.

– Как мне приятно, что у вас в основном у всех хорошее настроение и у ваших цветочков, которые вы выбрали красивая и добрая улыбка.

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Что понравилось на занятии больше всего?

– Что было трудно?

– Подведение итогов занятия.

VIII КЛАСС

Тема: Калейдоскоп эмоций

Задачи:

1. Развивать умение понимать эмоциональное состояние других людей и умение выразить свое состояние.

2. Развивать умение передавать заданное эмоциональное состояние с пользованием различных выразительных средств.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Чтение стихотворения С. Зернес «Настроение»

Настроение пропало.
Я везде его искала:
Под диваном, под столом,
Во дворе и за углом,
Я звала его, сердилась,
А оно не находилось!
И тоскую, и грущу.
Может, я не там ищу?
Без следа исчезло прямо...
А потом вернулась мама.
Как ей это удалось? –
Настроение нашлось!

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

Игра «Кривлястики» (Дети становятся друг против друга. Один корчит рожицы, а другой повторяет его мимику и пантомимику. Затем меняются ролями)

– Упражнение «Эмоции» (звучит музыка, педагог показывает карточку с изображением эмоций и повторят ее мимикой, дети показывают такую же карточку и мимику)

– Игра «Пойми меня» (Во время игры педагог сначала мимикой показывает эмоцию, а затем просит из двух предложенных карточек выбрать нужную. Ребенок показывает правильный ответ доступным ему способом (жестом или фиксацией взгляда на нужной карточке).

– Упражнение «Классификация чувств» (разложить карточки с разными оттенками настроения по признакам: какие нравятся, какие не нравятся)

– Обыгрывание сказки «Теремок» (Дети выбирают пиктограмму на выбор. Персонажи сказки выражают эмоциональное состояние в соответствии с выбранной пиктограммой).

После драматизации сказки педагог акцентирует внимание на том, что теремок разломался, как ломаются игрушки у вас или их кто-то отбирает. Вы становитесь злыми. Показ пиктограммы «злость»

– Нравятся вам злые люди?

– Упражнение «Возьми себя в руки»

Как только вы начали злиться, обхватите ладонями локти и сильно прижмите руки к груди – это поза выдержанного человека, спойте любимую песню, попрыгать на скакалке, слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее, скомкать газету.

– Упражнение «Цветик-семицветик» (с помощью цветика выбирают лепесток с кляксой и дорисовывают эмоцию (или наклеивают детали).

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Сотвори в себе солнце»

В природе есть солнце. Оно светит и всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Мы чувствуем, как звездочка увеличилась. Направляем лучик с добром, звездочка стала еще больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце. Оно несет тепло всем, всем, всем (руки в стороны).

3. Заключительный этап

– Рефлексия.

Упражнение «Хорошего дня»

Вы были все дружными. Пожмем руки и пожелаем хорошего настроения.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Давайте будем удивляться!

Задачи:

1. Формировать умение понимать эмоцию «удивление».

2. Формировать умение распознавать и воспроизводить эмоциональное состояние «удивление».

Ход занятия:

1. Организационный этап

Возьмемся за руки и улыбнемся друг другу.

– Упражнения «Солнечный зайчик»

Солнечный зайчик заглянул нам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: по лбу, по носу, по ротику, по подбородку, по щекам (дети нежно гладят эти части лица). Солнечный зайчик любит вас. Подружитесь с ним.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика

Упражнения: «Разозлись» – хмурим брови, при этом нижняя часть лица должна быть неподвижна;

«Подмигни» – моргаем то одним, то другим глазом;

«Испугайся! – широко раскрываем глаза;

– Чтение и обсуждение стихотворения «Облака»

– Какие бывают облака? Почему облака двигаются по небу?

– На что бывают похожи облака?

По небу плыли облака,
А я на них смотрел.
И два похожих облачка
Найти я захотел.
Я долго всматривался ввысь
И даже щурил глаз,

А что увидел я, то вам
Все расскажу сейчас.
И вдруг по небу грозное
Страшилище летит
И кулаком громадным
Сердито мне грозит.
Ох, испугался я, друзья,
Но ветер мне помог:
Так дунул, что страшилище
Пустилось наутек.
А маленькое облачко
Над озером плывет,
И удивленно облачко
Приоткрывает рот:
– Ой, кто там, в глади озера
Пушистенький такой,
Такой мохнатый, мягонький?
Летим, летим со мной!
Так очень долго я играл
И вам хочу сказать,
Что два похожих облачка
Не смог я отыскать.

– Увидел ли на небе автор два одинаковых облака?

– Какое настроение было у облаков в стихотворении?

– Какими эмоциями оно выражалось? (показ пиктограмм)

– Упражнение «Угадай из какой сказки?» («Три медведя», «Репка» и др.

– Чему удивляются персонажи сказок?)

– Упражнение «Нелепицы» (картинки)

– Мы видим комара с длинными ногами. Удивились?

– Мы видим червяка с головой кошки. Удивились?

– Мы видим корову на велосипеде. Удивились?

– Мы видим летающего слона. Удивились?

– Найдите и покажите на парте пиктограмму «удивление».

– Упражнение «Зеркало» (Давайте попробуем изобразить удивления на своих лицах. Я по кругу буду передавать зеркало, а вы представите себе, что там отразилось что-то сказочное и удивитесь).

– Физкультминутка.

(Представьте, что вы стали легкими облаками. На вас подул ветерок, и вы стали поворачиваться из стороны в сторону).

– Рисунок «Облака» (Давайте найдем изображение удивленного облака и раскрасим его, на доску поместим облака).

Обучение приемам релаксации

Упражнение «Вверх по радуге»

Встаньте в круг. Закройте глаза, сделайте глубокий вдох и представьте, что вместе с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, а, выдыхая, съезжаете с нее, как с горки. Повторите это упражнение 3 раза. А теперь это упражнение повторим еще раз с открытыми глазами

3. Заключительный этап

– Рефлексия. Что вам сегодня запомнилось и понравилось больше всего?

Упражнение «Рукопожатие по кругу»

– Подведение итогов занятия.

Тема: Моральные черты характера: трудолюбивый – ленивый

Задачи:

1. Формировать представление о хороших и плохих поступках.

2. Воспитывать трудолюбие, желание доводить начатое дело до конца, желание помочь другим справиться с начатым делом.

Ход занятия:

1. Организационный этап

– Упражнение «Передай по кругу»

– Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, передам ему кубик и улыбнусь. Он повернется к своему соседу и сделает то же самое.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика

Упражнения: «Хоботок», «Рот на замочке», «Лягушки», «Орешек».

– Упражнение «Рассмотри картинки» (на сюжетных (предметных) картинках изображено разное настроение детей).

– Какое настроение испытывает девочка на одной и на другой картинке?

– Работа над литературным произведением: рассказ В. Сухомлинский «Каждый человек должен».

Мама с маленьким Петриком сели в поезд. Они едут в далекий южный город, на берег теплого моря – отдыхать. Мама стелет на полке постель для себя и на отдельной полке – для Петрика. Мальчик ужинает: ест вкусную булку, куриную ножку и яблоко. Мягко покачиваясь, убаюкивают вагоны. Лег Петрик на мягкую постель и спрашивает:

– Мама, вы говорили, что поезд ведет машинист. А кто же ночью ведет поезд? Неужели он идет сам?

– Ночью тоже ведет поезд машинист.

– Как? – удивляется Петрик. – Неужели он ночью не спит?

– Не спит, сынок.

– Мы спим, а он не спит? Целую ночь? – еще больше удивляется Петрик.

– Да, машинист не спит целую ночь. Если бы он хоть на минуту уснул, поезд разбился бы и мы погибли бы.

– Но как же это так? – не может понять Петрик. – Ведь спать-то ему хочется?

– Хочется, но он должен вести поезд. Каждый человек – должен. Посмотри в окно, видишь: вон в поле пашет землю тракторист. Ночь, а человек работает, видишь, как прожектором освещает поле? Потому что он должен работать ночью.

– И я должен? – спрашивает Петрик.

– И ты должен.

– Что же я должен?

– Быть человеком, – ответила мама. – Это самое главное. Трудиться. Уважать и почитать старших. Презирать лень и нерадивость. Любить свою родную землю.

Петрик долго не мог уснуть.

– Работа над литературным произведением: стихотворение Э. Мошковской «Лежебока».

– Какого человека называют лежебокой?

Работа по картинке (беспорядок в комнате).

– Какие люди живут здесь? (Ленивые, грязнули)

– Какой смайлик поместим: грустный или веселый?

– Работа над литературным произведением: стихотворение Б. Заходера «Петя мечтает».

Ленивые школьники скучают на уроках, плохо учатся. Они не хотят выполнять никаких поручений, не любят чисто писать в тетрадях, читать книги. Они не воспитывают в себе привычку трудиться, помогать окружающим в делах. Ленивые дети хотят жить так, как мечтал об этом один ученик из стихотворения Б. Заходера «Петя мечтает».

…Если б мыло приходило
По утрам ко мне в кровать
И само меня бы мыло –
Хорошо бы это было!
Если б, скажем,
Мне Волшебник
Подарил такой учебник,
Чтобы он бы сам бы мог
Отвечать любой урок…
Если б ручку мне в придачу,
Чтоб могла решить задачу,
Написать диктант любой –
Все сама, само собой!
Если б книжки и тетрадки

Научились быть в порядке,
Знали все свои места –
Вот была бы красота!
Вот бы жизнь тогда настала!
Знай гуляй да отдыхай!
Тут и мама б перестала
Говорить, что я лентяй…

– Скажите, сбудутся ли когда-нибудь мечты Пети?

– Давайте не будем лентяями, будем бодрыми и весёлыми. Немного подвигаемся.

– Игра «Наведи порядок» (разложить на места игрушки, книжки, учебные принадлежности, одежду и т.д.)

– А сейчас давайте разберём правила трудолюбивого школьника:

Красиво застилай свою постель и делай это каждое утро.

После занятий убирай книги и другие учебные принадлежности на своё место.

Если насорил – собери мусор, вытри пыль.

Следи за своими вещами, чистотой обуви.

– Раскрашивание предметных (сюжетных) картинок

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Борьба»

– Сегодня на занятии мы говорили о человеческих качествах – трудолюбии и лени. Оба эти качества очень сильные. Лень – мешает человеку совершать добрые дела, а трудолюбие – помогает радовать.

– Усаживайтесь поудобнее, закройте глаза, подумайте о себе, как вы собираете силы, вы становитесь все крепче, вот вы уже готовы для борьбы с ленью в себе.

3. Заключительный этап

– Рефлексия.

Давайте прислушаемся к своему дыханию. Все вместе сделаем вдох, выдох и ещё раз вдох, выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьётся наше сердце. Тук – делаем шаг вперёд, тук – шаг назад. И ещё раз тук – шаг вперёд, тук – шаг назад. Дотронемся друг до друга и превратимся в милых, добрых детей.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Настроение моего дня

Задачи:

1. Формировать умение понимать, различать эмоции по их проявлениям, адекватно реагировать на них.

2. Развивать умение выражать свое настроение и чувствовать эмоциональное состояние других людей.

Ход занятия:

1. Организационный этап.

– Упражнение «Руки» (Дети стоят в кругу)

Покажите мне свои руки. Они теплые, давайте возьмемся за руки, почувствуем тепло рук. В каждом из нас есть что-то хорошее, закройте глаза и поделитесь теплом друг с другом.

У всех хорошее настроение и у нас на занятии будет все хорошо.

2. Основной этап.

– Упражнение «На что похоже настроение»

– Какая пора года сейчас?

– Погода?

– Дополните предложение:

Мое настроение похоже на… (каждый ученик выбирает карточку с изображением тучи (грустное), облако (спокойное), солнце (веселое)).

Упражнение «Покажи настроение»

– Как можно узнать какое настроение у людей, которые нас окружают? (По выражению лица)

– Сейчас покажем:

когда нам грустно, мы делает так

когда радуется, мы делает так

когда мы спокойны, мы делает так

когда мы удивлены, мы делает так (В помощь карточки – пиктограммы)

– Какое бывает настроение? (веселое, радостное, грустное, злое ...). Оно меняется от разных ситуаций.

– Работа над стихотворением «Король Боровик».

Шел король Боровик
Через лес напрямик.
Он грозил кулаком
И стучал каблуком.
Был король Боровик не в духе.
Короля покусали мухи.

– Какое настроение было у боровика?

– Давайте покажем движения по тексту.

Настроение можно определить не только по выражению лица, но и по жестам, движениям.

– Упражнение «Подбери эмоцию к картинке»

(Разбор ситуаций: обидел малыша, разрушил клумбу и т.д.)

– Игра «Лото настроений и эмоций» (Найти одинаковые карточки)

– Упражнение «Наши мысли и настроение»

– Когда все хорошо, то в это время наше настроение похоже на чистую воду, и мысли у него ясные и чистые (показываю стакан с чистой водой).

– Когда настроение бывает прекрасным, радостным, мысли становятся похожими на салют: они блестят, переливаются, как вода в этом стакане (бросаю во второй стакан блестки и размешиваю).

– Но бывает, когда плохо, мысли печальные и неприятные. Тогда они похожи на темную, мутную воду (в третьем стакане размешиваю кисточкой черную краску).

– Наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение, думай о хорошем!

– Упражнение «Передай улыбку и хорошее настроение» (Звучит песня «Улыбка». Ученики под музыку передают карточку с изображением улыбки друг другу по кругу и выполняют разные движения: ходьба, хлопки).

Есть у радости подруга
В виде полукруга.
На лице она живет
То куда- то вдруг уйдет,
То внезапно возвратиться.
Грусть – печаль ее боится. (Улыбка)

– Физкультминутка «Цветы» (для рук)

Наши алые цветки
Распускают лепестки.
Ветерок чуть дышит,
Лепестки колышет.
Наши алые цветки
Закрывают лепестки,
Головой качают,
Тихо засыпают.

– Рисунок «Цветок настроения»

– Каждое настроение имеет свой цвет:

– радость – это желтый, оранжевый, красный цвета,

– спокойствие – это зеленый, голубой цвета,

– печаль – коричневый, черный, темно-синий. (Каждому ребенку предлагается выбрать тот цвет, который соответствует его настроению и раскрасить цветок (лепесток).

– Обучение приемам релаксации

– Упражнение «Волшебная коробка»

– Давайте достанем из коробки приятные сюрпризы, оставим себе карточки с хорошими эмоциями, а плохие положим в коробку и закроем (дети кладут пиктограмму грусти, злости, страха).

– Ведь когда у человека хорошее настроение он легко сможет преодолевать любые - препятствия. Будьте всегда радостными и добрыми и свое добро дарите своим родным и друзьям. Ведь улыбка творит чудеса. Если ты

будешь приветливым, улыбчивым, тогда у тебя будет много друзей и знакомых, у которых имеется желание с тобой разговаривать, играть.

3. Заключительный этап.

– Рефлексия

– Ребята, что было самым интересным на занятии? Что вам запомнилось больше всего?

– Станьте в круг, возьмитесь за руки:

– Раз, два, три, четыре, пять – завтра встретимся опять.

– Подведение итогов занятия.

Тема: От улыбки станет всем светлей

Задачи:

1. Формировать умение понимать эмоции других.

2. Развивать умение различать эмоции по их проявлениям, упражнять в переживании эмоционального состояния с помощью музыки, мимики.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Упражнение «Солнышко»

– Давайте разбудим наше солнышко.

Солнышко проснулось, потянулось, улыбнулось.

– А у вас какое настроение? Выбор смайлика (веселый или грустный)

Улыбаться, смеяться нужно чаще.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

Упражнения: «Испугайся» – широко раскрываем глаза;

«Толстячки – худышки» – сильно раздуть щёки, а затем втянуть их в себя (пока ребёнок маленький, ему может не даваться упражнение на втягивание щёк, тогда просто раздуваем их). Надуваем попеременно то одну, то другую щёку.

«Бегемотик» – широко открываем рот и удерживаем его до счета 5;

«Слоник» – сомкнутые губы вытягиваем вперёд трубочкой;

– Этюд на воспроизведение черт характера: «Старичок» **(**Через мимику, жесты передавать черты характера (весёлый, добрый, смешной, озорной). Дети имитируют состояния и действия, о которых говориться в стихотворении.

– Сегодня к нам в гости пришел Антошка. Он почему-то грустный, плачет.

– Он потерял свою улыбку.

– Не плачь. Мы поможет найти твою улыбку.

– Игра «Найди улыбку» (на столе лежат карточки с изображением эмоциональных состояний, найти только изображения с улыбкой – наложить)

– Настроение можно передать с помощью музыки (Песня «Улыбка»), движения под музыку)

– Игра «Молчок»

Чок-чок-чок

Всем молчок.

Вместе мы хотим играть

Настроение показать.

– Вспомним, какое может быть настроение у ребят: соотнесение иллюстрации с пиктограммой: ребята дерутся, дети в лесу потерялись, разбилась чашка, подарили щенка, заболел).

– Упражнение «Веселые лица» **(**на готовом шаблоне лица добавить глазки и улыбку из пластилина)

– Игра «Цветок доброты» (Учитель дает в руки ученику «бутон нераспустившегося цветка», тот передает его следующему, прикрепляя лепесток с изображением хорошего настроения (улыбкой). В конце игры учитель показывает детям «цветок доброты», распустившийся из бутона).

– Мы пожелаем Антошке больше не терять свою улыбку и хорошее настроение. Мы сделали много улыбок. Возьми их с собой.

– Обучение приемам релаксации

Упражнение **«**Зеркало»

– *Представим, что мы лебеди.* Давайте, прекрасные гордые птицы, посмотрим на себя в воду озера (*учитель* раздает детям маленькие зеркальца). Посмотрите, какие замечательные глаза у лебедей, они сияют добротой, как звезды. Какие стройные у них шеи, какие сильные и мягкие крылья! Полетели, лебеди, над озером, пусть все видят, какие вы красивые и добрые птицы. (Дети двигаются под музыку)

3. Заключительный этап

– Рефлексия.

– Скажите, кто был у нас в гостях сегодня?

– Давайте улыбнемся.

– Нужно больше смеяться, улыбаться, делать друг другу больше хорошего и приятного.

– Подведение итогов занятия.

IX КЛАСС

Тема: Наши эмоции

Задачи:

1. Формировать умение различать эмоции по их проявлениям, понимать эмоции других людей.

2. Развивать умение передавать эмоциональное состояние, используя выразительные средства.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Упражнение «Наши руки» (Все встают в круг)

Что за чудо чудеса
Раз рука и два рука,
Вот ладошка правая,
Вот ладошка левая.
Сильные руки – не бросятся в драку,
Добрые руки – погладят собаку,
Умные руки умеют лепить,
Чуткие руки умеют дружить!
– Ребята, возьмитесь за руки

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика

Игра «Мимический кубик» (подбросить кубик, и изобразить ту мимику, которая выпала на верхней части куба)

– Этюды на выражение основных эмоций: «Лисичка подслушивает» (Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик и петушок. Подслушивает. Голова наклонена в сторону – слушает, рот полуоткрыт. Нога выставлена вперёд, корпус слегка наклонён вперёд).

«Баба-Яга» (этюд на выражение гнева)

(Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Аленушки и нет – сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает).

«Про Таню» (горе – радость)

Наша Таня громко плачет:
Уронила в речку мячик (горе).
«Тише, Танечка, не плачь –
Не утонет в речке мяч!»

– Упражнение «Будьте внимательны»

Сегодня к нам в гости пришли эмоции (на доске пиктограммы, обозначающие разные эмоции).

– Представьте себе, что мы попали в театр. У меня в руках колпачки. Когда я вам надену их, вы станете клоунами и попробуете с помощью движений и выражения лица изобразить веселых клоунов (ученики изображают под музыкальное сопровождение веселых клоунов).

– Найдите и покажите на доске пиктограмму «радость» (слушание записи шума дождя).

– Определение эмоции, которая напрашивается при шуме дождя (грусть).

– Показ пиктограммы, которая соответствует грустному настроению «грусть».

– Изображение грусти на лице.

– А вы знаете, как можно прогнать грусть? Нам поможет стихотворение:

Я от грусти не заплачу,
Поведу себя иначе.
Чтобы грусти не бояться,
Надо весело смеяться! (Изображение радости на лице).
Лепит девочка из глины
Ушки, лапки, хвостик длинный.
Удивляется братишка:
Вышла серенькая мышка.

– Какое чувство испытывает братик?

– Найдите и покажите на доске пиктограмму «удивление».

У опушки две старушки
Брали грузди и волнушки.
Филин: «Ух!», филин: «Ух!»
У старушек замер дух:
«Жутко, страшно!»

– Какое чувство испытывают старушки?

– Найдите и покажите на доске пиктограмму «страх».

– Игра «Лото эмоций» (на столе лежат карточки с изображением эмоциональных состояний, найти пары)

– Упражнение «Соедини правильно» (Рассмотреть лица детей. Какую эмоцию они передают. Соединить линией лица детей и ситуации, подходящие к ним).

– Игра «Оживи капельку» (звучит музыка)

Смотрите, ребята! Дождевая тучка, а вот и ее капельки (шарики). Капельки были веселые, но злой колдун забрал их улыбки. Давайте им поможем: согреем теплом своих рук и подарим свои улыбки. (Дети рисуют фломастером улыбки). Вот мы и сделали еще одно доброе дело. Давайте отправим капельки к тучке.

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Чаша доброты»

Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей добротой. Представьте рядом чужую чашку, она пустая. Отлейте в нее из своей чашки доброты. Рядом еще одна пустая чашка. Отливайте из своей чашки доброту в пустые. Не жалейте! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей доброты. Вы можете делиться своей добротой с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной.

Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите – «Это я! У меня есть такая чашка доброты!»

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Скажите, какие эмоции были у нас в гостях сегодня?

– Изобразим их с помощью выражения лица.

– Нужно больше смеяться, улыбаться, делать друг другу больше приятного.

– Вспомним совет кота Леопольда: «Давайте жить дружно».

– Держите шарики (шарики с нарисованными на них веселыми мордашками).

– Подведение итогов занятия.

Тема: Что такое хорошо и что такое плохо

Задачи:

1. Формировать умение разбираться в нравственных ситуациях, умение правильно оценивать поступки с позиции нравственности.

2. Развивать умение распознавать эмоциональные состояния по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей.

3. Воспитывать стремление совершать хорошие поступки.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Упражнение «Солнышко»

Смотрит солнышко в окошко.

Светит в нашу сторону.

Мы захлопаем в ладошки.

Очень рады солнышку.

– Настроение у нас хорошее.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

– 1 упр. Поднять брови вверх, сморщить лоб (повторить 3 раза).

– 2 упр. «Лягушка» (растянуть губы (и), расслабить губы.

– Выберите пиктограммы, которые подходят для этих упражнений

– Игра «Лото настроений» (найти такую же эмоцию)

– Упражнение «Два лица»

К нам пришел странный гость (смайлик). Удивительно, у него два лица. Одно такое улыбчивое, веселое, другое грустное, даже сердитое. Интересно, что с ним случилось.

Он по свету прошел,

Видел, что хорошо,

Он по свету ходил,

Плохо тоже находил.

Вот и стал он такой,
С двухсторонней головой!
Он запутался совсем,
На пенечек он присел
И совсем стал никакой,
Рассудите, помогите,
Добро от зла мне отделите!

– Если совершаются хорошие, добрые поступки, то, что оно делает? (Улыбается, радуется)

– А если совершаются плохие поступки, то, что оно делает? (Грустит, хмурится).

– Игра «Определи правильно».

– Давайте вместе разберемся, что такое хорошо, что такое плохо.

– Посмотрите, на доске веселое солнышко и грустная тучка. У вас у каждого на парте лежат картинки, на которых изображены разные поступки детей.

Если дети совершают хорошие, то разместим их возле веселого солнышка, а если плохие – возле грустной тучки. (Дети выходят по одному к доске)

– Игра «Хорошо и плохо»

– У вас у каждого на парте тоже лежат веселое солнышко и грустная тучка.

– Работа над литературным произведением: стихотворение В. Маяковского «Что такое хорошо, что такое плохо».

– Если дети совершают хороший поступок, то показываете солнышко, плохой – тучку.

– Дидактическая игра «Что такое хорошо, что такое плохо» (настольная игра – пазлы)

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Пирамида дружбы»

– Давайте построим пирамиду дружбы. Я вытяну свою ладонь, а вы все положите свои ладони на мою. Посмотрите, какая высокая получилась пирамида. А теперь подкинем нашу дружбу высоко-высоко, чтобы она далеко разлетелась и мы приобрели новых друзей.

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– О чём мы говорили на занятии?

– Что вам понравилось? Запомнилось больше?

– Нужно совершать только хорошие поступки и дружить.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Справляемся с плохим настроением

Задачи:

1. Формировать представление о способах управления и регуляции настроения.

2. Развивать умение анализировать, адекватно оценивать свое состояние и управлять своими эмоциями.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Игра «Солнышко»

– Сейчас мы с вами будем передавать по кругу солнышко, а я буду произносить четверостишие, а вы можете мне помогать, как только я закончу стихотворение, у кого в руках окажется «солнышко», тот дарит нам свою улыбку.

Ходит солнышко по кругу,
Дарит деточкам свой свет.
А со светом к нам приходит,
Добрый, дружеский привет!

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

Упражнение «На что похоже мое настроение». (Детям предлагается с помощью жестов и мимики лица: нахмуриться, как осенняя туча; улыбнуться, как кот на солнце; позлиться, как ребенок, у которого отняли игрушку; испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу; устать, как мама после работы; обидеться, как ребенок, которого не взяли в игру; удивиться, как ребенок, который увидел большого слона на улице; погрустить, потому что на улице дождь; похвастаться новыми туфлями и т.д.)

– Этюд «Танец радости» (Звучит песня «Чунга-чанга»)

– Все становимся в круг, беремся за руки, теперь скачем, как радостные воробушки в солнечную погоду, теперь подставляем бока солнышку, как радостные котята, теперь прыгаем как радостные ребята на солнечной прогулке.

– Мы часто видим людей, у которых плохое настроение. Как можно узнать, что у человека плохое или хорошее настроение? Верно, по его лицу, походке, жестам, речам и поступкам. Чувств и эмоций, переживаемых человеком - очень много, как хороших, так и плохих.

– Упражнение «Плохое и хорошее настроение» (Детям даются по 2 карточки с изображением плохого и хорошего настроения, определить с помощью карточек, какое настроение в зависимости от следующих ситуаций)

Обсуждение «Как справиться с плохим настроением?»

– В жизни вам не раз приходилось выражать свои эмоции чувства. Что вы делаете для того, чтобы справиться с плохим настроением? Как вы боретесь со злостью, которая сидит внутри вас?

Вот наш список: изобразить чувство красками, нарисовать картину;

– умыться, выпить воды, съесть что-то вкусное,

– поделиться этим чувством с родителями, другом, учителем,

– побыть одному; поплакать или посмеяться; попрыгать, поскакать, заняться спортом;

– сосчитать до 10, чтобы успокоиться, научиться правильно дышать (глубокий вдох носом и полный выдох ртом),

– заняться трудом, любимым делом,

– послушать любимую музыку, потанцевать, спеть, вспомнить что-то приятное.

– Музыкальная пауза «Хорошее настроение».

Чувства и эмоции, особенно, такие как злость, гнев держать внутри себя нельзя. Это может навредить нашему здоровью. Но и выражать их надо так, чтобы не испортить отношения с другими, чтобы не обидеть.

– Упражнение «Лимон»

Сядьте удобно, руки на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что выжили весь сок. Расслабьтесь. Теперь представьте себе, что лимон в левой руке. Повторите упражнение. Теперь выполняйте упражнение двумя руками. Расслабьтесь.

– Упражнение «Надуй воздушный шарик злостью»

– Упражнение «Пятно» (Перед вами изображение плохого настроения. Вот такое черное пятно. Скучное, грустное и похожее на плохое настроение. Как вы думаете, можно ли исправить его и сделать хорошим и радостным? Давайте, это пятно во что-нибудь превратим. Что вы предлагаете? Превратим его в цветок (пятно – сердцевина цветка). А чтобы настроение было хорошим, лепестки мы сделаем разноцветными и радостных ярких цветов. Рисование пальчиками, гуашью).

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Передай объятие»

– Завершим занятие на позитивном настроении. Я начну, а вы продолжите по кругу. Я хочу пожелать вам, чтобы ваше настроение как можно чаще было светлым, радостным и веселым, чтобы вы как можно реже грустили и печалились.

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Ребята, вам понравилось наше занятие?

– Как можно справиться с плохим настроением?

– Подведение итогов занятия.

Тема: Любовь – забота

Задачи:

1. Развивать представление о способах проявления заботы, доброжелательного отношения к окружающим людям.

2. Развивать умение выражать собственные положительные эмоции.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Все вместе скажем (под музыкальное сопровождение):

Раз, два, три, шар вверх лети.

Донеси нас до небес, солнца и звезд.

Не страшен нам ни ветер, ни мороз.

Раз, два, три, в страну добра нас перенеси.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

Упражнение «Лучик солнца»

Лучик, лучик озорной,

Поиграй-ка ты со мной. (Моргают глазками.)

Ну-ка лучик, повернись,

На глаза мне покажись. (Делают круговые движения глазами.)

Взгляд я влево отведу,

Лучик солнца я найду. (Отводят взгляд влево.)

Теперь вправо посмотрю,

Снова лучик я найду. (Отводят взгляд вправо.)

Упражнение «Зайчик – коза-вилка»

– Упражнение «Оживление фотографии»

– Посмотри на эту фотографию, какое здесь настроение? (Грусть).

– Грусть. Она грустит, вот так (показать).

– А на этой фотографии? (Страх). Как мы показываем страх? Вот так (показать).

– Давай посмотрим, какое настроение на остальных фотографиях и попробуем их оживить.

– Просмотр мультфильма «Забота». Обсуждение.

– Упражнение «Забота» (уборка комнаты)

Правила уборки комнаты (добавить нужные картинки):

Возьми … , подмети пол. (веник)

Собери мусор в … (совок).

Возьми … , сотри пыль. (тряпку)

Помой руки … (мыло).

– Упражнение «Определи последовательность» (Расставить рисунки в нужном порядке. Составление рассказа о том, кто о ком заботится).

– Игра «Я тоже!»

– Я буду называть вам поступки. Если поступок добрый – вы говорите «я тоже», если плохой, то молчите.

Я помогаю ухаживать за цветами» – я тоже.

Я убираю за собой игрушки» – я тоже.

Я разбрасываю свои вещи» – ...

Я помогаю маме» – я тоже.

Я играю с младшей сестренкой» – я тоже.

Я держу кошку за хвост» – ...

Я не здороваюсь с соседкой» – ...

Я помогаю бабушке нести тяжелую сумку» – я тоже

– Упражнение «Волшебная шкатулка»

Эта шкатулка называется «шкатулкой добрых дел». Выберите нужные картинки.

– Какая тяжелая шкатулка стала. Я так рада, что здесь собрались такие добрые дети.

– Обучение приемам релаксации

Игра «Наполни пустое сердце»

(Дети прикрепляют цветы к изображениям сердца, называя качества хорошего человека: терпимость, забота, смелость, сострадание, нежность, любовь, радость, доброту, честность, справедливость, уважение).

3. Заключительный этап

– Рефлексия

Ребята, вам понравилось наше занятие?

– Я желаю, чтобы вы относились к людям с уважением, были добрыми, честными и заботливыми.

– Подведение итогов занятия.

Тема: Подарок другу

Задачи:

1. Формировать представление о взаимоотношении людей, о дружбе, о правилах дружеских отношений.

2. Развивать умение понимать и чувствовать других людей.

3. Воспитывать уважительное отношение к друзьям, внимательность друг к другу.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Упражнение «Колокольчик» (Учитель берет колокольчик и звонит им, дети сразу обращают внимание и подходят, встают в круг).

Колокольчик озорной,

Ты ребят в кружок построй.

Собрались ребята в круг.

Слева – друг и справа – друг.

Вместе за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

2. Основной этап

– Мимическая гимнастика.

Вытянуть губы трубочкой, произнести звук [у].

Растянуть губы в стороны, произнести звук [ы].

Поднять брови вверх (удивиться).

Опустить брови вниз (нахмуриться).

Расслабить все мышцы лица. Улыбнуться друг другу. «Сказать» глазами и улыбкой, что вы рады друг друга видеть.

– Игра «Ваши ощущения»:

– С какой погодой ты бы сравнил дружбу? (ясно, солнечно). Какая музыка тебе слышится, когда ты думаешь, говоришь о дружбе? (лиричная, веселая, радостная, заводная). Какие краски вы возьмете, чтобы нарисовать «дружбу»?

– Песня «Дружба крепкая»

– Дружба – это когда люди хотят быть вместе, когда вместе играют, общаются, не ссорятся. Дружба – это улыбки друзей. Друзья – это люди, с которыми нам интересно играть. Дружба – это когда, умеешь без крика и ссор договариваться; делиться игрушками, разговаривать вежливо и не грубить; быть внимательным (заботливым) к другу; уметь посочувствовать другу. Если радость у друга, то порадоваться вместе с ним, если беда, то вместе погрустить.

– Какие чувства помогают дружить? (выбор смайликов: радость, доброта, спокойствие)

– А какие мешают? (злость, гнев, обида)

– Упражнение «Дружба начинается с улыбки»

– Все мы знаем, что без друзей очень плохо, а как вы думаете, какой самый простой способ завести себе друзей?

Сейчас я вам загадаю загадку автор, которой Елена Осипова, отгадка, на которую и будет этот способ.

Если ты её подаришь,
То счастливей каплю станешь.
Она мигом обернётся,
И к тебе скорей вернётся.
Грусть она прогонит махом,
Словно фея крыльев взмахом.
На неё ты не скупись,
С каждым ею поделись.
И на праздник на большой
Поважней она любой
Хоть конфетки, хоть открытки.
Говорим мы об ... улыбке.

– Вот сейчас я вам предлагаю взять друг друга за руки, посмотреть друг другу в глаза и молча улыбнуться.

– Упражнение «Да – нет»

Какими должны быть настоящие друзья? Сейчас мы проверим ваши предположения. Я буду задавать вопросы, а вы отвечайте «да-да-да» и хлопайте или «нет-нет-нет» топают.

Будем крепко мы дружить? (Да-да-да)
Нашей дружбой дорожить? (Да-да-да)
Мы научимся играть? (Да-да-да)
Другу будем помогать? (Да-да-да)
Друга нужно разозлить? (Нет-нет-нет)
А улыбку подарить? (Да-да-да.)
Друга стоит обижать? (Нет-нет-нет)
Ну а споры разрешить? (Да-да-да)
Будем крепко мы дружить? (Да-да-да.)

– Упражнение «Правила дружбы»

Но нужно учитывать, что, дружба между людьми возможна только при соблюдении ими определенных правил дружбы. Самым важным из этих правил является уважение прав друг друга, и немало важным является терпимость к другому человеку (вместе с учащимися выводятся следующие правила дружбы с помощью иллюстраций):

не ссориться,
уступать,
не бояться просить прощения,
если обидел друга,
быть вежливым,
не злиться,
помогать другу,
быть честным,
быть внимательным.

– Упражнение «Почему так вышло»

– Послушайте истории: «Мишка и ежик», «Мишка и зайка».

В тихом лесу, средь кустов и дорожек,
Жили два друга – Мишка и Ёжик
Как-то они на прогулку пошли
И на поляне качели нашли.
Ёжик навстречу качелям шагнул
Мишка качели к себе потянул
Мишка: «Я первый!»
Ёжик: «Нет, я!»
Не уступают друг другу друзья.
Мишка обиделся: «Значит ты Ёж,
Как друг мне совсем не хорош!».

– Что произошло, что друзья не поделили?

– Почему Мишка решил не дружить с Ёжиком?

– Ребята, а как вы думаете, ссориться с другом – это хорошо или плохо?

Другая история, послушайте внимательно.

Нес однажды Зайка ловкий
Корзину полную морковки.
Была корзина не мала,
Очень – очень тяжела.
Ему навстречу Мишка шёл.
Зайка просит: «Помоги, мне корзину донести!».
«Сам неси свою корзину,
Я пошел искать малину».

– Как бы в этой ситуации поступил друг?

– Как бы в этой ситуации поступил друг?

– Игра «Поводырь» (одному ребенку завязать глаза, а другой – проводит до стола, окна и т.д.)

– Упражнение «Подарок» (Каждый ученик делает аппликацию из вырезанных предметных картинок.)

– Обучение приемам релаксации

Упражнение «Цветок дружбы»

– Дружба – это самое важное и лучшее, что есть в жизни человека. Дружбой надо дорожить и ее обязательно надо ценить. Сейчас я предлагаю вам сделать цветок нашего дружного класса. Сейчас каждый из вас вырежет ладонь из цветной бумаги такого цвета, который ему больше всего нравится.

– Красивый у нас получился цветок дружбы нашего класса?

3. Заключительный этап

– Рефлексия

– Что вам понравилось? Запомнилось больше?

– Подведение итогов занятия.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Игры-приветствия

Игры-приветствия являются важным моментом в социальном и коммуникативном развитии детей с тяжелыми и (или) множественными нарушениями развития.

Игры – приветствия – это ритмически организованная, эмоционально и сенсорно наполненная, направленная на стимуляцию участия ребенка в общей деятельности начальная часть занятий.

Задачи:

- согласовывать свои действия с действиями педагога, других детей;
- создать благоприятный эмоциональный настрой – «задать тон»;
- упражнять чувство сплоченности в коллективе;
- способствовать снятию негативных изменений в социально-личностной сфере детей, таких как агрессивность, страх, конфликтность.

Правила:

1. Позывные.

Выбирается способ, призывающий детей к началу занятий. Например, звуковые сигналы (звонок, хлопок, звучание музыкального инструмента, мелодия), световые (мигание фонарика, гирлянды, светящейся игрушки), визуальные (карточка-символ с изображением ладошки «жест привет»).

2. Традиция образования круга

Для создания эмоциональной атмосферы можно использовать спокойную музыку (желательно одна и та же мелодия на определенный период времени).

Желательно, чтобы игры-приветствия проводились в одном и том же месте, так как дети через некоторое время привыкают к ритуалу.

Способы образования круга могут быть разные: стоя, на условно обозначенном месте для каждого ребенка, сидя на стульчиках, сидя на ленточках- «лучиках солнышка», с изменением распорядка размещения детей в круге с использованием фотографий и т.д.

3. Приветствие.

Прежде, чем начать приветствие педагог его моделирует, т.е. показывает, как это делается.

Формы приветствия разнообразны, с учетом особенностей развития каждого ребенка: тактильные, сенсорные, мимические, жестовые, вербальные.

Важно, чтобы приветствие было адресовано не только всем, но индивидуально каждому ребенку.

Возможно использование предметов, которые передаются по кругу или тому, кому адресовано приветствие. Это помогает детям в определении своей самоидентичности.

Игры на знакомство – это игры при помощи, которых можно познакомиться с ребятами и познакомить их друг с другом. Условно их можно разделить на две группы.

Первые это те, которые дают возможность узнать и запомнить имена.

Вторые – это игры, которые помогают ближе узнать друг друга. В ходе них мы узнаем интересы, увлечения, способности и некоторые черты характера участников.

Проводя игры на знакомство, соблюдайте несколько правил игротехники:

1. Всегда начинайте с приветствия.

2. Каждая игра должна иметь историю, вступление – придумывайте на ходу, готовьтесь заранее – главное помните – детям нравится сказка.

3. Вы одновременно и актер, и дирижер, и конферансье, и статист, вы – ведущий игры. Помните об этом, выходя играть. Будьте веселым, жизнерадостным, добрым. Играйте сами, и тогда дети тоже будут играть вместе с вами.

4. Четко и дважды проговаривайте правила. Убедитесь в том, что весь класс обратил на вас внимание, говорите, обращаясь к каждому.

5. Выстраивайте игры в логической последовательности, от простого к сложному.

6. Старайтесь задействовать тех детей, кто стеснителен и не решителен. Задача игротехника завлечь и раскрыть в игре каждого из участников действия.

8. Каждая игра должна иметь завершение. Хвалите ребят, подбадривайте, не забывайте говорить спасибо. А еще лучше, если ребята сделают это сами: поблагодарят друг друга, пожав руку или погладив по голове.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Мимическая гимнастика

Мимика – это движение лица, которое выражает внутреннее эмоциональное состояние человека. Она наделена свойством, отражать психическое состояние человека, выражение лица во многом определяется динамикой и статикой мимических мышц. Мимика тесно связана с артикуляцией и, стимулируя ребенка изображать на лице различные эмоции, мы способствуем развитию у него не только мимической, но и артикуляционной моторики, в частности развиваем подвижность мышц губ и щек. Именно поэтому для маленьких детей большое значение приобретает эмоциональная

разгрузка. Лучшим средством эмоционального тренинга в таких ситуациях является мимическая гимнастика, которая помогает ребенку:

– познать сущность эмоциональных состояний как собственных, так и окружающих людей;

– развить произвольность собственного поведения через осознанное и адекватное проявление эмоций;

– усилить глубину и устойчивость чувств;

– разгрузиться от излишних переживаний, проявив свое эмоциональное состояние.

Мимика нужна человеку не только для выражения эмоций. Она играет важную роль в формировании правильного произношения, поэтому педагоги уделяют ей отдельное внимание, включая в комплексы коррекционных упражнений.

Для чего она нужна?

– гимнастика нормализует тонус мимических (лицевых мышц);

– делает мимику более выразительной, и, как следствие, способствует тому, что речь становится чётче, понятнее;

– способствует развитию эмоционального интеллекта ребенка, способности распознавать чувства и эмоции.

Чтобы упражнения для мимики принесли пользу, важно делать их регулярно, соблюдая простые правила:

– Упражнения необходимо выполнять строго перед зеркалом (лучше большим), чтобы малыш видел в нем движения – как свои, так и логопеда.

– Во время занятий каждое упражнение акцентируют на одной группе мышц.

– Мимические упражнения для детей выполняются спокойно, плавно, без особых усилий, но при этом ритмично.

Примеры мимических упражнений:

«Разозлись» – хмурим брови, при этом нижняя часть лица должна быть неподвижна;

«Удивись» – высоко поднимаем брови;

«Подмигни» – моргаем то одним, то другим глазом;

«Испугайся» – широко раскрываем глаза;

«Толстячки – худышки» – сильно раздуть щёки, а затем втянуть их в себя (пока ребёнок маленький, ему может не даваться упражнение на втягивание щёк, тогда просто раздуваем их);

«Бегемотик» – широко открываем рот и удерживаем его до счета 5;

«Слоник» – сомкнутые губы вытягиваем вперёд трубочкой;

«Лягушонок» – широко улыбаемся одними губами так, чтобы зубы были не видны.

«Пила» – кладём руку на подбородок и двигаем нижней челюстью вправо-влево;

Улыбаемся одним уголком рта. Т.е. как бы тянем уголок рта к уху. То же самое повторяем с другим уголком рта, а затем попеременно – то один, то другой уголок.

Мимическая гимнастика на укрепление мышц лица, развитие мимики лица для выражения эмоционального состояния, развитие умения по мимике окружающих распознавать эмоции.

«Мама и детеныш»

Цель: развитие самоконтроля, выразительности движений и речи.

Описание игры: ребенок играет в паре со взрослым. Один выполняет роль мамы любого знакомого животного, другой – детеныша. Затем меняется ролями. Взрослый говорит, что мамы могут ласкать, наказывать, жалеть, спасать детенышей, а детеныши – реагировать на эти действия. Этот своеобразный диалог сопровождается выразительной мимикой. Животных называет взрослый. Это может быть семья кошек, обезьян, лошадей, ворон, собак, кур и т.п.

«Оживи камешки!»

Цель: развитие наблюдательности, выразительности движений.

Описание игры: на берегу воображаемой реки лежат «камешки» (силуэты животных). Их можно «оживить», если точно покажут выразительными движениями, кого символизирует выбранный ими «камешек», а взрослый отгадает с первого раза.

«Сказочные зайцы»

Цель: развитие воображения, наблюдательности, выразительности движений и речи.

Описание игры: взрослый вспоминает сказки, в сюжете которых участвуют зайцы. Ребенок рассказывает, какие это зайцы, или изображает, как они себя ведут, не называя данной сказки. Взрослый отгадывает, из какой сказки этот заяц.

Ребенок должен быть знаком со сказками: «Лиса, заяц и петух», «Заяц – хваста», «Сказка про храброго зайца», «Колобок», «Лиса и заяц», «Теремок», «Заяц и еж».

«Снежинки»

Цель: развитие внимания, наблюдательности, способности определять эмоции по схематическим изображениям.

Описание игры:

Вариант 1. Ребенку дают снежинки, вырезанные из бумаги, в центре которых схематично изображены эмоции. Предлагается рассмотреть свою снежинку и рассказать, что она чувствует.

Вариант 2. Ребенку дают снежинки, вырезанные из бумаги, и предлагается схематически изобразить любую эмоцию на своей снежинке, затем рассказать, что снежинка чувствует.

- «Съели кислый лимон» (дети морщатся).
- «Рассердились на драчуна» (сдвигают брови).

- «Встретили знакомую девочку» (улыбаются).
- «Испугались забияку» (приподнимают брови, широко открывают глаза, приоткрывают рот).
- «Удивились» (приподнимают брови, широко открывают глаза).
- «Обиделись» (опускают уголки губ).
- «Умеем лукавить» (моргают то правым глазом, то левым).

Упражнения для бровей:

«В гости к колобку»

Дети, стоят (сидят) по кругу со спокойным выражением лица.

– В гости к колобку пойдем
И играть с собой возьмем!

«Брови домиком»

Дети поднимают высоко брови, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение.

– Брови домиком стоят
Там живут мои друзья
И бельчата, и ежата
И лисята, медвежата!

«Колобок нахмурился»

Дети собирают брови у переносицы, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение.

– Колобок нахмурился
Он увидел лужицу.
Так хотел он погулять,
Нам цветочки показать!

Упражнение для выражения глаз:

«В гости к колобку»

Дети, стоят (сидят) по кругу со спокойным выражением лица.

– В гости к колобку пойдем
И играть с собой возьмем!

«Глазки, как блюдца»

Дети, стоя по кругу, держа руки на поясе, широко раскрывают глаза, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение.

– Широко раскрыв глаза,
Колобок увидеть хочет:
Как из маленького яйца
Птенчик получается!

«Глазки, как щелочки»

Дети, стоя по кругу, держа руки на поясе, прищуривают глаза, удерживают 3–5 сек., затем возвращают в спокойное положение.

– Глазки щелочкой глядят,
Значит, спрятаться хотят.
Колобок играет в прятки

С нами, с шустрыми ребятками!

Упражнения для губ:

«В гости к колобку»

Дети, стоят (сидят) по кругу со спокойным выражением лица.

– В гости к колобку пойдем
И играть с собой возьмем!

«Губки как ниточка»

Дети, стоя по кругу, держась за руки, сжимают губы, удерживают 3–5 сек, затем возвращают в спокойное положение.

– Губки спрячем мы вот так!
Чтоб никто их не увидел!
Вот так, вот так!
Чтоб никто их не увидел!

«Колобок зевает»

Дети, стоя по кругу, держась за руки, раскрывают широко рот, удерживают 3–5 сек, затем возвращают в спокойное положение.

– Солнце светит высоко,
А Колобок зевает!
Просыпайся, Колобок,
Ведь мы с тобой играем!

«Коромысло»

Дети, стоя по кругу, держась за руки, опускают уголки губ вниз, удерживают 3–5 сек, затем возвращают в спокойное положение.

– Колобок обиделся!?
Или просто загрустил!?
Губки, словно коромысло,
На лице «повесил» он.

«Лодочка»

Дети, стоя по кругу, держась за руки, поднимают уголки губ вверх, удерживают 3–5 сек, затем возвращают в спокойное положение.

– Колобок, Колобок,
Что за лодочка плывет?
И куда она плывет?
И что детям она везет?
Радости, улыбки,
Смеха и веселья!
Лучшего детям настроенья!

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Эмоциональные этюды

Этюды – это своеобразная школа, где дети постигают основы актерского мастерства. Мимическое и пантомимическое изображение эмоций развивают у ребенка способность понимать эмоциональное состояние другого человека и уметь адекватно выразить свое. Существует два языка общения:

1 Язык слов, понятий, категорий, обобщений, речевых единиц, фраз;

2 Язык бессловесный: язык мимики, улыбок, гримас, смеха, плача – язык эмоций, переживаний. Он появляется очень рано и позволяет ребёнку «считывать» информацию об отношении окружающих к нему и друг к другу, их настроение и эмоции.

Этюды на выражение основных эмоций

«Лисичка подслушивает»

Цель: Развивать способность понимать эмоциональное состояние и адекватно выражать своё (внимание, интерес, сосредоточенность).

Ход: Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик и петушок. Подслушивает. Голова наклонена в сторону – слушает, рот полуоткрыт. Нога выставлена вперёд, корпус слегка наклонён вперёд.

«Вкусные конфеты»

Цель: Передавать внутреннее состояние через мимику (удовольствие, радость).

Ход: У девочки в руках воображаемая коробка с конфетами.

Она протягивает её по очереди детям. Они берут конфету, благодарят, разворачивают бумажку и угощаются. По лицам видно, что угощение вкусное.

«Прогулка»

Цель: Закрепление воспроизведения различных эмоций (радость, удовольствие, удивление).

Ход: Летний день. Дети гуляют. Пошёл дождь. Дети бегут домой. Прибежали вовремя, начинается гроза. Гроза прошла, дождь перестал. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам.

«Битва»

Цель: Закрепление воспроизведения различных эмоций (радость, гордость, страх). Развитие творческого воображения.

Ход: Один ребёнок изображает Ивана-царевича, второй – Змея-Горыныча (голова и кисти рук – это головы Змея). Идёт сражение. Иван-царевич одерживает победу Змей – повержен.

Баба-Яга (этюд на выражение гнева)

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Аленушки и нет – сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Фокус (этюд на выражение удивления)

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса)

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

«Котенок, который хотел порадовать свою маму»

Педагог обращает внимание детей на то, 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 сделает для другого что-то хорошее. В подтверждение своим словам педагог читает сказку:

«Жил-был на свете маленький котенок. 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. Однажды котенок ждал маму с работы и от нечего делать слонялся по дому. Забрел на кухню и увидел в раковине много грязной посуды. «Мама придет уставшая с работы, и ей придется еще мыть эту гору посуды», – подумал малыш. – «Может, я справлюсь с этой работой?» И он попробовал. Когда пришла мама, радостный котенок потащил ее на кухню. «Посмотри, мама, я сделал тебе подарок», – и показал на чистую раковину. Мама улыбнулась: «Какой ты у меня молодец, спасибо тебе!» А котенок тоже улыбался – оказывается, так приятно доставить кому-то радость».

После чтения сказки педагог предлагает каждому ребенку по очереди изобразить котенка, а сам берет на себя роль мамы-кошки. Важно, чтобы дети прочувствовали радость от того, что помогли маме. В конце упражнения можно еще раз обратить внимание детей на то, как приятно сделать что-то для другого человека

«Новая девочка» (этюд на выражение презрения)

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей – недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

«Про Таню» (горе – радость)

Наша Таня громко плачет:
Уронила в речку мячик (горе).
«Тише, Танечка, не плачь –
Не утонет в речке мяч!»

«Соленый чай» (этюд на выражение отвращения)

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чая и не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

«Стрекоза замерзла» (этюд на выражение страдания и печали)

Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок. Стрекоза дрожит от холода:

Холодно, холодно,
Ой-ей-ей-ей!
Голодно, голодно,
Жутко зимой!
Мне некуда деться,
Сугробов не счесть.
Пустите погреться
И дайте поесть.

Этюды на воспроизведение черт характера

«Старичок»

Цель: Через мимику, жесты передавать черты характера (весёлый, добрый, смешной, озорной).

Ход: Прочесть детям стихотворение Д. Хармса «Весёлый старичок».

Дети имитируют состояния и действия, о которых говориться в стихотворении.

«Жил на свете старичок
Маленького роста,
И смеялся старичок
Чрезвычайно просто:
Ха-ха-ха, да хе-хе-хе,
Хи-хи-хи, да бух-бух!
Бу-бу-бу, да бе-бе-бе,
Динь-динь-динь,
Да трюх-трюх!
Раз, увидев паучка,
Страшно испугался
Но, схватившись за бока,
Громко рассмеялся:
Хи-хи-хи, да ха-ха-ха,
Хо-хо-хо, да гуль-гуль!
Ги-ги-ги, да га-га-га,
Го-го-го, да буль-буль!
А увидев стрекозу,
Страшно рассердился,
Но от смеха на траву
Так и повалился:
Гы-гы-гы, да гу-гу-гу,
Го-го-го, да бах-бах,
Ой, ребята! Не могу!
Ой, ребята! Ах, ах!

«Жадный пёс»

Цель: Через мимику и жесты передавать черты характера (жадность).

Ход: Педагог читает стихотворение Л. Квитко.

«Жадный пёс дрова принёс,
Воды наносил, тесто замесил,
Пирогов напёк, спрятал в уголок,
И съел сам – гам, гам, гам!»

Дети имитируют состояние и действия, о которых говориться в стихотворении.

«Страшный зверь»

Цель: Через пантомиму передавать черты характера и поведения персонажей (смелый, трусливый, глупый, осторожный).

Ход: Педагог читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь». Дети, получившие роли, действуют по тексту.

«Прямо в комнатную дверь,
Проникает хищный зверь!
У него торчат клыки
И усы топорщатся-
У него горят зрачки-
Испугаться хочется!
Может это львица?
Может выть волчица?
Глупый мальчик крикнул:
– Рысь!!
Храбрый мальчик крикнул:
– Брысь!»

«Смелый заяц»

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

Выразительные движения. Поза. Положение стоя, одна нога чуть впереди, руки заложены за спину, подбородок поднят.

Мимика. Уверенный взгляд.

«Добрый мальчик»

Зима. Маленькая девочка, играя со снегом, потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руку свою рукавицу.

«Посещение больного»

Мальчик заболел. К нему пришел друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, заботливо поправляет одеяло.

«Любящий сын»

Мальчик потихоньку входит в комнату с подарком, спрятанным за спиной. Он идет на носочках и улыбается. Мама не знает, что мальчик в комнате и сейчас сделает ей подарок.

«Монетка на мороженое»

Мама дала девочке 20 копеек на мороженое. Девочка припрыжку побежала по дороге и не заметила, как монетка выскочила у нее из кармашка. Вот и киоск, где продают мороженое. Опустила девочка руку в карман, а денег там уже нет. Девочка пошла по дороге назад. «Где же я потеряла монетку?» – думает девочка. А монетку нашел мальчик. Он тоже решил на эти деньги купить мороженое. Мальчик поравнялся с девочкой. Девочка спросила: «Ты не видел денежку? Мама дала 20 копеек, а я их потеряла». «Вот они», – ответил мальчик и протянул девочке пропажу. «Ты честный», – сказала девочка. Она купила мороженое и поделилась с мальчиком.

«Злюка»

Ребенок изображает злюку. Он сидит на стуле и, пока звучит музыка (Д. Кабалевский. «Злюка»), смотрит на каждого из присутствующих со злостью и недовольством.

Мимика. Брови сдвинуты, верхняя губа закушена.

«Упрямый мальчик»

Уже вечер. Пора идти ужинать и ложиться спать. Мама взяла мальчика за руку, чтобы отвести его домой, а он упирается, вырывает руку, да еще топает ногой: «Не хочу! Не пойду!»

«Карабас – Барабас»

Ребенок изображает Карабаса-Барабаса. Он сидит на стуле и, зловеще смотрит на Буратино, которого вот-вот бросит в огонь.

Выразительные движения. Сидеть на стуле, широко расставив ноги, одной ногой можно притопывать, не отрывая носка от пола, корпус тела наклонен вперед, руками (кулаками) упирается в бедра, брови сдвинуты.

Этюды на выразительность жестов

«Тише»

Цель: Развивать выразительное движение рук и адекватно использовать жест.

Ход: Мышата переходят дорогу, на которой спит котёнок.

Они, то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!»

Выразительные движения: шея вытянута вперёд, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови «идут вверх».

«Игра в снежки»

Цель: Развивать выразительность движений, творческое воображение.

Ход: Этюд сопровождается весёлой музыкой. Зима. Дети играют в снежки. Выразительные движения: нагнуться, схватить двумя руками снег, слепить снежок, бросить снежок резкими, короткими движениями.

«Игра с камушками»

Цель: Развивать выразительность движений, творческое воображение.

Ход: Дети гуляют по берегу моря, нагибаясь за камушками.

Входят в воду и брызгаются, зачерпывая воду двумя руками. Затем, садятся на песок и играют с камушками: то подбрасывая вверх, то кидая в море. Звучит лёгкая музыка.

«Дружная семья»

Цель: Развивать выразительность движений, творческое воображение.

Ход: Дети сидят на стульях по кругу. Каждый занят делом: один лепит, другой вколачивает в дощечку гвоздь, кто-то рисует кистью, кто-то шьёт, вяжет. Дети исполняют пантомиму с воображаемыми предметами, стремясь точнее передавать действия.

«Иди ко мне»

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения. Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

«Не покажу!»

Мама подарила девочке маленькое зеркальце, чтобы она могла пускать солнечные зайчики. Дети обступили девочку, просят показать, какое оно. Но девочка, прижав ладонями зеркальце к груди и расставив локти, вертится из стороны в сторону: «Не покажу!»

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Пиктограммы и картинки эмоций

Для развития эмоционально-волевой сферы учащихся можно использовать не только рисунки предметов или жизненных ситуаций, но и изображения эмоциональных состояний человека. Пиктограммы и картинки эмоций — полезный наглядный материал для коррекционных занятий с детьми с особенностями психофизического развития.

Пиктограммы (от лат. Pictus – «рисовать» и греч. Γράμμα – «запись») – знак, отображающий важнейшие узнаваемые черты объектов, предметов, явлений, эмоций, на которые он указывает, чаще всего в схематическом виден.

Что дети должны знать об эмоциях?

Картинки для детей с изображением эмоций учат ребенка рассуждать, описывать причинно-следственные связи, анализировать собственный жизненный опыт (Приложение 16.1).

В ходе коррекционной работы полезно предлагать детям для составления рассказов-рассуждений темы, связанные с переживаниями людей. Например:

- Только ли у человека есть чувства?
- Что такое положительные и отрицательные эмоции?
- Когда я рад, а когда огорчаюсь?

Эмоции можно разделить на пары с противоположным значением. Например: радость – печаль, отвращение – восхищение, скука – интерес и др. Дети должны уметь узнавать и назвать чувство персонажа на рисунке, но и подбирать антонимы к определению. Упражнения в таком формате позволяют прочнее закрепить характеристики эмоций (Приложение 16.2).

Дети должны знать, что о психологическом состоянии человека мы можем узнать как из слов, так и наблюдая за поступками, поведением. Каждой эмоции соответствует как словарь, так и набор:

- жестов
- мимики,
- действий

С учащимися полезны беседы о том, что эмоциональным состоянием нужно управлять, особенно, если речь идет о негативных чувствах. Нельзя давать волю гневу, раздражению, печали. Переживания выражать только допустимыми в обществе способами. Детям будет интересно узнать, что в странах мира люди выражают чувства разными способами.

Для коррекционной работы с учащимися с интеллектуальной недостаточностью используется следующий перечень эмоциональных состояний:

Радость – положительная эмоция, знакомая каждому. Мы испытываем радость тогда, когда происходит что-то хорошее. Выражать это чувство человек может словами и действиями. Признаками радостного состояния является смех, улыбка. Испытывать радость приятно, также, как и доставлять ее другим.

Грусть – чувство, которое появляется тогда, когда мы узнаем что-то печальное или думаем об этом. Грусть нельзя назвать сильной эмоцией, она быстро проходит. Это не значит, что нельзя позволять себе грустить, иногда это необходимо любому человеку. Но не стоит слишком предаваться печальному настроению, полезнее попробовать побыстрее от него освободиться, занявшись чем-то приятным или полезным.

Злость, гнев – злость, сильное раздражение на кого-то или что-то. Испытывать гнев не приятно, но иногда такое случается с каждым. Это сильная эмоция, которая может доставить неприятности нам и другим людям. Важно объяснить детям как управлять гневом, уметь выражать его правильно. Если человек часто бывает злой, то ему трудно находить друзей, он часто бывает одинок.

Страх – сильная отрицательная эмоция, которую люди испытывают, если им что-то угрожает. Опасность может быть реальной или ожидаемой, воображаемой. Каждый ребенок неоднократно чувствовал страх, поэтому он может легко распознать его изображение на иллюстрациях или фото, а также привести примеры событий, предметов и явлений, вызывающих у них это чувство. Дети должны знать, что страх бывает различным по своей интенсивности, от испуга до ужаса. Важно объяснить детям, что эта эмоция необходима человеку, так как она предупреждает

об опасности. Можно добавить, что для иллюстрации страха на картинках часто используется черный цвет.

Восхищение – приятная эмоция, возникающая при встрече с чем-то очень красивым или необычным. Восхищение могут вызвать: необычная игрушка, сад в цвету, нарядная девочка. Люди, выражая восхищение, используют особые восклицания: (ох, ах, ух ты, вот это да) и слова (неужели, потрясающе, прекрасно, замечательно, необыкновенно). Восхищение бывает таким сильным, что выразить свое чувство словами очень сложно. По фотографии или рисунку дети-дошкольники легко узнают человека, который чем-то восхищается, хотя описать его чувства им трудно, для этого нужны специальные логопедические тренировки.

Стыд – неприятное чувство, которое возникает тогда, когда мы сделали что-то плохое и жалеем об этом. Чем старше дети, тем легче объяснить им суть и значение этого эмоционального состояния. Признаками стыда является не только определенная мимика, но и покраснение отдельных частей лица (щек, ушей, шеи). Знание этой особенности поможет дошкольникам быстрее и легче узнавать стыд на рисунках (кстати, этот признак часто можно увидеть на сюжетных картинках для детей и даже на смайликах) и в поведении окружающих людей. С детьми 6–7 лет можно провести беседу о разнице между стыдом и застенчивостью, эти состояния легко перепутать.

Обида – человек чувствует обиду тогда, когда ему чей-то поступок кажется несправедливым. Одни люди обидчивы, другие редко испытывают эту эмоцию. Описать состояние обиды трудно, дети должны уметь узнавать его изображение. Для этого можно использовать как схематичные изображения (например, смайлики — простые картинки эмоций для детей), так и реалистичные рисунки, цветные или черно-белые фотографии (Приложение 16.3).

Эмоции в картинках для детей, используемые для занятий по развитию речи представлены в нескольких вариантах: изображения взрослых и детей, людей или сказочных персонажей.

Предложите ребятам нарисовать себя или другого человека, испытывающих определенное чувство. Составление словесного пояснения к такой картинке –упражнение, которое ребята выполняют охотно (Приложение 16.4).

Если дети не могут справиться с самостоятельным изображением эмоциональных состояний, стоит предложить им создать коллаж из заранее подготовленных и распечатанных деталей лица. Старшие школьники способны воссоздать эмоции на бумаге самостоятельно, а вот для ребят младшего возраста стоит использовать готовые шаблоны и образцы (Приложение 16.5).

На коррекционных занятиях можно использовать не только рисование, но и раскрашивание. Тематические раскраски – это полезный и увлекательный материал, который незаменим для девочек и мальчиков в школе и дома.

Важно предварительно хорошо изучить с детьми не только названия разных эмоций, но и те художественные приемы, которые позволяют точно передать то или иное психологическое состояние человек. В этом очень большую помощь может оказать использование пиктограмм (Приложение 16.6).

Схематичные изображения различных эмоций очень помогают детям в изучении, запоминании и распознавании эмоциональных состояний человека. Особенно на ранних этапах знакомства с этой темой. Различные наборы «Эмоции смайлики картинки для детей» содержат карточки с условным изображением гнева, радости и других чувств (Приложение 16.7).

Игры с пиктограммами – это целое направление в работе учителей-дефектологов и психологов. Схематические изображения эмоций – отличный материал для стимулирования эмоциональной активности ребенка. Вот несколько примеров использования таких изображений:

Подбери и назови

Подготовьте для детей картинки пиктограмм с разными эмоциями, чувствами. Задание – узнать то или иное состояние, дать ему название, а затем придумать ситуацию, в которой оно будет уместна. Дети могут использовать как свой личный опыт, так и вспоминать героев известных сказок, мультфильмов. Ничего, если сначала описания эмоций будут звучать по-детски, постепенно регулярные речевые тренировки помогут этим рассказам стать более совершенными (Приложение 16.8).

Найди пару

Если взять разрезной набор картинок-смайликов и перемешать, то получится увлекательная игра для команды дошкольников, которую можно использовать и на занятиях по развитию речи. Задача — собрать все изображения. Важно, чтобы каждый смайлик точно выражал то или иное чувство, тогда эмоцию будет проще узнать и описать (Приложение 16.9).

Превращения настроений

Для этой игры нужно подобрать такие смайлики картинки эмоций для детей, которые можно разложить по парам-противоположностям. Например, грусть-радость, восхищение-отвращение и т. п. Попросите детей взять одну карточку или круглую рожицу-смайлик, а затем подобрать к выбранной картинке пару. После этого можно предложить детям придумать историю о том, что могло бы превратить одну эмоцию в другую (Приложение 16.10).

Секрет хорошего настроения

Предложите детям выполнить задание к рисунку, а затем попросите каждого вспомнить то, что поднимает настроение лично ему. Это может быть подаренный цветочек, наблюдение за клоуном, игры в детском лабиринте и т.п. (Приложение 16.11).

Мы не ленивые, мы трудолюбивые

Дети получают задание обсудить те ситуации, которые изображены на рисунках и рассказать о том, почему некоторые герои на них – лодыри. Продолжить эту игру можно, вспоминая ленивцев из детских сказок и мультфильмов (Приложение 16.12).

Собери лицо

Для игры понадобится шаблон лица и отдельные части, выражающие эмоции: глаза и рот. Попросите ребенка составить веселую рожицу, а затем

грустную. Используйте готовые шаблоны или изготовьте сами при помощи цветной бумаги и маркера (Приложение 16.13).

Как показывает практика дети с удовольствием придумывают и расшифровывают пиктограммы, благодаря которым, не умея читать и писать, они могут передать информацию другим. Работа с пиктограммами является успешной, так как эмоционально-волевые процессы развиваются только на основе различных видов восприятий и ощущений. Чем больше каналов восприятия информации педагог может задействовать, тем лучше и быстрее дети смогут прочувствовать, проанализировать и систематизировать поток поступающей информации. К. Д. Ушинский писал: «Учите ребёнка каким-нибудь неизвестным ему пяти словам – он будет долго и напрасно мучиться, но свяжите двадцать таких слов с картинками, и он их усвоит на лету».

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Игровая терапия. Ролевые игры

Игровая терапия – метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. В современной психокоррекции взрослых игра используется в групповой психотерапии и социально-психологическом тренинге в виде специальных упражнений, заданий на невербальные коммуникации, разыгрывании различных ситуаций и др. Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения.

Игра для ребенка – один из главных способов познания жизни и становления в ней. Во время игрового процесса дети учатся взаимодействию со сверстниками и другими взрослыми людьми, расширяют кругозор, развивают интеллект. Игротерапия как метод психологической коррекции преследует цель помочь детям с нарушениями психики, это метод, базирующийся на проведении игры для интенсивного воздействия на развитие личности.

Показания к применению игротерапии:

Для маленьких детей все – игра. Поэтому существенных показаний выделить нельзя, так как игры – это основной досуг детей. Когда дети играют, они находятся в хорошем настроении, не расценивают это как что-то неприятное и отталкивающее. Метод игротерапии эффективен в следующих случаях: фобии; необщительность, замкнутость; агрессия к окружающим и животным; непослушание или чрезмерное послушание; проблемы в отношениях с родителями, братьями и сестрами и др.; отсталость в речевом раз-

витии; лечении заикания; неадекватная полоролевая идентификация у мальчиков; вредные привычки (например, грызть карандаш во время рисования); при выдергивании волос; постоянные стрессы; проблемы с успеваемостью; проблемы с чтением; как средство улучшении эмоционального состояния детей после развода родителей; для детей, подвергающихся насилию; облегчении состояния при психосоматических заболеваниях; интеллектуального и эмоционального развития умственно отсталых детей.

Принципы осуществления игротерапии

1. Коммуникация ребенку его безусловного принятия (дружеские равноправные отношения с ребенком, принятие ребенка таким, какой он есть, ребенок хозяин положения, он определяет сюжет, тему игровых занятий, на его стороне инициатива выбора и принятия решения).

2. Недирективность в управлении коррекционным процессом: отказ игротерапевта от попыток ускорить или замедлить игровой процесс; минимальность числа ограничений и лимитов, вводимых игротерапевтом в игру (вводятся лишь те ограничения, которые связывают игру с реальной жизнью).

3. Установление фокуса коррекционного процесса на чувствах и переживаниях ребенка: добиться открытого вербального выражения ребенком своих чувств; попытаться в кратчайшее время понять чувства ребенка и повернуть его исследование на самого себя; стать для ребенка своеобразным зеркалом, в котором он может увидеть себя.

Диалогическое общение ребенка со взрослым через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств ребенка становится основным механизмом коррекционного воздействия в игротерапии.

Виды и формы игротерапии

В зависимости от психологических принципов, выделяют следующие виды методики: для построения отношений; индивидуальная; групповая; отреагирования.

Условия осуществления игротерапии

Обязательно присутствие взрослого, который будет ведущим – учитель, психолог, игротерапевт. Ведущий предоставляет ребенку средства, чтобы он мог в игровой форме раскрыться, подобранные строго индивидуально. Это могут быть: лепка из пластилина, танцы, рисование, куклы, песок, конструкторы, ролевые сюжеты, дидактические, коммуникативные подвижные игры.

Выбор игрушек и игровых материалов должен быть сознательным, базирующимся на серьезных логических основаниях. Правилом является отбор, а не накопление игрушек. Игрушки и материалы, необходимые для игровой терапии, можно сгруппировать в три больших класса:

1. Игрушки из реальной жизни.

2. Игрушки, помогающие отреагировать агрессию.

3. Игрушки для творческого самовыражения и ослабления эмоций.

Игрушки из реальной жизни. Такими игрушками являются кукольное семейство, кукольный домик, марионетки, они могут изображать членов реальной семьи ребенка. Эти игрушки делают возможным непосредственное выражение чувств ребенком. Гнев, страх, соперничество между братьями и сестрами, кризисы, семейные конфликты могут выражаться непосредственно, когда ребенок разыгрывает сценки с человеческими фигурками. Машина, грузовик, лодка и касса особенно важны для упрямого, тревожного, застенчивого или замкнутого ребенка, поскольку с этими игрушками можно играть в неопределенную игру, не выражая никаких чувств.

Игрушки, помогающие корректировать агрессию. В игровой терапии дети часто испытывают сильные эмоции, для описания и выражения которых у них нет словесных обозначений. Структурированные игрушки и материалы, такие как игрушечные солдатики, крокодил, ружья, резиновый нож, могут использоваться детьми для выражения гнева, враждебности и фрустрации. В располагающей обстановке игровой комнаты агрессивные дети чувствуют, что им позволено выражать агрессивные чувства. От этого они испытывают удовлетворение и постепенно в них развиваются более позитивные чувства Стрельба, закапывание, кусание, битье и ножевые удары в игровой комнате приемлемы, поскольку они выражаются символически. Интенсивность, с какой в игровой комнате выражаются агрессивные чувства, иногда может смутить начинающего игротерапевта. Однако временами бывает необходимо установить границы поведения ребенка, если, например, он принимается разбрасывать песок по всей комнате. В этот перечень можно включить игрушки, изображающие диких животных, так как на ранних стадиях игровой терапии детям трудно выражать агрессивные чувства по отношению к людям, даже если это просто куклы. Такие дети не будут, например, стрелять в куклу, изображающую папу, но будут стрелять во льва. Иногда дети выражают враждебность тем, что кусают, жуют и грызут игрушечного крокодила. Примером материала, который может быть отнесен к двум категориям, является глина. Она может служить для выражения творческого потенциала и для отработки агрессивных чувств. Глину можно мять, колотить, швырять, энергично раскатывать, с силой разрывать на куски. Кроме того, ребенок может пользоваться глиной, чтобы вылепить фигурки для игры.

Игрушки для творческого самовыражения и ослабления эмоций. Песок и вода наиболее часто используются ребенком в качестве неструктурированной среды для игры. Однако их реже можно найти в интерьере игровой комнаты, хотя многие авторы описывают воду как наиболее эффективное терапевтическое средство во всех игровых материалах. Песок и вода не имеют структуры и могут превратиться по желанию ребенка во что угодно: поверхность луны, зыбучие пески, пляж, чистящее вещество. Возможности их применения безграничны. Особое значение придается кубикам. Кубики

могут быть домами, их можно швырять, ставить друг на друга, разбрасывать. Все это позволяет ребенку почувствовать, что значит созидать или разрушать. Как в случае с водой и песком, ребенок может испытывать чувства удовлетворения, поскольку не существует правильного способа игры с кубиками. Палитра и краски дают ребенку возможность творить, пачкать, мусорить, разыгрывать и выражать свои чувства.

Игрушки и материалы, рекомендуемые для игровой терапии: гнущиеся фигурки членов семьи, гамби – гнущаяся фигурка с непрорисованным лицом, куклы, кукольная мебель и одежда; пустышка, бутылка с соской (пластмассовые), кошелек с «драгоценностями»; классная доска, мел, цветные мелки, губка; холодильник, плита, тарелки, столовые приборы, кастрюли, сковородка; пищевые продукты (пластмасса), пустые консервные банки из-под фруктов и овощей (с закругленными неострыми краями), картонки из-под яиц, губка, полотенце, метелка, совок, мыло, щетка, расческа; цветные карандаши, бумага, прозрачная лента, клей, игрушечные часы, строительные кубики (различной формы и размеров), краски, мольберт, кисти, пластилин, глина, маски клоунов; грузовик, машина, самолет, трактор, лодка, автобус; ксилофон, цимбалы, барабан; игрушечные солдатики, армейское снаряжение; каска пожарного и другие головные уборы; сосновое полено, молоток, гвозди; ящик с песком, лопатки, сито, ведро; животные из зоопарка; домашние животные; резиновая змея, крокодил; дротики с присосками для метания в мишень, ружье с дротиками; резиновый нож, наручники, игрушечный автомат; мячи (большие и маленькие), телефон (2 шт.); докторский саквояж (с инструментами и аксессуарами); игрушечные деньги и кассовый аппарат; куклы Би-Ба-Бо: доктор, медсестра, полицейский, мама, папа, сестра, брат, малыш, крокодил, волк; пластмассовый конструктор, кубики

Ролевые игры

Ролевая игра – игра развлекательного или учебного назначения, в которой участник берет какую-то определенную роль и в воображаемой ситуации действует соответственно этой роли.

Структура ролевой игры: роли, взятые на себя играющими; игровые действия как средство реализации этих ролей; игровое употребление предметов – замещение реальных предметов игровыми (условными); реальные отношения между играющими.

Единица ролевой игры и в то же время центральный момент, объединяющий все ее аспекты, – роль.

Сюжет ролевой игры предстает воспроизводимую в ней область действительности.

Содержанием игры выступает то, что воспроизводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни.

В игре происходят формирование произвольного поведения ребенка и его социализация. Ролевая игра является одним из основных средств развития эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект – это способность распознавать эмоции и чувства. Причем как свои собственные, так и других людей. Он позволяет контролировать свое поведение, понимать, почему окружающие ведут себя так или иначе, и при необходимости подбадривать, успокаивать, сочувствовать. По сути, это важнейший навык общения в любом возрасте. И формируется он, конечно же, с детства.

Высокий уровень эмоционального интеллекта у детей: помогает дружить, общаться со сверстниками и взрослыми; способствует популярности ребенка в коллективе; стабилизирует эмоциональную сферу; помогает адекватно воспринимать критику, школьные оценки; улучшает успеваемость; предотвращает различные социальные отклонения.

«Дом, семья»

Задачи: Побуждать детей воспроизводить в играх быт семьи. Раскрывать нравственную сущность деятельности взрослых людей: ответственное отношение к своим обязанностям, взаимопомощь и коллективный характер труда.

Роли: мама, папа, дети, бабушка, дедушка.

Игровые действия: Игровые проблемные ситуации: «Когда мамы и папы нет дома» (забота о младших, выполнение посильной домашней работы), «Мы готовимся к празднику» (совместные дела с семьей), «Встречаем гостей» (правила приема гостей, поведение в гостях), «Наш выходной день» и др. Вносить в игру элементы труда: стирка кукольного белья, починка одежды, уборка помещения. По ходу игры подбирать, менять игрушки, предметы, конструировать игровую обстановку с помощью разнообразного подсобного материала.

Предварительная работа: Чтение рассказа В. Осеевой «Волшебное слово» и последующая беседа. Задание детям: узнать дома о труде родителей. Беседа о труде родителей с использованием иллюстрированного материала. Рассматривание семейных фотографий. Составление детьми рассказов на тему «Как я живу дома».

Игровой материал: предметы домашнего обихода, куклы.

«Школа»

Задачи: Расширять знания детей о школе. Помогать детям в овладении выразительными средствами реализации роли (интонация, мимика, жесты). Помогать детям усвоить некоторые моральные нормы. Воспитывать справедливые отношения, дружбу, умение жить и работать в коллективе.

Роли: ученики, учитель, директор школы, завуч, техничка.

Игровые действия: Учитель ведет уроки, ученики отвечают на вопросы, рассказывают, считают. Директор (завуч) присутствует на уроке, делает записи в своей тетради (воспитатель в роли директора может вызвать к себе в кабинет учителя, дать советы), завуч составляет расписание уроков. Техничка следит за чистотой в помещении, дает звонок.

Предварительная работа: Беседа о школьных принадлежностях с использованием иллюстрированного материала. Загадки о школе. Чтение детям произведений С. Маршака «Первое сентября», А. Алексина «Первый день», В. Воронковой «Подружки идут в школу», Э. Мошковской «Мы играем в школу», В. Берестова «Считалочка».

Игровой материал: портфели, книги, тетради, ручки, карандаши, указка, карты, школьная доска, стол и стул учителя, глобус, журнал для учителя, повязки для дежурных.

«Поликлиника»

Задачи: Вызвать у детей интерес к профессии врача. Воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения.

Роли: врач, медсестра, работник регистратуры, санитарка, больные.

Игровые действия: Больной идет в регистратуру, берет талон к врачу, идет на прием. Врач принимает больных, внимательно выслушивает их жалобы, задает вопросы, прослушивает фонендоскопом, измеряет давление, смотрит горло, делает назначение. Медсестра выписывает рецепт, врач подписывает. Больной идет в процедурный кабинет. Медсестра делает уколы, перевязывает ранки, смазывает мазью и т.д. Санитарка убирает кабинет, меняет полотенце.

Игровые ситуации: «На приеме у лорврача», «На приеме у хирурга», «На приеме у окулиста» и др.

Предварительная работа: Виртуальная экскурсия в поликлинику. Наблюдение за работой врача (прослушивает фонендоскопом, смотрит горло, задает вопросы). Слушание сказки К. Чуковского «Доктор Айболит» в грамзаписи. Чтение лит. произведений: Я. Забила «Ясочка простудилась», Э. Успенский «Играли в больницу». Рассматривание медицинских инструментов (фонендоскоп, шпатель, термометр, тонометр, пинцет и др.) Рассматривание иллюстраций о враче, мед. сестре.

Игровой материал: халаты, шапки, карандаш и бумага для рецептов, фонендоскоп, тонометр, градусник, вата, бинт, пинцет, ножницы, губка, шприц, мази, таблетки.

«Магазин»

Задачи: Вызвать у детей интерес к профессии продавца, формировать навыки культуры поведения в общественных местах, воспитывать дружеские взаимоотношения.

Роли: директор магазина, продавцы, кассир, покупатели, водитель, грузчик, уборщица.

Игровые действия: Водитель привозит на машине товар, грузчики разгружают, продавцы разлаживают товар на полках. Директор следит за порядком в магазине, заботится о том, чтобы в магазин во время завозился товар, звонит на базу, заказывает товар. Приходят покупатели. Продавцы

предлагают товар, показывают, взвешивают. Покупатель оплачивает покупку в кассе, получает чек. Кассир получает деньги, пробивает чек, дает покупателю сдачу, чек. Уборщица убирает помещение.

Игровые ситуации: «В овощном магазине», «Одежда», «Продукты», «Ткани», «Сувениры», «Кулинария», «Книги», «Спорттовары».

Предварительная работа: Экскурсия в магазин. Беседа с детьми о проведенных экскурсиях. Чтение литературных произведений: Б. Воронько «Сказка о необычных покупках» и др. Этическая беседа о поведении в общественных местах.

Игровой материал: весы, касса, халаты, шапочки, сумки, кошельки, ценники, товары по отделам, машина для перевозки товаров, оборудование для уборки.

«Парикмахерская»

Задачи: Расширить и закрепить знания детей о работе парикмахера. Воспитывать культуру поведения в общественных местах, уважение, вежливое обращение к старшим и друг к другу, учить благодарить за оказанную помощь и услугу

Роли: парикмахеры – дамский мастер, мужской мастер, кассир, уборщица, клиенты.

Игровые действия: Кассир выбивает чеки. Уборщица подметает, меняет использованные полотенца. Посетители снимают верхнюю одежду, вежливо здороваются с парикмахером, просят сделать стрижку, советуются с парикмахером, платят в кассу, благодарят за услуги. Парикмахер моет волосы, сушит, причесывает, делает стрижки, красит волосы, бреет, освежает одеколоном, дает рекомендации по уходу за волосами. Можно соединить с игрой

«Дом, семья»

Предварительная работа: Посещение детьми парикмахерской с родителями. Рассказы детей о том, что они делали в парикмахерской. Этическая беседа о культуре поведения в общественных местах. Рассматривание альбома с образцами причесок. Дидактическая игра «Причешем куклу красиво».

Игровой материал: зеркало, набор расчесок, бритва, ножницы, машинка для стрижки волос, фен для сушки, бигуди, лак для волос, одеколон, альбом с образцами причесок, краска для волос, халаты, пелеринки, полотенца, касса, чеки, деньги, швабра, ведра, тряпки для пыли, для пола.

«Библиотека»

Задачи: Отображать в игре знания об окружающей жизни, показать социальную значимость библиотек. Расширять представления о работниках библиотеки. Закреплять правила поведения в общественном месте. Знакомить с правилами пользования книгой; пробуждать интерес и любовь к книгам, воспитывать бережное к ним отношение.

Роли: библиотекарь, читатели.

Игровые действия: Оформление формуляров читателей. Приём заявок библиотекарем. Работа с картотекой. Выдача книг. Читальный зал.

Предварительная работа: Экскурсия в библиотеку с последующей беседой. Чтение произведения С. Жупанина «Я – библиотекарь», открытие «Книжной мастерской» по ремонту книг. Изготовление карманчиков в книгах и формуляров. Выставка рисунков по мотивам прочитанных произведений.

Игровой материал: формуляры, книги, картотека

«В кафе»

Задачи: Учить культуре поведения в общественных местах, уметь выполнять обязанности повара, официанта. Воспитывать вежливость, культуру поведения, общения

Игровые действия: В гости к детям приходит Буратино. Он познакомился со всеми детьми, подружился с другими игрушками. Буратино решает пригасить своих новых друзей в кафе, чтобы угостить их мороженым. Все отправляются в кафе. Там их обслуживают Официанты. Дети учатся правильно делать заказ, благодарят за обслуживание.

Игровой материал: необходимое оборудование для кафе, игрушки-куклы, деньги.

«Ролевое проигрывание ситуаций»

Задание направлено на конкретную проработку и применение «волшебных» средств общения, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Детям задаются игровые ситуации, которые они инсценируют. Упражнение выполняется коллективно (из группы выбираются участники, разыгрывающие ситуацию, и наблюдатели). Задача актеров – максимально естественно проиграть заданную ситуацию, наблюдатели же анализируют увиденное. После коллективного обсуждения можно проиграть ситуацию еще раз с теми же самыми актерами (если ранее они сделали это неудачно) или с новыми (для закрепления на практике волшебных средств понимания).

Примеры проигрываемых ситуаций:

– Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика.

– Тебе очень хочется поиграть с такой же игрушкой, как у одного из ребят вашего класса. Попроси ее.

– Ты очень обидел своего друга. Извинись и попробуй помириться.

«Ролевая гимнастика»

Игра направлена на снятие напряжения, на эмоциональное оживление, способствует расширению поведенческих ситуаций у ребенка.

а) Расскажи стихотворение (на выбор ребенка) следующим образом: очень быстро, шепотом, со скоростью улитки, как иностранец, как робот.

б) Походи, как: младенец, лев, глубокий старик.
в) Улыбнись, как: кот на солнышке, как само солнышко.
г) Посиди, как: пчела на цветке, наездник на лошади.
д) Попрыгай, как: кузнечик, козлик, кенгуру.
е) Нахмурься, как: осенняя туча, рассерженная мама, разъяренный лев.

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Дидактические игры

Дидактическая игра – одна из форм обучающего воздействия взрослого на ребенка. В то же время игра – основной вид деятельности детей. Таким образом, дидактическая игра имеет две цели: одна из них – обучающая, которую преследует взрослый, а другая – игровая, ради которой действует ребенок. Важно, чтобы эти две цели дополняли друг друга и обеспечивали усвоение программного материала.

Дидактические игры – это вид учебных игр, реализующих ряд принципов игрового, активного обучения и отличающихся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. Дидактические игры являются разновидностью игр с правилами. Игры с правилами имеют готовое содержание и заранее установленную последовательность действий; главное в них – решение поставленной задачи, соблюдение правил.

Дидактическая игра – это одно из средств обучения детей на уроках и коррекционных занятиях. Она дает возможность осуществлять задачи воспитания и обучения через доступную и привлекательную для детей форму деятельности.

Требования к использованию дидактических игр:

1. Подбирать игры в соответствии с программными требованиями и учётом уровня развития школьника.

2. Стараться использовать дидактические игры на всех этапах коррекционного занятия, при этом длительность игр регулируется возрастными и индивидуальными способностями школьника.

3. Игры должны повторяться и постепенно усложняться в процессе обучения детей.

4. Игра должна постоянно обогащать знания, быть средствами эмоционального развития ребёнка, его способностей, вызывать положительные эмоции, наполнять жизнь школьников интересным содержанием.

Значение дидактической игры

Дидактическая игра является ценным средством воспитания активности на коррекционных занятиях, она активизирует психические процессы, вызывает у учащихся живой интерес к процессу познания мира эмоций

и чувств. В ней дети преодолевают значительные трудности, тренируют свои силы, развивают способности и умения. Игра помогает сделать материал увлекательным, вызывает у учеников глубокое удовлетворение, стимулирует работоспособность, способствует преодолению трудностей в усвоении материала, снимает утомляемость и поддерживает внимание. Вначале ученик заинтересовывается игрой, а затем и тем материалом, без которого невозможно участвовать в игре.

Принципы: актуальность дидактического материала (актуальные формулировки задач коррекционного обучения детей на данном этапе, наглядные пособия и др.) помогает детям воспринимать задания как игру, чувствовать заинтересованность в получении верного результата, стремиться к лучшему из возможных решений; коллективность позволяет сплотить школьный класс в единую группу, в единый организм, способный решать задачи более высокого уровня, нежели доступные одному ребёнку, и зачастую – более сложные; соревновательность создает у ребят стремление выполнить задание быстрее и качественнее конкурента, что позволяет сократить время на выполнение задания с одной стороны, и добиться реально приемлемого результата с другой.

Дидактические игры соотносятся с материалом: игры с дидактическими игрушками; настольно-печатные игры; словесные игры; псевдосюжетные игры.

«Выбери девочку»

Цель: развитие произвольности, наблюдательности, воображения.

Ход игры. Дети выбирают из предложенных карточек с изображениями веселой, грустной, испугавшейся, злой девочки наиболее подходящую к тексту каждого из предложенных стихотворений А. Барто.

1. Зайку бросила хозяйка,
– Под дождем остался зайка.
Со скамейки слезть не смог,
Весь до ниточки промок.

– Какая девочка бросила зайку? – задает вопрос воспитатель после чтения стихотворения.

2. Идет бычок, качается,
Вздыхает на ходу:
Ох, доска кончается,
Сейчас я упаду!
– Какая девочка испугалась за бычка?

3. Уронили мишку на пол,
Оторвали мишке лапу.
Все равно его не брошу
– Потому что он хороший.
– Какая девочка пожалела мишку?

4. Я люблю свою лошадку,
Причешу ей шерстку гладко,
Гребешком приглажу хвостик
И верхом поеду в гости.
– Какая девочка любит свою лошадку?

«Колобок»

Цель: развитие коммуникативных навыков, воображения, выразительности речи.

Ход игры. Дети стоят в кругу и катают друг другу мяч – «Колобок». Тот, к кому попадет «Колобок», должен сказать ему несколько слов или задать вопрос. Например:

- Как тебя зовут?
- Колобок, я знаю, из какой ты сказки.
- Колобок, давай с тобой дружить.
- Приходи ко мне в гости, колобок.

После сказанной фразы ребенок передает «Колобка» соседу или кому захочет.

Как вариант можно предложить каждому ребенку роль какого-либо животного, и дети должны обращаться к «Колобку» в этой роли.

«Джинн»

Цель: развитие выразительных движений, групповой сплоченности.

Ход игры. Дети встают в круг с поднятыми вверх и направленными к центру руками и изображают бутылку, в которой живет Джинн. Ребенок, выбранный на роль Джинна, находится в центре круга. После волшебных слов «Крибле! Крабле! Бумс!», которые произносят все дети хором, они расступаются и выпускают Джинна. Он выбегает и просит, чтобы дети загадали три желания, которые он должен выполнить. Желания должны заключать в себе выражение конкретных эмоциональных состояний с использованием выразительных движений и фраз, подтверждающих данное состояние.

«Передай настроение»

Цель: развитие выразительных движений, наблюдательности, воображения.

Ход игры. Придумывается и передается настроение (грустное, веселое, тоскливое). Первым мимикой, жестами настроение показывает воспитатель. Дети, передав его настроение по кругу, обсуждают, что он загадал. Затем ведущим становится любой желающий. Если он испытывает затруднения, взрослый ему помогает. Действия детей не оцениваются и не обсуждаются. Важно одно: все играющие должны внимательно наблюдать за партнерами и воспроизводить их настроение.

«Разговор сквозь стекло»

Цель: учить детей распознавать различные эмоциональные состояния.

Ход игры. Играющие, с помощью воспитателя составив пары, должны представить, что один из них находится в магазине, а другой ждет его

на улице. Но они не успели решить, что нужно купить, а выход – далеко. Проблема решается попыткой договориться через толстое стекло витрины. Кричать бесполезно: партнер все равно не услышит. Как «договорились», играющие обсуждают по окончании игры.

Для облегчения решения задачи воспитатель с кем-либо из детей наглядно проводит и обсуждает сценку. Затем дети играют самостоятельно.

Воспитатель следит за ходом игры помогает тем детям, у которых что-то не получается. По желанию дети меняются ролями.

«Тень»

Цель: Учить детей распознавать различные эмоциональные состояния, развивать эмпатию.

Ход игры: Играющие составляют пары. Один исполняет роль тени, в точности копируя то, что изображает партнер: собирает ягоды, грибы, ловит бабочек. Если играющие испытывают затруднение, по просьбе взрослого кто-то из детей наглядно изображает пример. По ходу играющие меняются ролями.

«Зеркало»

Цель: учить детей распознавать различные эмоциональные состояния, подражать им, развивать эмпатию.

Ход игры: Участники игры разбиваются на пары (по желанию), становятся или садятся лицом друг к другу. Один ребенок с помощью мимики и пантомимики (замедленных движений головой, руками, туловищем, ногами) передает разное настроение. Задача другого ребенка «зеркала» быть его отражением, точно копировать его состояние, настроение. Затем дети меняются ролями.

«Угадай эмоцию»

Цель: учить детей по схеме узнавать эмоциональное состояние и изображать его с помощью мимики, пантомимики, голосовых интонаций.

Оборудование: картинки со схематическим изображением эмоций.

Ход игры: Вариант 1. На столе картинкой вниз выложить схематические изображения эмоций. Предложить детям по очереди брать любую карточку, не показывая ее остальным. Задача ребенка — по схеме узнать эмоциональное состояние, изобразить его с помощью мимики, пантомимики и голосовых интонаций. Остальные дети – зрители – должны угадать, какие эмоции изображает ребенок, что происходит в его мини-сценке.

Вариант 2. Для изучения интенсивности эмоций задание можно усложнить, предложив одному ребенку изобразить, например, радость, а другому – восторг, (раздражение – ярость, печаль – горе). Задача зрителей – как можно точнее определить эти эмоции.

«Ласковое слово»

Цель: Формировать у детей доброжелательное отношение друг к другу.

Ход игры: Педагог собирает детей в хоровод со словами:

В хоровод, в хоровод
Здесь собрался народ!
Раз, два, три – начинаешь ты!

Вслед за этим педагог надевает на себя колпачок и ласково обращаем к рядом стоящему ребенку. Например:

– Сашенька, доброе утро!

Педагог уточняет, какие добрые и ласковые слова мы можем произносить, обращаясь к своим друзьям (Здравствуйте, как я рад(а) тебя видеть; какой красивый у тебя бантик; у тебя красивое платье и т.д.). После этого дети снова идут по кругу с песенкой. Педагог передает колпачок следующему ребенку, который должен, в свою очередь, ласково обратиться к стоящему с ним рядом малышу, и т.д.

«Четвертый лишний»

Цель: развитие внимания, восприятия, памяти, распознавание различных эмоций.

Ход игры: Педагог предъявляет детям четыре пиктограммы эмоциональных состояний. Ребенок должен выделить одно состояние, которое не подходит к остальным:

– радость, добродушие, отзывчивость, жадность;
– грусть, обида, вина, радость;
– трудолюбие, лень, жадность, зависть;
– жадность, злость, зависть, отзывчивость.

В другом варианте игры педагог зачитывает задания без опоры на картинный материал.

– грустит, огорчается, веселится, печалится;
– радуется, веселится, восторгается, злится;
– радость, веселье, счастье, злость.

«Эмоции»

Цель: обучение умению проявлять и различать человеческие чувства, правильно на них реагировать

Ход игры: Существуют несколько вариантов дидактической игры. Для простого занятия педагог раскладывает картинки на столе. Дети подбирают для изображенных мальчика и девочки разные губы, носы, глаза, пока не получится определенное эмоциональное состояние. Участники объясняют, какую эмоцию им удалось изобразить, показывают ее на своем лице (при желании дополняют жестами, фразами).

Игру можно провести для пары участников. Дети изображают на бумажных лицах определенные чувства, затем придумывают диалог от созданных персонажей, воспроизводят его с соответствующими жестами и интонацией.

Для младших школьников подойдет простая игра «Угадай эмоцию». Каждый из участников по очереди изображает определенное эмоциональное состояние: веселье, грусть, скуку, злость, недовольство, обиду, страх, любопытство, усталость, растерянность, любовь и прочие. Другие игроки должны догадаться, что за чувство пытается изобразить их приятель, назвать его.

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Коммуникативные игры

Коммуникативная игра – это совместная деятельность детей, способ самовыражения, взаимного сотрудничества, где партнеры находятся в позиции «на равных», стараются учитывать особенности и интересы друг друга, учатся общаться.

Цель коммуникативных игр:

– развитие динамической стороны общения: легкости вступления в контакт, инициативности, готовности к общению;

– развитие позитивного самоощущения, что связано с ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в коллективе, сформированной положительной самооценки;

– развитие социальных навыков, освоение различных способов разрешения конфликтных ситуаций;

– формирование коммуникативности – умение распознавать эмоциональные переживания и состояния окружающих, выражение собственных переживаний.

Значение коммуникативных игр:

- помогают адаптироваться к условиям,
- снимают телесные зажимы,
- способствуют эмоциональной разрядке,
- развивает воображение,
- развивают мимику и жесты,
- активизирует внимание,
- учат соблюдать правила,
- знакомят с чувствами и учат их распознавать,
- развивают социальные навыки,
- способствуют умению распознавать эмоциональные переживания окружающих и собственные чувства;
- воспитывают положительное отношение к себе, другим людям.

Классификация коммуникативных игр:

1. Игры успокаивающие (релаксационные).
2. Игры на доверие к своим сверстникам.
3. Игры знакомства детей друг с другом, создание положительных эмоций, развитие эмпатии.
4. Игры для снятия напряжения, снижения агрессии.
5. Игры на развитие внимания.
6. Игры, вызывающие чувство единства, сплоченности, умение действовать в коллективе, снятие телесных барьеров.

7. Игры, вызывающие умение устанавливать доброжелательные отношения, замечать положительные качества других и выражать это словами, делать комплименты.

8. Игры, вызывающие умение решать конфликтные ситуации и преодоление конфликтов в общении друг с другом.

9. Игры, направленные на развитие невербальных и предметных способов взаимодействия.

Требования к организации коммуникативных игр:

- умение педагога принимать всех детей такими, какие они есть, учитывая их индивидуальность;
- желание педагога играть и импровизировать вместе с детьми;
- всегда проявлять доброжелательное отношение к учащимся;
- умение выслушивать любой ответ, любое предложение, любое решение маленького человека;
- поощрять инициативу;
- вовлекать родителей в совместную игру, так как развитие игровой деятельности начинается, прежде всего, в семье.

<u>«Клеевой ручеёк»</u>

Цель: развить умение действовать совместно и осуществлять само – и взаимоконтроль за деятельностью; учить доверять и помогать тем, с кем общаешься.

Содержание: Перед игрой учитель беседует с детьми о дружбе и взаимопомощи, о том, что сообща можно преодолеть любые препятствия.

Дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они преодолевают различные препятствия.

1. Подняться и сойти со стула.
2. Проползти под столом.
3. Обогнуть «широкое озеро».
4. Пробраться через «дремучий лес».
5. Спрятаться от диких животных.

Непременное условие для ребят: на протяжении всей игры они не должны отцепляться друг от друга.

<u>«Нос к носу»</u>

Цель: игра для создания положительного настроя и внимательного отношение друг к другу.

Содержание: Дети двигаются под музыку по всему периметру комнаты. По команде взрослого, например, *«нос к носу»* они становятся по парам и касаются друг друга носами. Опять звучит музыка, дети двигаются до следующей команды воспитателя. (*«Ладошка к ладошке»*, *«Коленка к коленке»*, *«Ухо к уху»* и т.д.).

<u>«Волшебные водоросли»</u>

Цель: снятие телесных барьеров, развить умения добиваться цели приемлемыми способами общения.

Содержание: Каждый участник *(по очереди)* пытается проникнуть в круг, образованного детьми. Водоросли понимают человеческую речь и чувствуют прикосновения и могут расслабиться и пропустить в круг, а могут и не пропустить его, если их плохо попросят.

«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»

Цель: развить умения выражать свои чувства и понимать чувства другого человека.

Содержание: Игра выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Учитель даёт задания:

– закройте глаза, протяните руки навстречу друг другу, познакомьтесь руками, постарайтесь получше узнать своего соседа, опустите руки;

– снова вытяните руки вперёд, найдите руки соседа, ваши руки ссорятся, опустите руки;

– ваши руки снова ищут друг друга, они хотят помириться, ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаётесь друзьями.

«Слепец и поводырь»

Цель: развить умение доверять, помогать и поддерживать товарищей по общению.

Содержание: Дети разбиваются на пары: «слепец» и «поводырь». Один закрывает глаза, а другой водит его по группе, даёт возможность коснуться различных предметов, помогает избежать различных столкновений с другими парами, даёт соответствующие пояснения относительно их передвижения. Команды следует отдавать стоя за спиной, на некотором отдалении. Затем участники меняются ролями. Каждый ребенок, таким образом, проходит определённую «школу доверия».

«Замри»

Цель: игра на развитие навыков волевой регуляции, умение подчинятся правилам.

Содержание: Дети прыгают в такт музыки (ноги вместе – в стороны, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бёдрам) Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, в которой их застала пауза. Если кому-то из участников не удалось, он выбывает из игры. Играют до тех пор, пока останется лишь один участник.

«Комплименты»

Цель: создание благоприятной атмосферы непосредственного, свободного общения и эмоциональной близости.

Содержание: Правило не повторяться. Дети, глядя в глаза друг друга, желают соседу что-то хорошее, хвалят, обещают, восхищаются и передают фонарик *(сердечко, солнышко, цветок)* из рук в руки. Принимающий, кивает головой и говорит: *«Спасибо. Мне очень приятно»*.

«Вежливые слова»

Цель: развитие уважения в общении, привычка пользоваться вежливыми словами.

Содержание: Игра проводится с мячом в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Назвать только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет, мы рады вас видеть, рады встречи с вами); благодарности *(спасибо, благодарю, пожалуйста, будьте любезны)*; извинения *(извините, простите, жаль, сожалею)*; прощания *(до свидания, до встречи, спокойно)*.

«Позови ласково»

Цель: воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу**.**

Содержание: ребёнку предлагают бросить мяч или передать игрушку любому сверстнику (по желанию, ласково назвав его по имени.)

«Подарок на всех»

Цель: развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива.

Содержание: Детям даётся задание: «Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?» или «Если бы у тебя был Цветик – Семицветик, какое бы желание ты загадал?». Каждый ребёнок загадывает одно желание, оторвав от общего цветка один лепесток.

Лети, лети лепесток, через запад на восток,

Через север, через юг, возвращайся, сделав круг,

Лишь коснёшься ты земли, быть, по-моему, вели.

Вели, чтобы…

В конце можно провести конкурс на самое лучшее желание для всех.

«Разговор через стекло»

Цель: развить умение мимику и жесты.

Содержание: Дети становятся напротив друг друга и выполняют игровое упражнение «Через стекло». Им нужно представить, что между ними толстое стекло, оно не пропускает звука. Одной группе детей нужно будет показать (например, «Ты забыл надеть шапку», «Мне холодно», «Я хочу пить …», а другой группе отгадывать то, что они увидели.

«С воздушным шариком»

Цель: прививать детям навыки вежливого общения, показывая все разнообразие «волшебных» слов.

Содержание: Воспитатель выходит с красивым воздушным шариком и говорит: «К кому шарик прилетит, тот вежливое слово говорит». Дети ловят шарик и по очереди говорят вежливые слова.

«Закорючка»

Цель: Развивать уважение в общении. Учитывать интересы других детей**.**

Содержание: Учитель предлагает детям волшебный фломастер, который превращает простые закорючки в разные предметы, животных, растения. Первый игрок берет фломастер и рисует на листе небольшую закорючку. Затем предлагает этот лист следующему игроку, который дополнит

закорючку так, чтобы получился какой-нибудь предмет, или животное, или растение. Потом второй игрок рисует для следующего игрока новую закорючку и т. д.

«Колдун»

Цель: развивать умение использовать невербальные средства общения.

Содержание: «колдун» заколдовывает детей так, что они «теряют» способность говорить. На все вопросы ребенок отвечает жестами. Дети рассказывают словами то, что он показывает.

«Радио»

Цель: игра для создания положительного настроя и внимательного отношение друг к другу.

Содержание: Дети садятся в круг. Ведущий садится спиной к группе и объявляет: «Внимание, внимание! Потерялся ребёнок (подробно описывает кого-нибудь из группы участников - цвет волос, глаз, рост, одежду.) пусть он подойдёт к диктору». Дети внимательно смотрят друг на друга. Они должны определить, о ком идёт речь, и назвать имя этого ребёнка. В роли диктора радио может побыть каждый желающий.

«Закончи предложение»

Цель: Воспитывать уверенности в себе, в своих силах.

Содержание: Ребенок должен закончить каждую из предложенных вами фраз: «Я умею …2, «Я хочу …», «Я смогу …», «Я добьюсь …». (для неговорящих детей – показ).

«Эхо»

Цель: учить детей быть открытыми для работы с другими, подчиняться общему ритму движений.

Содержание: Дети отвечают на звуки ведущего дружным эхо. Например, на хлопок учителя участники группы отвечают дружными хлопками. Ведущий может подавать другие сигналы: серию хлопков в определённом ритме, постукивание по столу, стене, коленям, притопывание и т. д. Упражнение может выполняться в подгруппе *(4–5 человек)* или со всей группой детей. При выполнении небольшими подгруппами одна подгруппа оценивает слаженность действий другой.

«Назови себя»

Цель: учить представлять себя коллективу сверстников.

Содержание: ребёнку предлагают представить себя, назвав своё имя так, как ему больше нравится, как называют дома или как он хотел бы, чтобы его называли в группе.

«Возьми игрушку»

Цель: Развивать навыки общения, умения просить.

Содержание: Дети становятся в круг, в центр складывают игрушки. Ведущий произносит «Возьми пожалуйста… (машинку, куклы, пирамидку и т.д.)». Кто не нашел необходимой игрушки – водит.

«Чей предмет?»

Цель: научить детей проявлять внимание к другим людям.

Содержание: педагог заранее подготавливает несколько предметов, принадлежащих разным детям. Дети закрывают глаза. Педагог выжидает некоторое время, давая возможность детям успокоиться и сосредоточиться, затем предлагает открыть глаза и показывает предмет, принадлежащий одному из детей. Дети должны вспомнить, кому принадлежит эта вещь. Хозяин предмета не должен подсказывать. В игре могут участвовать такие предметы, как заколка для волос, значок и т. д.

«Пожелание»

Цель: воспитывать интерес к партнёру по общению.

Содержание: Дети садятся в круг и, передавая мяч («волшебную палочку» или др., высказывают друг другу пожелания. Например: «Желаю тебе хорошего настроения», «Всегда будь таким же смелым (добрым, красивым, как сейчас» и т. д.)

«Все наоборот»

Цель: научить детей определять действия, противоположные по смыслу.

Содержание: при помощи считалки выбираем водящего. Дети встают в круг, руки на пояс, водящий становится в центр круга. Водящий делает произвольные движения и называет их, остальные дети выполняют противоположные действия. Например, водящий поднимает вверх руки и говорит: *«Руки вверх»*, все дети опускают руки по швам. Ребенок, допустивший ошибку, становится водящим. Если все дети выполнят действия правильно, через некоторое время выбирается новый водящий при помощи считалочки.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Художественная литература по развитию эмоционально-волевой сферы

Жадность – щедрость

Рассказы

В. Сухомлинский «Жадный мальчик»

Жил на свете очень жадный мальчик. Идет он улицей, видит, продают мороженое. Стал мальчик и думает: «Если бы мне кто-то дал сто порций мороженого – вот было бы хорошо».

Подходит к школе. В тихом безлюдном переулке вдруг догоняет его седой-седой дедушка и спрашивает:

– Это ты хотел сто порций мороженого?

Мальчик удивился. Скрывая замешательство, он сказал:

– Да… Если бы кто дал деньги…

– Не нужно денег, – сказал дедушка. – Вон за той ивой – сто порций мороженого.

Дедушка исчез, как и не было его. Мальчик заглянул за иву и от удивления даже портфель с книжками уронил на землю. Под деревом стоял ящичек с мороженым. Мальчик быстро насчитал сто сверточков, завернутых в серебристую бумагу.

От жадности у мальчика задрожали руки. Он съел одну, другую, третью порцию. Больше есть не мог, у него заболел живот.

– Что же делать? – думает мальчик.

Он вынул из портфеля книги, бросил их под иву. Набил портфель блестящими сверточками. Но они не поместились в портфель. Так жалко было оставлять их, что мальчик заплакал. Сидит возле ивы и плачет.

Съел еще две порции. Поплелся к школе.

Зашел в класс, положил портфель, а мороженое начало таять. Из портфеля потекло молоко.

У мальчика мелькнула мысль: а может быть, отдать мороженое товарищам? Эту мысль отогнала жадность: разве можно отдавать такое добро кому-то?

Сидит мальчик над портфелем, а из него течет. А жадный мальчик думает: неужели такое богатство погибнет?

Пусть подумает над этой сказкой тот, у кого где-то в душе поселился маленький червячок – жадность. Это очень страшный червячок.

В. Сухомлинский «Пахарь и Крот»

Пахарь пахал землю. Вылез из своей норы Крот и удивился: вспахано уже большое поле, а Пахарь все пашет и пашет. Решил Крот посмотреть, сколько земли вспахал Человек. Пошел Крот по вспаханному полю. Шел до самого вечера, а до конца поля не дошел. Вернулся в нору. Утром вылез из норы, сел на дороге, ждет Пахаря с плугом, чтобы спросить его:

– Зачем ты вспахал такое большое поле и продолжаешь пахать еще?

Пахарь отвечает:

– Я пашу не только себе, но и людям.

Удивился Крот:

– Почему ты пашешь людям? Пусть каждый работает на себя. Вот я рою нору себе, и каждый Крот роет нору тоже себе.

– Но ведь вы же кроты, мы – люди, – ответил Пахарь и начал новую борозду.

В. Сухомлинский «Металлический рубль»

Тато дал Андрейке металлический рубль и сказал:

– Когда будешь возвращаться из школы, зайдешь в магазин, купишь сахару и масла.

Андрейка положил рубль в карман пиджака и забыл о нем. На уроке физкультуры разделся, бросил пиджак на траву. После уроков вспомнил: надо же зайти в магазин. Засунул руку в карман, а рубля нет. Перепугался Андрейка, побледнел и стоит, не может и слова вымолвить. Ребята спрашивают:

– Что с тобой, Андрейка?

Рассказал мальчик о своей беде. Знали товарищи, что отец у Андрейки суровый, будет бить мальчика.

– Поможем Андрейке, – сказала Таня. – У кого есть деньги, давайте. Соберем рубль!

Каждый полез в карман. Кто десять, кто пятнадцать, кто пять копеек нашел.

Один только Степан сказал:

– Надо беречь деньги. Сам потерял – сам пусть и думает, что делать. Не дам ни копейки.

Он повернулся ко всем спиной и пошел домой.

Ребята подсчитали собранные деньги – девяносто девять копеек. Пошли все вместе в магазин, купили сахара и масла.

Радостный возвращался Андрейка домой.

На следующий день никто не захотел сидеть рядом со Степаном. Он остался один.

Степан жаловался учительнице.

– Почему же со мной никто сидеть не хочет?

– Спроси у товарищей, – ответила учительница.

В. Сухомлинский «Мишин велосипед»

Мише купили велосипед. А живет он рядом со школой. Между домом его родителей и школьной усадьбой – сад, так что и ехать негде. Миша привел свой велосипед в школу, как коня на уздечке.

Мальчики окружили Мишу. Ощупывали колеса, педали, руль, фонарик.

Велосипед всем нравился. Все завидовали Мише.

– Ну что же, катайся, – сказал Федя и отошел от велосипеда, будто ему и не хотелось покататься.

– Ты думаешь, мне и в самом деле хочется на нем кататься? – равнодушно спросил Миша. – Бери, пробуй.

Радостный Федя взялся за руль, сел на велосипед и покатил по школьному стадиону. Катался до самого звонка на урок. На первой перемене катался Иван, на второй – Степан, на третьей – Сергей, на четвертой – Оля.

Остались кататься и после уроков. Велосипед переходил из рук в руки. К четвертому часу накатались все.

Миша привел велосипед домой в половине пятого, как коня на уздечке.

– Где это ты до сих пор катался? – удивилась мама. – Разве так можно?

– А я и не катался…

– Как – не катался?

– Мальчики катались… И девочки…

Мама облегченно вздохнула и сказала, как бы про себя:

– Единственное, чего я боялась, что будешь кататься ты один.

В. Сухомлинский «Яблоко в осеннем саду»

Поздней осенью маленькие сестрички Оля и Нина гуляли в яблоневом саду. Был тихий солнечный день. Почти все листья с яблонь опали и тихо шелестели под ногами. Только кое-где на деревьях оставались пожелтевшие листочки. Девочки подошли к большой яблоне. Рядом с желтым листком они увидели большое красное яблоко.

Оля и Нина вскрикнули от радости.

– Как оно сохранилось? – удивилась Оля.

– Сейчас мы его сорвем, – сказала Нина.

Девочки сорвали яблоко. Оле хотелось, чтобы яблоко досталось ей, но она сдержалась и предложила:

– Пусть твое будет яблоко, Нина.

Нине тоже хотелось, чтобы яблоко было ее, но Нина тоже сказала:

– Пусть твое будет яблоко, Оля…

Яблоко переходило из рук в руки. Но вот им обеим пришла в голову мысль:

– Отдадим яблоко маме.

Они прибежали к маме радостные, взволнованные. Отдали ей яблоко.

В материнских глазах сияла радость. Мама разрезала яблоко и дала девочкам по половинке.

Е. Пермяк «Бумажный змей»

Хороший ветерок подул. Ровный. В такой ветер бумажный змей высоко летает. Туго нитку натягивает. Весело мочальный хвост развевает. Красота!

Задумал Боря своего змея сделать. Лист бумаги у него был. И дранки он выстрогал. Да недоставало мочала на хвост да ниток, на которых змеев пускают.

А у Семы большой моток ниток. Ему есть на чем змеев пускать. Если бы он лист бумаги да мочала на хвост достал, тоже бы своего змея запустил.

Мочало у Пети было. Он его для змея припас. Ниток только ему не хватало да бумажного листа с дранками.

У всех все есть, а у каждого чего-нибудь да не хватает.

Сидят мальчики на пригорке и горюют. Боря свой лист с дранками к груди прижимает. Сема свои нитки в кулак зажал. Петя свое мочало за пазухой прячет.

Хороший ветерок дует. Ровный. Высоко в небо дружные ребята змея запустили. Весело он мочальный хвост развевает. Туго нитку натягивает. Красота!

Боря, Сема и Петя тоже бы такой змей могли запустить. Даже лучше. Только дружить они еще не научились – вот в чем беда.

Сказки

Венгерская сказка «Два жадных медвежонка»

По ту сторону стеклянных гор, за шелковым лугом, стоял нехоженый, невиданный густой лес. В этом нехоженом, невиданном густом лесу, в самой его чаще, жила старая медведица. У нее было два сына. Когда медвежата выросли, они решили, что пойдут по свету искать счастья.

Поначалу пошли они к матери и, как положено, распрощались с ней.

Обняла старая медведица сыновей и наказала им никогда не расставаться друг с другом.

Обещали медвежата исполнить наказ матери и тронулись в путь-дорогу. Шли они, шли. И день шли и другой шли. Наконец все припасы у них кончились. Медвежата проголодались. Понурые брели они рядышком.

– Эх, братик, до чего же мне есть хочется! – пожаловался младший.

– И мне хочется! – сказал старший.

Так они все шли да шли, и вдруг нашли большую круглую головку сыра. Хотели было поделить ее поровну, но не сумели. Жадность одолела медвежат: каждый боялся, что другому достанется больше.

Спорили они, рычали, и вдруг подошла к ним лиса. – О чем вы спорите, молодые люди? – спросила лиса.

Медвежата рассказали ей о своей беде.

– Какая же это беда! – сказала лисица. – Давайте я вам поделю сыр поровну: мне что младший, что старший – все одно.

– Вот хорошо-то,– обрадовались медвежата.– Дели!

Лиса взяла сыр и разломила его на две части. Но расколола головку так, что один кусок – это даже на глаз было видно – был больше другого.

Медвежата закричали:

– Этот больше!

Лиса успокоила их:

– Тише, молодые люди! И это беда не беда. Сейчас я все улажу. Она откусила добрый кусок от большей части и проглотила его. Теперь большим стал меньший кусок.

– И так неровно! – забеспокоились медвежата.

– Ну, полно, – сказала лиса. – Я сама знаю свое дело!

– И она откусила кусок от большей части. Теперь больший кусок стал меньшим.

– И так неровно! – закричали медвежата.

– Да будет вам! – сказала лиса, с трудом ворочая языком, так как рот ее был набит вкусным сыром. – Еще самая малость – и будет поровну.

Лиса продолжала делить сыр. А медвежата только черными носами водили туда-сюда, туда-сюда – от большего куска – к меньшему, от меньшего – к большему.

Пока лисица не наелась досыта, она все делила и делила.

Но вот куски сравнялись, а медвежатам почти и сыра не осталось: два крохотных кусочка.

– Ну что ж, – сказала лиса, – хоть и помалу, да зато поровну! Приятного вам аппетита, медвежата! – и помахав хвостом, она убежала.

Так-то вот бывает с теми, кто жадничает!

«Каша из топора»

Старый солдат шёл на побывку. Притомился в пути и есть хочется. Дошёл до деревни, постучал в крайнюю избу:

– Пустите отдохнуть дорожного человека! Дверь отворила старуха.

– Заходи, служивый.

– А нет ли у тебя, хозяюшка, перекусить чего? У старухи всего вдоволь, а солдата поскупилась накормить, прикинулась сиротой.

– Ох, добрый человек, и сама сегодня ещё ничего не ела: нечего мне есть.

– Ну, нет так нет, – солдат говорит. Тут он приметил под лавкой топор.

– Коли нет ничего иного, можно сварить кашу и из топора.

Хозяйка руками всплеснула:

– Как так из топора кашу сварить?

– А вот как, дай-ка котёл.

Старуха принесла котёл, солдат вымыл топор, опустил в котёл, налил воды и поставил на огонь. Старуха на солдата глядит, глаз не сводит. Достал солдат ложку, помешивает варево. Попробовал.

– Ну, как? – спрашивает старуха.

– Скоро будет готова, – солдат отвечает, – жаль вот только, что посолить нечем.

– Соль-то у меня есть, посоли.

Солдат посолил, снова попробовал.

– Хороша! Ежели бы сюда да горсточку крупы! Старуха засуетилась, принесла откуда-то мешочек крупы.

– Бери, заправь как надобно.

Заправил варево крупой. Варил, варил, помешивал, попробовал. Глядит старуха на солдата во все глаза, оторваться не может.

– Ох, и каша хороша! – облизнулся солдат. – Как бы сюда да чуток масла – было б и вовсе объеденье.

Нашлось у старухи и масло. Сдобрили кашу.

– Ну, старуха, теперь подавай хлеба да принимайся за ложку: станем кашу есть!

– Вот уж не думала, что из топора эдакую добрую кашу можно сварить, – дивится старуха.

Поели вдвоем кашу. Старуха спрашивает:

– Служивый! Когда ж топор будем есть?

– Да, вишь, он не уварился, – отвечал солдат, – где-нибудь на дороге доварю и позавтракаю!

Тотчас припрятал топор в ранец, распростился с хозяйкою и пошёл в иную деревню. Вот так-то солдат и каши поел и топор унёс!

Стихотворения

«Мандаринки»

У девочки Аринки
В кармане мандаринки
Оранжевые, сочные
И сладкие на вкус.
И просит одноклассник:
«Ну угости хоть разик!
А я с тобой конфеткой
Желейной поделюсь»
И вроде бы Аринке
Не жалко мандаринки
И вроде аппетитной
Конфетка быть должна.
Но вслух кричит Арина:
«Не дам я мандарины!
Нисколечко конфета
Твоя мне не нужна!»
У девочки Аринки
В кармане мандаринки
Стоит одна, скучает –
Никто не дружит с ней.
Но если бы Аринка
Делилась мандаринкой,
Наверно, больше б стало
У девочки друзей! *М. Барчукова*

«Саша учится считать»

Александру скоро пять.
Саша учится считать
Мама ровно пять конфет

Дает сыну на обед.
– Сколько, Сашенька, конфет
У тебя в ладошке?
Отвечает Саша – «Пять»,
Улыбаясь кошке.
– Ну, а если ты отдашь
Две из них Наташе?
Отвечает Саша – «Пять»
Уплетая кашу.
– Почему же пять, сынок?
Посчитай еще разок».
Но усевшись на кровать
Сын твердит упрямо – «Пять!
Я Наташке их не дам.
Лучше съем конфеты сам!» *Н. Веденяпина*

«Жадина»
Я вчера – не жадный был,
И с друзьями всё делил.
А сегодня, передумал –
Жадным быть теперь решил!
Почему решил стать жадным?
Я скажу вам – почему:
Ведь печенье и конфетки
Лучше кушать одному!! *Н. Зинцова*

«Жадина»
Взялись за руки подружки
И пошли играть в игрушки.
Говорит Катюша Маше:
«Здесь игрушки все не ваши!
Да, игрушки все мои,
Их руками не бери».
– Как же я могу играть
Если в руки их не брать?
– С ними буду я играть,
Ты же будешь наблюдать.
Куклы Барби и зверушки -
Это все мои игрушки.
Посмотри на них немножко,
Загляни потом в окошко…
Уголок игрушек мой,
Уходи играть домой! *Т. Корниенко*

«Жадина»
Слезы капают на платье –
Это плачет наша Катя.
Разбежались все подружки,
Не давала им игрушки.
И обидно стало ей:
Есть игрушки – нет друзей. *Т. Казырина*

«Почему я жадина?»
Почему я жадина?
Почему говядина?
Я игрушками делюсь,
И совсем на вас не злюсь.
Но блестящий паровоз
Вам не дам, он без колёс,
Не отдам и самосвал,
Он работал и устал.
Заняты песком в сторонке
Формочки и все ведёрки.
Буду, буду я делиться!..
Мячик вовсе не пылится,
Я в него вчера играл.
Ладно, вот вам самосвал,
Нет, возьмите лучше мишку.
Мишка нужен, но не слишком,
Он мне позже будет нужен …
Лодку я пускаю в луже.
Поделился б чем угодно,
Но игрушек нет свободных!
Вовсе я не жадина!
Вовсе не говядина! *Г. Мальцева*

Трудолюбие – лень

Рассказы

«Труд и лень»

Пришла золотая осень. Сеет частый дождь. Нет больше цветов. Нет мягкой травы. Все желто стало.

В саду сыро. Нельзя гулять. Мама сидит у окна и шьёт. Варя сидит подле неё и смотрит в окно.

– Скучный дождь, нельзя гулять! – пищит Варя.

– Не все гулять, надо и дело делать. Возьми нитки. Вяжи.

– Лень!

Мама молчит и шьёт.

– Мама, скажи сказку! – снова пищит Варя.

– Изволь, слушай! Взошло солнце. Встал ото сна труд. Взялся за дело.

А лень лежит, пальцем не двинет. День прошел. Солнце идет на закат. «Пора и тебе, труд, отдых дать. Бери свою плату; сытно поешь, вкусно попей и крепко усни до утра!»

– И я есть хочу, и я пить хочу! – пищит лень.

– А на что ты купишь питье и еду? Где твое дело? За что дать тебе плату? Труд поел-попил, лег и сладко уснул до утра. А лень голод томит, жажда томит, и сон на ум не идет. А как быть? Кто дела не делал, тот не проси и кушать!

– Мама, – просит Варя, – дайка мне нитки; я буду вязать; а то скоро и обед!

В. Сухомлинский «Бабушка и Петрик»

В теплый весенний день бабушка взяла внука с собой в лес. Собираясь в дорогу, она дала Петрику корзинку с едой и фляжку с водой. Петрик был ленивым мальчиком, и вскоре ноша показалась ему тяжелой. Тогда бабушка понесла корзинку с едой сама.

В лесу они сели под куст передохнуть. Вскоре к соседнему дереву прилетела маленькая птичка. В клюве она несла волосинку.

Петрик тихонько, чтобы не вспугнуть птичку, поднялся и увидел на дереве большое волосяное гнездо. А птичка быстро улетела и вскоре возвратилась к гнезду с волосинкой в клюве. Петрик широко раскрыл глаза от удивления.

– Бабушка, – прошептал он, – неужели она каждый раз приносила по волосинке и построила такое большое гнездо?

– Да, по волосинке, – ответила бабушка. – Это трудолюбивая птичка. Петрик задумался. Через минуту он сказал:

– Бабушка, можно я сам понесу корзинку с едой? И пальто ваше понесу. Можно?

В. Сухомлинский «Каждый человек должен»

Мама с маленьким Петриком сели в поезд. Они едут в далекий южный город, на берег теплого моря – отдыхать. Мама стелет на полке постель для себя и на отдельной полке – для Петрика. Мальчик ужинает: ест вкусную булку, куриную ножку и яблоко. Мягко покачиваясь, убаюкивают вагоны. Лег Петрик на мягкую постель и спрашивает:

– Мама, вы говорили, что поезд ведет машинист. А кто же ночью ведет поезд? Неужели он идет сам?

– Ночью тоже ведет поезд машинист.

– Как? – удивляется Петрик. – Неужели он ночью не спит?

– Не спит, сынок.

– Мы спим, а он не спит? Целую ночь? – еще больше удивляется Петрик.

– Да, машинист не спит целую ночь. Если бы он хоть на минуту уснул, поезд разбился бы и мы погибли бы.

– Но как же это так? – не может понять Петрик. – Ведь спать-то ему хочется?

– Хочется, но он должен вести поезд. Каждый человек – должен. Посмотри в окно, видишь: вон в поле пашет землю тракторист. Ночь, а человек работает, видишь, как прожектором освещает поле? Потому что он должен работать ночью.

– И я должен? – спрашивает Петрик.

– И ты должен.

– Что же я должен?

– Быть человеком, – ответила мама. – Это самое главное. Трудиться. Уважать и почитать старших. Презирать лень и нерадивость. Любить свою родную землю.

Петрик долго не мог уснуть.

В. Сухомлинский «Не потерял, а нашел»

Когда сыну исполнилось двенадцать лет, отец дал ему новую лопатку и сказал:

– Иди, сын, в поле, отмерь участок площадью сто ступней вдоль и сто поперек и вскопай.

Пошел сын в поле, отмерил участок и стал копать. А копать он еще не умел. Трудно было вначале, пока приловчился копать и к лопате приспособился.

К концу работа пошла все лучше и лучше. Но, когда сын вонзил лопату в землю, чтобы перевернуть последнюю горсть почвы, лопата сломалась.

Возвратился сын домой, а на душе неспокойно: что скажет отец за сломанную лопату?

– Простите меня, отец, – сказал сын. – Я допустил потерю в хозяйстве. Лопата сломалась.

– А копать ты научился? Копать тебе в конце было трудно или легко?

– Научился, и копать в конце мне было легче, чем в начале.

– Значит, ты не потерял, а нашел.

– Что же я нашел, отец?

– Желание трудиться. Это самая дорогая находка.

В. Сухомлинский «Правильно думай о труде»

Пятиклассники посадили много кустов рябины. Когда-нибудь целая роща вырастет. А пока что нужно поливать кусты, ухаживать за ними. Разделили кусты между учениками. Каждому досталось по четыре деревца. Марийка и Оля сидят за одной партой. И кусты рябины их рядом. Договариваются девочки и приходят вместе поливать деревья.

Первую рябину Марийке поливать очень легко, вторую – немного труднее, третью – трудно, а на четвертую уже совсем мало остается сил.

Но вот заболела Оля, и пионервожатая попросила Марийку:

– Поливай и Олины деревца. Она же твоя подруга.

Марийка тяжело вздохнула, взяла ведро и пошла к рябиновой роще. Она все думала: теперь ей поливать восемь деревьев. Восемь поливалок воды надо нести от колодца.

Девочка взялась за работу. Полила одно дерево, второе, третье. И вот что странно: работа казалась ей легкой. Уже на шестом деревце стало труднее. Седьмое деревце поливать было совсем трудно, а на восьмое едва хватило сил.

«Вот оно что, – думала Марийка, окончив работу. – Теперь я знаю, как облегчить работу. Надо думать: мне поливать двенадцать деревьев. Тогда восемь поливать будет совсем легко».

Так она и сделала на следующий день. Собираясь на работу, она все время думала: мне надо полить двенадцать деревьев. Вытащить из колодца и отнести в рябиновую рощу двенадцать ведер воды.

Поливая, она все время думала только об одном: мне сегодня надо полить двенадцать деревьев.

Полила восемь – и не ощутила усталости. «Самое трудное – приучить себе правильно думать о труде», – вспомнила Марийка слова учителя.

Стихотворения

«Не мешайте мне трудиться»
Не мешайте мне работать
Я водицы притащу
И колодезной водицей
Всех, конечно, угощу.
Пейте, пейте! Не жалейте!
А хотите в лейку лейте –
Поживайте огород
Он ведь тоже воду пьет! *В. Брюсов*

«Приглашение к труду»
Дети! Надобно трудиться:
Не бегите от труда;
Ах! От праздности родится
Много горя и стыда.
Тот кто хочет доброй славы,
Должен хлеб свой в поте есть,
Не за игры и забавы
Достается людям честь.

Дети! Дети! Не ленитесь!
Труд всегда приносит плод:
Будешь смолоду трудиться –
Встретишь старость без забот. *Я. Грот*

«Рукодельная песня»
Ну, подруженьки, скорее!
Солнце красное взошло.
За работу мы дружнее!
Пока время не ушло.
Потрудись, потрудись,
Только знай, не ленись!
Без нужды проживёшь,
Да добра наживёшь.
Чтоб добра себе прибавить,
Надо в жизни работать,
Всё самим уметь исправить
И другим не докучать. *В. Одоевский*

«Мастерица»
Я не привыкла напрасно хвалиться,
но все называют меня мастерицей –
За то, что сама я на куклу свою
Вяжу, вышиваю и шью и крою. *Г. Ладонщиков*

Обида

Сказки

О. Онисимова «Сказка про львенка»

В лесу жил царь зверей – Лев. У него не было, как это принято, дворцов, и слуг, и стражи, у него не было ничего, что полагается иметь царям, но все знали что царь – он. Однажды у царя родился сын – рыжий львенок. Вы скажете, что все львы рыжие, но этот был рыжим необыкновенно. Как огонь. Даже солнышко радовалось на него. Однако львенку было не до смеха. Скорее наоборот. Ведь очень трудно быть не таким как все. Львенок часто дрался, ведь его дразнили, а отец учил его быть смелым и сильным. И вот, однажды, когда львенок опять пришел домой с ободранным носом и расцарапанными лапами, отец позвал его к себе.

– Расскажи мне, почему ты дрался, – попросил он. Глаза у львенка сверкнули злобой: – Это тигры! Они называли меня рыжим! Трусливые кошки!

– Но ведь ты и вправду рыжий – улыбнулся отец – скажи, разве тебе обидно, когда тебя называют львом? Или говорят, что у тебя четыре лапы и один хвост? Разве это стыдно? Здесь есть что-то плохое? – Нет, – ответил львенок. – Тогда почему ты сердишься, когда говорят, что ты рыжий? Разве это хуже, чем быть полосатым или черным или белым? – Но, папа! Ведь меня дразнят! – Милый сын, – сказал лев, – Тебя дразнят, потому что ты злишься. Все зависит от того, что ты слышишь. Ведь это только цвет твоей шерсти, больше ничего. И, если хочешь знать мое мнение, то я считаю его самым прекрасным на всем белом свете. Вот так. Львенок чувствовал, что отец прав, но гордость не позволяла ему с ним согласиться. – Я должен подумать, папа, – сказал львенок – я должен подумать.

– Конечно, сынок – отец встал – и помни, все зависит только от тебя.

И, знаете, львенок действительно подумал. Не то, что бы он стал паинькой и перестал драться совсем, нет, конечно. Но теперь, если вдруг он слышал за спиной: «Рыжий», он с достоинством поворачивал голову и говорил: «Да, и мне это очень нравится!» Постепенно его совсем перестали дразнить. Ведь это уже стало неинтересно.

Стихотворения

«Кто кого обидел?»
Рассудите, дети:
Лида иль котенок
Быть должны в ответе?..
Сладко почивала
Киска на подушке;
Вдруг подкралась Лида
К дремлющей Мяушке.
Разбудила киску,
Брать на ручки стала…
Жалобно спросонок
Киска запищала.
Стала вырываться
И царапать Лиду, –
Нанесла шалунье
Горькую обиду!
Кто ж из них, скажите,
Должен быть в ответе, –
Кто кого обидел?
Рассудите, дети. *К. Льдов*

«Обида»
Меня подруга попросила
Помочь ей шарфик завязать.
А я не стала, нету силы,
Зачем ей буду помогать?
Когда по лестнице спускалась –
Решила первой я пойти.
Толкнула друга, что есть мочи
Ведь он мешал вперед идти!
А на порожке я упала
И попросила мне помочь.
Мне так, поверьте, больно стало,
Но дети разбежались прочь.
Ну, где же вы, мои друзья?
Со мной так поступать нельзя! *Е. Мазилкина*

«Вот надуюсь я для виду…»
Вот надуюсь я для виду –
Поиграть хочу в обиду!
Пусть за вид вот этот самый
Купит мне игрушку мама!
А не купит – не для вида
Зареву я: вот обида!
На такой мой грустный вид
Мама даже не глядит! *Е. Ткач*

«Обидчивый Слон»
Живёт в нашем доме
Обидчивый Слон.
Всегда и на всех
Обижается он.
На солнце – за тёплый
Крадущийся луч.
На осень – за дождь
И обилие туч.
На лужи – за сырость.
На двери – за скрип.
На месяц июнь –
За цветение лип.
На грушевый сад –
За высокий забор.
За что — на меня?
Не пойму до сих пор. *Е. Степанова*

«Я обиделась на всех!»
Я обиделась на Таню –
Ходит в новом сарафане,
Задирает важно нос, –
Всё, обиделась всерьёз!
Я обиделась на Катю –
Дружит с этой Танькой, кстати,
И ещё вчера сказала,
Что дружу с друзьями мало –
А сама в сто раз похуже –
Вот со мною плохо дружит!
Я обиделась на Натку –
Съели с Танькой шоколадку!
Подождали бы полдня –
Угостили бы меня!
Я обиделась на Светку –
Погулять выходит редко,
Стала музыке учиться –
Тоже мне, нашлась певица!
У, предательница тоже!
Ну, никто дружить не может!
И на маму я в обиде –
Ничего совсем не видит,
Говорит, что, может быть,
Не умею я дружить!!! *Е. Ткач*

Стыд (вина)

Рассказы

«Косточка»

Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и всё нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он всё ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел.

Перед обедом мать сочла сливы и видит, одной нет. 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 косточки, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрёт. Я этого боюсь.

Ваня побледнел и сказал:

– Нет, я косточку бросил за окошко.

И все засмеялись, а Ваня заплакал. *Л. Толстой*

Застенчивость

Рассказы

«Как Андрюша гостей встречал»

Андрюша – очень смелый мальчик. Он не боялся ни тигра, ни грома, ни даже пылесоса. (Чего он ещё не боится?) Он боялся только гостей – вернее, он их стеснялся! И когда гости приходили к ним домой, он с ними не здоровался, не разговаривал, а прятался под кровать (как ещё он стеснялся?) или закрывал глаза и притворялся чем-нибудь незаметным – шваброй, тумбочкой, велосипедом. Гости очень удивлялись и начинали громко искать его: «Где же Андрюша? Мы его не видим! Где мальчик? И откуда тут взялась тумбочка?»

А один раз, когда пришли гости, Андрюша вдруг превратился в мышку! Увидел норку и кинулся к ней со всех ног - прятаться. Но не тут-то было – к этой же норке вприпрыжку бежал другой мышонок. Андрюша с мышонком столкнулись лбами у самого входа в норку. Сначала оба испугались, а потом обрадовались и подружились.

– Я удрал от кошки! – пропищал мышонок. – Она хотела поймать меня и съесть! А ты от кого прячешься?

– Я от гостей, они сейчас сюда придут, – прошептал Андрюша. – Я их боюсь!

– А кто такие гости? Они очень страшные? Они тоже тебя съесть хотят? – испуганно спросил мышонок.

– Нет, что ты, – ответил Андрюша. – Они мальчиков не едят. Они со мной хотят поздороваться!

– Как это? – затрясся от ужаса мышонок. – Как это поздороваться?!

И закричал в норку: «Мыши, спасайтесь, гости идут! Сейчас здороваться будут!!!»

Мыши в норке заметались, в ужасе запищали:

– Ой, мы пропали! Ужасные гости сейчас с нами поздороваются! Горе нам, горе!

Они прятались друг за дружку, закрывали глаза, лезли под кровать (повторить, как ребёнок стесняется).

Андрюше сначала стало смешно, как мышки гостей боятся, глупые трусишки, мелочь с хвостиком! А потом ему стало стыдно - он же и сам от гостей прячется, как будто они его съесть могут.

– Нет, они не страшные, – попытался он успокоить мышей. – Они даже очень-очень хорошие, не бойтесь, – но мыши не верили. – Ну, хотите, я сейчас к ним выйду, поздороваюсь, и ничего со мной не случится! Честно-честно! А потом мы с ними чай пить будем. С тортиком!

– А ты меня угостишь крошками от торта? – заинтересовался мышонок.

– Обязательно! – пообещал Андрюша своему новому Другу.

Андрей снова превратился в мальчика и отважно поздоровался с гостями:

– Здравствуйте!

А из норки на него смотрели все мыши и удивлялись, какой это смелый мальчик.

Гости тоже удивились, что Андрюша их больше не стесняется. И обрадовались. И все вместе пошли пить чай с крошками от торта. Ой, нет, не с крошками, а с тортом! Крошки Андрюша мышкам в норку отнес!

А маленький мышонок всем хвастался:

– Это Андрюша, мой друг. Он очень смелый! Он не боится ни кошки, ни грома, ни пылесоса. Он даже с гостями не боится здороваться! *Т. Холкина*

Страх

Рассказы

«Девочка и грибы»

Две девочки шли домой с грибами. Им надо было переходить через железную дорогу. Они думали, что машина далеко, влезли на насыпь и пошли через рельсы. Вдруг зашумела машина. Старшая девочка побежала назад, а меньшая — перебежала через дорогу.

Старшая девочка закричала сестре:

– Не ходи назад!

Но машина была так близко и так громко шумела, что меньшая девочка не расслышала; она подумала, что ей велят бежать назад. Она побежала назад через рельсы, споткнулась, выронила грибы и стала подбирать их. Машина уже была близко, и машинист свистел что было силы.

Старшая девочка кричала:

– Брось грибы!

А маленькая девочка думала, что ей велят собрать грибы, и ползала по дороге. Машинист не мог удержать машины. Она свистала изо всех сил и наехала на девочку. Старшая девочка кричала и плакала. Все проезжающие смотрели из окон вагона, а кондуктор побежал на конец поезда, чтобы ви-

деть, что сделалось с девочкой. Когда поезд прошёл, все увидали, что девочка лежит между рельсами головой вниз и не шевелится. Потом, когда поезд уже отъехал далеко, девочка подняла голову, вскочила на колени, собрала грибы и побежала к сестре.

Е. Пермяк «Самое страшное»

Вова рос крепким и сильным мальчиком. Все боялись его. Да и как не бояться такого! Товарищей он бил. В девочек из рогатки стрелял. Взрослым рожи строил. Собаке Пушку на хвост наступал. Коту Мурзею усы выдергивал. Колючего ежика под шкаф загонял. Даже своей бабушке грубил.

Никого не боялся Вова. Ничего ему страшно не было. И этим он очень гордился. Гордился, да недолго.

Настал такой день, когда мальчики не захотели с ним играть. Оставили его – и все. Он к девочкам побежал. Но и девочки, даже самые добрые, тоже от него отвернулись.

Кинулся тогда Вова к Пушку, а тот на улицу убежал. Хотел Вова с котом Мурзеем поиграть, а кот на шкаф забрался и недобрыми зелеными глазами на мальчика смотрит. Сердится.

Решил Вова из-под шкафа ежика выманить. Куда там! Ежик давно в другой дом жить перебрался.

Подошел было Вова к бабушке. Обиженная бабушка даже глаз не подняла на внука. Сидит старенькая в уголке, чулок вяжет да слезинки утирает.

Наступило самое страшное из самого страшного, какое только бывает на свете: Вова остался один.

Один-одинешенек!

Стихотворения

«Что в углу?»

Что виднеется в углу
С черной тенью на полу,
Непонятное, немое,
Не пойму и сам какое,
Человек или предмет?
Ах, скорей зажгите свет!
Вдруг оно сейчас подскочит,
Утащить меня захочет?
Вдруг, издав ужасный стон,
Побежит за мной вдогон?
Схватит? Стащит одеяло?
Свет зажгли – мне стыдно стало.
Я ошибся. Виноват.
Это – дедушкин халат! *А. Кушнир*

«Счастливая ошибка»
Меня пугал так сильно страх
В потемках у ворот,
Что я в испуге крикнул «ах!»
Совсем наоборот.
Я крикнул «ха!», и мигом
Страх забился под забор...
Он струсил сам! И слово «ах!»
Я позабыл с тех пор. *Г. Семенов*

«Храбрецы»
Однажды двадцать пять портных
Вступили в бой с улиткой.
В руках у каждого из них
Была иголка с ниткой!
Но еле ноги унесли,
Спасаясь от врага,
Когда завидели вдали... *С. Маршак*

«Трусов Федя»
Расхрабрился Трусов Федя:
– Я убью в лесу медведя,
Изловлю в лесу лису
И домой их принесу. –
В дачном поезде спросонок
В этот миг у самых ног
Громко хрюкнул поросенок,
Заворочался мешок…
В юбку бабушкину Федя
Замотался, задрожал…
Хорошо, что не медведя
Трусов Федя повстречал! *И. Демьянов*

Сказки

Русская народная сказка «У страха глаза велики»

Жили-были бабушка-старушка, внучка-хохотушка, курочка-клохтушка и мышка-норушка.

Каждый день ходили они за водой. У бабушки были ведра большие, у внучки – поменьше, у курочки – с огурчик, у мышки – с наперсточек.

Бабушка брала воду из колодца, внучка – из колоды, курочка – из лужицы, а мышка – из следа от поросячьего копытца.

Назад идут, у бабушки вода трё-ё-х, плё-ё-х! У внучки – трёх! плёх! У курочки – трёх-трёх! плёх-плёх! У мышки – трёх-трёх-трёх! плёх-плёх-плёх!

Вот раз наши водоносы пошли за водой. Воды набрали, идут домой через огород.

А в огороде яблонька росла, и на ней яблоки висели. А под яблонькой зайка сидел. Налетел на яблоньку ветерок, яблоньку качнул, яблочко хлоп – и зайке в лоб!

Прыгнул зайка, да прямо нашим водоносам под ноги.

Испугались они, ведра побросали и домой побежали. Бабушка на лавку упала, внучка за бабку спряталась, курочка на печку взлетела, а мышка под печку схоронилась. Бабка охает:

– Ох! Медведище меня чуть не задавил!

Внучка плачет:

– Бабушка, волк-то какой страшный на меня наскочил!

Курочка на печке кудахчет:

– Ко-ко-ко! Лиса ведь ко мне подкралась, чуть не сцапала!

А мышка из-под печки пищит:

– Котище-то какой усатый! Вот страху я натерпелась!

А зайка в лес прибежал, под кустик лег и думает:

«Вот страсти-то! Четыре охотника за мной гнались, и все с собаками; как только меня ноги унесли!»

Верно говорят: «У страха глаза велики: чего нет, и то видят».

Злость, гнев

Стихотворения

«Приятная встреча»
Встретились Бяка и Бука.
Никто не издал ни звука.
Никто не подал и знака –
Молчали Бука и Бяка.
И Бука думал со скукой:
«Чего он так смотрит – букой?»
А Бяка думал: «Однако, какой он ужасный Бяка…» *Б. Заходер*

«Серёжа и гвозди»
Сотрясается весь дом.
Бьет Серёжа молотком.
Покраснев от злости,
Забивает гвозди.

Гвозди гнутся,
Гвозди мнутся,
Гвозди извиваются,
Над Серёжею они
Просто издеваются –
В стенку не вбиваются.
Хорошо, что руки целы.
Нет, совсем другое дело –
Гвозди в землю забивать!
Тук! – и шляпки не видать.
Не гнутся,
Не ломаются,
Обратно вынимаются. *В. Берестов*

Сказки

«Три медведя»

Одна девочка ушла из дома в лес. В лесу она заблудилась и стала искать дорогу домой, да не нашла, а пришла в лесу к домику.

Дверь была отворена; она посмотрела в дверь, видит – в домике никого нет, и вошла. В домике этом жили три медведя. Один медведь был отец, звали его Михаил Иваныч. Он был большой и лохматый. Другой была медведица. Она была поменьше, и звали ее Настасья Петровна. Третий был маленький медвежонок, и звали его Мишутка. Медведей не было дома, они ушли гулять по лесу.

В доме было две комнаты: одна столовая, другая спальня. Девочка вошла в столовую и увидела на столе три чашки с похлебкой. Первая чашка, очень большая, была Михайлы Иванычева. Вторая чашка, поменьше, была Настасьи Петровнина; третья, синенькая чашечка, была Мишуткина. Подле каждой чашки лежала ложка: большая, средняя и маленькая.

Девочка взяла самую большую ложку и похлебала из самой большой чашки; потом взяла среднюю ложку и похлебала из средней чашки; потом взяла маленькую ложечку и похлебала из синенькой чашечки; и Мишуткина похлебка ей показалась лучше всех.

Девочка захотела сесть и видит у стола три стула: один большой – Михайлы Иваныча, другой поменьше – Настасьи Петровнин, и третий маленький, с синенькой подушечкой – Мишуткин. Она полезла на большой стул и упала; потом села на средний стул – на нем было неловко; потом села на маленький стульчик и засмеялась – так было хорошо. Она взяла синенькую чашечку на колени и стала есть. Поела всю похлебку и стала качаться на стуле.

Стульчик проломился, и она упала на пол. Она встала, подняла стульчик и пошла в другую горницу. Там стояли три кровати: одна большая – Михайлы Иванычева, другая средняя – Настасьи Петровнина, а третья маленькая – Мишенькина. Девочка легла в большую – ей было слишком

просторно; легла в среднюю – было слишком высоко; легла в маленькую – кроватка пришлась ей как раз впору, и она заснула.

А медведи пришли домой голодные и захотели обедать. Большой медведь взял свою чашку, взглянул и заревел страшным голосом:

– Кто хлебал в моей чашке?

Настасья Петровна посмотрела свою чашку и зарычала не так громко:

– Кто хлебал в моей чашке?

А Мишутка увидел свою пустую чашечку и запищал тонким голосом:

– Кто хлебал в моей чашке и все выхлебал?

Михайло Иваныч взглянул на свой стул и зарычал страшным голосом:

– Кто сидел на моем стуле и сдвинул его с места?

Настасья Петровна взглянула на свой стул и зарычала не так громко:

– Кто сидел на моем стуле и сдвинул его с места?

Мишутка взглянул на свой сломанный стульчик и пропищал:

– Кто сидел на моем стуле и сломал его?

Медведи пришли в другую горницу.

– Кто ложился в мою постель и смял ее? – заревел Михайло Иваныч страшным голосом.

– Кто ложился в мою постель и смял ее? – зарычала Настасья Петровна не так громко.

А Мишенька подставил скамеечку, полез в свою кроватку и запищал тонким голосом:

– Кто ложился в мою постель?

И вдруг он увидел девочку и завизжал так, как будто его режут:

– Вот она! Держи, держи! Вот она! Ай-я-яй! Держи!

Он хотел ее укусить.

Девочка открыла глаза, увидела медведей и бросилась к окну. Окно было открыто, она выскочила в окно и убежала. И медведи не догнали ее. *Л. Толстой*

ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Психокоррекция психоэмоционального состояния средствами арт-терапии, изотерапии, песочной терапии, цветотерапии, музыкотерапии

Арт-терапия (лат. art – искусство, греч. therapeia – лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Помимо всего прочего, арт - терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства. Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, осно-

ванный на творчестве и игре. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Цели работы с ребёнком:

- развивать личность ребенка и раскрывать его потенциал, расширять формы опыта, отличных от интеллектуального, самовыражение;
- повышать стрессоустойчивость ребенка, совершенствовать механизм психической защиты, формировать адекватную самооценку и форму межличностных отношений (психокоррекция);
- устанавливать контакт со «своим миром», гармонизировать личность и устанавливать взаимодействие с разными субперсоналиями;
- дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам;
- проработать мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять. развить художественные способности и повысить самооценку.

Виды арт-терапии:

- *Изотерапия* – терапия творчеством, прежде всего рисованием.
- *Цветотерапия – (хромотерапия)* – это направление, при котором используется воздействие цветовой гаммы на психоэмоциональное состояние ребенка, на его самочувствие, терапия цветом.
- *Сказкотерапия* – это способ корректирования детских проблем психологического характера. Терапия при помощи сказки. При этом в самом повествовании сказки для главного героя продуманы определенные трудности, с которыми он должен непременно справиться.
- *Песочная терапия.* Игра с песком – это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения.
- *Терапия водой.* Первое вещество, с которым с удовольствием знакомится ребенок, это вода. Она дает ребенку приятные ощущения, развивает различные рецепторы, предоставляет практически неограниченные возможности развития познавательной активности. Необходимо использовать данную технологию для познавательно, речевого развития, обогащения эмоционального опыта ребенка, при трудностях с адаптацией.
- *Музыкотерапия* – терапия музыкой.

Возможности арт-терапии:

- Арт-терапия строится на вере в творческую основу человека. Она не ставит своей целью сделать человека художником или актером. Она направлена, в первую очередь, на решение психологических проблем.
- В арт-терапевтической работе может принимать участие практически каждый человек, независимо от своего возраста. Это не требует наличия у него способностей к творчеству.

- Через художественные образы, наше бессознательное взаимодействует с сознанием.
- Арт-терапия помогает устанавливать отношения между людьми. Посредством искусства человек не только выражает себя, но и больше узнает о других.
- Арт-терапия позволяет познавать себя и окружающий мир. В художественном творчестве человек воплощает свои эмоции, чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты. Происходит это на бессознательном уровне, и человек узнает о себе много нового.
- Арт-терапия развивает творческие возможности. Во время занятий арт-терапией человек может открыть в себе неизвестные ранее таланты.
- Арт-терапия является хорошим способом социальной адаптации. Наибольшее значение это имеет для людей-инвалидов. Они чаще всего очень сильно социально дезадаптированы. Им не хватает общения. Арт-терапия дает им возможность более активно и самостоятельно участвовать в жизни общества.
- Арт-терапия в последние годы приобрела педагогическое направление. В школе она выполняет следующие функции: воспитательная, коррекционная, психотерапевтическая, диагностическая и развивающая.

Функциями арт-терапии являются:

1. *Катарсическая* – очищающая, освобождающая от негативных состояний;

2. *Регулятивная* – снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния;

3. *Коммуникативно-рефлексивная* – обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

Методы арт-терапии в коррекционной работе позволяют получить следующие позитивные ***результаты:***

1. обеспечивает эффективное эмоциональное отреагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы;

2. облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение клиентов;

3. дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит;

4. создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей;

5. оказывает дополнительное влияние на осознание клиентом своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций;

6. существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного клиентом

Марания

В буквальном понимании «марать» – значит «пачкать, грязнить». Данный приём нетрадиционного рисования эффективен в работе по коррекции агрессивности и гиперактивности у детей.

Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоёв и смешивании цветов.

Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребёнку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

Рисование по мокрому листу

Данная техника способствует снятию напряжения, гармонизации эмоционального состояния, а также используется в работе с гиперактивными детьми.

Монотипия

«Излечивает гнев и заполняет время» (О.А. Никологорская и Л.И. Маркус).

Название «монотипия» произошло от греческого слова «monos» – «один», так как отпечаток в этой технике получается только один. Традиционная техника печатного художественного изображения в арт-работе с младшими школьниками может быть модифицирована: на одном и том же листе можно делать несколько оттисков.

Кляксография – это тоже вариант монотипии. Лист сгибается пополам и снова раскладывается на столе. С одной стороны, от сгиба наносятся пятна краски (хаотично или в виде конкретного изображения).

Рисование пальцами, ладошками

Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытывает ребёнок, когда опускает палец в гуашь – плотную, но мягкую, размешивает краску в баночке, подцепляет некоторое количество, переносит на бумагу и оставляет первый мазок.

Ценность рисования пальцами и ладонями заключается в свободе от двигательных ограничений; от культурного влияния; от социального давления.

Рисование пальцами, ладонями – это разрешённая игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме. Ребёнок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которых обычно не совершает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила.

Далеко не все дети по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, заинтересовавшись и попробовав этот способ, возвращаются к кисти или губке, как к более привычным средствам изображения Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами

Сухие листья приносят детям много радости, они натуральны, приятно пахнут, невесомы, хрупки и шершавы на ощупь.

С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеем, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге.

Также можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства

Рисование мятой бумагой, кубиками, губками, зубными щетками, ватными палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками, спичечными коробками, свечой, пробками. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде, не ущемляет права других детей. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребёнка служит для педагога и психолога знаком вовлечённости в творческую деятельность, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей.

Техника каракулей

Вариант – рисунок по кругу: техника каракулей всегда была ценной методикой психотерапии. Полученные рисунки никого не оставляют равнодушными. Эту технику можно использовать в работе с гиперактивными

детьми как инструмент развития ценных социальных качеств (терпения, внимательности и др.), а также для повышения самооценки.

Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми либо, наоборот, вычерченными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Каракули помогают расшевелить ребёнка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают мышечное напряжение.

Техника «Волшебный клубок»

Для работы потребуются клубки ниток разного цвета, лист ватмана или кусок обоев. Помимо того, что данная техника развивает воображение и фантазию, она хороша ещё и тем, что идеально подходит для робких, застенчивых детей, боящихся рисовать и играть. Это своеобразная альтернатива рисованию, где не бывает «хорошей» или «плохой» работы. Технику можно смело использовать для гиперактивных, импульсивных, агрессивных детей. Работать можно как индивидуально, так и в паре.

Использование детьми приёмов и техник создания изображений выступает у них как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных, а также выступает средством для снижения психоэмоционального напряжения, агрессивности, гиперактивности, тревожности у детей.

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Особенностью изотерапии в работе с детьми с интеллектуальной недостаточностью является то, что изотерапия используется для создания положительной мотивации, помогает преодолеть страхи детей перед трудностями, помогает создать ситуацию успеха, а также воспитывает чувство взаимопомощи, взаимовыручки, помогает детям развивать фантазию, используя различные цветовые гаммы, различные материалы для работы. Изотерапия имеет огромное коррекционное значение при развитии мелкой моторики пальцев рук, участвует в согласовании межполушарного взаимодействия.

В профилактической и коррекционной работе с учащимися с интеллектуальной недостаточностью изотерапия позволяет получить следующие позитивные результаты:

- обеспечивает эффективное эмоциональное отреагирование;
- способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит;
- создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции;
- оказывает влияние на осознание детьми своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний;

- содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе.

Музыкотерапия – лечение музыкой. Музыкотерапия – это контролируемое использование музыки в коррекции психоэмоциональной сферы ребёнка.

Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка в желательном направлении развития.

Музыкотерапия реализует цели:

- Позволяет преодолеть психологическую защиту ребенка- успокоить или, наоборот, активизировать, настроить, заинтересовать.
- Помогает развить коммуникативные и творческие возможности ребенка
- Повышает самооценку
- Способствует установлению и развитию межличностных отношений.

При помощи музыкотерапии можно моделировать эмоции, помочь сбалансировать психоэмоциональное состояние и поведение ребенка. Мажорные мелодии помогут уменьшить чувство тревоги и неуверенности. Народная и детская музыка дает ощущение безопасности. Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Успокаивающий эффект носят звуки природы. Подвижный и расторможенный ребенок, благодаря восприятию музыки, успокаивается, а нерешительный и неконтактный ребенок значительно повышает свой собственный тонус, уровень бодрости.

Музыка издавна используется в терапевтической практике. Еще Гиппократ и Пифагор «прописывали» своим больным курсы лечения музыкой, достигая высоких целительных эффектов. Трудно назвать эпоху или страну, где музыка не использовалась бы в качестве одного из эффективных средств терапии. Человеку свойственно попадать под мощное телесное и духовное влияние музыки, так как он сам по своей природе является глубоко «музыкальным» существом.

Итак, музыкотерапия – это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека, где музыка используется как лечебное средство. В России музыкотерапию Минздрав признал официальным методом лечения в 2003 году. Музыкотерапия в мире становиться признанной наукой. При Российской Академии музыки им. Гнесиных создано отделение музыкальной реабилитации. В ряде западных ВУЗов готовят профессиональных докторов, врачующих музыкой. Музыка и искусство врачевания неразрывно связаны друг с другом. Музыка воздействует на определенные мозговые зоны и активизирует работу мозга в целом. По признанию многих ученых музыка способна возбудить и успокоить, ободрить и развеселить, вдохновить и воодушевить. Известно, что музыка содействует налаживанию контакта с человеком.

И.С. Бах, «Органная прелюдия» М.И. Глинка, «Прощание» Ф. Шуберт, «Фантазия» для 2-х фортепиано	Цель: восстановление чувствительности, повышение уровня рефлексии, самосознания
В.А. Моцарт, темы из «Концерта № 23» Ф. Шопен, «Прелюдия» А. Марчелло, Концерт для гобоя Н. Паганини, 2-я часть Концерта № 4	Цель: проработка эмоционального состояния, снижение тревожности
Дж. Альбинони, «Адажио» П.И. Чайковский, «Баркарола», «Времена года» И. Брамс, «Венгерский танец» Ф. Мендельсон, Концерт № 1 для фортепиано К.В. Глюк, «Мелодия» из оперы «Орфей и Эвридика» Дж. Перголези, тема «Персей и Дидона» В.А. Моцарт, темы из Концерта № 20	Цель: неконструктивные защитные механизмы психики, их осознание и коррекция
П.И. Чайковский, «Осенняя песня» Ф. Шуберт, «Вечерняя серенада» А. Вивальди, Концерт для скрипки Л. ван Бетховен, «К Элизе» К. Сен-Санс, «Интродукция и рондо каприччиозо» Р. Шуман, 1-я часть Концерта для фортепиано	Цель: осознание пережитых событий, работа с травматическими переживаниями
Р.М. Глиэр, Концерт для голоса с оркестром Э. Гранадос, «Испанский танец» Ф. Мендельсон, Скрипичный концерт П.И. Чайковский, Концерт № 1, 2-я часть С.В. Рахманинов, «Вокализ» А.Н. Скрябин, «Прелюдия» Ф. Шопен, темы Концерта №1 для фортепиано	Цель: создание позитивных перспективных планов с учетом прошлого опыта, целеполагание
И.С. Бах, Ария из оратории «Страсти по Матфею» А.П. Бородин, хор «Улетай на крыльях ветра» Ян Сибелиус, «Грустный вальс» Ф. Шопен, «Ноктюрн» Э. Григ, «Сердце поэта» В. А. Моцарт, Концерт № 22 для фортепиано, 2 часть С.В. Рахманинов, Концерт № 1 для фортепиано В.И. Ребиков, Вальс из оперы-сказки «Ёлка» Л. ван Бетховен, Соната № 14 («Лунная») Ф. Шуберт, симфония № 8 «Неоконченная», тема 2 части Ф. Шопен, «Ноктюрн»	Цель: рефлексия жизненного пути, самоопределение, работа с личностными смыслами

Ф. Шуберт, «Баркарола» Р. Шуман, «Интермеццо» из «Римского карнавала» П.И. Чайковский, Симфония №4, 2 часть	Цель: направленная медитация –визуализация для работы с целями, желаниями, мечтами, развитие творческих способностей, работа с чувствами
Л. ван Бетховен, Концерт № 5 для фортепиано, 2 часть Э. Григ, «Весна» Л. ван Бетховен, Соната № 23 («Апассионата») Р. М. Глиэр, «Прелюдия» Ф. Лист, «Этюд» Ф. Шопен, «Фантазия-экспромт» З. Фибих, «Поэма»	Цель: подъем энергии, укрепление личной силы, снижение уровня стресса, отвлечение от навязчивых мыслей, расслабление
Л. ван Бетховен, «Романс» для скрипки Ф. Мендельсон, «Итальянская симфония» А.Г. Рубинштейн, «Мелодия» Ф. Шуберт, тема из симфонии № 8	Цель: самопознание, работа, связанная с личностным и профессиональным развитием, повышение адаптационного потенциала личности, повышение уверенности в себе
И.С. Бах, Прелюдия № 1 Л. ван Бетховен, Соната № 5 для скрипки «Весенняя» Ф. Мендельсон, Концерт для скрипки, 2 часть П.И. Чайковский, Концерт № 2 для фортепиано, 2 часть	Цель: стабилизация, гармонизация эмоционального состояния (особенно показано при стрессе, хронической усталости, страхах, повышенном уровне ситуативной и личностной тревожности)
Л. ван Бетховен, «Романс» Й. Гайдн, «Серенада» Э. Григ, «Благодарность» А. Дворжак, «Мелодия» В.А. Моцарт, «Ночная серенада» Дж. Тартини, «Мелодия» Ян Сибелиус, Симфония № 7 Г. Форе, «Мотылек и фиалка»	Цель: средство умиротворения, единения с собой и миром, утешение при переживании утраты

И.С. Бах, Концерт для 2-х скрипок, 2 часть Н. Паганини, Соната для скрипки С.В. Рахманинов, Шестая прелюдия (2-я тема) Ф. Шопен, «Прелюдия» Э. Григ, «Норвежский танец» Э. Григ, Соната для скрипки С.В. Рахманинов, Концерт № 2 для фортепиано, 2 часть Ф. Шопен, «Этюд»	Цель: работа с депрессивными состояниями, при переживании психологических кризисов, помощь при упадке сил, нежелании действовать, пессимизме (источник веселья, солнечности, жизнеутверждающих и заряжающих мотивов)
Л. ван Бетховен, Соната № 8, 2 часть И. Брамс, «Вальс» Ф. Лист, «Грезы любви» Н. Паганини, Концерт № 2 для скрипки Ф. Шопен, «Ноктюрн» Ф. Шуберт, «Аве Мария	Цель: восстановление психических ресурсов, формирование энергетических резервов психики, тонизирующий эффект при эмоциональном истощении, переутомлении

Формы работы с музыкой:

1. Пассивное ее восприятие. Музыкальный материал здесь выступает в качестве фона, не требующего специального вслушивания, осмысления, переживания содержания звучащего сочинения. Здесь музыка выполняет функцию катализатора эмоциональных процессов. Очень хороша и результативна фоновая музыка во время релаксационных процедур, бесед, свободного рисования, так как она усиливает вовлеченность детей в процесс работы.

2. Вокалотерапия. В процессе пения – сольного или хорового – укрепляется певческий аппарат, развивается дыхание, положение тела во время пения (певческая установка) способствует воспитанию хорошей осанки. В голосообразовании участвует ряд органов: орган слуха с его тонким устройством, сложная система голосового аппарата, органы дыхания.

3.Ритмотерапия включает в себя следующие разделы – логоритмическая гимнастика, музыкально-ритмические движения, танцевальные движения.

«Пропевание»

Гласные звуки:

- А – снимает любые спазмы, лечит сердце и желчный пузырь;
- Э – улучшает работу головного мозга;

- И – лечит глаза, уши, стимулирует сердечную деятельность, «прочищает» нос;
- О – оживляет деятельность поджелудочной железы, устраняет проблемы с сердцем;
- У – улучшает дыхание, стимулирует работу почек, мочевого пузыря, предстательной железы (у мужчин), матки и яичников (у женщин);
- Ы – лечит уши, улучшает дыхание.

Звукосочетания:

- ОМ – снижает кровяное давление;
- АЙ, ПА – снижают боли в сердце;
- УХ, ОХ, АХ – стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии.

Согласные звуки:

- В, Н, М – улучшает работу головного мозга;
- С – лечит кишечник, сердце, легкие;
- Ш – лечит печень;
- Ч – улучшает дыхание;
- К, Щ – лечат уши;
- М – лечит сердечные заболевания.

Большое значение имеет и интенсивность произношения («пропевания») звуков. При заболеваниях сердца или легких она должна быть низкой или средней. При терапии внутренних органов более высокой.

В настоящее время музыкотерапия является самостоятельным психокоррекционным направлением, имеющим в своей основе два аспекта воздействия:

1) психосоматическое (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма);

2) психотерапевтическое (в процессе, которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, психоэмоционального состояния).

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

ПРИЛОЖЕНИЕ 10

Театрализованные игры

Театрализованные игры – это игры представления, в которых в лицах с помощью интонации, мимики, жеста разыгрывается литературное произведение.

В основе организации работы по развитию эмоциональной сферы детей с интеллектуальной недостаточностью посредством использования театрализованных игр лежит комплексный подход, в соответствии с которым в качестве основного условия повышения эффективности процесса выступает целенаправленная организация различных видов деятельности, широкое использование игры, сочетание игровых, невербальных и вербальных средств.

Классифицируя разнообразные формы театрализованных игр, Л.С. Фурмина предложила следующую классификацию:

– предметные,
– непредметные,
– театр на ширме,
– настольный театр,
– драматизация с объемным или с плоским материалом,
– театр игрушек на палочках,
– перчаточные куклы.

Прежде всего, необходимо формировать интерес к театрализованным играм, складывающийся в процессе просмотра небольших кукольных спектаклей, которые показывает педагог, взяв за основу содержание знакомых ребенку потешек, стихов и сказок. В дальнейшем важно стимулировать его желание включиться в спектакль, дополняя отдельные фразы в диалогах героев, устойчивые обороты начала и концовки сказки. Внимание детей фиксируется на том, что в конце куклы кланяются и просят поблагодарить их, похлопать в ладоши. Перчаточные и другие театральные куклы используются и на занятиях, и в повседневном общении. От их лица взрослый благодарит и хвалит детей, здоровается и прощается. В ход занятий, развлечений он включает фрагменты драматизации, меняя голос и интонацию, тем самым вызывая различные эмоции у детей.

Важным аспектом деятельности педагога является постепенное расширение эмоционального опыта за счет освоения разновидностей игры-драматизации. Реализация данной задачи достигается последовательным усложнением игровых заданий и игр-драматизаций, в которые включается ребенок.

Ступени работы следующие.

– Игра-имитация отдельных действий человека, животных и птиц (дети проснулись-потянулись, воробышки машут крыльями) и имитация основных эмоций человека (выглянуло солнышко – дети обрадовались: улыбнулись, захлопали в ладоши, запрыгали на месте).

– Игра-имитация цепочки последовательных действий в сочетании с передачей основных эмоций героя (веселые матрешки захлопали в ладошки и стали танцевать; зайчик увидел лису, испугался и прыгнул за дерево).

– Игра-имитация образов хорошо знакомых сказочных персонажей (неуклюжий медведь идет к домику, храбрый петушок шагает по дорожке).

– Игра-импровизация под музыку.

– Однотемная бессловесная игра-импровизация с одним персонажем по текстам стихов и прибауток, которые читает педагог.

– Игра-импровизация по текстам коротких сказок, рассказов и стихов, которые рассказывает педагог.

– Ролевой диалог героев сказок.

– Инсценирование фрагментов сказок о животных.

– Однотемная игра-драматизация с несколькими персонажами по народным сказкам и авторским текстам.

– Многоперсонажные игры-драматизации по текстам двух – трехчастных сказок о животных и волшебных сказок.

– Игры-драматизации по текстам.

– Постановка спектакля по произведению.

Игра «Веселый Старичок-Лесовичок»

Цель: учить пользоваться разными интонациями.

Жил в лесу старичок маленького роста
И смеялся старичок чрезвычайно просто:
Старичок-Лесовичок:
Ха-ха-ха да хе-хе-хе,
Хи-хи-хи да бух-бух-бух!
Бу-бу-буда бе-бе-бе,
Динь-динь-динь да трюх-трюх!
Раз, увидя паука, страшно испугался,
Но, схватившись за бока, громко рассмеялся:
Старичок-Лесовичок:
Хи-хи-хи да ха-ха-ха,
Хо-хо-хода гуль-гуль-гуль!
Го-го-го да буль-буль-буль.'
А увидя стрекозу, страшно рассердился,
Но от смеха на траву так и повалился:
Старичок-Лесовичок:
Гы-гы-гы да гу-гу-гу,
Гb-ro-ro да бах-бах-бах!
Ой, ребята, не могу!
Ой, ребята, ах-ах-ах! *Д. Хармс*

Игра на имитацию движений

– Вспомните, как ходят дети?

Маленькие ножки шагали по дорожке. Большие ножки шагали по дорожке. (Дети сначала идут маленькими шагами, затем большими – гигантскими шагами.)

– Как ходит Старичок-Лесовичок?

– Как ходит принцесса?

– Как катится колобок?

– Как серый волк по лесу рыщет?

– Как заяц, прижав уши, убегает от него?

Игра «Зеркало»

Цель: развивать монологическую речь.

Петрушка загадывает загадку:

И сияет, и блестит,
Никому оно не льстит,
А любому правду скажет –
Все как есть ему покажет!
Что же это? (Зеркало.)

Вносят большое зеркало. Каждый из команды подходит к зеркалу, и, глядя в него, первый — хвалит себя, восхищается собой, второй рассказывает о том, что ему не нравится в себе. Затем то же самое проделывают члены другой команды. Петрушка и жюри оценивают этот конкурс.

Игра «Телефон»

Цель: развивать фантазию, диалогическую речь.

Петрушкина загадка:

Поверчу волшебный круг –
И меня услышит друг.
Что ЭТО? (Телефон.)

Петрушка приглашает по два человека от каждой команды, особенно тех, кто любит беседовать по телефону. Для каждой пары предлагается ситуация и тема для разговора. Пара составляется из членов противоположных команд.

1. Поздравить с днем рождения и напроситься в гости.
2. Пригласить на спектакль человека, который не любит ходить в театр.
3. Вам купили новые игрушки, а вашему другу хочется в них поиграть.
4. Вас обидели, а друг вас утешает.
5. Ваш друг (подруга) отнял любимую игрушку, а теперь извиняется.
6. У вас именины

Игра: «Как варили суп» на имитацию движений

Цель: развивать воображение и пантомимические навыки.

Правой рукою чищу картошку, шкурку снимаю с нее понемножку.
Держу я картошку левой рукою, картошку верчу и старательно мою.

Ножом проведу по ее серединке, разрежу картошку на две половинки. Правой рукою ножик держу и на кусочки картошку крошу.

Ну, а теперь зажигаю горелку, сыплю в кастрюлю картошку с тарелки.

Чисто помою морковку и лук, воду стряхну с потрудившихся рук.

Мелко нарежу лук и морковку, в горсть соберу, получается ловко.

Теплой водой горстку риса помою, ссыплю в кастрюлю рис левой рукою. Правой рукою возьму поварешку, перемешаю крупу и картошку.

Крышку возьму я левой рукою, плотно кастрюлю я крышкой закрою.

Варится супчик, бурлит и кипит. Пахнет так вкусно! Кастрюлька пыхтит.

– Ну вот, супчик готов. «Угощайте» друг друга!

– Подкрепились? А теперь каждый помоет за собой тарелку.

Дети открывают воображаемый кран, моют тарелки, ложки, закрывают воду, вытирают руки.

«Медвежата»

Цель: развивать пантомимические навыки

А вот посмотрите, гора старого валежника. Ой, это берлога! А в ней спят медвежата. Но вот пригрело солнышко, растопило снег. Капельки воды просочились в берлогу. Вода попала на нос, уши, лапы медвежат.

Медвежата потянулись, фыркнули, открыли глаза и стали выбираться из берлоги. Раздвинув лапами сучья, они выбрались на поляну. Лучи солнца слепят глаза. Медвежата прикрывают лапами глазки и рычат от недовольства. Но вскоре глаза привыкли. Медвежата огляделись, понюхали носом свежий воздух и тихо разбрелись по полянке. Сколько здесь интересного! Дальше возможна импровизация.

Весна: Скорее идите ко мне! Послушайте, о чем чирикают воробушки весной!

Разыгрывание по ролям стихотворения «Кузнечик» А. Апухтина

Цель: побуждать к активному участию в инсценировке.

Ведущий: Выскочил кузнечик из травы на кочку.

Постучал кузнечик звонким молоточком.

Кузнечик: Молоточек тук да тук! Кто травинку клонит?

Лезет жук, лезет жук, охает и стонет!

Жук: Ох, кузнечик, выручай, хоть просить неловко!

Сам не знаю где и как лопнула подковка.

Без подковки мне не жить, так пекут мозоли.

Ни работать, ни ходить, хоть кричи от боли!

Кузнечик: Это дело не беда! Подними-ка ногу!

Молоточек тук да тук! Получай подковку, жук! (Появляется комар.)

Комарик: Я, комар, несчастней всех, прямо сбился с толку!

Поломал я, как на грех, острую иголку!

Кузнечик: Пусть меня не просит тот, кто чужую кровь сосет!

Ты из кузницы моей убирайся поскорей! (Комар улетает. Появляется сороконожка.)

Сороконожка: Ой, кузнечик, помоги! Ножка треснула немножко.

Я осталась без ноги, вот беда какая!

Кузнечик: Ножка ножкой, но какая?

Сороконожка: Кажется, сороковая.

Ведущий: Тук-тук, тук да тук! Это дело добрых рук.

Ножка целая опять.

Сороконожка: Можно больше не хромать!

Все дружно: Молоточек вновь играет, наковаленка поет!

Всем кузнечик помогает, быстро помощь подает!

По возможности разыгрывать сценку нужно обеим подгруппам детей. После инсценировки необходимо обсудить, что получилось, над чем нужно поработать.

Игра на пальцах «Братцы»

Цель: развивать мелкую моторику пальцев.

Пошли два братца вместе прогуляться.

А за ними еще два братца.

Ну а старший — не гулял, очень громко их позвал.

Он за стол их посадил, вкусной кашей накормил.

Ладонь положить на стол. Прямые пальцы соединить. Отодвинуть в стороны поочередно две пары пальцев: сначала мизинец и безымянный, затем – средний и указательный. Большим пальцем «звать» братьев и «кормить» их кашей.

– Ребята, кто из вас любит кашу? Какую кашу вы любите? Какая каша вам не нравится? (Ответы детей.) *Л.П. Савина*

Разыгрывание стихотворения «Плачет киска … »

Цель: развивать пантомимические способности, любовь к животным.

Плачет киска в коридоре:

У нее большое горе —

Злые люди бедной киске

Не дают украсть сосиски.

Представьте себе, что вы киска, которая хочет стянуть сосиску со стола. Вы крутитесь возле стола, трется спинкой о его ножку, встаете на задние лапы и с удовольствием вдыхаете приятный запах. Но вот хозяйка вышла из кухни. Вы тянетесь лапкой к сосиске, и вот она у вас в лапах. Но тут входит хозяйка. Киска бросает сосиску и прячется под диван.

Дети делятся на пары: хозяйка и киска. Каждая пара предлагает свой вариант ситуации.

Воспитатель предлагает немного переделать стихотворение. Слова «У нее большое горе» прочитать от первого лица: «У меня большое горе».

Эту ситуацию дети разыгрывают также парами.

– Ребята, вам жаль киску? Давайте пожалеем ее. Представьте, что левая ваша рука – это кошка, а правой вы ее гладите:

– Киска, кисонька, кисуля! –

Позвала котенка Юля.

– Не спеши домой, постой! –

И погладила рукой.

– Кисонька успокоилась и пошла во двор. А во дворе она увидела двух ворон, которые вели между собой оживленный разговор.

Воспитатель предлагает детям представить себя в роли ворон и разыграть разговор. Одна из ворон рассказывает, как она повеселилась на дне рождения у своей подруги, какой был чудесный торт, как они громко пели песни, танцевали. Вторая ворона слушает и очень сожалеет о том, что не попала на этот праздник. Общаются вороны карканьем.

Во второй ситуации одна из ворон рассказывает о страшном случае, который с ней произошел. Во дворе, где она клевала корку хлеба, появился злой мальчишка и чуть не поймал ее. Вторая ворона сочувствует подруге и радуется, что та вовремя смогла улететь. *Б. Заходер*

Разыгрывание по ролям стихотворения «Киска»

Хозяйка: Здравствуй, Киска, как дела? Что же ты от нас ушла?

Киска: Не могу я с вами жить,

Хвостик негде положить.

Ходите, зеваете, на хвостик наступаете! *И. Жуков*

Сначала это стихотворение разучивается в свободное время, вне занятия. Затем, на занятии, дети, разыгрывая ситуацию в паре, могут импровизировать интонации. Например, воспитатель ставит задачу: Хозяйка рада, что нашла Киску, или, наоборот, Киска относится к ней с пренебрежением. Киска обижена на Хозяйку или рассержена и очень рада, что ушла из дома.

Взаимоотношения героев могут быть различными. Каждая пара детей представляет свою вариацию.

– Эй, Кисоньки мои, идите, я вас молоком угощу. Кусочек колбаски дам. По спинке поглажу.

Дети, изображая Кисоньку, «лакают молочко» из воображаемой миски, жуют воображаемую колбаску, прогибают спинку и мурлыкают. Движения детей – импровизация.

Игра «Давайте хохотать»

Цель: развивать навыки импровизации и монологическую речь.

Воспитатель предлагает детям вспомнить любую полюбившуюся песню. Спеть ее, а затем мелодию песни без слов прохохотать. Сначала играет воспитатель: он «хохочет» песню, а дети отгадывают, что это за песня. Затем каждый из детей «хохочет» мелодию своей песни, все остальные отгадывают.

Воспитатель собирает детей в кружок на копре и предлагает произнести фразу «Скоро, скоро Новый год, что же он нам принесет?» с различными

интонациями. Для начала уточняется, с какими интонациями может быть произнесена эта фраза (задумчиво, уверенно, с чувством неудовольствия, с сожалением, с радостью, с ожиданием волшебства и т.д.).

Ребенок произносит фразу, затем поясняет, почему выбрана именно эта интонация.

Разыгрывание по ролям стихотворения «Кто как считает?»

Цель: развивать интонационную выразительность речи.

Используется театр картинок. Картинки-персонажи дети рисуют дома с родителями. Текст стихотворения разучивается дома. Дети делятся на две подгруппы: одна – зрители, другая – актеры, затем они меняются. Эту инсценировку можно показать на досуге родителям или детям других групп, а можно просто поиграть.

Петух: Я всех умней!
Ведущий: Кричал петух.
Петух: Умею я считать до двух!
Хорек: Подумаешь!
Ведущий: Ворчит хорек.
Хорек: А я могу до четырех!
Жук: Я – до шести!
Ведущий: Воскликнул жук.
Паук: Я – до восьми!
Ведущий: Шепнул паук. Тут подползла сороконожка.
Сороконожка: Я, кажется, умней немножко
Жука и даже паука –
Считаю я до сорока.
Уж: Ах, ужас!
Ведущий: Ужаснулся уж.
Уж: Ведь я ж не глуп,
Но почему ж
Нет у меня ни рук, ни ног,
А то и я считать бы смог!
Ученик: А у меня есть карандаш.
Ему что хочешь, то задашь.
Одной ногой умножит, сложит,
Все в мире сосчитать он может! *М. Карим*

Расскажи стихи с помощью мимики и жестов: «Убежало молоко»

Цель: развивать пантомимические навыки у детей

Разогрелось – и назад:
Вниз по лестнице скатилось,
Вдоль по улице пустилось,
Через площадь потекло,
Постового обошло,
Под скамейкой проскочило,

Трех старушек подмочило,
Угостило двух котят,
Вдоль по улице летело,
Вверх по лестнице пыхтело
И в кастрюлю заползло,
Отдуваясь тяжело.
Тут хозяйка подоспела:
Закипело?
Закипело! *М. Боровицкая*

В пантомиме участвуют все дети. Перед началом можно вспомнить и спросить детей, видели ли они, как «убегает» из кастрюли молоко. Стихотворение читается несколько раз, уточняются движения и мимика. Детей можно разделить на подгруппы: зрители и актеры. Затем дети меняются.

Игра-пантомима «Был у зайца огород»

Цель: развивать пантомимические навыки,

• развивать мимику и пластические способности детей;

• развивать творческое мышление детей, воображение, фантазию.

Воспитатель читает, дети имитируют движения.

Был у зайки огород,
Ровненьких две грядки.
Там играл зимой в снежки,
Ну а летом – в прятки.
А весною в огород
Ямка – семя, ямка – семя,
И глядишь, на грядке вновь
Вырастут горох, морковь.
А как осень подойдет,
Урожай свой соберет.
Зайка с радостью идет.
Но сначала всё вскопает,
А потом всё разровняет,
Семена посеет ловко
И пойдет сажать морковку.
И как раз – здесь закончился рассказ! *В. Степанов*

Игра-пантомима «Муравейник»

Цель – учить отождествлять себя с заданным персонажем, побуждать к самостоятельному выбору роли:

Загадка:

В лесу у пня суетня, беготня.
Народ рабочий весь день хлопочет, –
Себе город строить хочет.

– Кто эти строители? Что за дом они строят? (Муравьи строят муравейник.)

Представьте себе, что вы идете по лесу. Солнышко припекает, до дома далеко, ваши ноги устали, и вы решили отдохнуть. А вот и пень!

Сели на пенек, вытянули ноги, глаза прикрыли, отдыхаете.

И вдруг... что это? Кто-то ползет по вашим ногам... Ой, это муравьи! Вы сели на пень-муравейник! Скорее стряхивайте с себя муравьев и осторожно, чтобы не подавить их, отпрыгивайте в сторону...

Игра проводится несколько раз коллективно и по желанию индивидуально.

Игра «Пчелы в улье»

Цель: развивать логическое и ассоциативное мышление;

учить детей интонационно выразительно проговаривать фразы.

Загадка:

Что за домик, мне скажите,
В нем летает каждый житель?
Кто в том домике живет,
Запасая сладкий мед? (Пчелы и улей.)

– Как летают и жужжат пчелы? (Дети, прижав локти к телу, машут ладошками, как крылышками, и со звуком Ж-Ж-Ж перемещаются по группе.)

Дети строят из крупного конструктора (подручного материала) «улей» и собираются в нем. На полу разложены плоские бумажные цветы. Воспитатель читает под музыкальное сопровождение.

Пчелы в поле полетели,
Зажужжали, загудели,
Сели пчелы на цветы,
Пчелка я и пчелка ты.

Дети передвигаются по группе вокруг цветов. Присаживаются возле цветов и «собирают» нектар. Возвращаются в «улей».

– Ребята, какой лесной житель любит мед и часто забирается к пчелам в улей? (Медведь.)

Игры-превращения

Цель: научить будущих артистов выразительности, оживлять фантазию и воображение, совершенствовать образные исполнительские умения. Развивать творческую самостоятельность в передаче образа.

«Деревянные и тряпичные куклы»

При изображении деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, опущенных вдоль корпуса рук. Делаются резкие повороты всего тела вправо и влево, сохраняется неподвижность шеи, рук, плеч; ступни крепко и неподвижно стоят на полу.

Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки висят пассивно.

В этом положении нужно короткими толчками поворачивать тело то вправо, то влево; при этом руки взлетают и обвиваются вокруг корпуса, голова поворачивается, ноги также поворачиваются, хотя ступни остаются на месте. Движения исполняются по нескольку раз подряд, то в одной, то в другой форме.

«Цветочек»

Потянуться вверх, напрягая до кончиков пальцев весь корпус («цветочек встречает солнышко»). Затем последовательно уронить кисти («спряталось солнышко, головка цветочка поникла»), согнуть руки в локтях («стебелек сломался»), освободив от напряжения мышцы спины, шеи и плеч, позволить корпусу, голове и рукам пассивно «упасть» вперед и слегка согнуть колени («завял цветочек»).

«Веревочки»

Слегка наклониться вперед, подняв руки в стороны и затем уронив их. Повиснув, они пассивно покачиваются, пока не остановятся. Активно раскачивать руками после падения не следует. Можно подсказать игровой образ: ронять руки, как веревочки.

«Стряхнуть воду с платочков»

Руки согнуть в локтях, кисти свисают ладонью вниз. Движением предплечья несколько раз подряд сбросить их вниз пассивно. Перед этим движением полезно сжать кисти в кулаки, чтобы яснее почувствовать разницу в напряженном и расслабленном состоянии мышц.

«Незнайка»

Поднять плечи как можно выше, затем дать им свободно опуститься в нормальное положение (сбросить их).

«Паровозики»

Круговые движения плечами. Руки согнуты в локтях, пальцы собраны в кулачок. Непрерывное неторопливое круговое движение плечами вверх-назад – вниз-вперед. Локти от корпуса не отводятся. Амплитуда во всех направлениях должна быть максимальной. При отклонении плеч назад напряжение усиливается, локти сближаются, голова отклоняется назад. Упражнение выполняется несколько раз без остановки. Желательно, чтобы движение плеч начиналось вверх и назад, а не вперед, т.е. расширяя, а не сужая грудную клетку.

«Кошка выпускает когти»

Постепенное выпрямление и сгибание пальцев и кистей рук. Руки согнуть в локтях, ладони вниз, кисти сжать в кулачки и отогнуть вверх. Постепенно с усилием выпрямлять все пальцы вверх и разводить их до предела в стороны («кошка выпускает когти»). Затем без остановки согнуть кисти вниз, одновременно сжимая пальцы в кулачок («кошка спрятала когти»), и, наконец, вернуться в исходное положение. Движение повторяется несколько раз безостановочно и плавно, но с большим напряжением. Позднее в упражнение

следует включить движение всей руки – то сгибая ее в локтях и приводя кисть к плечам, то выпрямляя всю руку («кошка загребает лапками»).

«Великаны и гномы»

Положив руки на пояс, встать пяточками вместе, носочки отведя в стороны. Не спеша подняться на полупальцы, продолжая держать пятки вместе. После короткой паузы опуститься на всю ступню, не перенося тяжесть на пятки.

Игры на развитие выразительности и воображения

Цель: научить детей владеть своим телом, свободно и непринуждённо пользоваться движениями своих рук и ног. Формировать простейшие образно-выразительные умения.

«Лисичка подслушивает»

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут Котик с Петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Поза: ногу выставить вперед, корпус тела слегка также наклонить вперед.

Выразительные движения: голову наклонить в сторону (слушать, подставляя ухо), взгляд направить в другую сторону, рот полуоткрыть.

«Кузнечик»

Девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг — и вот уже стрекочет совсем в другом месте.

Выразительные движения: шею вытянуть вперед» пристальный взгляд, туловище слегка наклонить вперед, ступать на пальцы.

«Вкусные конфеты»

У девочки в руках воображаемая коробка конфет. Она протягивает ее по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфету в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Мимика: жевательные движения, улыбка.

«Новая кукла»

Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, показывает всем желанный подарок, прижимает ее к себе и снова кружится.

«После дождя»

Жаркое лето. Только прошел дождь. Дети осторожно ступают, ходят вокруг воображаемой лужи, стараясь не замочить ног. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

Сказкотерапия – метод, использующий сказку для решения задач в области коррекции поведения, психологической и психотерапевтической

помощи. Предметом сказкотерапии является процесс воспитания и коррекции внутреннего мира ребёнка, его эмоционально-волевая сфера. Одной из важнейших задач сказкотерапии является выявление актуальных проблем ребенка и оказание коррекционной помощи.

Сказкотерапия способствует:

1. Снижениею уровня тревожности и агрессивности у детей.
2. Развитию умения преодолевать трудности и страхи.
3. Выявлению и поддержки творческих способностей детей.
4. Формированию навыков конструктивного выражения эмоций.
5. Развитию способностей к эмоциональной регуляции и естественной коммуникации.

В чем секрет терапевтических сказок?

Сила терапевтических сказок заключается в том, что их смысл воспринимается на двух уровнях одновременно. На сознательном уровне ребенок понимает, что сюжет сказки вымышленный. Он сочувствует главному герою, представляет себя в его роли, но даже когда узнает свою проблему, все равно думает – «это понарошку, не про меня».

На подсознательном же уровне ребенок впитывает все услышанное, пересматривает свое поведение, систему ценностей и взглядов. В свою очередь, этот интерес стимулирует эмоциональное включение ребёнка в сказку и становится основой для идентификации с её героями.

Важно, что ребёнок отождествляет себя с положительными героями, так как их положение в сказке, как правило, преподносится более ярко, эмоционально.

Классификация сказок

В работе со сказками следует обязательно учитывать тип применяемых сказок, поскольку у каждого типа имеются свои психологические цели.

1. Дидактические (в форме учебного задания, т. е. ребенку повествуют о новых понятиях (дом, природа, семья, правила поведения в обществе).
2. Медитативные (для снятия психоэмоционального напряжения), дети рисуют, сочиняют, играют, слушают звуки природы, лежат на ковре и мечтают – воображают – «колдуют».
3. Психотерапевтические (для лечения души, с образом главного героя «Я», доброго волшебника), дети рисуют иллюстрации, изготавливают кукол и ставят спектакли.
4. Психокоррекционные (для мягкого влияния на поведение ребенка), читаем проблемную сказку не обсуждая, даем возможность побыть ребенку наедине с самим собой и подумать.
5. Художественные (авторские истории, мудрые древние сказки, т.е. знакомство ребенка с эстетическими принципами, традициями человечества).

6. Диагностические **(**в случае, ели ребенок выбрал себе любимую сказку и героя, то в данном контексте герой является прообразом самого ребенка, каким бы он хотел быть)

Виды работы со сказкой

1.Просмотр фильма-сказки;

2.Чтение сказки;

3.Анализ сказки и соотнесение с определенной функцией;

4.Пересказ сказки (или групповое рассказывание) с опорой на карты Проппа (Приложение 18.14);

5.Обсуждение сказки: в чем смысл сказки, подбор функции сказки;

6.Сочинение сказки по картам Проппа;

7.Придумывание продолжения сказки;

8.Обыгрывание сюжетов, игры-драматизации, кукольный театр;

9.Сказочные путешествия;

10. «Рисование сказки»

11.Сочинение новой сказки;

12.Организация сюжетных игр по сказке.

Сказки для театрализации

Сказка «Репка»

Автор: Дедка репку посадил
Дедка репке говорил
Дед: Ты расти, расти большая
Стань богатым урожаем
Чтоб тобой я мог гордиться
Принесу тебе водицы
Удобрений ведер пять
Ох, устал! Пора поспать
Автор: Спит дедулька без забот
Репка между тем растет
Вот уж осень на дворе
Зябким утром в сентябре
Дед проснулся, испугался
Дед: Ах, я старый! Разоспался
Репку уж пора тянуть
Подросла гляжу чуть-чуть
Ай, да репка уродилась
Мне такая и не снилась!
Запасусь я репкой впрок!
Дед: Кто бы мне чуть-чуть помог!
Знать, придется бабку звать
«Помоги мне, слышишь, мать!»

Бабка: «Слышу, слышу я! Бегу!
И, конечно, помогу!»
Автор: Репку тянет с бабкой дед
Ну, а репке – дела нет!
Бабка :«Что ж ты, старый натворил?
Ты ж ее перекормил!»
Как сидит в землице прочно!
Дед: Нам помощник нужен срочно!
Бабка: Надо внучку нам позвать
Маша, внучка, хватит спать!
Репку вытянуть невмочь!
Просим мы тебя помочь»
Внучка: Ой, бабулечка! Ой, дед!
Знатный будет нам обед!
Друг за дружкой мы все встанем!
Репку из земли достанем!
Автор: Ну, а репка – точно спит!
Не шелохнется! Сидит!
Внучка**:** Не управимся втроем!
Может Жучку позовем?
Жучка, быстренько беги!
Репку тянем – помоги!
Жучка: Тяв-тяв-тяв! Привет, друзья!
Помощь вам моя нужна?
У меня силёнок много!
Вмиг приду вам на подмогу!
Автор**:** Стали репку все тянуть
Ну давай! Еще! Чуть-чуть!
Ну, а репка – словно спит!
Как сидела – так сидит!
Жучка**:** Да, у репки вес велик…
Нужен трактор … . Или бык!
Эй, смотрите на окошке
Свою шерстку моет кошка!
Всё мурлычет, все поёт!
Эй, сюда! Хозяйка ждет!
Автор**:** Кошка сладко потянулась…
Жучке хитро улыбнулась…
Ловко спрыгнула с окошка
Кошка: Кто тут спрашивает кошку?
Бабка: Дам тебе я молока
И сметаны… а пока!
Просим мы тебя помочь!

Репку вытянуть невмочь!
Кошка: Я друзьям помочь готова!
Ну-ка, встанем к репке снова!
Автор: Репка вроде бы проснулась,
И немного покачнулась…
«Ох, не стало больше сил!
Что же делать?» – Дед спросил.
Кошка: Мяу! Идея! Мной вчера
Мышка поймана была!
Мы немного порезвились…
Поиграли, подружились!
Есть ее не стала я…
И теперь мы с ней – друзья!
Мышка, мышка выручай!
Тянем репку – помогай!
Мышка: Ой, подружка, как живешь?
Может быть, чайку нальешь?
Внучка: Чай потом…! Сначала овощ…
Репку тянем, ты – нам в помощь!
Мышка: Потрудиться я не прочь!
Как подруге не помочь?
Автор: Снова встали все в рядок
Поднатужились чуток…
Потянули дружно, крепко!
Вот и вытянули репку!
Дед: Мы отлично потрудились!
Бабка: И друг с другом подружились!
Внучка: Вместе мы всегда сильнее!
Жучка: И умней и веселее!
Кошка: Дружбы нашей нет важней!
Мышка: А теперь – чайку налей!

Сказка «Теремок»

МЫШКА: Хватит мне бродить по свету,
Будет мне тепло зимой.
Если никого здесь нету,
Значит, домик этот – мой! (Мышка входит в теремок. На поляну выходит Лягушка, направляется к теремку.)
ЛЯГУШКА: Что за славный теремок!
Ах, какое чудо!
Он не низок, не высок,
Рядышком запруда!
Из трубы дымок идет.

Дверь мне отворите!
Кто тут в тереме живет,
Ну-ка, говорите! (Из окна выглядывает Мышь.)
МЫШКА: Мышка здесь живет норушка!
Кто ты будешь, отвечай!
ЛЯГУШКА: Я Лягушка-поскакушка,
Будем пить с тобою чай!
МЫШКА: Для тебя найдется место,
Веселее жить вдвоем. (Лягушка входит в дом. На поляну выходит Зайчик и направляется к теремку.)
ЗАЙЧИК: Что за славный теремок
Он не низок не высок
Кто тут в тереме живет?
МЫШКА: Мышка здесь живет норушка.
ЛЯГУШКА: Я Лягушка-поскакушка.
Говори, кто ты такой!
ЗАЙЧИК: Открывайте, это я –
Зайчик-побегайчик!
Вы пустите жить меня,
Я хороший Зайчик!
ЛЯГУШКА**:** (Зайчику)
Оставайся с нами! (Зайчик заходит в дом. На поляну выходит Лиса и направляется к теремку.)
ЛИСА: Вот так терем-теремок,
Ладный да нарядный!
Кто тут в тереме живет?
МЫШКА: Мышка здесь живет норушка.
ЗАЙЧИК: И ушастый Зайка!
ЛЯГУШКА: И Лягушка-поскакушка.
Кто ты, отвечай-ка!
ЛИСА: А я кумушка краса
Очень рыжая Лиса.
ЗАЙЧИК: Заходи, кума, смелее,
Вместе будет веселее! (Лиса входит в дом.)
ЛИСА: Лучше дома в мире нет! (На поляну выходит Волк и подходит к теремку.)
ВОЛК: Вот хоромы так хоромы –
Здесь простора хватит всем!
Что молчите? Есть кто дома?
Да не бойтесь вы, не съем! (Из теремка по очереди робко выглядывают его обитатели.)
МЫШКА: Мышка здесь живет норушка.
ЗАЙЧИК: И ушастый Зайка!

ЛЯГУШКА: И Лягушка-поскакушка.
ЛИСА: И Лиса, хозяйка!
Не возьму я что-то в толк,
Кто ты?
ВОЛК: В дом пустите!
Я совсем не страшный волк!
Сами посмотрите!
ЗАЙЧИК: Ладно, Серый, заходи,
Только не кусайся!
ЛЯГУШКА: Сразу выгоним, учти,
Коль обидишь Зайца! (Волк входит в дом. Все обитатели теремка выглядывают в окошки.)
ВСЕ ОБИТАТЕЛИ ТЕРЕМКА: (хором)
Мы теперь одна семья,
И гостям всем рады! (Из-за деревьев выходит Медведь, идет к теремку.)
МЕДВЕДЬ: С вами жить хочу и я!
Все (хором)
Нет, Медведь, не надо!
Медведь: (обиженно)
Зря вы так. Я пригожусь!
МЫШКА: Больно ты огромен.
Медведь:
Да не бойтесь, помещусь.
Я в запросах скромен.
МЫШКА: Что ж ты, Мишка, натворил?
ЛЯГУШКА: Мы ж предупреждали.
ЗАЙЧИК: Теремок наш развалил!
ЛИСА: Без угла оставил!
МЕДВЕДЬ: Ну, простите вы меня,
Я ведь не нарочно.
ВОЛК: Хоть и виноват медведь,
Мы ему поможем!
ЗАЙЧИК: Чем о домике жалеть,
Лучше новый сложим! (Медведь ставит новый теремок на место старого.)
ВСЕ: кричат Ура!

Сказка «Лесная история»
Рассказчик: На полянке, под сосной,
Жил-был заинька косой,
Но не просто белый заяц,
А известный всем портной (Выходит Заяц, исполняет песню)

Заяц: Да! Я Заяц не простой,
Самый лучший я портной!
Что, друзья, мне сшить для вас?
Я приму любой заказ?
Рассказчик: О том, что есть в лесу портной,
Узнал лохматый пес,
И он примчался к мастерской
И свой заказ принес! (Выходит собака Дружок, исполняет «песню Дружка»)
Дружок: Днем и ночью дом большой я стерегу,
Службу верно и усердно я несу! Гав!
Заяц: Ну зачем же так кричать?
Что желаешь заказать?
Дружок: Ты мне, Заинька, скорей,
Шапку новую пошей.
Ночью холодно. Боюсь,
Очень скоро простужусь!
Заяц: Завтра встретимся мы снова,
Будет шапочка готова!
Дружок: Буду очень, очень рад!
Позову к тебе зверят,
Кого встречу на дороге,
Чтоб заказов было много! (Дружок убегает, на полянку под музыку выходят мышки, исполняют песню.)
Рассказчик: Мышки- модницы спешат,
Платья пестрые шуршат.
Мышки: Здравствуй, заинька- косой,
Мы слыхали – ты портной.
Сшей перчатки нам скорей,
Ждем мы к ужину гостей. (выходит кошка)
Кошка: Не меня ли в гости ждете?
Гость такой как я в почете!
Мыши: Кошка, кошка, ой беда!
Разбегайтесь, кто куда! (под музыку кошка догоняет мышей, которые убегают)
Кошка: Заяц, мой тебе привет!
Узнаешь меня иль нет?
Заяц: Не угодно ли присесть?
Кошка: Небольшое дело есть!
Для моей пушистой спинки
Сшей мне, зайка, пелеринку!
Заяц: За обновой будьте в среду,
Буду ждать я вас к обеду.

Кошка: Что ж, надеюсь я на Вас,
До свиданья!
Заяц: В добрый час! (Заяц берет у кошки материал. Кошка уходит, заяц начинает и шить под музыку)
Заяц: Пелеринку дошиваю,
Мех покрепче прикрепляю.
Самую осталось малость.
Ой, иголочка сломалась!
Не сходить ли мне к ежу,
Может даст коль попрошу! (подходит к домику ежа)
Заяц: Здравствуй, ежик!
Ежик: Здравствуй, зайка!
Посмотри сюда на милость-
Мои валенки прохудились!
Зайка, зайка, эй, скорей
Мои валенки подшей! (Под «Песню ежа» заяц шьет валенки)
Заяц: Вот, готово!
Ежик: Ну и ну! (смотрит на валенки) Как тебя отблагодарю?
Заяц: Ежик, я сегодня сразу много получил заказов,
А иголок не осталось, и последняя сломалась!
Ежик: Я за эти валенки дам иголок маленьких (дает коробочку с иголками)
Заяц: Побегу скорей домой! (убегает в домик)
Рассказчик: Хорошо в лесу зимой
Рыжим белкам под сосной
Они танцуют и поют
Очень весело живут
Исполняется «Песня белочек»
Заяц: Эй вы, белки- озорницы,
Рыжехвостые сестрицы,
Хватит прыгать вам без толку
По осинам и по елкам
Белки: Здравствуй, зайка,
Шубки белкам залатай-ка.
В шубках снежною порой
Будет нам тепло зимой!
Заяц: Ваши теплые обновы
Завтра будут все готовы!
Рассказчик: Спрятались белки, а Заинька побежал к себе домой.
В лесу тихо – ель скрипит,
Кто-то к нам сюда спешит.
О! Да это бурый мишка,
Что он бродит здесь топтыжка?

Да еще он не один,
Рядом тут сыночек с ним!
Медвежонок: Не хочу, не буду спать,
Очень жесткая кровать!
Где печенье, шоколадка?
Медведь: Спи, Мишутка, сладко, сладко!
Медвежонок: Не хочу, не буду спать,
Буду лапу я сосать! (Исполняется «Колыбельная песня медведя»)
Рассказчик: Засыпает медвежонок, ночь в лесу… Не спит только хитрая лиса. (Выходит Лиса)
Лиса: О шляпках и нарядах
Я думаю всегда,
Но кто же будет шить их?
Конечно заяц, да, да, да!
К нему скорее побегу,
Его я быстро украду! (Бежит под музыку, останавливается у дома Зайца. Стучится. Заяц открывает дверь.)
Лиса: Здравствуй, заинька- косой,
Знаю – модный ты портной,
Платье бархатное сшей
Мне, голубчик, поскорей!
Заяц: Платье? (Трет глаза, Лиса подкрадывается сзади).
Хорошо, сошью! (Лиса берет мешок)
Лиса: Ап! (накрывает мешком)
Посидишь в мешке косой,
Славный заинька – портной!
Поскорее б унести лапы,
Пока спит Дружок лохматый! (Под музыку появляется Дружок)
Дружок: Кто-то ходит здесь в лесу.
Чую рыжую Лису!
Здесь Лисица?
Рассказчик: Да!
Дружок: Не уйти ей никуда!
Вот она! Стоять! Ни с места!
Лапы вверх! Что за спиной?
Лиса: Если так уж интересно,
Здесь мешок совсем пустой!
Дружок: Я не верю – покажи! (Лиса убирает мешок, выходит Заяц)
Лиса: Ой, простите вы меня!
Вас не буду огорчать
И портного обижать!
Вед.: Что ж простим ее друзья?

Звери: Простим!
Заяц: И на праздник пригласим!
Демонстрацию моделей
Проведем у старой ели.
Рассказчик: А готовы ли обновы?
Заяц: Все заказы в срок готовы!
Рассказчик: Всех в лесу портной обшил,
Никого не позабыл! (Звучит музыка. Начинается дефиле костюмов зверей)
Рассказчик: Мышки – в новеньких перчатках
Сшиты по последней моде,
К платьям пестреньким подходят (Проходят мышки, встают на свои места)
И, изящно выгнув спинку,
Кошка в новой пелеринке. (Кошка идет, встает с мышками)
Еж в подшитых валенках,
Протопает удаленько. (Ежик встает на свое место)
Белочкам по шубке, (Выходят Белочки)
Штанишки для мишутки (Белочки и медведи встают на свои места)
Шапка – для Дружка,
В платье бархатном Лиса –
Настоящая краса! (Выходит Лиса)
Рассказчик: Ох, и чудная у ели демонстрация моделей!
Все звери: Заяц – просто молодец!
Тут и сказочке конец! (Все герои выходят на поклон).

Сказка «Мы за солнышком идём»

Автор: Жил-был котенок. Проснулся он однажды утром, а на улице идёт сильный дождь. Холодно и грустно стало котенку.

Котенок: Солнышка уже три дня нет. Забыло оно нас. А петушок кричит, только зря всех будит! *(Вздыхает).* Нужно пойти и найти солнышко.

Автор: И отправился котенок в путь.

Котенок: Я – котенок смелый, ловкий и умелый. На край света я пойду! Красно солнышко найду!

Автор: Шел, шел, котенок и вдруг, возле большой лужи, под листочком увидел он утенка. Утенок весь промок и сильно дрожал от холода.

Котенок: Здравствуйте, а Вы кто? И почему так сильно Вы дрожите?

Утенок: Я – утенок! Я промок и очень сильно замерз.

Котенок: А я котенок смелый, ловкий и умелый. На край света я пойду. Красно солнышко найду!

Утенок: Можно и я пойду с вами, я тоже хочу найти солнышко.

Котенок: А что Вы умеете делать?

Утенок: Я – утенок смелый, ловкий и умелый, Плаваю, ныряю, Друзьям я помогаю! *(Идут вместе. Посреди реки увидели зайчика на островке. Он просит о помощи)*

Зайчик: Ой-ой-ой!!! Помогите, помогите!!!

Утенок: Ты чего кричишь?

Зайчик: Я не умею плавать!

Утенок: Сейчас я спасу тебя…Садись ко мне на спинку!

Котенок: Мы за солнышком идем. Пойдешь с нами?

Зайчик: Пойду!

Утенок: А что ты умеешь делать?

Зайчик: Умею прыгать. Вот смотрите! *(прыгает несколько раз)*

Утёнок: Ну тогда пошли!

Автор: Шли они, шли, а дождик всё не перестает. Вдруг на их пути – пропасть глубокая, глубокая!

Утенок: Страшно-то как!

Котенок: Как же нам перебраться на другую сторону?

Зайчик: Не бойтесь, я сейчас перепрыгну и что-нибудь придумаю! *(прыгает и перетаскивает через пропасть бревно. Все перебираются через пропасть. Герои идут дальше. На пути им встречается мудрая сова)*

Сова: Видно этому дождю конца не будет!

Зайчик: П-п-про-сти-те, не знаете ли Вы дорогу к солнышку!

Котенок: Без солнышка холодно и сыро!!!

Сова: А-а-а, вы идете искать солнышко, молодцы!

Утенок: Но где оно живет, мы не знаем!

Сова: Вот взберетесь на ту гору, а там и до солнышка недалеко!

Хором: Пошли скорее!

Сова: Ну, идите, идите! В добрый путь!

Зайчик: *(подошли к горе)* А как же мы взберёмся на эту гору?

Котенок: Я знаю как!

Котенок: Облачко, не знаешь ли ты, где солнышко?

Облачко: Знаю, его спрятала моя бабушка, большая туча. Садитесь на меня, я вас быстро отвезу *(везет).* Вон там солнышко!

Утенок: Эй, солнышко, вставай!

Хором: Вернись на небо! Проснись, солнышко!

Солнышко: Заспалось я совсем, спрятала меня большая туча, вот я и уснуло!

Котенок: Хватит тебе спать! Зайчик: Выходи скорее! Хором: Высуши Землю!

Солнышко: Как же я покажусь на небе такое заспанное. Мне стыдно.

Утенок: А мы сейчас тебя умоем! Ну-ка, давайте все вместе. *(Моют. Толкают солнышко. Оно летит по небу)*

Поют трое: Нас только трое, только трое, но зато

Заяц: Мы можем лазать, да и прыгать как никто

Утенок: Мне не привыкать в воду нырять

ВСЕ: Нас только трое, но порой как будто сто

Поют трое: Нас только трое, только трое, но не раз

Все мы друг руга выручали в трудный час

Каждый чем мог другу помог

Приглашаем к нам и вас

Утенок: Вот мы и нашли солнышко, не верите, посмотрите! *(Показывает на солнышко)*

Автор: Так, друзья выручили солнышко из беды и вернули его на небо.

Спектакль по сказке «Раз, два – дружно!»

АВТОР: Однажды в лесу началась страшная гроза. Зашумел, загудел ветер, пошёл сильный дождь. Все зверушки попрятались кто куда. Бежал по лесу лось.

ЛОСЬ: Ой, какая непогода! Спрячусь я под этой старой елью.

АВТОР: Буря повалила дерево, тяжёлый ствол крепко прижал к земле ветвистые рога Лося, и он оказался в ловушке ...

ЛОСЬ: Ой-ой-ой!!! Помогите, спасите!!!

ЁЖИК: Ах, бедняга! Сейчас я помогу тебе. *(Пробует поднять дерево).*

ЁЖИК: Куда там! Какое тяжелое! Даже не шелохнулось. *(Прилетела сорока)*

СОРОКА: Кому жить-поживать, кому здесь погибать...

ЁЖИК: Кыш, отсюда, негодная!

СОРОКА: Я тебе этого не прощу, не прощу! *(Улетает)*

АВТОР: Прилетела сорока в самую чащу леса, а там под деревом Волк лежал, зубами щёлкал.

СОРОКА: Разлёгся тут, Серый, и не знаешь, что тебя богатая добыча дожидается.

ВОЛК: Где добыча?

СОРОКА: Лося елью придавило. Я тебе дорогу покажу.

АВТОР: На полянке возле упавшего дерева появляется заяц.

ЗАЯЦ: Здравствуй, ёжик!

ЁЖИК: Здравствуй, косой!

ЗАЯЦ: А что ты тут делаешь?

ЁЖИК: Да вот, Лося спасаю!

ЛОСЬ: Ох, заяц, плохо мне, деревом меня придавило!

ЗАЯЦ: Ну, давай, я тоже тебе помогу! Надо палку найти, она нам поможет. *(Находят палку, подкладывают под дерево, налегают на неё вместе с ежом)*

ЗАЯЦ и ЁЖИК: Раз, два – дружно! Дерево даже не дрогнуло.

АВТОР: А по лесу к ним Волк бежит, торопится. Впереди Сорока летит, дорогу указывает. Навстречу им Лохматый Волк.

ЛИСА: Здорово, Серый. Куда путь держишь?

СЕРЫЙ: Некогда мне. Меня богатая добыча ждёт

ЛИСА: И я с вами,

АВТОР: Устали Ёжик и Заяц, присели отдохнуть. На полянке показалась Зайчиха.

ЗАЙЧИХА: *(Зайцу)* Вот где ты, негодный?! Дома обед готов. Зайчата тебя дожидаются...

ЗАЯЦ: Видишь, несчастье–то какое, лось в беду попал. *(Заплакала)* ЗАЙЧИХА: Ах, как теперь ему помочь, горемычному?

ЗАЯЦ: Тут плачь – не плачь, надо Лося выручать. Помоги лучше нам!

ЁЖИК И ЗАЯЦ, ЗАЙЧИХА: Раз, два, взяли! Раз, два – дружно!

БЕЛКА: *(С дерева)* Сейчас и я вам помогу!

ЁЖИК И ЗАЯЦ, ЗАЙЧИХА, БЕЛКА: Раз, два, взяли! Раз, два – дружно! (ствол дерева стал немного приподниматься...)

АВТОР: Мимо Мышка пробегала.

МЫШКА: Что это тут делается?

БЕЛКА: Эй, Мышка, иди сюда скорей, помоги нам лося спасать!

МЫШКА: Сейчас, только Лягушку позову. Лягушка, пойдем поможем лося из-под дерева спасать!

ЛЯГУШКА: Пойдем скорее, поможем!

ВСЕ хором: Раз-два-а...*(Ещё выше поднялся ствол дерева).*

АВТОР: А тут как раз муравей мимо пробегал.

ЛЯГУШКА: Эй, Муравей, помоги нам скорей!

МУРАВЕЙ: Сейчас, только на высокую травку заберусь, разбегусь и прыгну к вам на помощь! *(Взбежал Муравей на высокую ветку и оттуда прыгнул вниз прямо на конец рычага...)*

ВСЕ хором: Раз, два – дружно!!!(Ещё приподняли ствол дерева и освободили бедного Лося).

ЁЖИК: Вылезай, лось, подняли мы дерево!

ВСЕ хором: Ура! (А Лось низко всем поклонился)

ЛОСЬ: Спасибо вам, друзья. Спасли вы меня. А тебе, Ёжик, особенная благодарность.

ЁЖИК: Это Муравей помог. Если бы не он...

МУРАВЕЙ: Что вы? Я такой маленький!

ЛОСЬ: Маленький, а большое дело сделал!

АВТОР: Когда волки прибежали на полянку, там уже никого не было.

ВОЛК и ЛИСА: Где, где же добыча?

СОРОКА: Прямо не знаю, и кто это Лося освободил? Ума не приложу...

АВТОР: Тут из-под ствола упавшей ели выполз маленький Муравей

МУРАВЕЙ: Это я. Я его освободил! *В. Сутеев*

«Сказка про Капризку»

Автор: Может это правда, а быть может нет, Было то недавно, а быть может нет.

Жила-была красивая девочка и звали её Машенька. И вот что однажды с ней случилось.

Маша: (Кричит, плачет) Не хочу я руки мыть,

Не хочу я кушать,

Целый день я буду ныть,

Никого не слушать!

Автор. Прибежал её любимый пес Барбос.

Барбос: Что случилось с нашей Машей?

Она плачет, кричит, ничего не хочет делать!

Автор. Рядом с Машей и котенок любимый сидит

Мурзик: Поговорим, утешим!

Барбос: Машенька, пойдем погуляем.

Мурзик: Смотри какая хорошая погода…

Маша: А я хочу плохую, пусть идет дождь!

Мурзик: Но тогда ты промокнешь!

Маша: Хочу промокнуть!

Мурзик: Может ты хочешь есть? Я принесу тебе…

Маша: Ничего я не хочу!

Барбос: И мороженого не хочешь? Сливочного, шоколадного, клубничного, брусничного …

Маша: Ни мороженого, ни пирожного!

Мурзик: Может быть ты хочешь пить? Хочешь я принесу тебе чаю?

Маша: Ничего я не хочу! Ни мороженого, ни пироженого, ни чаю, ни молока, ни какао!

Мурзик и Барбос вместе: Почему же ты тогда плачешь и кричишь?

Маша: Почему я все кричу? Вам какое дело,

Ничего я не хочу! Все мне надоело!

Барбос: Может быть ты больна? Позовем тебе врача.

Мурзик и Барбос вместе: Доктор, доктор, наша Маша заболела!!!!

Входят Барашек и петушок.

Барашек. Я доктор удивительный, лечу болезни все,

А ну-ка покажите мне кто здесь болеет Бе-е-бе!!

Со мной пришел помощник мой громкоголосый Петушок.

Мурзик и Барбос вместе: Наша Маша заболела! И мы не знаем чем!

Барашек: Скажите Маша: «а-а-а»!!

Маша: Бе-е-е-е

Барашек: Дыши

Маша: Сами дышите!

Петушок: АГА! ОГО!

Маша: (Перестаёт плакать) Что «ага» и что «ого»?! Что вы говорите?

Барашек: Ладно, скажу по секрету! Только ты никому не говори!

Маша: Никому не скажу, но что?

Барашек: ТЫ проглотила Капризку. Он летал и залетел тебе в рот, когда ты плакала.

Маша: Я проглотила Капризку? А какой он?

Петушок: Он сердитый, неумытый, страшный зверь,

Бука, злюка, любит скуку, он в тебя залез теперь!

Барашек: Тут он тут он, рядом, близко,

И зовется он Капризка!

Петушок: Он летал, и залетел тебе в рот, когда ты плакала, и ты сама стала Капризкой!

Маша: (плачет) Не хочу быть Капризкой!

Барашек: Тогда скажи весело и громко «Я не хочу быть Капризкой, Капризка, уходи вон!»

Маша: «Я не хочу быть Капризкой и не буду больше плакать, Капризка, уходи вон!»

Маша, Мурзик, Барбос: Вылетел! Вылетел! Вон-вон полетел! Капризка!

Мурзик, Барбос: Спасибо, доктор, вылечили вы нашу Машу!

Маша: А куда же полетел Капризка?

Мурзик: Искать ребят, которые плачут и капризничают. Залетит он к ним в рот и они сами станут Капризками!

Маша: Я не буду больше плакать и открывать рот!

Поют вместе:

Лучше съешьте вы ириску,
Или сладких сухарей,
А Капризку, а Капризку,
Прочь гоните поскорей! – 2 раза

«Сказка про Паучка»

ВЕДУЩИЙ. Жил на свете Паучок
Чёрненькая спинка
Его домиком была
Чудо паутинка.
Здесь обедал он и спал
Книжки умные читал,
Утром солнышко встречал,
А под вечер засыпал.
Он один гулять ходил,
Чай один с вареньем пил,
Так один себе и жил
И никто с ним не дружил.
А без друга каждый знает

Очень скучно нам бывает.
Но однажды поутру
Ёжики пришли к нему.
ПАУК: Здравствуйте, Ёжики, здравствуйте, колючие!
ЕЖИ: Здравствуй, Паучок - чёрненькая спинка!
ПАУК: Что вас привело сюда?
Рад я вам помочь всегда.
ЕЖИК 1: Там под дикой яблонькой
Яблочки лежат
Как бы нам хотелось ими
Угостить ежат.
ЕЖИК 2. Только как же яблочки
Домой нам унести
Не из чего ёжикам
Сумочку сплести.
ПАУК: Горю вашему, друзья,
Я помочь смогу
Из этой паутинки
Сумочку сплету (плетёт.)
ВЕДУЩИЙ. Чтоб не скучно было Паучку работать,
Ёжики спели весёлую песенку.
Песня «Маленький ёжик»
ЕЖИКИ. С барабаном ходит ежик бум-бум-бум-бум-бум
Целый день играет ежик бум-бум-бум-бум-бум
С барабаном за плечами бум-бум-бум-бум-бум
Ёжик в сад зашел случайно бум-бум-бум-бум-бум
Припев: Ля-ля-ля, бум-бум-бум, Ля-ля-ля, бум-бум-бум,
Ля-ля-ля, бум-бум-бум, ля-ля-ля
ПАУК: Вот и всё готово!
ЕЖИ (хором): Ну, спасибо, Паучок,
Очень добрый ты жучок.
До свиданья!
ПАУК: До свиданья, ёжики!
ВЕДУЩИЙ. На полянку к Паучку
Пчёлка прилетела
И, порхая на лету
Песенку запела.
ПЧЕЛКА: Жу-Жу-Жу-Жу-Жу. Жу-Жу-Жу-Жу-Жу...
ПАУК: Здравствуйте, Пчёлка, здравствуй, красавица!
ПЧЕЛА: Здравствуй, Паучок – чёрненькая спинка!
ПАУК: Что тебя привело сюда?
Я Рад тебе помочь всегда
ПЧЕЛА: Я с цветочка на цветок

Весело летаю
И цветочную пыльцу
Быстро собираю.
А потом я из пыльцы
Делаю медок
И на зиму запасаю
Я медочек впрок,
Только как же в улей
Мёд мне унести
Помоги корзинку
Пчёлке ты сплести.
ПАУК: Не волнуйся, Пчёлка,
Это не беда,
Я сплету корзинку.
Рад помочь всегда! (плетёт.)
ВЕДУЩИЙ. А пока Паучок плёл корзинку,
Пчёлка собирала цветочный сок.
ПАУК: Вот и всё готово!
ПЧЕЛА: Вот, спасибо, Паучок,
Очень добрый ты жучок.
До свиданья!
ПАУК: До свиданья, пчёлка!
ВЕДУЩИЙ. На полянку к Паучку
Белка прискакала
И восторженно ему
Вот что рассказала.
ПАУК: Здравствуй, Белочка, здравствуй, проказница!
БЕЛКА: Здравствуй, Паучок – чёрненькая спинка!
Я веселая шутница белка озорница По деревьям я скакала
И орешки собирала,
Но недавно поспешила
И занозу посадила (дует на палец)
Кто бы мне связал перчатки,
Чтобы прыгать без оглядки?
ПАУК: Я смогу связать перчатки,
Чтобы прыгать без оглядки (вяжет).
ВЕДУЩИЙ. Паучок перчатки вяжет
Ну, а Белочка попляшет. *(«Во саду ли, в огороде»)*
ПАУК: Вот и всё готово!
БЕЛКА: Ну, спасибо, Паучок,
Очень добрый ты жучок.
До свиданья!
ПАУК: До свиданья, белочка

ВЕДУЩИЙ. Вот и вечер подошёл
Светлячков черёд пришёл
Все фонарики включили (чик)
И потанцевать решили.
ПАУК: Здравствуйте, светлячки, разноцветные жучки!
СВЕТЛЯЧКИ: (вместе) Здравствуй, Паучок – чёрненькая спинка!
ПАУК: Что вас привело сюда?
Рад я вам помочь всегда!
СВЕТЛЯЧОК 1: Мы весёлые жучки
Мы цветные светлячки Только вечер наступает
На полянку вылетаем
СВЕТЛЯЧОК 2: И всю ночь потом летаем
Всем дорожки освещаем
Утром все ложимся спать,
Чтобы силушки набрать.
СВЕТЛЯЧКИ (вместе): Очень просят светлячки
Чтоб сплели нам гамачки
Где б могли мы отдыхать,
Чтобы силушки набрать
ПАУК: Не печальтесь, светлячки,
Я сплету вам гамачки (плетёт)
ВЕДУЩИЙ. Отдохните, светлячки
Пока сплетут вам гамачки *(Светлячки приседают на цветы, помахивая фонариками)*
ПАУК: Вот и всё готово!
СВЕТЛЯЧКИ (вместе): Ну, спасибо, Паучок,
Очень добрый ты жучок.
До свиданья!
ПАУК: До свиданья, светлячки!
ВЕДУЩИЙ. Оглянулся Паучок
Где же паутинка?
ПАУК: Светлячкам сплёл гамачок,
Пчёлке сплел корзинку,
Еще сумочку Ежам,
Белочке – перчатки. Паутиночка, ау! Ты играешь в прятки?
ВЕДУЩИЙ. Не печалься, Паучок, ты ведь всем друзьям помог
И хотя нет паутинки, вытри поскорей слезинки
Принимай скорей подарки!
ПЧЕЛА: От пчелы прими медок душистый.
СВЕТЛЯЧКИ: От светлячков фонарик чистый.
БЕЛКА: От белочки – орешки гладкие.
ЕЖИ: От ёжиков – яблочки сладкие.
Все (хором): Это знают даже дети
Всех нужней друзья на свете!

ПРИЛОЖЕНИЕ 11

Обучение приемам релаксации

Релаксация (от лат. Relaxation – расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

Цель релаксации: снятие мышечного напряжения и эмоционального возбуждения. Расслабляясь, нервная система переходит на экономный режим. Последний создаёт наиболее оптимальные условия для восстановления биологического потенциала.

Релаксация является частью занятия по развитию эмоционально-волевой сферы. Она помогает каждому ребёнку избавиться от накопившегося внутреннего негатива, плохого настроения, обид и сомнительных мыслей. Во время расслабления приходит ощущение свободы, лёгкости и спокойствия. Такое состояние, помогает ребёнку легко воспринимать и усваивать новый материал, радоваться жизни, быстрее забывать неудачи. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей.

«Воздушный шарик»

Цель: снять напряжение, успокоить детей.

Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу.

«Корабль и ветер»

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно если дети устали.

Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!

«Дудочка»

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ.

Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр! Все перечисленные упражнения можно выполнять в группе, сидя или стоя за столами.

«Улыбнись»

Цель: снять эмоциональное напряжение, создать положительное настроение.

Дети садятся на ковер. Закрывают глаза. Кто сегодня быстро бегал, прыгал и скакал. тот, конечно, не устал, но устала голова, думать ей всегда пора. Надо просто посидеть, вспомнить солнце, море. Посмотреть внутрь себя и звездочку увидеть, рядом с луною. Вот она блестит и улыбается. И от луны зажигается. Если это увидел ты. Глазки открой, посмотри на друзей, улыбнись.

«Слон»

Цель: снять эмоциональное напряжение.

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с «грохотом» опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе «Ух!».

«Кукушка»

Цель: снять эмоциональное напряжение, успокоить учащихся.

Дети сидят с закрытыми глазами. «Тихо, тихо стало вдруг. Солнышко уснуло. Одуванчик спит давно, и кузнечик тоже. А кукушке все равно, спать она не может. Все ку-ку-ку-ку, за окошком вторит. Отдохну и я немножко, а теперь взгляну в окошко.

«Кулачки»

Цель: напряжение и расслабление мышц рук.

«Руки на коленях,

Кулачки сжаты,

Крепко, с напряжением

Пальчики прижаты, *(сжать пальцы)*

Пальчики сильней сжимаем-

Отпускаем разжимаем…» *(разжать) (2 раза)*.

Обратить внимание на неприятные ощущения во время напряжения мышц рук и наоборот, в момент расслабления!

«Замедленное движение»

Цель: обучение позе покоя.

«Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,

Но не все пока умеют, расслабляться – отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень лёгкая простая,

Замедляются движенья, исчезает напряженье. *(Дети ложатся на ковёр, руки – вдоль туловища, ноги слегка раздвинуты)*.

И становится понятно, расслабление приятно». *(Отдых лёжа на ковре, под спокойную музыку)*.

«Шалтай – Болтай»

Цель: напряжение и расслабление мышц рук.

«Шалтай – Болтай сидел на стене, *(поворот туловища влево – вправо)*,

Шалтай – Болтай свалился во сне» *(наклон туловища вперёд, свесив голову и руки)*. *(3 раза)*.

«Улыбнись – рассердись»

Дети сидят. Улыбаются – все тело расслаблено, все вокруг хорошо. Но вдруг мы рассердились – брови нахмурились, руки упираются в бока кулачками, все тело напрягается. И снова все хорошо, мы улыбаемся.

«Шишки»

Цель: напряжение и расслабление мышц рук.

Представьте себе, что вы – медвежата и с вами играет мама – медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах *(напряжение)*. Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела – лапки отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам…

«Пружинки»

Цель: напряжение и расслабление мышц ног.

Наши руки так стараются, пусть и ноги расслабляются. Давайте представим, что мы поставили ноги на пружинки. Они выскакивают из пола и отталкивают носки наших ног так, что они поднимаются вверх, а пятки продолжают упираться в пол. А теперь нажимаем на пружинки. Крепче! Сильнее. Ноги напряжены! Тяжело так стоять. Перестали нажимать. Ноги расслабились. Приятно отдыхаем. Вдох – выдох!

«Что за странные пружинки, упираются в ботинки?
Ты носочки опускай,
На пружинки нажимай…
Нет пружинок – отдыхай!
Руки не напряжены,
Ноги не напряжены,
И расслаблены…»

«Лягушки»

Цель: расслабление речевого аппарата.

Губы втягиваются, как при произношении звука ***«И»***, а затем возвращаются на место.

«Тянем губы прямо к ушкам!
Вот понравится лягушкам!
Потяну – перетяну
И нисколько не устану!
Губы не напряжены
И расслаблены».

«Спящий котёнок»

Цель: освоение и закрепление позы покоя.

Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком *(напряжение)*. Но вот котята устали…начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат *(расслабление)*.

«Шарик»

Цель: напряжение и расслабление мышц живота.

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

«Вот как шарик надуваем! а рукою проверяем *(вдох)*.

Шарик лопнул, выдыхаем, наши мышцы расслабляем.

Дышится легко…ровно…глубоко…»

«Стульчик»

Цель: напряжение и расслабление мышц живота.

И. п.: ребёнок лежит на спине, руки вдоль тела. Медленно он начинает подниматься и садиться, как будто на стульчик. Мышцы живота, то напрягаются, то расслабляются. Восстановление дыхания.

«Тишина»

Цель: саморасслабление, снятие напряжения.

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

«Тише, тише, тишина…

Разговаривать нельзя…

Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать…

И тихонько будем спать».

«Четыре стихии»

Цель: развитие внимания, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Играющие стоят в кругу. Ведущий произносит слова:

«Земля» – руки вниз;

«Вода» – руки вперёд;

«Воздух» – руки вверх;

«Воздух» – вращение руками.

Восстановление дыхания.

«Саморасслабление»

Цель: саморасслабление, снятие напряжения.

Дети отдыхают, лёжа на ковре, под спокойную музыку. Через 4–5 минут музыка постепенно смолкает.

«Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем…

Хорошо нам отдыхать… *(пауза)*

Но, пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Подтянулись! И друг другу улыбнулись!

Встаём!».

«Качели»

Цель: расслабление мышц после напряжения.

И. п.: стоя одна нога выставлена вперёд, другая сзади.

Раскачивание: перенос массы тела с одной ноги на другую, то вперёд, то назад.

«Брызгалки»

Цель: напряжение мышц рук.

Резко опускать руки сверху вниз поочерёдно, будто хлопаем ладошками по воде.

«Солнышко и тучка»

Цель: сосредоточение внимания на расслаблении дыхания.

«Солнышко зашло за тучку, стало холодно»

Дети сжимаются в комок, чтобы согреться, при этом задерживают дыхание.

«Солнышко вышло из – за тучки, стало тепло.»

Дети расслабляются. Выдох.

«Ветерок»

Цель: расслабление мышц рук, корпуса.

И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

«Ветер дует нам в лицо,

Закачалось деревцо…

Ветер тише, тише, тише

Веточки всё выше! Выше!».

«Снеговик»

Цель: напряжение, расслабление мышц рук, корпуса.

На первую часть стихотворения дети «лепят» снежный ком. Затем изображают снеговика: руки на поясе, спина прямая, мышцы напряжены, улыбка. Снеговик растаял, мышцы расслаблены, руки упали вниз, голова опущена.

«Давай, дружок, смелей, дружок, кати по снегу свой снежок.

Он превратится в снежный ком и станет ком снеговиком.

Его улыбка так светла! Два глаза, шляпа, нос, метла!

Но солнце припечёт слегка – увы! И нет снеговика». *(2 раза)*.

«Горошина»

Цель: расслабление мышц языка.

Язык прижимается к щеке и надавливает на неё, как будто за щекой спрятана горошина. Языку неудобно быть в таком положении, и мы возвращаем его на место. Он расслабился, отдыхает.

Упражнение «Цветы и дождь»

Цель: снятие мышечного напряжения рук, корпуса.

1. «Какие красивые цветы!» (дети стоят с поднятыми руками, кисти рук показывают «тюльпан»);
2. «Давно не было дождя. Цветы завяли…» (дети опустили руки);
3. «Сначала опустились головки» (склонили головы, плечи расслаблены);
4. «Затем весь стебелек согнулся до земли» (наклон с расслабленными руками);
5. «Вдруг закапал дождик и цветы стали медленно оживать» (повтор движений в обратном порядке).

Упражнение «Загораем»

Цель: напряжение, расслабление мышц ног.

И.П.: Дети лежат на полу на спине.

«Мы прекрасно загораем, выше ноги поднимаем.

Держим, держим, напрягаем,

Загорели, опускаем, ноги не напряжены и расслаблены».

ПРИЛОЖЕНИЕ 12

Рефлексия

Слово ***рефлексия*** происходит от латинского reflexio – обращение назад. Словарь иностранных слов определяет рефлексию как размышление о своём внутреннем состоянии, самопознание. Толковый словарь русского языка трактует рефлексию как самоанализ. В словаре С. И. Ожегова указано, что в слове рефлексия ударение нужно ставить на слог ле. Рефлексия – размышление человека, направленное на анализ учащимися собственного состояния, переживания, мыслей по завершении деятельности. Это попытка отразить происшедшее с моим «Я»: Что я думал? Что чувствовал? Что приобрёл? Что меня удивило? Что я понял и как строил поведение? и т.п. При этом глубина рефлексии, самоанализ зависит от степени образованности человека, развитости морального чувства и уровня самоконтроля. Рефлексия, в упрощённом определении, – это «разговор с самим собой».

Самый простой вариант «Смайлик» – карточки с изображением трёх лиц: весёлого, нейтрального и грустного. Учащиеся выбирают «смайлик» соответствующий их настроению.

Приём «солнышко». Детям можно предложить представить себя лучиками солнца. В конце урока лучики располагаются на солнышке согласно настроению.

«Цветопись»

У учащихся две карточки: синяя и красная. Они показывают карточку в соответствии со своим настроением в начале и в конце урока. В данном случае мы можем проследить, как меняется эмоциональное состояние ученика в процессе занятия. Не может не вызвать интереса у учителя причина изменения настроения в ходе урока. Это ценная информация для размышления и корректировки своей деятельности.

«Букет настроения» (Приложение 16.15)

В начале урока учащимся раздаются бумажные цветы: красные и голубые. На доске изображена ваза. В конце урока дети прикрепляют к вазе красный или синий цветок. Можно предложить ребятам более разнообразный спектр цветов: красный, желтый синий.

«Дерево настроения» (Приложение 16.16) – если чувствую себя хорошо, комфортно, то вешаю на дерево яблоки красного цвета, если состояние удовлетворительное – зелёного, плохое настроение – жёлтое.

«Светофор» (Приложение 16.17)

«Ёлочка настроений» (Приложение 16.18)

«Острова» (Приложение 16.19)

«Строим здание» (Приложение 16.20)

«Моё состояние» (Приложение 16.21)

Эмоционально-художественная рефлексия (Приложение 16.22)

Если учитель хочет закончить урок на более высоком эмоциональном уровне, к чему располагает также и содержание урока, то можно использовать приём эмоционально-художественной рефлексии: учащимся предлагаются две картины с изображением пейзажа. Одна картина проникнута грустным, печальным настроением, другая – радостным, весёлым. Ученики выбирают ту картину, которая соответствует их настроению.

Эмоционально-музыкальная рефлексия

Учащиеся слушают фрагменты из двух музыкальных произведений (желательно указать композитора произведения). Звучит тревожная музыка и спокойная, восторженная. Учащиеся выбирают музыкальный фрагмент, который соответствует настроению. Если есть время, то можно предложить учащимся выразить своё эмоциональное настроение в виде рисунка, а в конце провести выставку рисунков.

ПРИЛОЖЕНИЕ 13

Стихотворения для развития эмоциональной сферы ребенка

Грусть (печаль)
Когда заболела нога у коня,
тогда заболела нога у меня…
когда у кошки болело ушко,
мне тоже больно было немножко.
А сегодня была перемена
Я упал –
Заболела коленка.
И вот у кровати мама стоит,
И у мамы коленка болит. *Э.Мошковская*

Радость
Радость – если солнышко светит,
Если в небе месяц есть.
Сколько радости на свете
Не измерить и не счесть.
Только радостные слышат
Песни ветра с высоты,
Как тихонько травы дышат,
Как в лугах звенят цветы.
Только тот, кто сильно любит,
Верит в светлую мечту,
Не испортит, не погубит
В этом мире красоту. *В. Лунин*

О чем грустят корабли (печаль, грусть)
О чем грустят корабли,
От суши вдалеке?
О мели на реке,
Где можно на минуточку
Присесть и отдохнуть
И где совсем ничуточки
Не страшно утонуть. *В. Лунин*

Доброта
Вчера решил я
Добрым быть,
Всех уважать и всех любить.
Подарил я Свете мячик,
Подарил я Пете мячик,

Коле отдал обезьянку,
Мишку,
Зайца
И собачек.
Шапку,
Варежки
И шарф
Подарил я Гале…
И вот за доброту мою
Меня же наказали *Р.Сеф*

Медведь
– ты куда идешь, медведь?
– в город елку посмотреть.
– а зачем тебе она?
– новый год встречать пора.
– где поставишь ты ее?
– в дом возьму к себе, в жилье.
– что ж не вырубил в лесу?
– жалко, лучше принесу.

Совесть (вина)
Я кошку выставил за дверь,
Сказал, что не впущу.
Весь день ищу ее теперь,
Везде ее ищу.
Из-за нее
Вторую ночь
Все повторяется,
Точь-в- точь,
Во сне, как наяву:
Я прогоняю кошку прочь,
Я прогоняю кошку прочь,
Потом ее зову. *А. Барто*

Страшная птица (страх)
На окошко села птаха,
Брат закрыл глаза от страха:
Это что за птица?
Он ее боится!
Клюв у этой птицы острый,
Встрепанные перья.
Где же мама? Где же сестры?

Не, пропал теперь я!
Кто тебя, сынок, обидел?
Засмеялась мама.
Ты воробышка увидел
За оконной рамой. *А. Барто*

Серёжа и гвозди (гнев, злость)
Сотрясается весь дом:
Бьет Сережа молотком,
Покраснел от злости,
Забивает гвозди.
Гвозди гнутся,
Гвозди мнутся,
Гвозди извиваются,
Над Сережею они
Просто издеваются –
В стенку не вбиваются.
Хорошо, что руки целы.
Нет, совсем другое дело –
Гвозди в землю забивать.
Тук! – и шляпки не видать.
Не гнутся, не ломаются,
Обратно вынимаются! *В. Берестов*

В зеркале (поступки человека)
Не смотрюсь я в зеркала –
Поважнее есть дела!
Я не красавец, не урод,
Обыкновенный парень:
Обычный нос, обычный рот.
Глаза какие? Карие.
Не смотрюсь я в зеркала –
Поважнее есть дела!
Но вдруг одна история
Со мной произошла.
В хоккей играл я во дворе,
Столкнулся со старушкой,
Ну что ж, случается в игре, –
Её задели клюшкой!
Взялась ругать старушка
Всё наше поколенье.
Я спорил со старушкой
До белого каленья.

Она словцо, и я словцо –
Война у нас в разгаре!
Вдруг вижу в зеркале лицо –
Губастый, злющий парень!
Несли к соседям зеркало,
И вот, средь бела дня,
Оно так исковеркало
Меня!
Обычный нос, обычный рот,
Но оказалось – я урод!
Стал в зеркало посматривать
Я вечером и днём,
И каждый раз по-разному
Я отражаюсь в нём.
Хромую кошку приласкал
Случайно на бульваре,
Иду домой мимо зеркал,
Смотрю – красивый парень!
Меняюсь десять раз на дню.
С сестрёнкой начал я возню
И мячик отнял силой,
Смотрю – я некрасивый!
Обычный нос, обычный рот,
То я пригож, то я урод!
Нет, отражают зеркала
Не только наши лица, –
И наши мысли, и дела
В них могут отразиться. *А. Барто*

ПРИЛОЖЕНИЕ 14

Игры на развитие эмоционального мира ребенка

Поведение – это система взаимосвязанных действии ребенка, осуществляемых им в соответствии с его внутренними установками, целями, желаниями. Это довольно сложный процесс, регулируемый мотивами, эмоциями. Мотив – побуждает к деятельности и связан с удовлетворением потребностей. Развитие мотивов происходит через расширение и изменение круга деятельности; чем шире диапазон видов деятельности (игра, труд, учеба, спорт и т.д.), тем более широк круг социальной включенности ребенка в жизнь, тем более широка его возможность эмоционального выбора социальных ролей. Поведение «особых» детей отличается от общепринятых

норм. И главная особенность этого поведения проявляется в том, что ребёнок неадекватно воспринимает те требования, которые предъявляет ему окружающий социум. К тому же дети-инвалиды либо завышают, а чаще занижают свои возможности в решении социальных проблем. У детей медленно нарабатываются сами алгоритмы поведения в тех или иных ситуациях. Да ещё они не всегда могут выбрать правильную стратегию действий. В результате они не могут достичь желаемого, чувствуют себя неуверенно, а в итоге демонстрируют агрессивное и деструктивное поведение, которое может быть направлено как во внешний мир, так и на самих себя, собственную личность. Современная психология рассматривает поведение как внешний компонент предметной деятельности. Деятельность как раз и демонстрирует включённость субъекта в социальные отношения.

И таким образом, для того чтобы улучшить или изменить поведение вашего ребёнка, дорогие родители, вам нужно как можно больше заниматься с ним различными видами деятельности. То есть буквально, чем большему набору действий и манипуляций вы научите ребёнка, тем лучше вы его разовьёте. И в результате сможете предотвратить появление так называемых вторичных нарушений, которые в большом количестве встречаются у «особых» детей из-за того, что не все, к сожалению, понимают, что с «особым» ребёнком надо заниматься порой самыми простыми вещами (например, учить собирать портфель), но долго и настойчиво для того, чтобы навык прочно закрепился в структурах мозга.

Поведение «особого» ребёнка – это, прежде всего, построение его деятельности, которая зависит от эмоций ребенка.

В данном разделе мы предлагаем серию игр, которая направлена на уточнение и коррекцию моделей эмоционального поведения. Мы предлагаем вам взять любимую игрушку вашего ребенка и проиграть в приведенные ниже ситуации. Попробуйте не просто познакомить ребенка с тем, как надо вести, но постараться играть с ним так, чтобы он сам смог сказать (показать, выбрать) тот вариант общения, который действительно уместен в ситуации.

Дело в том, что в отношении человека к другим людям всегда проявляется его «Я», отражаются особенности его личности. Так давайте же попробуем сформировать «Я» наших детей на основе личностной компетентности, основанной на развитии механизмов восприятия, инициативности ребенка, его эмоциональной адекватности.

Игры для развития у ребенка эмоций радости, удивления, вины и стыда, сочувствия

Все приводимые ниже игры и упражнения направлены на развитие потребности ребенка в его включенность в контекст социальных и предметных действий через синхронное сотрудничество, во время которого взрослый проявляет специфическую активность, направленную на достижение неко-

его общего, совместного результата. Во время разных ритуальных и режимных действий родитель должен поддерживать и поощрять развитие направленного и длительного внимания, хватания, удерживания, исследования и игры. Когда родитель и ребенок разыгрывают репертуар самых различных действий – расширяют глаза, открывают рот, хлопают в ладоши, – производимые действия качественно лучше, по сравнению с тем, если бы ребенок делал это один. Совместная ориентация на предмет, обусловливающая развитие внимания, тактильное исследование, развитие слухового зрительного восприятия, а также развитие эмоционального реагирования – вот на что направлены предлагаемые ниже игры и упражнения. Мы предлагаем начать с развития зрительного восприятия, т.к. 80% всей информации человек получает глазами.

Данные упражнения представлены как простые и веселые игры, но при этом они стимулируют чувства ребенка и помогают установить контакт с взрослым.

Ребенок может быть не способен выполнять все или наоборот быть гиперактивным. Ребенок может попробовать поиграть с игрушками, сделать выбор с кем играть и с кем общаться. Мы надеемся, что каждый ребенок превратится из пассивного наблюдателя в активного участника, и именно эти игры, послужат основой для развития инициативных действий у ребенка и его эмоционального мира.

Используйте упражнения как быстрые веселые игры или как «научные эксперименты».

Целями игр и упражнений, представленных ниже являются:

1. Стимуляция внимания ребенка и расширение его представлений;
2. Развитие основ эмоционального реагирования;
3. Развитие зрительного контакта между ребенком и взрослым; создание основ для коммуникативного общения.
4. Формирование представлений о предметах.
5. Обогащение словаря.

Игры для развития у ребенка эмоции радости

Примерные темы игр: «Гости», «Подарок», «Праздник», «Встреча», «Солнце, дождь», «Моя победа», «Победа друга».

«Замечательный подарок» (интерес, восторг, удивление, злость, печаль)

Что нужно делать: Подготовьте небольшой подарок накануне какого-либо праздника. Вы подходите к своему ребенку вместе с Зайкой, который держит подарок. Вы говорите ребенку, что Зайка подготовил для него замечательный подарок и вручаете его. Помогите ребенку выразить радость Зайке от полученного подарка: улыбнуться, пожать лапки, поцеловать, сказать слова благодарности.

Вам понадобится: игрушечный заяц, подарок.

Используемые слова и фразы: спасибо; хорошо; мне очень понравилось; замечательный (красивый, вкусный) подарок; отлично; я очень рад (рада); я так мечтал (мечтала) об этом; ох, как здорово!

«Я за тебя очень рад» (радость, счастье, стеснение, злость)

Что нужно делать: Подготовьте небольшой подарок (шапочку) для Зайки. Вы подходите с ребенком к Зайке и дарите ему подарок и потом надеваете на Зайку шапочку. Вместе с ребенком вы говорите, какой Зайка стал красивый и нарядный. Помогите ребенку разделить радость с Зайкой от полученного подарка: улыбнуться, пожать лапки, поцеловать, сказать слова радости.

Вам понадобится: игрушечный заяц, шапочка.

Используемые слова и фразы: *замечательный (красивый, нарядный, яркий) подарок, слова радости.*

«Здравствуй, солнышко!» (радость, смущение, печаль, злость)

Что нужно делать: Перед выходом на прогулку расскажите ребенку коротенькую сказку о солнышке (Жило-было солнышко в своем красивом домике. Домик у солнышка находится высоко-высоко, на небе. Вокруг домика гуляют белые, пушистые облака. Вдруг солнышко посмотрело на землю и увидело тебя. Ты ему очень понравился, и оно погладило тебя своими лучиками, поздоровалось с тобой. А теперь пойдем на улицу и поздороваемся с солнышком). На улице обратите внимание ребенка на яркое солнце, на тепло от солнечных лучей. Вместе с ребенком повернитесь к солнцу, улыбнитесь и поздоровайтесь: «Здравствуй, ласковое солнышко!». Помогите ребенку выразить радость от тепла солнечных лучей: улыбнуться, помахать рукой, сказать ласковые слова.

Вам понадобится: вы сами.

Используемые слова и фразы: солнце; яркое солнышко; лучи; теплые лучики; белые, пушистые облака; милое, ласковое, теплое; греет, согревает, ласкает; приятно, радостно, весело.

«У тебя тоже получилось!» (интерес, стеснение, злость, удовольствие)

Что нужно делать: Вы занимаетесь рукоделием, починкой чего-либо. Покажите ваше изделие ребенку. Спросите его, нравится ли ему. Помогите ребенку найти достоинства в вашей работе и похвалить вас. Спрашивайте у своего ребенка, как выполнил свою поделку его друг, заочно похвалите этого друга. Приучайте ребенка радоваться чужим удачам.

Вам понадобится: *ваше* рукоделие.

Используемые слова и фразы: Смотри, что я делаю! Тебе нравится? Посмотри, куда спряталась иголка (кисточка, ножницы)? Что тебе нравится: цвет, ткань, краска, клей? Что ты можешь сделать?

«Радостная встреча» (интерес, радость, удивление, удовольствие)

Что нужно делать: У вас с ребенком разные игрушки. Вы расходитесь в разных комнатах идете навстречу друг другу. При встрече ваши игрушки радостно обнимаются, пожимают лапки, восклицают слова приветствия.

Помогите ребенку сказать обычные фразы при встрече: «Здравствуй!», «Как я рад тебя видеть!», «Куда ты идешь?», «Как твои дела?», «Как твое здоровье?».

Вам понадобится: две мягкие игрушки.

Используемые слова и фразы**:** Привет! Как дела? Что ты делаешь? Куда идешь? Как я рад (огорчен)! Здорово, что я тебя встретил!

«Ура! У меня получилось!» (радость, счастье, удивление, печаль, стеснение)

Что нужно делать: Выполните с ребенком какую-либо поделку (рисунок, аппликацию, изделие из конструктора, пластилина, кубиков и т.д.). Вместе с ребенком вы показываете поделку Зайке. Вместе с Зайкой вы хвалите замечательную поделку своего ребенка. Помогите ребенку выразить радость от своей работы: улыбнуться, попрыгать, показать своим близким свою поделку. Постарайтесь организовать «выставочный зал» для поделок вашего ребенка и всем их показывать.

Вам понадобится: игрушечный заяц, поделка.

Используемые слова и фразы: аккуратная, красивая, ровная и т.д.

Игры для развития у ребенка эмоции удивления

Примерные темы игр: «Большой – маленький», «Неожиданная встреча», «Запахи», «Явления природы», «Неожиданная находка», «Помощник на колесах», «Удивительная машина» и т.д.

«Большой шарик» (восторг, интерес, удивление, печаль)

Что нужно делать: Надувайте с ребенком воздушные шарики. Последний шарик надуйте намного больше остальных шаров. Обратите внимание ребенка на размер последнего шарика. Вместе с ребенком мимикой, жестами, восклицаниями удивляйтесь очень большому шарику. Привяжите к шарику игрушку – пусть ваш ребенок покатает ее на воздушном шаре. Обратите внимание ребенка на разные цвета шариков, на их свойства – прозрачный, легкий, мягкий, гладкий.

Вам понадобится: несколько воздушных шариков, игрушка.

Используемые слова и фразы: маленький**,** большой, очень большой, воздушные шарики, цвета шаров, шарик (круглый, мягкий, легкий, гладкий, прозрачный, большой), шарик полетел, возгласы удивления: ух, ох, здорово, весело, хорошо.

«Волшебный листок» (радость, огорчение, удивление, отвращение)

Что нужно делать: На улице, дома, на даче возьмите листочки с сильным характерным запахом (мята, герань, черная смородина, лавровый лист и т.д.). Изучите взятый вами листочек: форма, цвет, размер, гладкая или шершавая поверхность и т.д. Помните листочек руками и понюхайте появившийся резкий аромат. Вместе с ребенком мимикой, жестами, словами выразите удивление аромату «волшебного листочка». Отгадай запах с закрытыми глазами. А теперь я буду отгадывать, а ты загадывай.

Вам понадобится: листья с сильным характерным запахом (мята, герань черная, смородина, лавровый лист и т.д.).

Используемые слова и фразы: это мята; запах – нежный, спокойный, успокаивающий; молодец, угадал (угадала); а теперь я буду угадывать – не угадал (не угадала); радость, смех; огорчение.

«Удивительные машины» (внимание, интерес, страх, удивление, радость)

Что нужно делать: Понаблюдайте с ребенком за автомобилями. Обращайте внимание вашего ребенка на разные виды транспорта: грузовые машины, легковые машины, специальные машины, пассажирский транспорт и т.д. Выделяйте необычную характерную особенность какой-либо машины и вместе с ребенком мимикой, жестом, словами высказывайте удивление этой машиной. Например, очень длинная стрела у подъемного крана; сигнал и проблесковый маячок у машин «Скорая помощь» и «Милиция»; огромный фургон у грузовой машины, «рога» у троллейбуса. Если есть возможность, рассмотрите машину на близком расстоянии, потрогайте ее детали или даже покатайтесь на изучаемом транспорте.

Вам понадобится: вы сами и дорога.

Используемые слова и фразы***:*** названия транспорта и некоторые детали машины.

«Помощник на колесах» (интерес, удивление, радость, испуг, злость)

Что нужно делать: Подготовьте коробку с мелкими кусочками бумаги. На глазах у ребенка «нечаянно» рассыпьте содержимое коробки; акцент на эмоции: радость, удивление, огорчение. Попросите ребенка помочь вам собрать мелкие бумажки. Через некоторое время скажите ребенку, что позовете «помощника на колесах», который очень быстро уберет весь мусор. Снимите щетку и покажите ребенку, как пылесос втягивает отдельные бумажки. Помогите ребенку выразить удивление от свойства пылесоса. При работе с пылесосом соблюдайте правила техники безопасности и скажите, что пылесос «слушается» только взрослых людей.

Вам понадобится***:*** пылесос, коробка с мелкими бумажками.

Используемые слова: пылесос; бумажки; убирает, чистит, втягивает; вот так снежок; какой беспорядок; еще раз сделал снегопад; теперь я; кто быстрее соберет; кто больше снега уберет.

Игры для развития у ребенка чувства вины и стыда

Примерные темы игр: «Сломанная веточка», «Грустный котенок», «Обидел животное», «Сломал растение», «Обидел ребенка», «Сломал свою игрушку», «Сломал чужую игрушку», «Взял чужую игрушку», «Непослушание».

Грустный котенок» (стыд, вина, печаль, злость, неприязнь)

Что произошло: во время игры с домашним питомцем (котенком, собачкой, хомячком и т.д.) ребенок намеренно сделал ему больно.

Что нужно делать: Возьмите котенка на руки. Погладьте его, скажите ему ласковые слова. Спросите ребенка, знает ли он, что котята бывают грустные и веселые. Грустные котята становятся, когда им делают больно, выгоняют их из дома, не кормят их. А веселыми котята становятся, когда с ними играют, ухаживают за ними, любят их. Задайте вопрос котенку: «Ты какой котенок: грустный или веселый?» и сами ответьте на него. Вместе с ребенком расскажите, что нужно делать, чтобы котенок был веселым и не был грустным. Помогите ребенку придумать сюрприз для котенка.

Используемые слова и фразы: ласковый – грустный; любимый – нелюбимый; веселый – печальный; больной – здоровый.

«Чужая игрушка» (стыд, вина, печаль, злость, неприязнь)

Что произошло: после прогулки вы обнаружили у вашего ребенка чужую игрушку.

Что нужно делать: Обратите внимание ребенка на чужую игрушку. Расскажите, что ребенок, который лишился своей игрушки, наверное, плачет. Возможно, это была его любимая игрушка. Что же нам делать? Как быть? Напомните вашему ребенку о своих пропавших игрушках, о его переживаниях. Постарайтесь подвести ребенка к единственному правильному решению: игрушку надо отдать и попросить прощения. Предложить другому ребенку поиграть со своими игрушками.

Используемые слова и фразы: чужая игрушка; своя игрушка; плохо – хорошо; расстроился – обрадовался; вместе играть; друзья.

«Нехочуха» (интерес, удивление, стыд, вина, печаль)

Что произошло: ребенок не хочет убрать на место свои вещи.

Что нужно делать: Спросите, почему ребенок не убирает свои вещи. Наверняка он скажет, что не хочет. Скажите, что детей, которые ничего не хотят, называют Нехочухами и у Нехочух не бывает своих вещей. Поднимайте отдельные вещи и рассказывайте, кому их можно подарить. На глазах у ребенка складывайте вещи, желательно, в подарочные пакеты. Спросите у ребенка, хочет ли он быть Нехочухой и остаться без игрушек, вещей? Помогите вашему ребенку сказать, что он не хочет быть Нехочухой и будет всегда сам убирать свои вещи.

Используемые слова и фразы: нехочуха; вещи (разбрасывать, убирать, дарить); молодец, умница

«Зайка упал» (жалость, печаль, сочувствие, желание помочь)

Что нужно делать: Во время прогулки Зайка упал на землю. Вы поднимаете игрушку и говорите: «Бедный Зайка! Ты упал! Тебе больно, ты испачкался. Что у тебя болит? Тебя полечит (имя ребенка). Твою шубку тоже почистит …» Ребенок с вашей помощью «лечит» и чистит игрушку. Обратите внимание на выражение лица ребенка. Вызовите сочувствие вашего ребенка к Зайке. Повторите подобные игры с другими игрушками.

Используемые слова и фразы: упал; больно; полечи, почисть; не плачь, держись, улыбнись; уже не больно.

«Поделись конфеткой» (удовольствие, удивление, злость, радость)

Что нужно делать: Вы угощаете своего ребенка конфетами. Обратите внимание своего ребенка, что зайчик плачет – он тоже хочет конфет. Спросите ребенка, кто же может успокоить зайчика и поделиться с ним своими конфетами. Расскажите ребенку, как зайчик обрадуется конфетам, перестанет плакать. Обратитесь к зайчику и скажите: «Не плачь, Зайка! Мой ... очень добрый и обязательно угостит своими конфетами». Самостоятельно или с вашей помощью постарайтесь, чтобы ребенок угостил Зайку конфетами и при этом мимикой, жестами, словами проявлял доброжелательное отношение к Зайке.

Используемые слова и фразы: конфета; угости; добрый; возьми, пожалуйста.

«Зайку обидели» (интерес, жалость, печаль, радость)

Что нужно делать: Вы обращаете внимание ребенка, что Зайка пропал. Вы находите его в укромном месте и спрашиваете Зайку, почему он плачет, кто его обидел. Эмоционально рассказываете ребенку историю о том, что его обидел Волк – он его чуть не съел. Спросите ребенка, как он успокоит зайчика. Похвалите его за то, что он не бросил зайчика, а пожалел его.

Используемые слова и фразы**:** волк; плакать; чуть не съел; обидел; пожалеть.

ПРИЛОЖЕНИЕ 15

Приемы коррекции поведения детей с различными эмоционально-волевыми нарушениями

Все аспекты личностной сферы у детей с ОПФР формируются замедленно и с большими отклонениями. Детям свойственно резко выраженное отставание в развитии эмоций, недифференцированность и нестабильность чувств, ограничение диапазона переживаний, крайний характер проявлений радости, огорчения, веселья.

Проявление эмоций не зависит от качественного своеобразия структуры дефекта, т.е. от принадлежности ребенка к определенной клинической группе. Развитие эмоций детей с интеллектуальной недостаточностью в значительной мере определяется правильной организацией всей их жизни и наличием специального педагогического воздействия.

Тревожный ребенок

Проблема преодоления тревожности, по существу, распадается на две:

– овладение состоянием тревожности, снятие его отрицательных последствий;

– устранение тревожности как относительно устойчивого личностного образования.

Работа по преодолению тревожности может осуществляться на трех взаимосвязанных уровнях:

1. Обучение ребенка приемам и методам овладения своим волнением, снижения тревожности.

2. Расширение возможностей ребенка, формирование у него новых навыков, умений, знаний.

3. Перестройка особенностей личности, прежде всего самооценки и мотиваций. Одновременно необходимо проводить работу с семьей.

Приемы коррекционной работы:

1. *«Переинтерпретация» симптомов тревожности.* Часто людей с повышенной тревожностью деморализуют первые же признаки проявления этого состояния. Потренировавшись в применении данного приема, можно научиться овладевать своим волнением.

2. «Настройка на определенное эмоциональное состояние». Нужно мысленно связать то или иное свое состояние с какой мелодией, цветом, жестом.

3. «Приятное воспоминание». Предложите ребенку вспомнить ситуацию, в которой он испытал полный покой, и представить ее себе как можно ярче, стараясь заново пережить все связанные с ней ощущения.

4. «Использование роли». Предлагается представить себе образ для подражания и войти в эту роль.

5. «Контроль голоса и жестов». Объясните ребенку, как по голосу и жестам можно определить эмоциональное состояние. Этот прием необходимо отрабатывать перед зеркалом.

6. «Улыбка». Обучение целенаправленному управлению мышцами лица. Расскажите ребенку, какое значение имеет улыбка для снятия нервно мышечного напряжения.

7. «Мысленная тренировка». Ситуация, вызывающая тревогу, заранее представляется во всех подробностях, продумывается поведение в особо трудные моменты.

8. «Репетиция». Проигрывается ситуация, вызывающая тревогу.

9. «Доведение до абсурда». В процессе беседы «в спокойной ситуации» предлагается сыграть очень сильную тревогу, страх.

10. «Переформулировка задачи». Необходимо тренировать умение формулировать цель своего поведения в той или иной ситуации, полностью отвлекаясь от себя.

Агрессивный ребенок

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Дети, подверженные вспышкам агрессивности, используют любую возможность, чтобы толкать, бить, щипать других, ломать игрушки и т.п.

Причины агрессивности – почти всегда внешние: семейное неблагополучие, несоответствие между желаемым и возможным. Только поняв и приняв это, взрослые «догадаются», что ребенок ни в чем не виноват, и если его не будут обижать, то и он будет доброжелателен и приятен в общении.

Игры и упражнения на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций:

1. «Выбиваем пыль» (для детей с 4 лет). Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя ее руками, выбить пыль.

2. *«Уходи, злость, уходи!»* (для детей с 4 лет). Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними разложены подушки. Закрыв глаза, дети начинают со всей силы бить ногами по полу, а руками – по подушкам с громкими криками: «Уходи, злость, уходи!». Упражнение выполняется 3 минуты, затем дети ложатся в позу звезды и отдыхают, 3 минуты слушая музыку.

3. «Ругаемся овощами» (для детей с 5 лет). Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а... овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска» и т.д.

5. «Нет! Да!» (для детей с 5 лет). Дети свободно бегают по помещению и громко кричат: «Нет! Нет!». Встречаясь, заглядывают в глаза друг другу и еще громче кричат: «Нет! Нет!». По сигналу ведущего продолжают бегать, но кричат уже: «Да! Да!», заглядывая друг другу в глаза.

6. *«Тигр на охоте»* (для детей с 5 лет). Взрослый – тигр. За ним встают тигрята, которых он обучает охотится. Дети должны подражать всем движениям взрослого. Тот, изображая тигра, медленно выставляет вперед ногу с пятки на носок, вытягивает когтистую переднюю «лапу», поднимает голову и крадется к добыче. Сделав 5–6 таких крадущихся шагов, он группируется, поджимает к груди «лапы», наклоняет голову, приседает и резко прыгает, издавая громкий клич: «Ха!». Тигрята делают все это с ним одновременно.

7. «Жужа» (для детей с 6 лет). «Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочут. «Жужа» терпит сколько может, но, когда ей все надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за «обидчиками», стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

8. Подушечные бои. Играющие кидают друг в друга подушки, издавая победные кличи, колотят ими друг друга. Сюжетами игры могут быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за ...».

Рекомендация: вышеописанные игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия и снимая запрет на агрессию.

Гипервозбудимый и гиперактивный ребенок

Нередко родителей тревожит проявление у детей несобранности, излишней активности или, напротив, замкнутости, робости, плаксивости, а ча-

сто и агрессивности. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки внутреннего психоэмоционального напряжения, возбуждения и чрезмерной активности нервной деятельности, следствие какой «детской» проблемы, в которой взрослые еще не разобрались.

Для таких детей характерны следующие признаки:

1) ребенок постоянно находится в движении, не может спокойно сидеть;

2) при малейшем разочаровании кидается на пол, стучит ногами и кричит;

3) без причины может отчаянно плакать по нескольку часов;

4) отказывается есть, бросает тарелку на пол;

5) наотрез отрицает свои проступки, лжет и обманывает;

6) не признает ничьей собственности, берет что ему захочется;

7) развитие речи протекает либо нормально, либо с различными нарушениями: одни дети говорят громко и безостановочно, другие – мало и неохотно или не говорят вообще;

8) при выполнении точных движений обнаруживаются нарушения, которые являются следствием минимального повреждения мозга;

9) чрезмерно шумное дыхание;

10) ритм сна нарушен, ребенок не может вечером заснуть, иногда просыпается ночью от кошмаров;

11) дети школьного возраста на столько ловко все разрушают, что в их действиях видится преднамеренность;

12) проблемы этих детей в некоторых случаях приобретают криминальную направленность;

13) при нормальных интеллектуальных способностях нравственное развитие иногда остается в фазе инфантильности.

Самое правильное – научить такого ребенка помогать самому себе, т.е. познакомить его с методами саморегуляции. Ребенок многое может сам, а родители всегда должны быть готовы понять и успокоить его. Для этого нужно обратить внимание на следующее:

1. Ребенку необходимо спокойное окружение, защита от любых чрезмерных внешних раздражителей. Родители и все члены семьи своими действиями постоянно должны подтверждать любовь к ребенку.

2. Следует укреплять в ребенке силы, противостоящие агрессии, которые раньше проявлялись редко (симпатия, сочувствие и т.п.). Единственным аргументом при общении с такими детьми может быть только любовь. Одна из самых больших радостей для малыша – возможность помочь взрос лому, например, принести нужные вещи, подать инструменты и т.д.

3. Надо искать возможности использовать двигательную энергию и физическую силу ребенка для помощи людям. Так ребенок сможет выразить переполняющую его симпатию и участливость.

4. Способность к суждению и формированию понятий у ребенка с гипервозбудимостью можно укреплять с помощью простых терапевтических упражнений. Приведем два из них.

Ребенок должен научиться распознавать в зеркально отраженных формах их первоначальный вид. Предложите малышу идти вперед, топая ногами и считая свои шаги, затем попросите его остановиться и сделать в обратном направлении столько же шагов.

Принцип зеркальности можно использовать в языковых упражнениях, предлагая ребенку произносить слова и небольшие фразы сначала так, как это принято, а затем в обратной последовательности.

Научите ребенка упражнению «Возьми себя в руки» (для детей с 5 лет). Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, что тебе хочется кого-то стукнуть, что-то крикнуть, есть очень простой способ доказать себе

Нормальное психическое состояние ребенка – хорошее и бодрое настроение, тяга к веселью и шалостям. У детей, конечно же, происходит смена настроения в зависимости от всевозможных случайных обстоятельств. Но здоровый ребенок, пока он не «выдохся», не устал, легко возвращается в исходное хорошее настроение. свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека».

Замкнутый ребенок

Однако в период адаптации к школе шестилетний ребенок испытывает большие затруднения. Некоторые дети в этот период становятся очень ранимыми, плаксивыми, быстро утомляются, с трудом выдерживают урок, на каждое замечание реагируют слезами, раздражением или совсем замыкаются в себе, отказываются отвечать. Порой у них отмечается заикание, непроизвольное подергивание век, мышц лица, шеи, становится тревожным сон.

Замкнутость – нарушение, проявляющееся в сужении круга общения, затруднении эмоционального контакта с окружающими людьми, сложности установления новых социальных отношений.

Основные направления работы с замкнутыми детьми:

1. Устранение причин, приведших к этому нарушению.

2. Восстановление потребности ребенка в общении, контактах со взрослыми и сверстниками.

3. Гармонизация отношений ребенка в семье и группе сверстников (т.е. не только ребенка надо «поворачивать» к другим людям, но и им показывать, что ребенок не так плох или злобен, как они могли о нем думать).

4. Обучение ребенка навыкам общения и установления контакта.

Следует иметь в виду, что коррекция замкнутости может занять много времени и должна проводиться с осторожностью. Работа ведется одновременно по нескольким направлениям:

1) индивидуально с психологом;

2) с родителями замкнутого ребенка;

3) посредством игровой терапии, изотерапии, танцетерапии, гидротерапии и т.д.

Занимаясь коррекцией замкнутости, не забывайте соблюдать следующие правила:

1. При контакте с ребенком избегайте давления и нажима.
2. Понаблюдайте, чем любит заниматься ребенок, и займитесь с ним этим же, а не предлагайте ему новые игры.
3. Выясните, что приносит ребенку удовлетворение в игре, и через это выйдите на контакт с ребенком
4. Постепенно и с осторожностью вводите разнообразие в занятия ребенка, старайтесь вносить в них радость общения.
5. Строго дозируйте эффективные контакты с ребенком.
6. Оберегайте ребенка от ситуаций конфликта с близкими.
7. Направляйте внимание ребенка на процесс и результат вашего совместного контакта со средой.

Затруднения в общении

Нарушения в общении, конфликтность и обособленность – признаки слабой адаптации ребенка к окружающему миру, серьезные эмоционально проблемы в будущем. Дети с нарушениями подобного типа характеризуются тем, что:

1) не умеют обращаться с просьбами;
2) не задают уточняющих вопросов;
3) лучше ориентируются в инструкциях, направленных на их предметную деятельность, чем на познавательную;
4) активную речь на уроке обращают, как правило, к учителю;
5) переключение деятельности у них сопровождается «взрывом» вербальной активности.

Предлагаемые коррекционные упражнения:

1. *Игра «Найди друга»* (для детей с 5 лет). В этой игре наравне с детьми могут участвовать и родители. Поло вине игроков завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают на ощупь найти узнать друга (или своего родителя). Затем игроки меняются ролями

2. Игра «Оригинальное знакомство». Ее цель – продиагностировать внутреннее состояние.

3. Участники садятся в круг и представляются – любым именем, персонажем фильма, сказки либо предметом. Необходимо также продумать какой либо жест, характеризующий состояние игрока на данный момент. Если предыдущий участник говорит, что ему одиноко или грустно, то следующий должен его как- то подбодрить.

4. Игра «Сочини историю» (для детей с 5 лет). Ведущий начинает историю: «Жили следующий участник продолжает и так далее, по кругу.

Когда очередь вновь доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, делает его более осмыслен ным, и упражнение продолжается.

5. *Игра «Скажи, что ты слышишь».* Ее цель – накопление словаря, развитие фразовой речи и слухового внимания.

Педагог предлагает детям закрыть глаза, внимательно прислушаться и определить, какие звуки они слышат (щебет птиц, сигнал машины, шорох падающего листа, разговор прохожих и т.д.). Игру лучше проводить во время прогулки.

Детская застенчивость

Немецкий психиатр Фридрих Шольц образно определяет застенчивость так: «... в то время как страх смотрит в будущее, а печаль обращает свои взоры в прошлое – застенчивость есть мучительное ощущение каждого текущего момента, такое же частое у детей, как и у взрослых».

Застенчивость – это тяжелое психическое состояние, которое может влиять на мышление, задерживая или расстраивая его ход, вынуждает действовать вопреки желаниям, вызывает неловкие, лишние движения и т.п. У детей застенчивость проявляется в смущении, робости, неловкости и даже кажущейся глупости; она возникает у них в присутствии незнакомых им людей – как взрослых, так и детей.

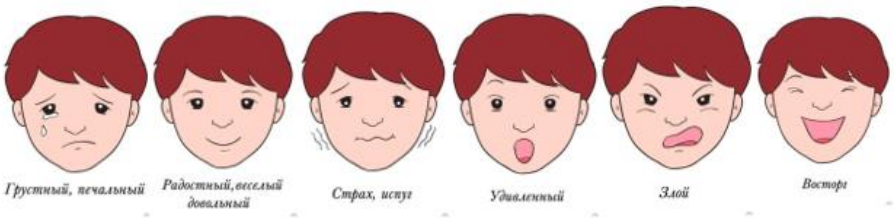
Коррекция в данном случае состоит в том, чтобы тренировать застенчивого ребенка в общении с людьми. Продумайте для ребенка систему поручений: сначала попросите его передать какую-то вещь малознакомому человеку; далее предложите ему передать тому же человеку на словах какую-то просьбу и т.п. Постоянно обращайтесь к ребенку с подобными поручениями, постепенно усложняя их в пределах своего дома или учреждения, а затем и вне его; со временем ребенок начинает ходить в близлежащий магазин, почтовое отделение, аптеку и т.п. Мягко проводимая система поручений не форсировано дает хорошие результаты.

Никогда не браните и не упрекайте ребенка, также нельзя быть с ним холодно – это лишь усилит его боязливую напряженность. Основной задачей коррекционной работы становится обучение ребенка правильным проявлениям своих чувств, адекватным формам реагирования на различные ситуации и явления внешней среды в процессе взаимодействия с окружающим миром. При этом необходимо учитывать тот факт, что ребенку нужен динамизм эмоций, их разнообразие, т.к. изобилие однотипных положительных эмоций рано или поздно вызывает скуку. А бурные, аффективные реакции, как правило, являются результатом длительного зажима эмоций.

ПРИЛОЖЕНИЕ 16

Наглядный материал

1.



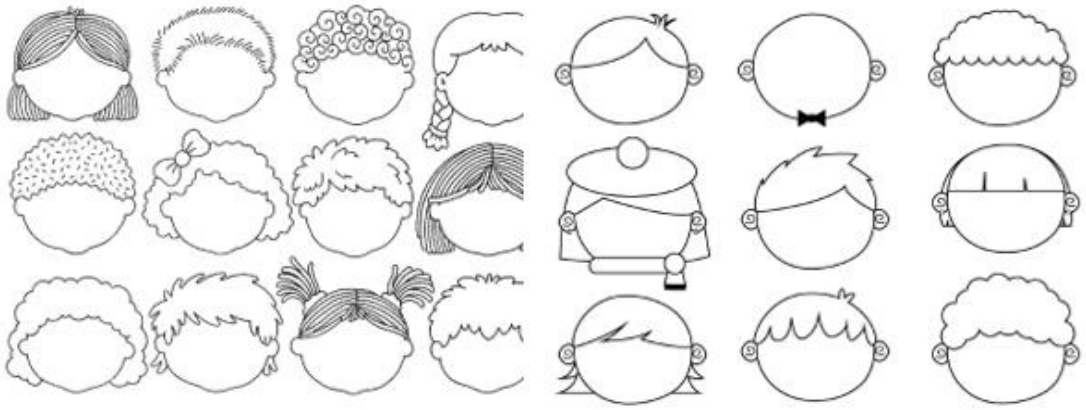
2.

3.

4.

5.

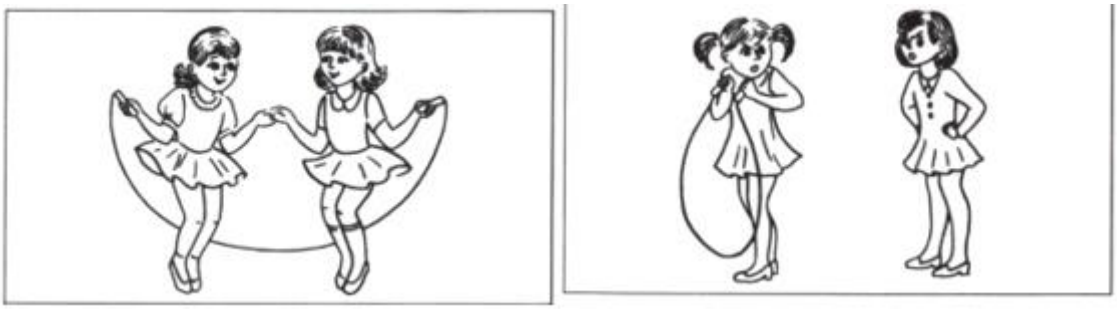
6.



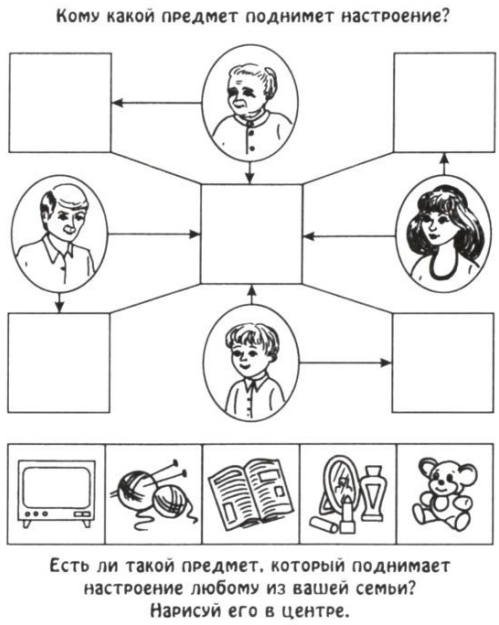
7.

8.

9.



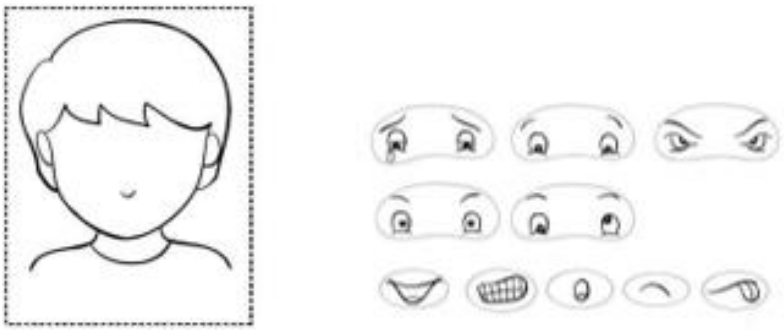
10.


Кому какой предмет поднимет настроение?
Есть ли такой предмет, который поднимает настроение любому из вашей семьи? Нарисуй его в центре.

11.

Отметь неправильные рисунки.
Почему ты думаешь, что так не должно быть?

12.



13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

Рефлексия настроения и эмоционального состояния
Приём «Строим здание»
Мне было трудно
Это я не знал
Сделал ошибки
Просил помощи у соседа
Мне было легко

20.

Рефлексия настроения и эмоционального состояния
Моё состояние
Скверно
Так себе
Хорошо
Отлично

21.

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ХУДОЖЕСТВЕННАЯ РЕФЛЕКСИЯ

Эмоционально-художественная рефлексия:

22.

Учебное издание

ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР ЭМОЦИЙ: КОНСПЕКТЫ КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ (I–IX КЛАССЫ) ВТОРОГО ОТДЕЛЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Методические рекомендации

Составители:
ЖИГАЛЬСКАЯ Марина Николаевна
КАЧАНОВА Светлана Александровна
ДОРОХОВА Оксана Фёдоровна и др.

Технический редактор *Г.В. Разбоева*
Компьютерный дизайн *Л.В. Рудницкая*

Подписано в печать 14.04.2025. Формат 60x84 $^{1}/_{16}$. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 12,67. Уч.-изд. л. 10,12. Тираж 99 экз. Заказ 52.

Издатель и полиграфическое исполнение – учреждение образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Свидетельство о государственной регистрации в качестве издателя,
изготовителя, распространителя печатных изданий
№ 1/255 от 31.03.2014.

Отпечатано на ризографе учреждения образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».
210038, г. Витебск, Московский проспект, 33.