

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №2 р.п. Семибратово»

**ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ,**  
направленных на профилактику  
агрессивных проявлений и буллинга в ДОУ,  
а также на сплочение детского коллектива  
**«УРОКИ ДОБРОТЫ ИЛИ ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО!»**  
(возрастная категория – дошкольники 5-7 лет)



Составитель:  
педагог-психолог  
Сидорова Елизавета Юрьевна

2024 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В наше время, когда людям так не хватает эмоционального контакта и понимания, часто можно встретить агрессивных детей. Сегодня вряд ли кого-то можно удивить статистическими данными о росте детской преступности.

Взрослые порой просто не знают, как побороть всё возрастающую детскую жестокость, враждебность. Гнев, злоба, месть как формы проявления агрессивности разрушают общество. Признаки агрессивности могут проявляться уже в детстве.

В качестве основных причин агрессивности у детей можно выделить следующие:

- демонстрация насилия по телевидению;
- экономическое неблагополучие семьи;
- социальная нестабильность в обществе;
- недостатки воспитания;
- неблагополучная семейная обстановка;
- низкий уровень эмоционально-волевой сферы;
- негативное отношение педагога к ребёнку;
- несформированность механизмов саморегуляции поведения.

Анализ основных причин, ведущих к проявлению и закреплению в поведении агрессивных тенденций, позволяет выделить общий компонент - насилие. Задача взрослых - содействовать формированию у детей позиции ненасилия, которая, по мнению В.А. Ситарова и В.Г. Маралова, выражается в ненасильственных действиях, усиливающих позитивные намерения и исключающих нанесение ущерба.

У детей в возрасте 5-7 лет агрессия зачастую становится защитным механизмом, что объясняется эмоциональной неустойчивостью. Детям сложно разобраться в мире человеческих отношений, освоить язык чувств.

Многого ещё не зная и не умея, дети часто нарушают установленные нормы, ведут себя неадекватно.

Детская агрессивность рассматривается как социальное явление, поэтому взрослым очень важно найти пути воспитания у детей миролюбия и доброжелательного поведения.

Одним из способов оказания психолого-педагогической помощи детям 5-7 лет по преодолению агрессивных тенденций в условиях социально одобряемых форм поведения является реализация коррекционно-развивающего цикла занятий, получившего название «Уроки доброты или Давайте жить дружно!».

Коррекционно-развивающий цикл включает проведение 14 занятий, в процессе которых *решаются задачи:*

- раскрывать сущность полярных понятий - «добро» и «зло» и эмоций, которые им соответствуют;
- знакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку;
- учить видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;
- развивать эмоциональную произвольность;

- учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, разрешать конфликтные ситуации и др.).

В соответствии с поставленными задачами занятия строятся в интересной, занимательной для детей форме. В содержании занятий использованы игры, упражнения, разработки, а также авторские находки. В качестве *основных методов и приёмов* используются:

- имитационные игры;
- социально-поведенческий тренинг;
- психогимнастика;
- чтение и обсуждение художественных произведений;
- просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;
- обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них.

Рекомендуемая продолжительность занятий — по 25-30 мин. один-два раза в неделю. Всю серию занятий можно условно разделить на три группы:

- первая группа занятий предусматривает формирование у детей знаний об эмоциональном мире человека и способах управления им. Взрослый создает ситуации побуждающие детей к оказанию помощи сказочным героям, близким, сверстникам;
- вторая группа занятий направлена на формирование у детей доброжелательного поведения: взрослый создаёт на занятиях различные проблемные ситуации, участвуя в которых дети приобретают необходимые умения управления негативными эмоциями, развитию способности сопереживать, сочувствовать;
- в третьей группе занятий акцент сделан на формировании осознанного отношения детей к социальным нормам поведения, умению проявлять доброжелательность в повседневной жизни.

Поведенческие навыки отрабатываются с помощью разнообразных приёмов. Каждый ребёнок имеет право высказать своё мнение, отношение к той или иной ситуации, поэтому отрицательные оценки детского мнения взрослым на занятиях не допускаются. Каждое занятие строится на уважении, доверии, взаимопонимании, взаимопомощи.

Критерием эффективности проводимой коррекционно-развивающей работы с детьми может служить:

- исчезновение в поведении агрессивных тенденций и появление доброжелательности;
- преобладание положительных эмоций;
- способность сдерживать нежелательные эмоции или применение приемлемых способов их.

## ЗАНЯТИЕ 1

### «ДОБРО УКРАШАЕТ ЧЕЛОВЕКА»

**Цель:** Расширять представления детей о доброте, дружбе и взаимопомощи, как о ценных качествах человека.

**Задачи:**

- Активизировать, расширять, обогащать словарь детей.
- Повышать уровень сплочённости и согласованности действий в детском коллективе;
- Учить детей различать хорошие и плохие поступки;
- Поощрять стремление детей совершать добрые поступки бескорыстно, умение прийти на помощь;
- Развивать чувство удовлетворения за добрые дела и поступки;
- Развивать мимические и пантомимические навыки, умение отождествлять себя с заданным персонажем.

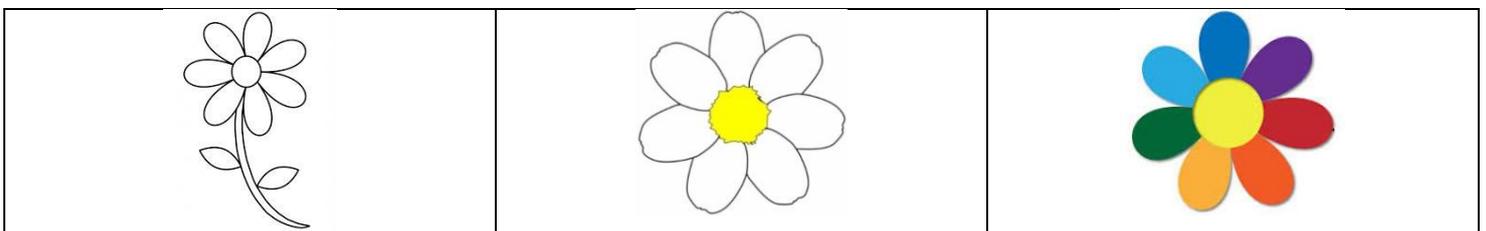
**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», мольберт, тканевая накидка, цветок на стебле с белыми лепестками, шкатулка с цветными лепестками (на обратной стороне буквы Д, О, Б, Р, О, Т, А), тазик с водой, мини-ведёрком, муляжом морковки и шарфиком, бланки для упражнений на каждого ребёнка «Хорошие и плохие поступки» и «Лабиринт», простые карандаши, мел, 2 обруча, разрезные картинки на 2 команды, лейка, «улыбка» на каждого ребёнка, музыкальное сопровождение, 3 смайлика (красный, жёлтый, зелёный).

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Добро украшает человека». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (используется «Плакат приветствий», см. Приложение 1).



**Педагог-психолог:** Сегодня я приготовила вам сюрприз! Хотите узнать какой? (Ответ детей). Тогда смотрите! (Снимает накидку и открывает стебель с лепестками). Ну, надо же! (Показывает удивление). Цветок где-то потерял свои цветные лепестки. А вы знаете, из какой сказки этот цветок?



**Дети:** Да, «Цветик-семицветик».

(Стук в дверь, кто-то приносит тазик, а в нём вода, морковка, ведро и шарфик. Рядом с тазиком лежат конверт и шкатулка).

**Педагог-психолог:** Вот это да! Сюрпризы не закончились! Ой, что это? Ведро, морковка, шарфик и вода! (Изображает удивление). А чьи же это вещи?

**Дети:** Снеговика.

**Педагог-психолог:** Правильно, ребята, это был Снеговик, и он растаял. Но он успел сделать доброе дело: передал нам посылку и письмо от Феи! (Педагог открывает конверт и читает письмо). Письмо от Феи: *Дорогие, ребята! Я фея Доброты и Вежливости, хотела подарить вам волшебный цветок «Цветик-семицветик», но злая колдунья Злость перехватила его, заколдовала и спрятала его лепестки в шкатулку. Расколдовать цветок можно, если выполнить семь добрых заданий. После каждого правильно выполненного задания шкатулка откроется, и вы получите один лепесток с буквой. Когда будут выполнены все семь заданий, вы отгадаете волшебное слово, которое скрывает «Цветик-семицветик».*

**Педагог-психолог:** Вот, ребята, что случилось. Фея обращается к нам за помощью. Нам обязательно нужно помочь, и постараться выполнить все задания! Поможем Фее Доброты и Вежливости?

**Дети:** Да, поможем.

**1 задание: «Замени добрыми словами»**

Например, слово «плохой» заменим добрым словом «хороший».

Злость – доброта

Грустный - весёлый

Грубый – ласковый (нежный)

Трусливый – храбрый

Ленивый – трудолюбивый

Огорчить – обрадовать

Неряшливый – аккуратный

Сломать – починить

Грязный – чистый

Обидеть – защитить

Поругать - похвалить

Невоспитанный – воспитанный

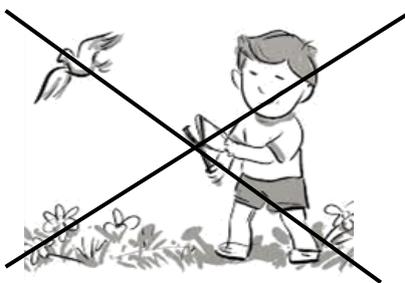
Невежливый – вежливый

**ЛЕПЕСТОК**

**2 задание: «Выбери хороший поступок»** (раздаточный материал см. в **Приложении 2**)

**Педагог-психолог:** Я сейчас каждому выдам по одному листочку, на котором нарисованы два поступка – плохой и хороший. Вам нужно внимательно посмотреть и подумать, где нарисован хороший поступок, а где плохой.

Плохой поступок мы с вами зачеркнём карандашом, а хороший поступок раскрасим цветными карандашами.



*Педагог-психолог:* Ребята, вы все большие молодцы! А мы продолжаем.

### **ЛЕПЕСТОК**

#### **3 задание: «Назови ласково»**

Например: слово «Солнце» назовём ласково «Солнышко».

Птица – птичка

Дерево – деревце

Вода - водичка

Снег - снежок

Кольцо – колечко

Яблоко - яблочко

Ручей – ручеёк

Стул - стульчик

Снеговик - снеговичок

Сказка – сказочка

Цветок - цветочек

Сердце - сердечко

Мама - мамочка

### **ЛЕПЕСТОК**

#### **4 задание: «Собери картинку»**



*Педагог-психолог:* Предлагаю вам собрать одну картину из частей (кусочков) и рассказать о том, что там нарисовано. Для этого нам нужно разделиться на две команды и встать вокруг обручей. Работать будем дружно: общаться между собой вежливо, друг другу помогать. (Сюжетная картина по содержанию может быть любой: дети вместе играют, трудятся, гуляют ...)

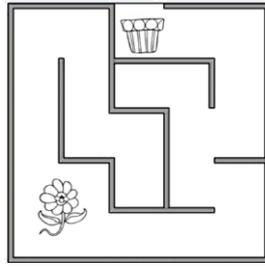
*Педагог-психолог:* Молодцы, ребята. Хорошо справились с заданием, и помогла вам в этом дружба. А мы продолжаем.

### **ЛЕПЕСТОК**

#### **5 задание: «Пройди лабиринт»**

*Педагог-психолог:* Сейчас вам предстоит сделать доброе дело: спасти цветок, посадить его в горшок, чтобы он не завял. Каждому из вас я сейчас дам лабиринт. Вам нужно внимательно посмотреть глазками и найти путь без заборчиков и барьеров, чтобы

посадить цветок в горшок. А затем уже карандашом нарисовать эту дорожку от цветка к горшку.



### **ЛЕПЕСТОК**

#### **6 задание: «Доскажи словечко в рифму»**

**Педагог-психолог:** Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте!

Ребёнок вежливый и развитый, говорит при встрече... (Здравствуйте)

Зазеленеет старый пенёк, когда услышит... (Добрый день)

Растает даже ледяная глыба от слова тёплого... (Спасибо)

Если друг попал в беду... (Помоги ему)

Решай споры словами, а не... (Кулаками)

Когда вас ругают за шалости, вы говорите... (Простите, пожалуйста)

Где бы ни были, на прощание мы говорим... (До свидания)

**Педагог-психолог:** Давайте никогда не будем забывать про добрые и вежливые слова.

Будем чаще говорить их друг другу, ласково и нежно. Глядя человеку в глаза и улыбаясь, потому что «От улыбки хмурый день становится светлей!»

#### **«Подари улыбку другу»**

**Педагог-психолог:** Ребята, я хочу подарить вам улыбку! И предлагаю вам взять у меня улыбку и подарить улыбки друг другу.

### **ЛЕПЕСТОК**

#### **7 задание: «Изобрази»**

**Мимический этюд: «Злая колдунья и добрая фея»**

**Пантомимический этюд «Цветок»**

Добрая фея предлагает нам отправиться на поляну волшебных цветов. И мы превратимся в цветы. Фея «поливает» детей «волшебной водой» из леечки (можно использовать конфетти) и произносит слова:

*Ты, волшебная водица,*

*Лейся на головки.*

*Превращай скорее деток*

*В разные цветочки.*

(Под музыку и словесное сопровождение дети изображают сначала посаженное семечко или луковичку, потом маленький росток, потом растение с закрытым бутонем, затем распутившийся цветок, который радуется солнышку, склоняется под ветром, умывается утренней росой, открывается и закрывается утром и вечером).

**Педагог-психолог:** Как вы считаете, мы справились с последним заданием?

**Дети:** Да.

**Педагог-психолог:** Я тоже так считаю.

### **ЛЕПЕСТОК**

### **Педагог-психолог:**

Итак, мы собрали все семь лепестков, давайте полюбуемся нашим «Цветиком-семицветиком». И заглянем под лепестки, найдём все буквы и сложим их в одно слово: «ДОБРОТА». (Педагог выкладывает магнитные буквы).

*Добрый быть совсем не просто,  
Не зависит доброта от роста,  
Не зависит доброта от цвета,  
Доброта не пряник ни конфета.  
Доброта с годами не стареет,  
Доброта от холода согреет.  
Если доброта, как солнце светит,  
Радуются взрослые и дети!*

### **Рефлексия**

**Педагог-психолог:** Наше занятие завершается. Скажите, пожалуйста, что вам понравилось на занятии? Какое задание для вас было самым трудным, какое самым интересным?

У меня есть три ярких смайлика, такие же яркие, как лепестки нашего «Цветика-семицветика». Если вам занятие понравилось и было интересно, то встаньте к зелёному смайлику? Если понравилось, но было трудно, - то встаньте к жёлтому смайлику, если не понравилось, - то к красному смайлику.

	Было интересно и всё понравилось!
	Понравилось, но было трудно!
	Не понравилось!

**Педагог-психолог:** И мне очень понравилось с вами заниматься, ребята. Благодарю вас за работу!

**Подарок детям «Поощрительные наклейки-смайлики»**

## ЗАНЯТИЕ 2

### «НАШИ ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА»

**Цель:** познакомить детей с разнообразным спектром эмоций и чувств.

**Задачи:**

- познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей;
- показать в доступной форме изменчивость настроения; учить детей понимать настроение другого человека;
- познакомить со способами управления и регуляции настроения.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрации к притказке, к беседе, кубик эмоций (в Приложении 1), фотографии людей в разных эмоциях, картинки с эмоциями, раздатка на каждого ребёнка - браслет и смайлик (в Приложении 2), клей-карандаш, цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Наши эмоции и чувства». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Притказка А. Кузьмина «Дом с колокольчиком»** (см. Приложение 1 - иллюстрация дома)

*Стоит небольшой старинный дом.  
У входа висит колокольчик,  
Украшенный серебром.  
И если ты ласково, тихо  
В него позвонишь, то поверь.  
Что в доме проснётся старушка,  
Седая, седая, старушка,  
И сразу откроет дверь.  
Старушка приветливо скажет:  
«Входи не стесняйся, дружок.»  
На стол самовар поставит,  
В печи испечёт пирожок.  
И будет с тобою вместе  
Чаёк распивать до темна.  
И старую добрую сказку  
Расскажет тебе она....*

**Вступительная беседа о чувствах**

**Педагог-психолог:**

У каждого дома есть свой хозяин или хозяйка. Если хозяин хороший, то в нём прибрано, вещи разложены по местам, дом хорошо служит своему хозяину. Если в доме плохой хозяин, то в доме беспорядок, вещи разбросаны. Хозяин то и дело ищет какую-то вещь и не может найти, а ненужные вещи, наоборот, лезут в руки. Такой дом не может служить хозяину. Так же и с нашими эмоциями и чувствами. Один человек может быть хорошим хозяином своих эмоций и чувств, управлять ими, распоряжаться ими. Другой

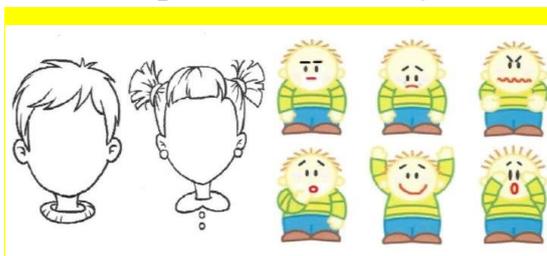
человек может не быть хозяином своих эмоций и чувств. Тогда, наоборот, эмоции и чувства будут управлять, распоряжаться этим человеком и доставлять ему много хлопот.

**Просмотр мультфильма «Мои эмоции»** (фрагмент, автор Наталья Ремиш)

<https://youtube.com/watch?v=5IOVvn-AQPo&feature=shared>

**«Беседа об эмоциях и чувствах человека»**

**Знакомство со спектром эмоций и чувств** (см. Приложение 1 - иллюстрация к беседе)



(см. Приложение 2 - раздаточн. материал)

**Педагог-психолог:** Определите по пиктограмме, какое настроение у вас сейчас и нарисуйте эту эмоцию.

- Скажите вам, приходилось в жизни злиться? Из-за чего вы злились?
- Когда вы рассержены чем-нибудь, что вам хочется сделать? (ударить, толкнуть, накричать)
- Что вы делаете для того, чтобы не злиться, не сердиться?

**«Советы кота Мурзика»**

Чтобы избавиться от злости можно:

- потопать ногами,
- надуть шарик злости и лопнуть его,
- побить подушку «Бобо»,
- порисовать, поконструировать, полепить.

Дети пробуют предложенные котом Мурзиком способы избавления от злости.

**Игра «Кубик эмоций»**



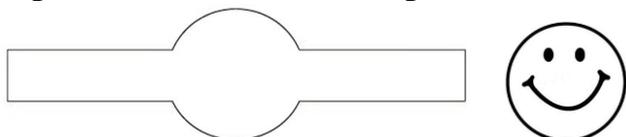
**Игра «Подбери фото к эмоции»**

Педагог-психолог предлагает детям по очереди подбросить кубик эмоций, подойти к столу, на котором разложены фотографии людей в разных эмоциональных состояниях и выбрать ту фотографию, которая подходит к эмоции, выпавшей на кубике.

**Упражнение «Я очень хороший, ты очень хороший»**

Детям предлагается повторить за взрослым фразы с разной громкостью: шёпотом, громко, очень громко.

**Практическая часть «Браслет со смайликом»** (см. Приложение 2 - раздатка)



## «ДОБРЫЕ ПОСТУПКИ»

**Цель:** Расширять представления детей о доброте, дружбе и взаимопомощи, как о ценных качествах человека.

**Задачи:**

- Раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло», показать разницу между добрыми и злыми поступками.
- Учить различать добрые и недобрые дела окружающих.
- Учить детей дифференцировать эмоциональный мир человека по мимике, жестам, пантомимике.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрации к присказке и сказке (в Приложении 1), картинки с эмоциями, раздатка на каждого ребёнка - птенец в гнезде (в Приложении 2), цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Добрые поступки». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Присказка «Дом с колокольчиком»** (см. Приложение 1 - иллюстрация к присказке)

Стоит небольшой старинный дом над зелёным бугром.

У входа висит колокольчик, украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо в него позвонишь.

То поверь, что в доме проснётся старушка,

Седая-седая старушка и сразу откроет дверь.

Старушка приветливо скажет:

«Входи, не стесняйся, дружок.»

На стол самовар поставит, в печи испечет пирожок.

И будет с тобою вместе чаёк распивать до темна

И старую добрую сказку расскажет тебе она.

Но если, но если, но если...

Ты в этот уютный дом начнёшь кулаком стучаться.

Поднимешь трезвон и гром,

То выйдет к тебе не старушка, а выйдет Баба-Яга,

И не слышать тебе сказки и не видать пирога.

**Беседа о добром и злом поведении**

**Педагог-психолог:** Что вы чувствовали, когда слушали это стихотворение? Почему, если мы грубо, плохо обращаемся с другими, то к нам также начинают плохо обращаться? Какое отношение вы хотели бы иметь к себе: доброе или злое, почему?

В жизни каждого человека бывают случаи, когда в него вселяются «вредные драконы»: обида, злость, агрессивность, зависть. Эти чувства набрасываются на нас и держат в своих цепких лапах. Человек становится злым, сердитым, недовольным, он даже может причинять боль и неприятности другим.

Какие поступки можно назвать добрыми или злыми? Приведите примеры. Какие слова говорят добрые люди? Как они себя ведут? Какие слова говорят злые люди? Как они себя ведут?

А теперь послушайте одну сказку и определите, какие добрые или злые поступки совершили медвежата?

**Чтение сказки «Три медвежонка»** (Автор - Альфред Кеннер) (см. Приложение 1 - иллюстрации к сказке).

В одном зоопарке жили три медвежонка. Они часто рассматривали посетителей и осуждали их. Подошли две девушки и начали хихикать.

- Ужасно, посмотри на них. Они даже не умеют рычать - сказал один медвежонок.

В это время на лужайке играл малыш. Он подполз к цветку, чтобы сорвать его.

- Смотрите, совсем маленький, а уже умеет ходить на четвереньках!

В это время дверь скрипнула, и в вольер вошёл смотритель за животными. Ему понадобились майские жуки для кур. Он стал трясти молодой каштан, но деревце даже не пошевелилось.

- Поможем!- сказал первый медвежонок и направился к каштану.

Он потряс деревце и нагнул его к себе. Притопал второй медвежонок и изо всех сил начал тянуть. Приковылял на помощь и третий медвежонок. Деревце клонилось всё ниже и ниже, и майские жуки посыпались на землю. Медвежата поднатужились и с корнем выдернули каштан из земли.

- Что вы наделали? - закричал смотритель. - Вырвали дерево с корнем!

Он собрал жуков, принёс лопату, быстро поставил каштан на место и засыпал землёй.

Медвежата только по бокам себя похлопали.

Смотритель влез на дерево. Он собирался спилить сук, низко склонившийся к земле.

- Поможем!- опять крикнул первый медвежонок.

Он взобрался на дерево и уселся на ветке. Но ветка даже не пошевелилась. Подошёл второй медвежонок, залез на ветку и сел рядом. Ветка закачалась. К двум медвежатам присоединился третий. Ветка опасно затрещала, но не обломилась.

- Вам помочь? - спросил комар.

- Не смей! - крикнули ему три медвежонка и качнули ветку.

Комар сел на самый конец ветки, раздался треск, и три медвежонка плюхнулись в траву.

- Я - самый сильный! - пропищал комар. - Я один справился с веткой.

- Неправда! - проворчали медвежата, почёсывая за ушами.

Вдруг медвежата услышали слабый писк. Из своего гнезда выпал маленький воробышек и беспомощно копошился на земле. Вокруг птенца летали обеспокоенные папа и мама.

- Помогите, - кричала мама-воробьяха.

- Поможем, - сказал первый медвежонок.

Тихо, тихо, чтобы не испугать воробьёв, он подошёл к птенцу и осторожно поднял его. Медвежонок хотел посадить воробышка на место, но не дотянулся до гнезда.

Притопал второй медвежонок, и первый взобрался ему на спину, но не смог достать до ветки, на которой было воробьиное гнездо. Приковылял на помощь третий медвежонок, и второй вскарабкался ему на спину. Теперь первый медвежонок наконец дотянулся до ветки и положил воробышка в гнездо.

- Хорошо, что нас так много,- сказали довольные медвежата и улеглись в траву немножечко вздремнуть. А воробьи чирикали от радости так громко, что слышно было за девянсто девятью деревьями зоопарка.

**Педагог-психолог:** Ребята, вам понравилась сказка? Какие плохие поступки совершили медвежата? Почему их поступки не понравились зрителю зоопарка? Как медвежата исправились? Какой хороший поступок они совершили? Что помогло совершить им хороший поступок? (дружба).

### **Тренинг эмоций**

Покажите, как себя ведут:

- злые медвежата,
- весёлые медвежата,
- добрые медвежата.



Каким лучше быть: добрым или злым?

### **Пантомимический этюд «Согреем птичку в ладошках»**

**Педагог-психолог:** Птичка живёт в гнёздышке. Гнёздышко - это птичий дом. Там тепло и сухо. Птичка добрая, хорошая, ласковая. Она вылетела из гнезда и замёрзла. Давайте согреем птичку в ладошках своим тёплым дыханием.

**Раскрашивание «Спасённого воробушка»** (см. Приложение 2 - раздатка на каждого ребёнка).



## ТЕМА: МОЁ НАСТРОЕНИЕ

**Цель:** познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей; показать в доступной форме изменчивость настроения; учить детей понимать настроение другого человека; познакомить со способами управления и регуляции настроения.

### **ЗАДАЧИ:**

- продолжать учить детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей;
- упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (злой-добрый, грустный-весёлый).
- учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», «Волшебный мешочек», иллюстрация к сказке (в Приложении 1), игрушка маленькой Бабы-Яги, музыкальное сопровождение к танцу (музыка из мультфильма про Бабок-Ёжек), раздатка на каждого ребёнка - добрая Баба-Яга (в Приложении 2), цветные карандаши.

### **Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Моё настроение». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

### **Упражнение «Волшебный мешочек»**

В мешочек предлагается сложить все отрицательные эмоции: злость, обиду, гнев. Взрослый предлагает детям обсудить их собственное настроение.

### **Упражнение «Расскажи о своём настроении»**

Детям предлагаются пиктограммы с изображением различных оттенков настроений. Сначала взрослый выясняет, знают ли дети основные характеристики настроения человека, а затем предлагает выбрать ту картинку, которая в наибольшей степени похожа на настроение ребёнка.

(Вводятся понятия: весёлое (радостное), грустное (хочется помолчать, подумать о чём-нибудь, хочется плакать).

- При помощи каких слов вы можете рассказать о своём настроении?
- Какое у тебя сейчас настроение?
- Какого цвета твоё настроение?
- С каким запахом можно сравнить твоё настроение?
- На что похоже твоё настроение?

(Плохая погода, холод, дождь, хмурое небо – агрессивные элементы, которые свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии).

Если в процессе беседы выяснится, что у кого-то из детей плохое настроение, взрослый им предлагает все отрицательные эмоции поместить в волшебный мешочек.

Для образца взрослый может вспомнить ситуации из своей жизни, связанные с плохим настроением, и тоже поместить эти воспоминания в мешочек.

В конце беседы взрослый обобщает ответы детей и обращает их внимание на то, что настроение может быть разным:

- Хорошее настроение можно выразить с помощью таких слов, как весёлое, радостное, светлое, праздничное, сказочное.

- Плохое настроение можно выразить следующими словами: сердитое, мрачное, угрюмое, печальное.

- А от чего зависит настроение?

- Может ли меняться настроение?

**Педагог-психолог:** Сегодня я хочу вас познакомить с необычной Бабой-Ягой. Она ещё маленькая и не научилась совершать плохие поступки (показ куклы девочки Бабы-Яги). Послушайте историю про маленькую Бабу-Ягу.

**Чтение сказки «Неприятности»** (в обработке) (автор Отфрид Пройслер)

«Жила-была когда-то Маленькая Баба-Яга, то есть ведьма. И было ей всего сто двадцать семь лет. Для настоящей Бабы-Яги это, конечно, не возраст! Можно сказать, что эта Баба-Яга была ещё девочкой. Жила она в крохотной избушке, одиноко стоявшей в лесу. Крыша избушки покривилась от ветра, труба скрючилась, ставни дребезжали на разные голоса. Но маленькая Баба-Яга не желала себе лучшего дома, ей и этого вполне хватало. Снаружи к избе была пристроена огромная печь. Без такой печи никак нельзя обойтись, иначе избушка не была бы настоящим домом Бабы-Яги. В избушке вместе с Бабой-Ягой жил ещё ворон. Звали его Абрахас. Он говорил не только: Доброе утро! и Добрый вечер! - как это умеют все говорящие вороны. Ворон Абрахас умел говорить всё! Он был мудрым вороном и знал толк буквально во всём на свете.

Каждый день по несколько часов маленькая Баба-Яга училась колдовать. Ведь колдовство не такая уж простая штука: лениться в этом деле никак нельзя! Сначала надо выучить все правила колдовства и заклинаний, а потом уж пробовать колдовать. Маленькая Баба-Яга злилась. Вот уже шесть часов она пыталась вызвать дождь, но у неё ничего не получалось. Ворон Абрахас сидел рядом. Он был грустным.

- Должен быть дождь! - каркал он сердито. - А ты что делаешь? В первый раз у тебя посыпались с неба белые мыши! Во второй раз - лягушки! В третий - еловые шишки! Интересно, что посыплется в четвёртый раз? Получится ли у тебя, наконец, настоящий дождь?!

Маленькая Баба-Яга попробовала сделать дождь в четвёртый раз. Она повелела собраться в небе небольшой туче, подманила её рукой и когда та остановилась над самой избушкой, крикнула:

- А ну пролейся дождем!

Туча прорвалась, и с неба полилось кислое молоко.

- Кислое молоко! - в ужасе крикнул Абрахас, - Что ты делаешь? Может быть в следующий раз нам на голову посыплются сапожные гвозди или манная каша?

- Прости, я опять оговорилась. Я очень расстроена?

- А почему ты расстроена?

- Потому что я злюсь! И поэтому не могу сосредоточиться.

- На кого же ты злишься?

- Я злюсь, что сегодня праздник ведьм! Сегодня все ведьмы соберутся на горе Блоксберг и будут танцевать до утра. А мне не разрешено там появляться, потому что я ещё маленькая.

Старый ворон попытался утешить маленькую Бабу-Ягу:

- Видишь ли, в твои сто двадцать семь лет ты ещё не можешь этого требовать. Вот когда станешь постарше, тогда другое дело.

- Ах оставь меня, рассердилась маленькая Баба-яга, - Я хочу этого сейчас вместе со всеми! Слышишь, - и она топнула ногой.

- Чего нельзя, того нельзя! - наставительно прокаркал ворон, - Разве что-нибудь изменится от того, что ты злишься? Будь же разумной!

И он ласково погладил маленькую Бабу-Ягу по голове крылом. Маленькая Баба-Яга задумалась....

**Педагог-психолог:**

- Как вы думаете, ребята, о чём задумалась Баба-Яга?
- Как вы думаете, почему некоторых людей сравнивают с Бабой – Ягой? (потому что они злые, недобрые).
- Дети, а вы знаете, почему её так зовут? Название «Баба-Яга» произошло от древнего слова «ягать», то есть кричать, ругаться.
- Какие поступки чаще всего совершает Баба-Яга? (злые, вредные, плохие, недобрые).
- Вам понравилась наша маленькая Баба-Яга?
- Почему Маленькая Баба-Яга не смогла вызвать дождь?
- Как вы думаете, как нужно вести себя Маленькой Бабе-Яге, чтобы вырасти доброй и весёлой?
- Хорошо ли злиться? Почему?

**Тренинг эмоций «Добрая и злая Баба-Яга»** (дети становятся в круг)

- Давайте покажем Злую Бабу-Ягу: она кричит: «У-У-У!», топает ногами, класает зубами, хмурит брови, руками машет и прыгает. Давайте подразним Бабу-Ягу:

*Баба-Яга костяная нога,  
Печку топила, ногу сломила.*

- Вам нравится такая Баба-Яга?

- Давайте попробуем превратить злую Бабу-Ягу в добрую, ласковую.

Предложить детям с помощью мимики и пантомимики изобразить весёлую Бабу-Ягу.

*Звучит песня из мультфильма про Бабку-Ежку.*

**Педагог-психолог:** Красивые Бабка-Ежки? Весёлые?

По окончанию детям предлагается подумать, как бы они теперь стали называть Бабу-Ягу? (Бабка-Ёжка, Бабулечка-Ягулечка) Если дети затрудняются, то взрослый, может спросить:

- Как ласково, нежно вы называете своих бабушек?
- Какая вам Баба-Яга больше нравится: добрая или злая? Почему?

- Если бы Баба-Яга была доброй, какие бы поступки она совершила? Дети придумывают истории.

### **Сказка наоборот**

- Давайте мы попробуем переделать сказочного героя, превратим его из злого в доброго! Например, сказочная героиня – Баба Яга чаще в сказках бывает сердитой злою, а если она будет совершать добрые поступки, то превратится в добрую Бабку-Ёжку.

*Хорошие поступки Бабы-Яги (помощь детям):*

- может лечить, т.к. знает целебные травы (змеиный корень, змеиные головки), а также владеет живой водой;
- может учить, т.к. ведаёт всё тайное (из сказок помогает героям);
- может помогать, т.е. обладает богатырской силой и несметными богатствами.

### **Раскрашивание «Добрая Баба Яга»**



## «ДОБРО ПОБЕЖДАЕТ ЗЛО»

**Цель:** Расширять представления детей о доброте, дружбе и взаимопомощи, как о ценных качествах человека.

### **Задачи:**

- Активизировать, расширять, обогащать словарь детей.
- Повышать уровень сплочённости и согласованности действий в детском коллективе;
- Учить детей различать хорошие и плохие поступки;
- Поощрять стремление детей совершать добрые поступки бескорыстно, умение прийти на помощь;
- Развивать чувство удовлетворения за добрые дела и поступки;
- Развивать мимические и пантомимические навыки, умение отождествлять себя с заданным персонажем.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрация - волшебники (в Приложении 1), «Волшебный мешочек», листы чёрной бумаги на каждого ребёнка, мольберт, вывеска «Бюро добрых дел», предметы для игры (лейка, тряпочки и вода, сломанная игрушка, порванная книжка, зёрнышки), музыкальное сопровождение (танец Поссорились-помирились), раздатка на каждого ребёнка - смайлик (в Приложении 2), цветные карандаши.

### **Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Добро побеждает зло». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Педагог-психолог:** К нам сегодня в гости пришли два волшебника. Мы знаем по сказкам, что волшебники бывают добрыми и злыми.

Дети рассматривают картинки и определяют кто из них добрый, а кто злой волшебник (по выражению лица). Педагог-психолог обращает внимание детей на то, что порой трудно определить злого и доброго человека, так как внешний вид бывает обманчивым.

Педагог-психолог читает стихотворение про волшебников:

*Я слабым помогать готов, поймавшим вдруг в беду, и правду говорю.*

*Не жадничаю никогда, жалею я других.*

*Ошибки всем прощу всегда – забуду я о них.*

*С улыбкой я всегда дружу, всегда гостям я рад.*

*Я дружбой верной дорожу, люблю я всех ребят.*

*А я с улыбкой не дружу и лишь обидам рад.*

*Я гневом, злостью дорожу, кусаю всех подряд.*

*Не пожалею никогда, нигде и никого.*

*Люблю на свете я всегда себя лишь одного.*

Дети садятся на стульчики.

**Педагог-психолог:**

А вы хотели бы ещё пообщаться со злым волшебником? Давайте мы его прогоним. (Дети дуют, широко раздувая щёки, тем самым выгоняя злость и из себя). Педагог-психолог продолжает беседу о добрых и злых людях, какое у них бывает настроение (у доброго – настроение весёлое, доброе, светлое; у злого – мрачное, сердитое, угрюмое).

Вопросы к детям:

- Кого называют добрым?
- Кого называют злым?
- Как ведут себя добрые люди? А как злые?
- Какие слова они говорят?

#### **Задание детям:**

Педагог-психолог предлагает детям вспомнить героев из народных сказок, мультфильмов, художественных фильмов и распределить их на добрых и на злых. По окончании беседы педагог-психолог подводит детей к выводу:

- Каким лучше быть: добрым или злым?

#### **Упражнение «Волшебный мешочек»**

Предложить детям по 1 листу черной бумаги, скомкать его руками, при этом сделать мимику злого человека: нахмурить брови, с силой смять листочек и можно немного потопать. В мешочек волшебнику воспитатель предлагает сложить все отрицательные эмоции: злость, обиду, гнев. И после, в конце занятия, эти бумажки превращаются в смайликов (конфеты) от доброго волшебника.

#### **Игра на внимание «Это я, это я, это все мои друзья»**

Педагог-психолог предлагает детям на слух стихотворные формы, а ребята в нужный момент должны будут ответить: «Это я, это я, это все мои друзья».

*Кто из вас, проснувшись бодро,  
«С добрым утром!» скажет твёрдо?*

*Кто из вас, скажите, братцы  
Забывает умываться?*

*Кто из вас в маршрутке тесной  
Уступает старшим место?*

*Кто из вас всё позабыл,  
Вещи в шкафчик не сложил?*

*Кто из вас молчит как рыба  
Вместо доброго «Спасибо»?*

*Кто, скажите без затей  
Любит всех своих друзей?*

*Кто быть вежливым желает  
Малышей не обижает?*

Да, ребята, стать добрым и вежливым нелегко, но это очень важно.

#### **Упражнение «Бюро добрых дел»**

На мольберте вывеска: «БЮРО ДОБРЫХ ДЕЛ». Педагог-психолог: Интересно, здесь нет никого, но зато лежат разные предметы, с их помощью можно сделать Доброе Дело. Кто догадался, какое? (Лейка, тряпочки и вода, сломанная игрушка, порванная книжка, зёрнышки, и пр.)

А вы помогаете дома старшим? Какие вы молодцы! Значит у вас доброе сердце. А в детском саду вы живёте дружно? А вы хорошо знаете своих друзей? Тогда становитесь в круг, сейчас мы с вами поиграем в игру «Радио».

### **Игра «Радио»**

Я буду «давать объявления о потерявшихся ребятах на радио», а вы должны будете угадать, о ком идёт речь. Например: Внимание, внимание! Потерялась девочка в голубом платье, белых носочках, на ногах – розовые сандалии и т.д. (игра продолжается, пока все дети не найдутся).

### **Упражнение на расслабление «Солнечный зайчик»**

Дети садятся на ковёр или на стулья. Педагог-психолог включает спокойную музыку и произносит слова: «Солнечный зайчик заглянул в ваши глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу, погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке; поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот? Погладьте его там. Он не озорник – он любит и согревает вас своим теплом. А теперь лучику надо идти дальше. Возьмите его в ладошки, вытяните их вперёд и вверх. Откройте глаза, впустите зайчика и помашите ему вслед... Но, чтобы вам не было грустно, солнышко оставит вам подарок – это маленькие солнечные зайчики, чтобы вам всегда было тепло».

### **Весёлый танец «Поссорились-помирились»**

**Сюрпризный момент (см. Приложение 2 - раздатка на каждого ребёнка - смайлики)**

Педагог-психолог обращает внимание на то, что все плохое, вся злость в волшебном мешочке превратилась в смайликов (угощение).

Волшебство от Доброго волшебника.



## ЗАНЯТИЕ 6

### «ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ»

**Цель:** снятие агрессивных проявлений, привитие доброжелательности.

**Задачи:**

- Развить стремление делать людям добро, доброжелательно относиться к другим.
- Учить правильно выражать своё эмоциональное состояние в поведении.
- Развивать положительную самооценку.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», тарелка с монеткой, иллюстрация к сказке (в Приложении 1), раздатка на каждого ребёнка - сердце в подарок (в Приложении 2), цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Доброжелательность». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

Педагог-психолог обнаруживает на «волшебной тарелке» монетку.

- Интересно, откуда взялась эта монетка? (Разглядывает её вместе с детьми.)
- Где-то я её уже видела, уж не из сказки ли она? Конечно, из сказки про «Звёздные талеры» Братьев Гримм. Послушайте её, ребята!

**Чтение сказки братьев Гримм «Звёздные талеры» (см. Приложение 1 - иллюстрация)**

Жила на свете маленькая девочка. Осталась она одна, без матери и отца, ни крова, ни пищи. Дали ей добрые люди горбушку хлеба, пошла девочка, куда глаза глядят. Встретила бедняка, бедняк говорит:

- Я так голоден, дай мне поесть. Отдала ему девочка хлеб и сказала:
- Ешь на здоровье. А сама дальше пошла. Мальчика встретила, мальчик тот плакал:
- Холодно, холодно, голова замерзает.

Сняла девочка свою шапку и отдала малышу. Глядь, а навстречу девочка, дрожит вся от холода, нет на ней почти ничего. Сняла девочка платье и отдала малышке. Пришла в тёмный лес, а тут под деревом крошка, совсем замерзает. Осталась у девочки только рубашка.

«Сейчас темно, никто не увидит» - подумала девочка. Сняла рубашку и отдала малютке. И вот стоит она одна в холодном тёмном лесу.

И тут с неба посыпались звёзды, да и не звезды, а блестящие талеры. Вместо старой одежды появилась на девочке новая, из тонкого полотна. Подставила она подол и набрала много талеров. На целую жизнь хватит.

**Обсуждение:**

- Понравилась вам сказка, ребята? Почему?
- Какие добрые поступки совершила девочка?
- Как она была вознаграждена за свои поступки?
- Какие пословицы подходят к этой сказке, а какие - нет?

**Пословицы**

## **Ребята, а что означают эти пословицы?**

- Добрый человек в добре проживет век.
- На что не взглянет - всё вянет.
- Мир не без добрых людей.
- Злой человек не проживёт в добре век.
- Добрый человек добру учит.

## **Беседа о доброте**

**Педагог-психолог:** Ребята, иногда на улице можно встретить очень бедных людей: они плохо одеты, часто просят подать им милостыню (копеечку), просят покушать.

- Как вы думаете, как нужно относиться к таким людям?
- Какую помощь мы можем оказать бедным людям?

**Педагог-психолог:** А ещё, мы можем встретить людей, которые совсем не видят. Им очень сложно ходить по улице и они также нуждаются в нашей помощи.

- Какую помощь мы можем оказать людям, которые плохо видят?

## **Игра «Хорошо- плохо»**

**Педагог-психолог:** А теперь поиграем в игру «Хорошо- плохо». Предлагаю оценить поступки и действия, которые я буду называть с двух позиций: хорошо это или плохо?

Детям раздаются цветные фишки: для оценки плохих поступков - чёрные фишки, для оценки хороших поступков - красные фишки.

Взрослый называет поступок, а дети должны поднять фишку, соответствующую его моральной оценке (можно использовать как диагностику моральных представлений ребёнка).

### **Плохие**

- порвал блузку
- обидел друга
- поссорился с мамой
- толкнул ногой щенка
- ударил котёнка
- разрушил птичье гнездо

### **Хорошие**

- защитил слабого
- проведал больного друга
- обогрел и накормил бедного
- помог младшей сестре одеться
- помог подняться упавшему
- построил скворечник

## **Игра «Рука к руке»**

**Цель:** снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.

Для игры необходимо нечётное количество игроков. Водящий произносит: «Рука к руке! Все меняются местами!». И все участники игры, в том числе и ведущий, должны найти себе пару и соприкоснуться с партнёром руками. Тот, кто остался без пары, становится водящим. Игра продолжается. Можно отдавать команды: «Мизинец к мизинцу! Пятка к пятке! Колено к колену! Все меняются местами!» и т.д.

## **Игра «Липучка»**

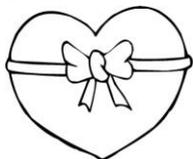
**Цель:** снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.

Все дети двигаются, бегают по комнате. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают: «Я липучка-приставучка. Я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребёнка «липучки» берут за руку, присоединяя его к

своей компании. Когда все дети станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу.

**Практическое задание «Сердце в подарок»** (см. Приложение 2 - раздаточный материал)

**Педагог-психолог:** Давайте в конце занятия вспомним сказку о бедной девочке и золотых монетах, у которой было огромное доброе сердце. Девочка хочет поделиться с вами своей теплотой и добротой, и дарит вам сердечко с бантиком, которое вы сейчас раскрасите цветными карандашами.



## ЗАНЯТИЕ 7

### «ДРУЖБА-ВРАЖДЕБНОСТЬ»

**Цель:** Закрепить знания правил доброжелательного поведения, коррекция агрессивных проявлений у детей.

**Задачи:**

- Учить детей дифференцировать ощущения дружбы и враждебности, чувствовать эмоциональное состояние другого человека.
- Раскрыть значимость моральной поддержки товарищам через проявление сочувствия.
- Развивать способность находить в реальной жизни ситуации, аналогичные по своему нравственному содержанию таким, о которых они слышали из сказок и рассказов.
- Формировать ценностное отношение ребёнка к себе и окружающим людям.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», музыкальное сопровождение, иллюстрация к стихотворению (в Приложении 1), раздатка на каждого ребёнка - рыбка (в Приложении 2), цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Дружба - враждебность». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Прослушивание в начале занятия с детьми песни «Настоящий друг»**  
(муз.Б.Савельева)

*Дружба крепкая не сломается,  
Не расклеится от дождей и вьюг.  
Друг в беде не бросит,  
Лишнего не спросит-  
Вот что значит настоящий  
Верный друг.  
Мы поссоримся и помиримся,  
«Не разлить водой!» -шутят все вокруг.  
В полдень или в полночь  
Друг придет на помощь-  
Вот что значит настоящий  
Верный друг.*

**Педагог-психолог:**

- Верно, ребята, настоящих друзей хорошо иметь. Настоящий друг не оставит в беде, поможет, если тебе плохо. У русского народа существует много поговорок о друзьях. Вы знаете их? Назовите их.

**«Пословицы о дружбе»**

- Старый друг лучше новых двух.
- Дерево живёт корнями, а человек - друзьями.
- Не имей сто рублей, а имей сто друзей.
- Дружба не гриб, в лесу не растёт.

- Платье лучше новое, а друг старый.
- Друга ищи, а найдёшь - береги!

Но иногда друзья ссорятся по разным причинам. Послушайте одно стихотворение.

**Чтение стихотворения «Три пингвина»** (автор Алан Милн) (см. Приложение 1 - иллюстрация к стихотворению)

Жили-были три пингвина	Съели дружно все до крошки.
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.
Хорошо и дружно жили.	Кроме маленькой рыбёшки.
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.
Как-то утром на рыбалку.	Дружно бросились в драку,
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.
Зашагали вперевалку.	Учинив большую свалку.
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.
Наловили много рыбы.	Чтобы жить всё время дружно
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.
И еще поймать могли бы.	Уступать друг другу нужно.
Пик-Пак-Пок.	Пик-Пак-Пок.

**Обсуждение:**

- Почему поссорились пингвины?
- Какой совет вы слышали для друзей?
- Какие правила примирения вы ещё знаете?

**Педагог-психолог:** Конечно, вы дали хорошие советы, но я знаю одно стихотворение, в котором советы «как правильно дружить» вредные. Послушайте.

**Чтение стихотворения «Советы непослушным детям»** (автор Г.Остер)

*Если друг твой самый лучший  
Поскользнулся и упал,  
Покажи на друга пальцем  
И хватайся за живот.  
Пусть он видит, лёжа в луже,  
Ты ничуть не огорчён -  
Настоящий друг не любит  
Огорчать своих друзей.*

**Обсуждение:**

- Ребята, вам понравились советы настоящим друзьям? Почему?
- Как можно переубедить героя стихотворения в его представлениях о настоящей дружбе?
- Как помочь стать добрее и внимательнее?
- Как вы понимаете пословицу: «Друг познаётся в беде»?
- Вам приходилось ссориться с друзьями? Из-за чего?
- Что вы чувствовали в этот момент?
- Что вы чувствуете, когда вам удаётся помириться со своим другом?

**Поведенческий тренинг**

Детям предлагается выбрать себе пару и изобразить как:

- Два друга поссорились, надулись друг на друга. Как помирить друзей, предложи.

Варианты:

- рассмешить,
- спеть весёлую песню,
- сказать тёплое слово,
- пригласить к себе в гости.

### **Пальчиковая гимнастика «Гости»**

*Цель:* снятие напряжения, развитие мелкой моторики, развитие чувства ритма.

Стала Маша гостей созывать.

И Иван приди и Степан приди,

И Матвей приди, и Сергей приди

И Никитушка-ну пожалуйста.

Стала Маша гостей угощать.

Ивану-блин и Степану-блин,

И Матвею-блин,и Сергею-блин,

И Никитушке-мятный пряничек.

Вращение кисти рук к себе.

Поочерёдный массаж кончиков  
пальцев правой руки.

Вращение кистей рук от себя.

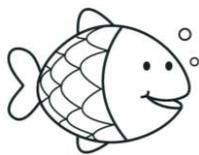
Поочередный массаж кончиков  
пальцев левой руки.

### **Пантомимический этюд «Пингвиньи игры»**

Детям предлагается изобразить играющих и танцующих пингвинов под весёлую музыку.

### **Практическое задание «Раскрась рыбку и подари другу»**

(см. Приложение 2 - раздаточный материал)



## ЗАНЯТИЕ 8

### ТЕМА: ОБИДА

**Цель:** учить понимать чувства другого человека.

**Задачи:**

- Учить различать эмоциональные состояния на примере сказочных персонажей.
- Способствовать формированию эмпатии, умению оценить ситуацию и поведение окружающих.
- Учить детей управлять эмоциями, сопровождающих обиду.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрация к сказке (в Приложении 1), мультфильм «Обидно» (в Приложении), раздатка на каждого ребёнка - рыбка-бычок (в Приложении 2), цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Обида». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Чтение сказки «Как лисичка бычка обидела» (см. Приложение 1 - иллюстрация к сказке)**

Шла однажды лисичка по берегу моря. А бычок, рыбёшка морская, высунулся из воды и стал лисичку разглядывать. Увидала лисичка бычка и запела:

*Бычок, бычок, пучеглазый,*

*Бычок, бычок, большеротый,*

*Бычок, бычок, колючий бочок!*

А бычок ей говорит:

- А ты - косматая, и глаза у тебя круглые! И в море ты жить не можешь!
- Заплакала маленькая лисичка и побежала домой. Лиса-мать спрашивает:
- Кто тебя обидел, доченька? Почему ты плачешь?
  - Как же мне не плакать? Меня морской бычок обидел. Наговорил мне, что я косматая и глаза у меня круглые.

А лиса спрашивает:

- А ты ему ничего не говорила?
- Сказала.
- Что ты ему сказала? - спросила лиса.
- А я ему только сказала, что он пучеглазый да большеротый.
- Вот видишь, - сказала мать-лисица, - ты первая его и обидела.

**Педагог-психолог:**

- Понравилась вам сказка, ребята?
- Как лиса обидела бычка? Права она была?
- Почему же лиса обиделась на бычка?
- Приятно бывает, когда тебя обзывают?
- Что вы чувствуете, когда вас обзывают?
- Как лисичке исправить свою ошибку?

**Педагог-психолог:** Действительно, когда обзывают очень неприятно и обидно. Давайте попробуем исправить ошибку лисички, превратим ее в вежливую и добрую.

### **Поведенческий тренинг «Добрая лиса»**

Детям предлагается изобразить лису, сопровождая словами свои действия:

- сердитую - весёлую
- добрую - вежливую

### **Упражнение «Скажи друг другу комплимент»**

- Ты самый красивый...

### **Игра «Тень»**

*Цель:* учить детей проявлять внимание к друг другу.

Дети разбиваются на пары: один играет роль человека, другой роль его тени. Человек делает движения, тени повторяют их, действуя в том же ритме, что и человек.

### **Упражнение «Закончи предложение»**

- Я обижаюсь, когда.. - Я радуюсь, когда...
- Я сержусь, когда... - Я грущу, когда...

### **Просмотр мультфильма «Обидно» (Видео в Приложении)**

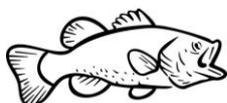
### **Тренинг эмоций**

Детям предлагается улыбнуться, как радостный ребенок; позлиться, как рассерженный человек; погрустить, как осенний дождик.

### **Закрепление правил общения с другими детьми.**

- Нельзя смеяться над недостатками внешности других детей, дразнить, давать прозвища.
- Нужно сочувствовать другим, радоваться их успехам и огорчаться неудачам.
- Нельзя проявлять равнодушие к другим, оказывать помощь при необходимости.
- Не делай того для людей, чего сейчас ты себе не желаешь.

### **Практическая часть «Раскрашивание рыбки-бычка» (см. Приложение 2 - раздаточный материал)**



## ЗАНЯТИЕ 9

### «ССОРА»

**Цель:** коррекция агрессивных проявлений, обучение конструктивному взаимодействию со сверстниками.

**Задачи:**

- Учить детей анализировать поступки, находить причину конфликта.
- Дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: враждебность и дружелюбие.
- Знакомить детей с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций и способствовать их усвоению и использованию в поведении.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрация к стихотворению (в Приложении 1), игрушка - сердечко.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Ссора». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Просмотр сказки «Как поссорилась иголка с ниткой»** (автор А. Киселева)

<https://yandex.ru/video/preview/5780450387636193606>

**Педагог-психолог:** Ребята, как вы думаете, что важно в работе: себя показать или трудиться всем вместе, дружно? (выслушиваются ответы детей.) Да, очень важно не только хорошо трудиться, но и помогать в работе другим, не ссориться между собой. Так поступают все умные люди (фраза – установка на запечатление на подсознательном уровне момента снятия сопротивления, напряжения).

**Чтение и обсуждение стихотворения «Поссорились»** (см. Приложение 1 - иллюстрация к стихотворению)



Педагог демонстрирует детям изображения двух девочек:

- Ребята, я хочу вас познакомить с двумя подругами: Олей и Леной. Но посмотрите на выражения их лиц! Как вы думаете, что случилось?

*ПОССОРИЛИСЬ*

*Мы поссорились с подругой*

*И уселись по углам.*

*Очень скучно друг без друга!*

*Помириться нужно нам.*

*Я её не обижала —*

*Только мишку подержала,*

*Только с мишкой убежала*

*И сказала: «Не отдам!»*

- Подумайте и скажите: из-за чего поссорились девочки? (Из-за игрушки.)

- А вы когда-нибудь ссорились со своими друзьями? Из-за чего?

- А что чувствуют те, кто ссорится?

- А можно обойтись без ссор?

- Подумайте, как девочки могут помириться?

Выслушав ответы, взрослый предлагает один из способов примирения. Автор так закончил эту историю:

*Дам ей мишку, извинюсь,*

*Дам ей мячик, дам трамвай*

*И скажу: «Играть давай!»*

Взрослый акцентирует внимание на том, что виновник ссоры должен уметь признать свою вину.

**Обсуждение:**

- Давайте изобразим с помощью выражения лица и движений тела подружек, которые поссорились.

- Вам нравятся лица поссорившихся девочек? Почему? (Они некрасивые, сердитые и т.п.)

- Дети, а когда вы ссоритесь с кем-нибудь, вам хочется сразу же помириться?

- А как вы миритесь со своими близкими, друзьями?

**Игра «Поссорились»**

**Цель:** учить детей передавать эмоции (злость, гнев, обиду) с помощью невербальных средств общения - мимики; управлять своими эмоциями.

**Инструкция:** детям предлагается встать парами, повернувшись друг к другу спиной, и изобразить на лице эмоции гнева, злости на обидчика. Надуть сильно-сильно щёки.

**Ведущий:** - Вы поссорились. Вам не хватает общения друг с другом. Вы хотите помириться. Для того, чтобы помириться, нужно повернуться лицом друг к другу, осторожно «проткнуть» пальцами надутые щёки обиженного друга - обида и злость лопнут, как воздушный шарик; засмеяться и обняться.



**Упражнение: «Я дарю тебе..»**

Предложить детям подарить друг другу комплимент, сказать несколько приятных слов соседу, передав «Сердечко».

### **Проблемные ситуации:**

Цель: проверка степени усвоения детьми правил поведения в конфликтных ситуациях.

- Два жадных медвежонка поссорились из-за головки сыра. Помири их.
- Вини-Пух и Пятачок хотят полетать на одном воздушном шарике. Как им договориться?
- Тигра наступил на ногу Кролику. Как ему извиниться?

### **Обобщение: ПРАВИЛА ПРИМИРЕНИЯ.**

➤ Если вы являетесь виновником ссоры, то умеете первыми признавать свою вину.

Вам при этом помогут волшебные слова: «Извините», «Давай играть вместе».

➤ Почаще улыбайтесь друг другу, делайте приятные комплименты.

➤ Можно подарить другу приятный подарок, нарисовать рисунок или пригласить его в гости.

### **Игра «Рука к руке»**

*Цель:* снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.

Для игры необходимо нечётное количество игроков. Водящий произносит: «Рука к руке! Все меняются местами!». И все участники игры, в том числе и ведущий, должны найти себе пару и соприкоснуться с партнёром руками. Тот, кто остался без пары, становится водящим. Игра продолжается. Можно отдавать команды: «Мизинец к мизинцу! Пятка к пятке! Колено к колену! Все меняются местами!» и т.д.

### **Игра «Липучка»**

*Цель:* снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.

Все дети двигаются, бегают по комнате. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают: «Я липучка-приставучка. Я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребёнка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Когда все дети станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу.

## ЗАНЯТИЕ 10

### «ОБЗЫВАНИЯ»

**Цель:** снятие вербальной агрессии, формирование нравственного поведения.

**Задачи:**

- Воспитывать доброжелательное отношение к людям;
- Учить правильно выражать своё эмоциональное состояние в поведении, контролировать свои эмоции;
- Развивать осознанное отношение к проявлению сочувствия к недостаткам других.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», музыкальное сопровождение, игрушка - сердце, карточки - люди с инвалидностью (в Приложении 5).

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Обзывания». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Прослушивание песни «Рыжий - рыжий конопатый...»**

**Беседа с детьми о плохой привычке обзывания**

- Как вы думаете, ребята, приятно, когда вас обзывают?
- Какой человек обычно придумывает прозвища другим? Что можно о нём сказать? (невоспитанный, грубый).
- Какие обзывалки придумывают люди: по внешности, по фамилии, по физическому недостатку? (если больной человек).
- Скажите, людей, которые обзываются, можно назвать добрыми? Почему?

Вот послушайте одну историю.

**Чтение сказки «Про фею, которая говорила грубые слова»** (Автор - Франсуаз Леглоэж)  
Маленькую фею Марго наказали.

- Ну, что ты опять наговорила? - ласково спросила её подруга Снежка, маленькая хозяйка карусели.

- Я опять нагрубил маме! - вздохнула фея. - А ведь я знаю, что воспитанные феи не должны говорить плохие слова, поэтому мама рассердилась и наказала меня.

Утирая ладошками мокрые щёки, Марго захныкала:

- Мама теперь не хочет со мной разговаривать! Не обнимет, не поцелует, не приласкает! Снежка принялась утешать её:

- Ладно, не грусти! Ты же не виновата, что плохие слова прячутся у тебя во рту. Просто иногда они начинают скакать, выпрыгивать из-за твоих зубов, и тогда их все слышат! А вот и мама твоя идёт! Попроси у неё прощения!

Но мама строго сказала:

- Марго, ты должна быть наказана. Сегодня твоя волшебная палочка останется дома.

- Ну мамочка! Я обещаю, что буду хорошо себя вести, буду послушной и вежливой!

- Ничего не жалею слушать! Научись справляться без волшебной силы!

Марго очень обиделась на маму и снова надулась.

- Пойдём покатаемся на моей карусели, - предложила Снежка.

- Не хочу, - буркнула Марго. - Что за веселье без волшебной палочки! - И она опять заплакала.

Снежка начала терять терпение. Неужели все маленькие феи такие плаксы? Но вскоре Марго надоело хныкать, и она побежала вдогонку за подругой к красивой, расписной карусели. Подружки уселись на деревянных лошадок, и карусель завертелась. Гривы так и полетели по ветру!

- Ещё, ещё! - кричала Марго, заливаясь смехом. Ещё кружок, быстрее, быстрее! Какая весёлая музыка! Вдруг Марго заметила на карусели странную фигуру...

- А это кто, Снежка? Какая красивая дама! Она похожа на принцессу!

- Это фея, - ответила Снежка, - фея моей карусели. Конечно, она не настоящая, как мы с тобой: она сделана из дерева.

Марго задумчиво подошла к деревянной фее и забралась к ней на колени. Потрогала её руки, прикоснулась к деревянной волшебной палочке... И тут же подумала о своей маме, вспомнила, как огорчила её своими грубостями...

- Больше никогда не стану грубить ей! - решила она. - Обещаю!

Сойдя с карусели, маленькая фея помахала рукой Снежке:

- Мне нужно поскорее увидеть маму и сказать ей что-то важное! - крикнула она. - До свидания, Снежка! Завтра увидимся здесь же, на карусели!

**Педагог-психолог:**

- Понравилась Вам сказка? Как маленькая фея Марго обидела маму? Как ей надо было поступить? Что нужно делать в ответ, если люди делают тебе добро? (говорит им приятное, не мешать)

**Поведенческий тренинг**

Разыгрывание ситуаций:

· Ты нарисовал красивую картинку, а твой сосед нечаянно пролил на неё воду? Как ты поступишь в этой ситуации? А твой сосед?

· На зарядке стоящий спереди нечаянно наступил тебе на ногу? Тебе больно и обидно? Что ты ему скажешь? А стоящий спереди?

· Твой младший брат (сестрёнка) сломал твою любимую игрушку? Что ты ему скажешь?

**Упражнение «Скажи друг другу комплимент»**

Детям предлагается сказать друг другу комплимент, передавая по кругу мягкое сердце.

**Просмотр мультфильма «Другой мальчик» (автор Наталья Ремиш)**

[https://youtu.be/egwCCe\\_ZIgl](https://youtu.be/egwCCe_ZIgl)

**Беседа о людях с физическими недостатками**

**Педагог-психолог:**

- Иногда на улицах можно встретить людей с физическими недостатками: Это могут быть люди очень маленького роста-лилипуты, инвалиды без руки или ноги, просто больные люди. Я не раз наблюдала такую сцену, когда мальчик или девочка, увидев такого человека, начинает показывать на него пальцем, смеяться и даже дразнить.

Очень стыдно становится, когда видишь такое.

- Как вы думаете, что можно сказать о таких детях? (они жестокие, злые)

- А как мы здоровые люди можем помочь таким людям? (открыть дверь в магазин, уступить дорогу, мысленно пожалеть их...)

**Просмотр карточек «Как общаться с людьми с инвалидностью»**

Давайте попробуем с вами выработать правила доброжелательного поведения.

## **Выработка правил доброжелательного поведения**

- ✓ Будь внимателен к другому;
- ✓ Не обижай товарища;
- ✓ Будь приветлив, не груби другим;
- ✓ Не обзывай никого;
- ✓ Помогай больным людям, жалей их.

## **Игровое упражнение «Придумай обзывалку, чтобы не было обидно»**

Вместе с педагогом ребята придумывают не обидные обзывалки: кислый лимон, пупырчатый огурец, пережаренный беляш, и т.д.

## **Игра «Ходим кругом»**

Дети, взявшись за руки, образуют круг. Водящий становится внутри круга. Медленно двигаясь вправо или влево по кругу, играющие запевают песенку, в которой упоминается имя водящего:

*Ходим кругом, друг за другом.*

*Эй, ребята, не зевать!*

*Все, что Коля нам покажет.*

*Будем дружно повторять!*

Круг останавливается, и водящий показывает какие-либо движения (прыгает как лягушка, принимает смешную позу...) Все ребята должны в точности повторять его движения. После этого водящий подходит к кому-либо из детей в кругу и кланяется. Тот, кому поклонились, становится водящим.

## **Релаксация «Волшебный сон» с музыкальным сопровождением.**

*Реснички опускаются...*

*Глазки закрываются...*

*Мы спокойно отдыхаем,*

*Сном волшебным засыпаем.*

*Ручки, ножки отдыхают...*

*Отдыхают, засыпают...*

*Дышится легко, ровно, глубоко.*

*Мы спокойно отдыхали,*

*Сном волшебным засыпали.*

*Хорошо нам отдыхать ...*

*Но уже пора вставать!*

*Потянуться! Улыбнуться!*

*Глазки открываем и встаём.*

## ЗАНЯТИЕ 11

### «УЧИМСЯ СПРАВЛЯТЬСЯ С ГНЕВОМ»

**Цель:** обучение детей конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности).

**Задачи:**

- продолжать развивать способность различать эмоции;
- обучать детей навыкам саморегуляции;
- познакомить детей со способами выражения отрицательных эмоций и управления ими;
- развивать выразительность движений, мимику и пантомимику;
- снимать эмоциональные и мышечные зажимы, психоэмоциональное напряжение.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрация к упражнению (в Приложении 1), раздатка на каждого ребёнка - контуры лиц (в Приложении 2), цветные карандаши, маленький коврик.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Упрямство». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Тренинг эмоций «Три подружки»** (см. Приложение 1 - иллюстрация к упражнению)



**Педагог-психолог:** Жили-были три загадочные подружки: Плакса, Злюка и Резвушка. Однажды, гуляя, они попали под дождь и сильно промокли. Покажите, как они себя поведут. По окончании упражнения можно предложить детям подумать:

- Какую из трёх подружек вам было приятнее изображать? Почему?

**Поведенческий тренинг**

**Педагог-психолог:**

- А как можно помочь Плаксе?
  - ✓ утешить;
  - ✓ рассмешить;
  - ✓ спеть весёлую песенку;
  - ✓ предложить подумать о чём-нибудь приятном;
  - ✓ предложить переодеться в сухую одежду.

Выбирается ребёнок, изображающий Плаксу, остальные демонстрируют возможные варианты помощи, утешения. Взрослый побуждает детей к вербализации своих мыслей.

- А как можно помочь Злюке?
- ✓ предложить потопать ногами, покричать, чтобы вышла злость;
- ✓ принять тёплую ванну, чтобы смыть плохие чувства;
- ✓ высказать свои чувства подругам;
- ✓ посмотреть в зеркало и улыбнуться себе;
- ✓ «взять себя в руки»;
- ✓ подумать о приятном: например - хорошо, что пошёл дождь - будет много красивых цветов, зазеленеет трава.

Выбирается ребёнок на роль «Злюки», остальные дети пытаются её успокоить, утешить, дать совет. Взрослый, обобщив ответы детей, поощряет их за добрый поступок.

**Рисование** (см. Приложение 2 - раздаточный материал)

Детям даётся контурное изображение лица девочки. Они должны подумать и нарисовать лицо одной из трёх подружек: Плаксы, Злюки или Резвухи. (Мальчикам можно предложить контурное изображение мальчика)



### **Игра «Поссорились»**

*Цель:* учить детей передавать эмоции (злость, гнев, обиду) с помощью невербальных средств общения - мимики; управлять своими эмоциями.

*Инструкция:* детям предлагается встать парами, повернувшись друг к другу спиной, и изобразить на лице эмоции гнева, злости на обидчика. Надуть сильно-сильно щёки.

*Ведущий:* - Вы поссорились. Вам не хватает общения друг с другом. Вы хотите помириться. Для того, чтобы помириться, нужно повернуться лицом друг к другу, осторожно “проткнуть” пальцами надутые щёки обиженного друга - обида и злость лопнут, как воздушный шарик; засмеяться и обняться.



### **Игра «Клоуны ругаются»**

*Цель:* снять вербальную агрессию, излишнее эмоциональное напряжение, предоставить ребёнку возможность «приемлемым способом» выплеснуть гнев.

Педагог говорит детям: «Клоуны стали показывать детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Да, да, сердито ругаться друг на друга «овощами и фруктами».

Дети превращаются в клоунов, которые ругаются друг на друга «овощами и фруктами». Например: «Ты, – говорит клоун, – капуста!» Дети могут выбрать пары, менять партнёров, «ругаться» вместе или по очереди, отругать всех детей.

Педагог руководит игрой, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей. Клоуны ласково называют друг друга цветами. Например: «Ты – колокольчик». Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п., и ласково называют друг друга цветами.

### **Игра «Обзывалки»**

*Цель:* снять вербальную агрессию, излишнее эмоциональное напряжение, предоставить ребёнку возможность «приемлемым способом» выплеснуть гнев.

По аналогии с предыдущей игрой, можно использовать названия фруктов, овощей, грибов, мебели. В заключении игры надо сказать друг другу что-нибудь приятное.

### **Упражнение «Листок гнева»**

*Цель:* снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, предоставить ребёнку возможность «приемлемым способом» выплеснуть гнев.

Необходимо предложить ребёнку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребёнок изобразит получившийся образ на бумаге. Дальше для расправы с гневом можно этот листок смять и забросить в угол (в ведро), порвать на мелкие кусочки, кусать, топтать, пинать (все способы хороши) листок до тех пор, пока ребёнок не почувствует, что это чувство уменьшилось и теперь он легко с ним справится. После этого можно попросить мальчика или девочку окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки «гневного листа» выбросить в мусорку. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают её обычно в хорошем настроении.

### **Упражнение «Больше не сержусь»**

*Педагог-психолог:* Чтобы избавиться от злости предлагаю вам, ребята, несколько способов.

1. «Подушка-колотушка». По ней можно стучать, когда сердишься.
2. «Стаканчик для крика». В него можно кричать, когда сердишься и злишься.
3. «Коробочка злости». Представьте, что мы на что-то рассердились, берём газету и комкаем её, а потом бросаем в коробочку для злинок и закрываем их там.

### **Упражнение «Ковёр мира» (см. Приложение)**

Когда вы видите, что дети ссорятся и уже переходят границы приличия в своих высказываниях, то срочно воспользуйтесь этим ковром мира. Объясните детям, что это необычный ковер. Он помогает людям успокоиться и помириться, если они поссорились. Для этого расстелите ковер на полу и предложите детям сесть на него вдвоем (втроем). Теперь они могут встать только друзьями. Сходить с ковра раньше того, как дети помирились, запрещено. В то время, когда ребята сидят на ковре, они должны соблюдать следующие правила: нельзя дотрагиваться друг до друга и нельзя произносить ничего,

кроме фразы "Тух-тиби-дух". При этом они могут жестикулировать сколько угодно, даже махая кулаками. Главное, не задевать ими второго ребенка.

Волшебную фразу ребенок тоже может произносить так, как ему нравится: если хочет, он может грозно выкрикивать ее, может злобно шипеть, может ворчливо бурчать. Таким образом, получается забавный диалог двоих детей, сидящих на ковре мира. Как правило, они говорят свои фразы по очереди и так или иначе реагируют на эмоциональный тон таких посланий от второго ребенка. Можете не сомневаться, что даже если общение на ковре мира началось с диких грозных криков и угрожающих размахиваний, то через какое-то время дети "выдохнутся" и тон "тух-тиби-духов" станет гораздо спокойнее.

Вы все это время можете просто сидеть рядом, следя за соблюдением правил, а можете давать шутливые реплики типа: "Ух ты, как грозно!" или "Ужас, даже я испугалась!" Это поможет ребятам понять, что их отрицательные эмоции достигли своей цели. Когда же вы почувствуете, что дети уже выплеснули свои обиды и злость, немного устали и готовы к перемирию, то сообщите им, что если они протянут друг другу руки, то смогут встать с ковра мира и пойти вместе с вами на прогулку (или предложите еще что-нибудь приятное). Если дети морально готовы к этому, то пусть молча соединят мизинцы. Тогда они снова получают "право голоса" и могут вместе с вами закрепить дружбу исполнением ритуала "мирись-мирись-мирись и больше не дерись...".

Примечание. Эта игра очень эффективна при правильном её проведении. Дело в том, что в процессе выполнения игрового задания дети получают возможность непосредственно выразить свои негативные эмоции, причем тому адресату, который их вызвал. При этом, так как они не имеют права произносить обидные слова, типичные для такого процесса в реальной жизни, у них не возникают новые обиды и не подогревается чувство злости и гнева. Запрет на "рукоприкладство" не дает возникнуть драке, при этом ребенок имеет право выражать свою ярость и физически: с помощью движений, мимики, жестов. В ходе такого непривычного для ребят способа выражения привычных чувств им часто становится смешно, а это значит, что они уже на полпути к примирению.

## ЗАНЯТИЕ 12

### «УПРЯМСТВО»

**Цель:** снятие негативных проявлений, упрямства.

**Задачи:**

- Учить детей анализировать своё эмоциональное состояние.
- Познакомить детей с правилами доброжелательного поведения.
- Формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрации к сказке и к игре (в Приложении 1), музыкальное сопровождение к рисованию.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Упрямство». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Чтение сказки «Упрямые козы» (см. Приложение 1 - иллюстрации к сказке)**

Жили когда-то на свете две упрямые козы. И вот однажды они встретились на узкой доске, перекинутой через глубокий овраг. Вдвоём на доске не разойтись, кому-то надо уступить.

- Эй, ты, посторонись с дороги!- закричала одна коза.
- Вот ещё, выдумала! Выходит, я из-за тебя пятиться должна? - закричала в ответ другая.
- А почему бы тебе и не попятиться? - настаивала первая.

Долго спорили упрямые козы. А потом отступили каждая на три шага, нагнули головы и ...трах! Стукнулись лбами и обе свалились в овраг.

**Вопросы:**

- Понравилось ли вам, как вели себя козы?
- Почему они оказались в воде?
- Потому что не умели уступать друг другу.
- Что чувствовали козы, когда не могли разойтись на узкой доске?
- Почему их назвали упрямыми?

**Тренинг эмоций**

Дети становятся в пары, и взрослый предлагает им изобразить «упрямых коз», нежелающих уступать дорогу.

Дети выражают на лице недовольство, хмурят брови, наклоняют головы вперёд, начинают сердиться и толкают плечами друг друга.

**Игра «Сказка наоборот»**

- Придумайте новое название сказке («Вежливые, добрые козочки» или др.)

Решение проблемной ситуации:

- Две козочки встретились на узкой дорожке. Как быть? Кто уступит?
- Какие слова должны произнести козочки? Какое выражение «лица» при этом у них будет?

Вместе со взрослым дети выбирают самый удачный вариант сказки, и затем разыгрывают роли «Вежливые козочки».

**Игра «Два барана» (см. Приложение 1 - иллюстрация к игре)**

*Цель:* снять невербальную агрессию, предоставить ребёнку возможность «приемлемым способом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Педагог разбивает детей на пары и читает текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперёд туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача - противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки «Бе-е-е». Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

- *Дети, что вы чувствовали, когда были в игре «баранами»?*
- *Хотелось бы вам быть похожими на них? Почему?*

### **Проблемная ситуация**

Детям предлагается оказать помощь мальчикам.

Ваня был капитаном. Он подошёл к деревянному кораблю, который стоял на площадке, но на капитанском мостике уже стоял Вова в матроске и бескозырке и держался за штурвал. Ваня тоже взялся за штурвал, пытаясь вытеснить Вову. Вова начал кричать.

- *Как должен поступить Ваня?*
- *Как бы вы поступили на его месте?*

Взрослый выслушивает ответы и подводит детей к выводу: Часто дети ссорятся друг с другом потому, что не умеют уступать, вежливо обращаться друг с другом.

### **Правила доброжелательного поведения**

- будь внимателен к другому;
- если кто-то озабочен, помоги, чем можешь;
- прежде чем что-то делать, посмотри, не мешаешь ли ты другому;
- если товарищу очень нужна какая-то вещь, а ты можешь без неё обойтись, предложи ему ее сам;
- товарища надо выручать.

Дети, сегодня вы были внимательными к проблемам других, помогли упрямым козочкам превратиться в вежливых, дали умный совет мальчикам: «Спор нужно решать справедливо, интересными игрушками делиться, привлекательные роли распределять по очереди».

**Весёлое творческое задание «Нарисуй портрет друга» (звучит весёлая музыка)**

[https://vk.com/wall-150157432\\_82136](https://vk.com/wall-150157432_82136)

## ЗАНЯТИЕ 13

### «МЫ ДРУЖНЫЕ РЕБЯТА»

**Цель:** обобщить представления детей о доброте и эмоциональных состояниях, которые соответствуют этому понятию.

**Задачи:**

- вызвать стремление совершать добрые поступки;
- учить передавать эмоциональное состояние человека с помощью мимики, речи, рисунка;
- формировать позитивный образ своего Я.

**Необходимые материалы:** парные картинки с изображением героев из мультиков, клубок ниток, картонный домик с окошками (варианты на интернет-ресурсах), фотографии детей (мини), разрезные картинки (с сюжетом детской совместной игры), листы коричневой бумаги и пять смайликов на каждого ребёнка, простые карандаши, клей, ножницы.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Мы дружные ребята». Каждый день мы приходим в детский сад и встречаем здесь своих друзей. Вместе играем, занимаемся спортом, гуляем, узнаём много интересного и нового. Всё мы делаем вместе, потому что мы – дружные ребята.

**Приветствие:** «Здравствуй, друг!»

Педагог-психолог: Ребята, сейчас мы поприветствуем друг друга необычным способом. Дети стоят в кругу, педагог-психолог достаёт «волшебную коробочку» и просит детей достать по одной карточке. У каждого ребёнка в руках оказывается карточка с изображением мультяшного героя из «дружной пары». Задача детей образовать пару из мультяшных героев.



Когда пары сформированы, дети приступают к приветствию:

*Здравствуй, друг!* (здороваются за руку)  
*Как ты тут?* (похлопывают друг друга по плечу)  
*Где ты был?* (теребят друг друга за ушко)  
*Я скучал!* (складывают руки на груди в области сердца)  
*Ты пришёл!* (разводят руки в сторону)  
*Хорошо!* (обнимаются)

### **Упражнение «Настроение в кармашке»**

Дети сидят полукругом. Один ребёнок выходит и произносит слова:

*Утром рано поутру  
В детский садик я иду.  
И в кармашке я с собой  
Настроение несу.*

Далее ребёнок изображает мимикой и позой своё настроение. Дети отгадывают настроение ребёнка, а затем хором произносят:

*Из кармашка ты достал  
Настроение своё.  
Только где его ты взял,  
Нам теперь не всё равно!*

Ребёнок после этих слов говорит о том, почему у него сегодня такое настроение, например, «Я сегодня радостный, потому что...» или «Я сегодня грустный или злой, потому что...».

### **Игра «Паутинка»**

**Педагог-психолог:** Ребята, сейчас я предлагаю всем дружно сесть на ковёр (или на стулья) и поиграть в игру «Паутинка». У меня в руках волшебный клубочек. Мы его будем передавать друг другу и при этом называть слова, которые будут отвечать на вопрос: «Каким должен быть друг?» (Высказывания детей).

**Педагог-психолог:** Важно помнить, что вы сами должны поступать с другом так, как хотели бы, чтобы поступали с вами. Народная мудрость гласит: «Скажи, кто твой друг, и я скажу, кто ты». По поступкам ваших друзей судят и о вас. Поэтому, если ваш друг совершает недостойные поступки, помогите ему стать лучше. Лучшими друзьями в вашей жизни могут стать и ваши близкие: родители, братья, сёстры, бабушки, дедушки. Они любят вас, вы им дороги. Относитесь к ним с любовью, добротой, и вы приобретёте настоящих друзей. Хорошо, когда и в группе вы относитесь друг к другу по-дружески. Давайте сегодня мы поучимся это делать. Мы будем учиться быть одной командой.

### **Игра «Менялки»**

Игра проводится в кругу, дети сидят на стульях.

Педагог-психолог:

*Скучно, скучно так сидеть, друг на друга всё глядеть.  
Не пора ли пробежаться и местами поменяться?*

**Педагог-психолог:** «Поменяются местами те ребята, у кого голубые глаза (светлые волосы, кто добрый, кто защищает девочек, кто любит мороженое, пришёл в садик с мамой и т.п.)».

### **Игра «Кто, кто в теремочке живёт?»**

Педагог-психолог показывает детям сделанный из картона дом с окошками, каждое окошко открывается и можно увидеть фотографию ребёнка. Каждое окошко пронумеровано или на нём нарисована картинка. Дети по одному подходят к педагогу-психологу, достают из корзины яйцо от «Киндер-сюрприза», открывают его и смотрят номер или картинку, а затем открывают окно с соответствующей картинкой или номером, причём никто из остальных детей не должен этого видеть. Дети хором спрашивают ребёнка: «Кто, кто в теремочке живёт? Кто, кто в невысоком живёт?» Ребёнок должен далее описать того, кто прячется в окошке, например, «В теремочке живёт девочка, она очень красивая, эта девочка добрая, всегда делится игрушками, она любит помогать тому, кто не успевает одеться на прогулку, эта девочка весёлая и любит смеяться...» Далее выходит тот ребёнок, кого загадывали, и игра продолжается до тех пор, пока все дети не посмотрят в окошки.

### **Игра «Собери картинку»**

Педагог-психолог предлагает детям собрать разделённую на 8 частей картинку. Детям нужно восстановить картинку и рассказать о том, что на ней изображено. (Сюжетная картинка по содержанию может быть любой: дети вместе трудятся, играют, гуляют...)



Молодцы, ребята! Хорошо справились с заданием и помогла вам в этом дружба.

### **Педагог-психолог:**

Дружить нас учат песни, стихи, сказки и русские народные пословицы. А пословиц о дружбе мы с вами уже знаем много. Сейчас я буду читать вам начало пословицы, а вы должны будете её закончить. Готовы? (Дети хором заканчивают фразы):

*Один за всех и все за одного!*

*Не имей сто рублей, а имей сто друзей!*

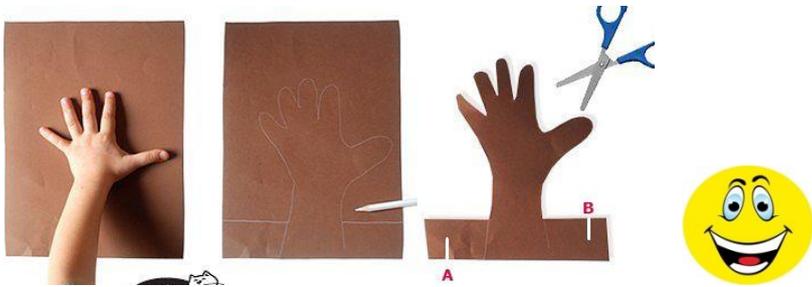
*Один в поле не воин!*

*Старый друг лучше новых двух!*

*Нет друга, так ищи, а нашёл, так береги!*

### **Продуктивная деятельность «Дерево дружбы»**

Детям предлагается обвести свою ладошку на листе цветной бумаги. Вырезать по контуру. Приклеить на ладошку весёлый смайлик (наклейку). Затем приклеить свою ладошку на дерево, изображенном на листе ватмана (во время работы звучит песня «Доброта» гр. «Барбарики»).



### **Итог занятия**

**Педагог-психолог:** Ребята, у вас получилось чудесное «дерево дружбы», которое украсит вашу группу.

### **Упражнение «Мы тоже»**

**Педагог-психолог:**

Я буду сейчас говорить вам фразы и предложения, а вы будете отвечать мне: «Мы тоже!». Договорились?

*Психолог: «Я делюсь с вами своим хорошим настроением!».*

*Дети: «Мы тоже!».*

*Психолог: «Я дарю вам улыбку».*

*Дети: «Мы тоже».*

*Психолог: «Я радуюсь».*

*Дети: «Мы тоже!».*

*Психолог: «Я прыгаю от счастья!».*

*Дети: «Мы тоже!».*

*Психолог: «Я вас люблю!».*

*Дети: «Мы тоже!».*

*Психолог: «Я вас обнимаю!».*

*Дети: «Мы тоже».*

Все обнимаются в едином кругу.

Ваше настроение отличное? (ДА!!!)

Что вам сегодня запомнилось, чем мы сегодня занимались на занятии?

На этом мы и заканчиваем. Приятных вам эмоций! До свидания!

## ЗАНЯТИЕ 14

### «НАШИ МЕЧТЫ»

**Цель:** активизировать позитивные мечтания ребёнка.

**Задачи:**

- Продолжать закреплять знания о поведении в конфликтных ситуациях.
- Учить сознательно управлять своими эмоциями.
- Формировать дружелюбное отношение к окружающим.
- Способствовать формированию адекватной самооценки.

**Необходимые материалы:** «Плакат приветствий», иллюстрация к истории (в Приложении 1), «Банка добрых пожеланий», раздатка на каждого ребёнка - улыбка (в Приложении 2), раздатка - разрезные части одной картинки - сердце с детскими мечтами ( в Приложении 2), музыкальное сопровождение, гигантская раскраска, цветные карандаши.

**Содержание:**

**Педагог-психолог:** Здравствуйте, ребята! Тема нашего занятия сегодня: «Наши мечты». Для начала давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Каждый из вас сам выберет свой способ приветствия (см. Приложение 1 - «Плакат приветствий»).

**Стихотворение «Маленький дом»** (автор Элеонора Фарджен)

*Когда у меня будет маленький дом,  
Тогда заведу я в хозяйстве своем:  
Двух пушистых псов,  
Трёх коричневых коров,  
Четырёх проказливых козочек,  
пять крупных кружечек с узором из розочек.  
Шесть шибуршащих ульев,  
Семь старинных стульев,  
Восемь веселых чайников новых,  
Десять десертных ложечек,  
Одиннадцать одиноких кошек.  
(не считая кошачьих котят),  
Двенадцать писклявых цыплят-  
И одну плетеную люльку с горластым малюткой.  
Вот сколько всего заведу я в хозяйстве моем,  
Когда у меня будет маленький, маленький,  
Маленький ДОМ!*

**Беседа «Наши мечты»**

Каждый человек о чём-нибудь мечтает.

- Какие бывают мечты? О чём мечтаете вы?
- Исполняются ли ваши мечты?
- Кто помогает вам в исполнении мечты?

**«История про одного Ёжика»** (см. Приложение 1 - иллюстрация к истории)

Жил-был Ёжик. Он очень мечтал увидеть море и кораблик. Ему было очень одиноко и грустно. Однажды он пошёл на реку за водой и встретил там Медвежонка.

Медвежонок спросил Ёжика, почему тот грустный и Ёжик рассказал ему о своей мечте. Услышав мечту Ёжика, Медвежонок сделал ему маленький кораблик.

От неожиданной радости Ёжик даже взлетел на небо. Придя домой, он опустил кораблик в воду и заснул крепким сном.

Вопросы:

- От чего Ёжик взлетел на небо?
- Кто помог сбыться мечте Ёжика?
- А какие добрые поступки вы совершали вчера, сегодня (дома, в детском саду)?
- А были случаи, когда вы обижали кого-то?
- Что нужно делать, если вы сами начали ссору, причинили другому боль?
- Вам когда -нибудь хотелось взлететь в облака, летать от счастья как Ёжик? (от счастья, радости)

**Упражнение «Достань мечту!»** (включается спокойная музыка)

**Педагог-психолог:** «Представь себе, что ты стоишь на поляне. Над тобой - тёмное ночное небо, всё усыпанное звёздами. Они светят так ярко, что кажутся совсем близко. Поляна залита мягким, нежно-голубым светом. Люди говорят, что, когда звезда падает, нужно загадать желание, и оно обязательно сбудется. Ещё говорят, что звезду нельзя достать. Но может быть они просто не пробовали? Найди на небе мысленным взглядом самую яркую звезду. О какой твоей мечте она напоминает? Хорошенько представь себе, чего бы ты хотел. А теперь открой глаза, глубоко вдохни, затаи дыхание и постарайся дотянуться до звезды. Это не просто: тянись изо всех сил, напряги руки, встань на носочки. Так, ещё немного, ты уже почти достал её. Есть! Ура! Выдохни и расслабься, твоё счастье в твоих руках! Положи свою звезду перед собой в красивую корзинку. Порадуйся, глядя на неё. Ты сделал что-то очень важное. Теперь можно немного отдохнуть. Закрой глаза. Снова мысленно посмотри на небо. Есть ли там ещё звёзды, напоминающие тебе о других заветных мечтах? Если есть, то внимательно присмотри к выбранному светилу. А теперь открой глаза, вдохни и тянись к своей новой цели!»

**Упражнение «Банка добрых пожеланий»**

**Цель:** сплочение группы.

**Педагог-психолог:** Перед вами «Банка добрых пожеланий», в ней каждый найдёт какое-то доброе пожелание.

Пожелания могут быть составлены самим взрослым, либо записываются взрослым со слов ребёнка, сворачиваются и складываются в «Банку добрых пожеланий».

Затем каждый по очереди вынимает своё пожелание, которое взрослый зачитывает вслух, после этого участники группы делятся своими эмоциями и впечатлениями от проделанного упражнения.

**Задание «Собери картину»** (см. Приложение 2 - раздатка, разрезная картинка)

**Цель:** сплочение группы.



Обсуждение картины.

### Упражнение «Улыбка»

**Педагог-психолог:** «Ребята у меня в руках корзинка, в ней находятся улыбки, возьмите их из корзинки и подарите тому, кому вы хотите».

Педагог-психолог подает корзинку к каждому ребёнку, дети берут улыбки и дарят друг другу.

*Как хорошо, что вы есть — милые дети,  
Так радостно нам и весело с вами!  
И нет ничего прелестней на свете,  
Чем ваша улыбка - счастья сиянье!*

### Итог занятия

Отдохнули, поиграли  
И совсем мы не устали  
Скоро мы придём опять,  
Будем вместе мы играть.  
Посмотри в глаза друзьям!  
Как приятно было нам!

### Продуктивная деятельность «Сердце группы» (подарок детям)

[https://vk.com/wall-88790008\\_66586](https://vk.com/wall-88790008_66586)

Заранее педагог распечатывает гигантскую раскраску в виде сердца, склеивает её и детям предлагается дружно её раскрасить в свободное от занятий время.



### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Н.В.Клюева. Учим детей общению - Ярославль, Академия развития, 2006
2. Е.И.Синицына. Умные сказки. Умные стихи – Москва, Лист.2007
3. И.А.Фурманов..Детская агрессивность. Диагностика и коррекция - М., 2006
4. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Уч.пос. под ред. И.В. Дубровиной - М.,Академия,2009
5. С.А.Игумнов. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков - М.,2010
6. Л.П.Стрелкова. Уроки сказки - М.,Мир,2009
7. Л.Б.Фесюкова. Воспитание сказкой - М.,Фолио,2000
8. С.И.Семенака. Учимся сочувствовать, сопереживать - М.,Аркти,2013
9. С.И.Семенака. Уроки добра - М.,Аркти,2005