

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 108

РАССМОТРЕНО  
Протокол педагогического совета  
№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 108 \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ  
ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО  
РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (6-7 ЛЕТ)  
СРЕДСТВАМИ МУЛЬТ-ТЕРАПИИ

Автор-составитель  
Рогова Юлия Владимировна  
педагог-психолог

Ангарск

2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Актуальность

Современный мир ставит перед человеком много задач, для успешного выполнения которых ему требуются разные навыки. Все чаще на замену человеческому труду приходит автоматизированные технологии. И тем ценнее становится «человеческое начало», творческий подход, на которые машины не способны. В последнее время специалисты все больше говорят о soft skills (в переводе с английского «гибкие навыки») – о комплексе навыков, которые не связаны с конкретной профессией, но при этом уровень их развития является залогом успеха решения профессиональных задач. Другими словами, они делают трудовой процесс более успешным и эффективным. Чтобы добиться успехов, человек должен уметь работать в команде, договариваться с коллегами, клиентами, не бояться выдвигать новые идеи, уметь управлять своим состоянием и поведением, понимать других людей, владеть навыками саморефлексии для того чтобы принимать осознанные решения и корректировать собственные ошибки и т.д. Другими словами эти навыки можно назвать социально-психологическими. Гибкие навыки по своей сути являются ничем иным как социально-личностными компетенциями и соответствуют целевым ориентирам ФГОС на этапе завершения дошкольного детства. Таким образом, развитие социально-личностных компетенций у подрастающего поколения является общественной потребностью, актуальной для общества в целом.

Дошкольный возраст – это время формирования основной структуры личности ребенка, его самосознания, самооценки. Именно от этих показателей зависит характер взаимоотношений человека с окружающими, его стремление к личностному росту в будущем. Также в дошкольном возрасте закладываются социальные навыки, а развиваются в течение всей жизни. Поэтому так важно уже с детского сада не упустить этот период, а использовать его для того чтобы приобретенные социальные компетенции стали базой для дальнейшего развития личности ребенка в процессе школьного обучения. Такие навыки как умение договариваться, разрешать конфликты, самостоятельность, ответственность, эмоциональный интеллект развиваются только под чутким руководством со стороны взрослого. Таким образом, на педагоге сегодня лежит особая ответственность по созданию условий для социально-личностного развития детей дошкольного возраста. Данная программа направлена на формирование социальных навыков и компетенций, которые ложатся в основу перспективных и востребованных в будущем мягких навыков.

Программа составлена на основе программы «Я и другие в мультмире» Леонтьевой Е.Н. (Программа внеурочной деятельности психологического направления для детей младшего школьного возраста) и является программой адаптационного типа. Срок реализации программы – 1 год.

Программа представляет собой цикл из 20 занятий с элементами кинотренинга (в данной программе используется разновидность кинематографа – мультипликация, которая больше соответствует психологическим особенностям детей дошкольного возраста). Мультфильмы понятны детям, динамичны и визуально привлекательны, они несут метафорическую нагрузку, так как по своей сути являются сказками. Подобранные специально мультфильмы несут в себе ресурс для гармоничного развития ребенка, однако для этого недостаточно просто посмотреть мультфильм. Необходимо помочь ребенку осмыслить и проанализировать увиденный материал, увидеть связь с реальной жизнью, найти выход из различных ситуаций. В этом случае цифровое пространство мультипликационной сказки помогает ребенку стать активным создателем в реальной жизни.

Программа строится на основе следующих *принципов*:

- *Принцип активности* предполагает усвоение знаний и формирований умений детей через игровую деятельность, проживание собственного опыта в процессе взаимодействия с ведущим программы и сверстниками.
- *Принцип метафоричности* предполагает использование большого количества сказкотерапевтических техник, то есть перенос смысла из понятной ребенку сказочной ситуации в реальную, связанную с его жизнью и потребностями ситуацию.
- *Принцип уважения к личности ребенка* реализуется через создание личностно-ориентированного подхода, при котором демонстрируется уважение к потребностям, мнению каждого ребенка.
- *Принцип включенности всех участников образовательного процесса* предусматривает активное взаимодействие с педагогами групп, а также привлечение к образовательному процессу родителей воспитанников. Педагог-психолог дает воспитателям практические рекомендации по закреплению игр и упражнений с детьми, а также обращает внимание на личностные особенности некоторых детей и специфику индивидуальной работы с ними. Родители включаются в образовательный процесс опосредованно через детей, когда они получают творческие задания для выполнения в домашних условиях.

**Новизна программы** заключается в осуществлении преемственности между ступенями образования (детский сад и школа) по вопросам социально-личностного развития детей средствами мульт-терапии. Данная программа построена с учетом требований ФГОС.

Каждое занятие сопровождается взаимодействием с родителями, которое содержит выполнение заданий, беседы, просмотр мультфильмов по определенным темам в детско-родительской паре, а также последующую обратную связь со специалистом в родительском чате. Взаимодействие с родителями воспитанников осуществляется в дистанционной форме (с учетом последних требований санитарно-эпидемической обстановки).

### **Цель и задачи программы**

*Цель программы:* создание условий для формирования социально-личностных компетенций у детей старшего дошкольного возраста средствами мульт-терапии.

*Задачи программы:*

1. Способствовать самопознанию и формированию позитивного образа «Я» детей старшего дошкольного возраста. Помочь осознать свои характерные особенности и предпочтения.
2. Формировать у детей представления о положительных и отрицательных чертах характера человека.
3. Обучить способам саморегуляции эмоционального состояния в пределах возрастных возможностей детей старшего дошкольного возраста.
4. Развивать навыки социального поведения, необходимые для конструктивных межличностных отношений со сверстниками и взрослыми.
5. Развивать рефлексивные навыки детей, оказывать помощь в осознании собственных переживаний и эмоционального состояния других людей.
6. Развивать умение выражать свое эмоциональное состояние в соответствии с социальными нормами.
7. Способствовать расширению поведенческого репертуара детей, развивать умения конструктивно разрешать проблемные ситуации, тренировать в поиске разрешений сложных для детей ситуаций;
8. Корректировать возникающие в процессе реализации программы трудности поведения.
9. Способствовать гармонизации детско-родительских отношений в процессе совместной деятельности.

## **Организационные условия проведения занятий**

Представленная в программе организованная деятельность предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста. Занятия проводятся фронтально в помещении групповой комнаты один раз в неделю, их продолжительность составляет 30 минут.

Главным условием проведения занятий является наличие в группе оборудования для просмотра видеоматериала (мультимедийное оборудование, телевизор и т.д.). Кроме того, групповое помещение должно быть оборудовано столами и стульями по количеству детей и местом для свободного передвижения и игр детей.

## **Структура занятий**

Каждое занятие традиционно состоит из трех частей:

1. *Вводная часть.* В которую входит ритуал приветствия, постановка проблемной ситуации. Вводная часть создает положительный настрой в группе, сосредотачивает внимание и мотивирует на дальнейшую работу.
2. *Основная часть.* Ведущим методом программы является мульти-терапия, а также совместная игровая деятельность. Основное содержание занятия строится в соответствии с темой мультфильма, которая объединяет все используемые игры и упражнения. В процессе просмотра мультфильма ведущий делает остановки для обсуждения и анализа или выполнения упражнений, после выполнения которых просмотр возобновляется. Решение основных задач осуществляется через просмотр и анализ видеоматериала, арт-терапевтические и релаксационные упражнения, решение проблемных ситуаций, нравственные беседы, тренинговые упражнения, психогимнастические этюды.
3. *Заключительная часть.* Включает в себя проведение рефлексии и ритуал прощания. Рефлексивная часть позволяет обобщить и систематизировать полученные знания, выразить свое отношение. А ритуал прощания создает атмосферу доверия, желание встретиться снова.

В зависимости от задач, работа с детьми предполагает индивидуальную, подгрупповую (взаимодействие в парах, четверках), а также фронтальную форму организации занятий.

## **Основные методы реализации программы**

- **Метод арт-терапии:** сказкотерапия, изобразительные техники (проективные диагностические методы, анализ произведений, решение сказочных задач, исследование образов, рисование в парах, групповое рисование). Сила сказкотерапии заключается в том, что она воспринимается сразу на двух уровнях – сознательном и подсознательном. Сознание ребенка принимает буквальное содержание сказки: ребенок сочувствует сказочному герою. Подсознание же задает нужную программу изменений в поведении, замещает неэффективный стиль поведения на более продуктивный. Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. В сказках можно найти целый перечень психологических проблем человека и способы их решения (в том числе проблемы межличностного общения). Цель изотерапии - не научить ребёнка рисовать, а помочь ребенку самовыразиться, дать выход творческой энергии. С целью развития чувства общности, партнерства в группе, формирования навыков сотрудничества применяется рисование по кругу, работа в парах, коллективные работы.
- **Метод проблемного обучения:** создание проблемных ситуаций, моделирование ситуаций, создание новых способов решения задач. Доступные по возрасту пониманию детей проблемные ситуации учат мыслить, творчески ассимилировать опыт и включать полученные знания в уже существующие схемы поведения.
- **Игровые методы:** коммуникативные игры и упражнения, игры на активизацию познавательных процессов, рефлексивные игры. Важное место в программе занимают ритуалы - игровые ритуалы приветствия и прощания, а также приглашение мультфильма к просмотру. Ритуалы позволяют настроить детей на восприятие материала, сконцентрировать внимание, а в конце занятия позволяют позитивно завершить и настроить на следующую встречу.
- **Методы здоровьесберегающих технологий:** гимнастика для глаз после просмотра мультфильма, упражнения психогимнастики, релаксационные упражнения на снижение психоэмоционального напряжения, динамические паузы, зарядка позитивного внушения, упражнения саморегуляции эмоционального состояния. Данные методы направлены на сохранение и укрепление психологического и физического здоровья детей, а также развивают у них ответственность и осознанное отношение к своему здоровью.

## **Структура программы**

Содержание программы включает в себя 3 блока, которые соответствуют трем уровням самопознания:

1. *Блок «Я познаю себя».* Занятия данного блока направлены на раскрытие ребенком своих индивидуальных и уникальных особенностей. Работа данного блока направлена на формирование позитивного отношения к себе и уважения к окружающим.
2. *Блок «Я и другие».* Занятия второго блока направлены на изучение ребенком качеств и характеристик других людей. Ребенок учится давать характеристики поступков других (в данной программе мультперсонажей), разбираться в мотивах их поведения, чаще всего бессознательно сравнивая себя с ними. Сравнивая свои характеристики с другими людьми, ребенок оценивает свои возможности, осознает свое сходство и различия с другими, выделяет общее и уникальное. Формируется его самооценка как важный компонент самопознания. Кроме того, мультфильмы являются эффективным средством формирования у детей социальных норм поведения. Разбирая конкретные ситуации, близкие к опыту детей, действие персонажей, последствия этих действий, ребенок пытается найти правильный выход из ситуации, происходит замещение неэффективных форм поведения на более конструктивные.
3. *Блок «Как приручить дракона».* Занятия данного блока направлены на обучение детей приемам саморегуляции и умению владеть собой в различных трудных ситуациях.

### **Планируемые результаты и формы контроля**

Критерием эффективности проведенной развивающей работы является:

- Дети осознают свои возможности и способности, принимают свои особенности. Их самооценка более устойчивая и адекватная;
- Дети осознают и выражают словами свои эмоции, чувства, желания, мысли, способны анализировать поступки и прогнозировать их последствия;
- Дети владеют элементарными навыками саморегуляции, управляют своим поведением, могут следовать социальным нормам и правилам;
- Дети более конструктивно решают возникающие конфликтные ситуации, уровень сплоченности детского коллектива возрастает.

**Результаты эффективности программы** оцениваются разными способами:

- Социометрическая методика исследования структуры взаимоотношений Т.А. Репиной «Секрет» (в начале и конце учебного года) (Приложение 1);
- Оценка социальной компетентности детей методом наблюдения за их поведением в различных ситуациях в процессе проведения занятий ведущим, а также в самостоятельной игровой деятельности и режимных моментах воспитателем (главным условием является систематическое взаимодействие с воспитателем группы);
- Методика выявления уровня самооценки «Лесенка» (В.Г.Щур) (в начале и конце учебного года);
- Выявление динамики развития коммуникативных навыков методикой «Рукавичка», «Половинки», «Рисунок по кругу»;
- Итоговое занятие программы проводится в форме квеста. Успешность выполнения заданий является критерием эффективности проведенной программы.

### **Взаимодействие с родителями в рамках реализации программы**

Важное условие достижения желаемых результатов – это построение единой развивающей среды для ребенка. Поэтому программа по формированию социально-коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста строится с учетом взаимодействия всех участников образовательного процесса: педагогов, детей и родителей. В конце занятий дети получают задание для выполнения с родителями. То же самое задание дублируется в родительском чате. Таким образом, родители могут осуществлять обратную связь с педагогами и психологом, задавать вопросы, обсуждать интересные вопросы.

Целью домашних заданий является не только закрепление ребенком полученных в ходе занятия знаний и приобретенных умений, но и гармонизация детско-родительских отношений, установление прочного контакта между родителями и ребенком.

После выполнения задания, психолог организывает в группе рефлексивный круг с детьми, на котором они делятся полученными знаниями и впечатлениями.

## Тематический план занятий

№	Тема занятия	Содержание (упражнения)	Кол-во заняти й	Задачи	Видео-материал
<i>Блок «Я познаю себя»</i>					
1	Мое имя	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Приветствие;</li> <li>•Загадка о имени;</li> <li>•Упражнение «Ласковые имена»;</li> <li>•Просмотр мультфильма;</li> <li>•Гимнастика для глаз;</li> <li>•Игра «Я знаю много имен»;</li> <li>•Беседа по содержанию мультфильма;</li> <li>•Творческое задание «Мое имя похоже...»;</li> <li>•Рефлексия - игра;</li> <li>•Прощание.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Установить контакт с группой детей, вызвать интерес к занятиям.</li> <li>• Развивать мотивацию к самопознанию, изучению своих особенностей, индивидуальности.</li> <li>• Развивать творческое самовыражение детей.</li> <li>• Диагностика возможных затруднений в самопринятии, снижении самооценки.</li> </ul>	Мультфильм «Лунтик» серия «Имя»
2	Какой Я?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Приветствие</li> <li>•Игра «Поменяйтесь местами»</li> <li>•Беседа</li> <li>•Просмотр мультфильма с обсуждением</li> <li>•Гимнастика для глаз</li> <li>•Творческое задание «Какой</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать у детей интерес к самопознанию;</li> <li>• Развивать умение анализировать свои индивидуальные качества;</li> <li>• Подкреплять позитивную самооценку детей;</li> </ul>	Мультфильм «Чуня»

		<p>Я?»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Рефлексия-беседа</li> <li>•Прощание</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитывать ценностное отношение к окружающим людям, умение замечать в окружающих хорошие качества.</li> </ul>	
3	Что я люблю	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие</li> <li>• Игра «Что я люблю»;</li> <li>• Игра «Наоборот»;</li> <li>• Просмотр мультфильма;</li> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Обсуждение мультфильма;</li> <li>• Творческое задание «Я люблю»;</li> <li>• Рефлексивная игра «Найди общее»;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Способствовать формированию установки на преодоления трудностей в сложных ситуациях;</li> <li>• Актуализировать ресурсы личностного развития детей средствами арт-терапии;</li> <li>• Развивать навыки межличностного общения при подгрупповой организации детей;</li> <li>• Воспитывать чувство единства на основе общих ценностных ориентиров.</li> </ul>	Мультфильм «Ивашка из Дворца пионеров»
4	Что я умею	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Упражнение «Я сегодня вот такой...»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать представление об индивидуальности человека;</li> <li>• Актуализировать</li> </ul>	Мультфильм «А что ты умеешь?»

		<p>обсуждением;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Творческое задание «Я умею...»;</li> <li>• Рефлексия- игра «Я умею»;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>ресурсы личностного развития детей средствами арт-терапии;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать навыки рефлексии эмоционального состояния;</li> <li>• Воспитывать чувство общности в коллективе сверстников.</li> </ul>	
5	Я хочу научиться...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз,</li> <li>• Беседа;</li> <li>• Динамическая пауза «Какой я?»;</li> <li>• Творческое задание «Я хочу научиться»;</li> <li>• Рефлексия – беседа;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать у детей чувство уверенности в своих силах;</li> <li>• Снизить тревожность по поводу совершения ошибок;</li> <li>• Развивать рефлексивные навыки;</li> <li>• Воспитывать в детях эмоциональную отзывчивость, желание поддержать окружающих в трудных ситуациях.</li> <li>• Воспитывать в детях настойчивость к достижению намеченной цели.</li> </ul>	Мультфильм «А вдруг получится?»
<b>Блок «Я и другие»</b>					
6	Ответственность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Беседа-обсуждение</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать у детей представления об</li> </ul>	Мультфильм «Варежка»

		<p>«Домашние животные»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Психогимнастическое упражнение «Изобрази чувство»;</li> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Динамическая пауза «Щенок»;</li> <li>• Методика Г.А.Цукерман «Рукавички»;</li> <li>• Рефлексия - беседа;</li> <li>• Прощание.</li> </ul>		<p>ответственности за прирученное животное или порученное дело;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать образное мышление;</li> <li>• Развивать чувство эмпатии, отзывчивость, желание поддержать друга в трудной ситуации;</li> <li>• Тренировать в парах навыки договариваться в процессе совместной изобразительной деятельности.</li> </ul>	
7	Упрямство	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Игра с обсуждением «Брыкающаяся лошадка»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Динамическая пауза «Настроение»;</li> <li>• Моделирование проблемной ситуации;</li> <li>• Творческое задание в парах «Меню»;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать у детей способности находить адекватные способы разрешения конфликтов. Расширять поведенческий репертуар.</li> <li>• Развивать умение сотрудничать, договариваться, находить компромиссные решения</li> </ul>	Мультфильм «Мост»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексивный круг</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>в решении задач.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать рефлексивные умения.</li> </ul>	
8	Честность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Чтение рассказа Л.Н.Толстого «Косточка»;</li> <li>• Беседа по прочитанному произведению;</li> <li>• Динамическая пауза «Правда или нет?»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз «Снежинка»;</li> <li>• Решение проблемных ситуаций;</li> <li>• Рефлексия – игра «Оркестр»;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Уточнить и расширить знания детей о понятиях «правда» и «ложь», показать последствия лжи для человека на примере героев мультипликационного фильма;</li> <li>• Формировать у детей способности находить адекватные способы разрешения конфликтов, расширять поведенческий репертуар;</li> <li>• Воспитывать у детей честность;</li> <li>• Развивать рефлексивные умения.</li> </ul>	Мультфильм «Про Миру и Гошу», серия «Сам такой»
9	Трудолюбие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Беседа;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить детей с понятием «трудолюбие»;</li> <li>• Расширять</li> </ul>	Мультфильм «Нехочуха»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастика для глаз «Снежинка»;</li> <li>• Физминутка Е.Железновой «Помощники»;</li> <li>• Творческое задание «Я тружусь»;</li> <li>• Рефлексия – игра с мячом;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>поведенческий репертуар, тренировать в поиске решения сложных для детей ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитывать уважение к труду, желание помогать значимым взрослым. Развивать в детях негативное отношение к лени.</li> </ul>	
1 0	Старательность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Беседа (рецепты от лени);</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз «Снежинки»;</li> <li>• Динамическая пауза «Зайка»;</li> <li>• Упражнение «Штриховки» с обсуждением результатов;</li> <li>• Упражнение «Найди сказочного героя»;</li> <li>• Зарядка позитивного внушения «Лень мы победим»;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сформировать понятия «старание» и «усердие» как социально одобряемыми нравственными качествами человека.</li> <li>• Формировать у детей представления о способах саморегуляции своего поведения.</li> <li>• Способствовать воспитанию стремления к старательности.</li> </ul>	Мультфильм «Так сойдет!»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия;</li> <li>• Прощание.</li> </ul>			
1 1	Гордость и хвастовство	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Чтение отрывка из стихотворения Я. Бжехвы «Воображуля» с обсуждением;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Упражнение «Конкурс хвастунов»;</li> <li>• Динамическая пауза «Мышь» Е.Железновой;</li> <li>• Нравственно-этическая беседа «Гордость и хвастовство»;</li> <li>• Творческое задание «Чем я горжусь»;</li> <li>• Рефлексия – игра;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать у детей представления о социальных чувствах «гордость» и «хвастовство».</li> <li>• Развивать умения анализировать свои и чужие поступки. Профилактика хвастовства.</li> <li>• Способствовать воспитанию чувства гордости, как важного элемента механизма саморазвития ребенка.</li> <li>• Развивать групповую сплоченность.</li> </ul>	Мультфильм «Песенка мышонка»
1 2	Жадность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Постановка проблемной ситуации;</li> <li>• Просмотр фильма;</li> <li>• Гимнастика для глаз;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать нравственные представления о жадности и щедрости.</li> <li>• Раскрыть значение понятия «личные</li> </ul>	Короткометражный фильм «Синие листья»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа по теме фильма;</li> <li>• Игра «Волшебный мешочек. Поделись с другом»</li> <li>• Рефлексия – игра;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>вещи», которыми нельзя делиться.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать словесно-логическое мышление детей, умение строить доказательную речь.</li> <li>• Воспитывать в детях отзывчивость, щедрость.</li> <li>• Развивать навыки невербального общения.</li> </ul>	
1 3	Находчивость	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Игра «Сугробы, снежинки, сосульки»;</li> <li>• Беседа о семейных традициях;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз «Снежинка»;</li> <li>• Коммуникативная игра «Елочка»;</li> <li>• Музыкальная игра «Мы повесим шарик»;</li> <li>• Игра «Море волнуется»;</li> <li>• Игра «Печем пирог»;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать представления о ценности традиций в жизни человека</li> <li>• Развивать оригинальность мышления, умение находить нестандартные решения проблемных ситуаций.</li> <li>• Воспитывать в детях отзывчивость, эмпатию по отношению к другим.</li> <li>• Сплочение детского</li> </ul>	Мультфильм «Как ежик и медвежонок елку наряжали»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия – игра «Я как новогодняя игрушка»;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>коллектива через совместную игровую деятельность</p>	
<b>Блок «Как приручить дракона»</b>					
1 4	Мои внутренние драконы. Гнев.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Беседа «Мои внутренние драконы»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз «Ослик»;</li> <li>• Беседа с элементами тренинга. Техника «Огонь и лед», «Воздушный шар», «Кулаки».</li> <li>• Творческое задание по созданию чек-листа «Как приручить дракона «Гнев»»;</li> <li>• Рефлексия – игра;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование у детей представлений об эмоциональной саморегуляции и ее значении для здоровья человека. Отработка упражнений на психоэмоциональную разгрузку.</li> <li>• Развитие навыка работы в команде – умений договариваться, распределять роли для выполнения операций задания.</li> <li>• Снижение уровня психоэмоционального напряжения.</li> </ul>	Мультфильм «Подарок для слона»
1 5	Привычки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Игра «Топни – хлопни»;</li> <li>• Беседа «Что такое привычки»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить детей с понятием «привычка» и механизмом их формирования.</li> <li>• Помочь проанализировать последствия вредных</li> </ul>	Мультфильм «Сестрички-привычки»

		<p>обсуждением;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастика для глаз;</li> <li>• Задание «Привычки и школа»;</li> <li>• Игра «Как обмануть вредную привычку?»;</li> <li>• Рефлексия;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>привычек, сформировать негативное отношение к ним.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Способствовать созданию мотивации к преодолению вредных привычек.</li> </ul>	
1 6	Обида	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Упражнение «Я обижаюсь, когда...»;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Гимнастика для глаз «Ослик»;</li> <li>• Беседа с элементами тренинга. Техники «Мусорная корзина», «Вырастай-ка», «Костер»;</li> <li>• Задание «Как справиться с обидой»;</li> <li>• Рефлексия – беседа;</li> <li>• Прощание</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепить представления детей о чувстве «обида».</li> <li>• Формировать представления о влиянии отрицательных эмоций на здоровье человека.</li> <li>• Обучить конструктивному способу работы с обидой, профилактика негативных последствий воздействия эмоционального состояния.</li> <li>• Снизить психоэмоциональное напряжение детей.</li> <li>• Способствовать сплочению группы.</li> </ul>	Мультфильм «Про Миру и Гошу», серия «Обидно»
1 7	Страх	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Упражнение «Хорошо-плохо»;</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Расширить представления детей о чувстве страха и способах его преодоления.</li> </ul>	Мультфильм «Страшная история»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Игра «Я страшилок не боюсь»;</li> <li>• Беседа «Как справиться со страхом»;</li> <li>• Зарядка позитивного внушения «Волшебная палочка»;</li> <li>• Рефлексия – беседа;</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выявить преобладающий вид страхов.</li> <li>• Способствовать снижению психоэмоционального напряжения, повышению уверенности в себе.</li> </ul>	
1 8	Я учусь ошибаться	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие;</li> <li>• Игра «Три, тринадцать, тридцать» с обсуждением;</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением;</li> <li>• Динамическая пауза «Настроение»;</li> <li>• Задание «Ошибки художника»;</li> <li>• Задание «Ошибка и решение»;</li> <li>• Игра «Стоп-вопрос»;</li> <li>• Рефлексия;</li> <li>• Прощание.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать мотивацию на преодоление трудностей.</li> <li>• Формировать правильное отношения к ошибкам как способу извлечения опыта.</li> <li>• Способствовать снижению психоэмоционального напряжения вследствие неудачи, повышению уверенности в себе.</li> </ul>	Мультфильм «Жила-была принцесса». Серия «Не хочу проигрывать»
1 9	Мои и чужие границы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование у детей представлений о</li> </ul>	Мультфильм «Про Миру и Гошу» серия

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа «Что такое границы»</li> <li>• Просмотр мультфильма с обсуждением</li> <li>• Гимнастика для глаз</li> <li>• Упражнение на исследование личных границ «Стоп!»</li> <li>• Техника «Круги отношений»</li> <li>• Моделирование проблемных ситуаций</li> <li>• Рефлексия – игра</li> <li>• Прощание</li> </ul>		<p>психологических границах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить детей с приемом «Стоп»;</li> <li>• Развитие умения конструктивного взаимодействия;</li> <li>• Воспитание уважительного отношения к своей и чужой личности.</li> </ul>	«Мне так не нравится»
20	Итоговое занятие. Квест-игра «В мире эмоций»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие</li> <li>• Задание 1. Разгадывание загадок об эмоциях и чувствах.</li> <li>• Задание 2. «Мульт-викторина»</li> <li>• Задание 3. «Помоги ребятам справиться с эмоциями»</li> <li>• Задание 4. Решение проблемных ситуаций.</li> <li>• Рефлексия «Камешек и перышко»</li> </ul> <p>Прощание</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Диагностировать знания детей по применению средств саморегуляции с целью снижения психоэмоционального напряжения.</li> <li>• Закрепить знания о безопасном поведении в процессе социального взаимодействия.</li> <li>• Формировать навыки управления психоэмоциональным состоянием</li> </ul>	Мульт-викторина <a href="https://youtu.be/iGh9vUwjeGg">https://youtu.be/iGh9vUwjeGg</a>



## Диагностический инструментарий

### Социометрическая методика исследования структуры взаимоотношений Т.А. Репиной «Секрет».

**Цель методики:** изучение и оценка межличностных отношений в группе детского сада.

**Подготовка и проведение исследования:** подготавливались переводные картинки (красочные, сюжетные) по три штуки на каждого ребенка и шесть-восемь запасных. Перед началом эксперимента каждому ребенку говорилось: «Сейчас мы будем с тобой играть в интересную игру. Она называется «Секрет». Все дети вашей группы по очереди, по секрету будут дарить друг другу подарки. Делать это надо так, чтобы никто не видел. Это сюрприз. Я дам тебе три картинки, и ты подаришь их кому захочешь, только каждому ребенку по одной. Если захочешь, можно положить и тем детям, которые болеют» (последнее говорилось между прочим, чтобы дети не воспринимали это положение как обязательное).

Затем ребенку предлагалось три картинки, и экспериментатор спрашивал, какая из трех ему больше всего нравится, затем из оставшихся двух. Картинки раскладываются ребенком в кабинки выбранным детям, либо переводные картинки приклеиваются на внутреннюю сторону дверцы кабинки.

**Обработка данных:** подсчитывалось число общих и взаимных выборов, количество детей, попавших в группы «предпочитаемых», «принятых», «изолированных», и уровень благополучия взаимоотношений (УБВ) в группе.

Полученные данные заносятся в социоматрицу. Проводился сравнительный анализ выборов и на основании данных определялось статусное положение каждого ребенка и все дети распределялись по условным статусным категориям:

- «предпочитаемые» - 6-7 выборов;
- «принятые» - 3-5 выборов;
- «непринятые» - 1-2 выбора;
- «изолированные» - не получившие ни одного выбора.

Далее определяется *уровень благополучия взаимоотношений* в группе: соотносится число членов группы, находящихся в благоприятных статусных категориях (I, II), с числом членов группы, оказавшихся в неблагоприятных статусных категориях (III, IV). Уровень благоприятных взаимоотношений (УБВ) высокий при  $I+II > III+IV$ ; средний при  $I+II = III+IV$  (или

незначительном расхождении); низкий при значительном количественном преобладании числа членов группы, оказавшихся в неблагоприятных статусных категориях.

Важным показателем УБВ является также «индекс изолированности», т.е. процент членов группы, оказавшихся в IV статусной категории (он не должен превышать 15-20%).

*Коэффициент взаимности.* Выражает характер отношений, существующих в группе. Вычисляется как отношение числа взаимных выборов к общему числу выборов и выражается в процентах. По величине показателя группу можно отнести к одному из четырех уровней взаимности: I – 15-20% (низкий уровень), II – 21-30% (средний уровень), III – 31-40% (высокий уровень), IV – 40% и выше (сверхвысокий уровень). К данному коэффициенту следует относиться внимательно, так как он может быть показателем действительной сплоченности, привязанности, дружбы детей, но может и свидетельствовать о фактической разобщенности группы на отдельные группировки.

### **Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур)**

#### ***Описание методики***

Цель методики - исследование самооценки детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

#### ***Процедура проведения***

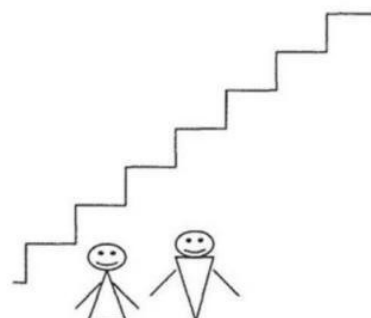
Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и объясняют задание.

#### ***Инструкция:***

«Если всех детей посадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?»

После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, учитель».

#### ***Процедура проведения***



Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

#### ***Интерпретация результатов:***

##### **Неадекватно завышенная самооценка**

Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

##### **Завышенная самооценка**

После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

##### **Адекватная самооценка**

Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

##### **Заниженная самооценка**

Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности

приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Для детей 7-10 лет адекватной считается самооценка, при которой ребенок несколько положительных качеств отмечает на верхней части лесенки, а одно-два качества - в середине лесенки или несколько ниже. Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку - ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

## Содержание программы

### Занятие 1 «Мое имя»

#### Задачи:

- Установить контакт с группой детей, вызвать интерес к занятиям.
- Развивать мотивацию к самопознанию, изучению своих особенностей, индивидуальности.
- Развивать творческое самовыражение детей.
- Диагностика возможных затруднений в самопринятии, снижении самооценки.

**Материалы:** игрушка солнышко, мяч, оборудование для просмотра мультфильма, бумага, карандаши по количеству детей, музыкальное сопровождение для рисования.

#### Ход занятия:

##### Приветствие (в кругу).

– Ребята! Наши занятия мы будем начинать, обращаясь с добрыми приветствиями друг к другу, объединившись в круг – Круг радости!

*Здравствуй, солнце золотое!*

*Здравствуй, небо голубое!*

*Здравствуйте, мои друзья!*

*Всех вас рада видеть я!*

#### Беседа:

- Как вы думаете, почему он так называется? (*Ответы детей*).
- Ребята, а вы любите мультфильмы? Мы с вами на занятиях будем смотреть мультфильмы и узнавать что-то новое.
- А о чем мы с вами сегодня будем разговаривать, вы узнаете, если отгадаете загадку:

*И у бабушки есть,*

*И у дедушки есть,*

*И у мамы есть,*

*И у папы есть,*

*И у дочки есть,*

*И у внучки есть,*

*И у лошадки есть,  
И у собачки есть,  
Чтобы его узнать,  
Надо вслух назвать. (имя)*

- Сегодня мы поговорим об именах.

**Упражнение «Ласковые имена».** Ребята, скажите, а как надо обратиться к человеку, чтобы ему было приятно с вами разговаривать? (по имени) Давайте проведем эксперимент? Психолог приглашает ребенка и обращается к нему с просьбой:

1. Эй, принеси мне пожалуйста стул.
2. Алеша, принеси мне пожалуйста стул.

*Обсуждение просьбы. В каком случае хотелось помочь?*

- Давайте сделаем друг другу приятное. Дети передают по кругу солнышко и называют соседа ласковым именем.

**Просмотр мультфильма «Лунтик» Серия «Имя».** На наших занятиях мы с вами будем смотреть мультфильмы и обсуждать их. Вы любите мультфильмы? Тогда приготовьтесь к просмотру:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Гимнастика для глаз «Жук»**

Палец- жук к нам подлетел,  
Зажужжал нам и запел: «Жжжжжж»  
Вот он вправо полетел,  
Каждый вправо посмотрел.  
Вот он влево полетел,  
Каждый влево посмотрел.  
Жук на нос хочет сесть,  
Не дадим ему присесть.

*Указательный палец правой руки — это жук. Дети поворачивают его вправо, влево, вверх, вниз, следуя тексту.*

Жук наш приземлился,  
Зажужжал и закружился: «Ж-ж-ж. »  
Жук, вот правая ладошка,  
Посиди на ней немножко.  
Жук, вот левая ладошка,  
Посиди на ней немножко.

*Круговые движения рукой  
Дети вытягивают поочередно вперед правую и левую руки, смотрят на ладошку*

*Тянутся вверх на носочках*

Жук наверх полетел  
И на потолок присел.  
На носочки мы привстали,  
Но жука мы не достали.

**Игра — разминка «Я знаю много имен».** Психолог кидает мяч детям, которые сначала называют имена девочек, затем — мальчиков.

**Беседа по содержанию мультфильма:**

- Почему важно иметь имя?
- Назовите по именам всех героев мультика.
- Почему Лунтик получил такое имя?

Оказывается, человека называют не просто, чтобы различать его от других. Каждое имя имеет свое значение. Например, Людмила – людям милая, Владимир – владеющий миром, Богдан – богом данный, Любомир – любящий мир.

**Домашнее задание с родителями:** узнать, что означает ваше имя.

У каждого человека есть не только имя, но и фамилия и отчество. Имена дают детям родители. Мама с папой советуются и решают, как будут звать их ребенка. А вот отчество дает ребенку папа. Например, если папу ребенка зовут Иван, значит отчество ребенка будет Иванович. Подумайте и скажите, как зовут моего папу?

**Творческая задание «Мое имя похоже на...»** (выполняется под музыкальное сопровождение - песню «Имена»).

Дети получают задание изобразить свое имя (подумайте на что оно похоже, какой формы, цвета, размера и т.п. и нарисуйте его. Во время проведения задания педагог-психолог проводит наблюдение за процессом изображения и беседу с каждым ребенком с целью выявления возможных негативных установок в отношении своего имени и своей личности. После выполнения задания дети делятся впечатлениями.

**Рефлексивная игра «Все у меня в руках!»**

Педагог-психолог предлагает детям подумать и поднять вверх какой-либо из предложенных пальцев:

- Большой палец вверх – «У меня сегодня все получилось, я собой доволен»,

- Указательный палец – «Я хочу еще подумать над тем, что сегодня узнал»,
- Большой палец вниз – «Мне не понравилось» (обязательно спросить у детей что именно им не понравилось).

**Прощание** (ритуал прощания повторяется на всех занятиях). Дети поднимают раскрытые ладони и проговаривают все вместе слова:

Раз, два, три, четыре, пять...

*Поочередное загибание пальцев рук  
начиная с больших*

Скоро встретимся опять!

*Раскрыть кисти рук и помахать*

**Взаимодействие с родителями:** *Уважаемые родители, помогите ребенку найти информацию и узнать, что означает его имя. Расскажите ему историю о том, кто его так назвал и почему. Вместе придумайте много производных от имени (Машенька, Машуля, Маняша и т.д.) Прислушайтесь к мнению ребенка – какие ему нравятся? Не называйте его теми производными, которые ему не понравились.*

## **Занятие 2. «Какой я?»**

### **Задачи:**

- Развивать у детей интерес к самопознанию;
- Развивать умение анализировать свои индивидуальные качества;
- Подкреплять позитивную самооценку детей;
- Воспитывать ценностное отношение к окружающим людям, умение замечать в окружающих хорошие качества.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, бумага, карандаши по количеству детей, музыкальное сопровождение для рисования.

### **Ход занятия:**

#### **Приветствие** (в кругу).

*Здравствуй, солнце золотое!*

*Здравствуй, небо голубое!*

*Здравствуйте, мои друзья!*

*Всех вас рада видеть я!*

**Игра «Поменяйтесь местами»** Дети сидят в кругу на стульях. Стульев на один меньше, чем участников игры. По заданному признаку ведущего дети должны поменяться местами. Участник, не успевший занять свободное место, становится ведущим.

*Примерные признаки:*

- Поменяйтесь местами те, у кого светлые волосы,
- Кто в белой футболке,
- У кого есть сережки,
- Кто одет в шорты,
- У кого темные глаза и т.д.

Педагог-психолог подводит **итог**: Ребята, а почему когда я попросила поменяться местами тех, у кого светлые волосы, многие из вас побежали? (в группе много светловолосых детей) Получается, по внешним признакам у нас много общего?

**Беседа.** Ребята, вспомните какое правило общения мы узнали на прошлом занятии? (называть человека, с которым общаешься по имени) А вы помните, что я попросила вас узнать? Кто узнал значение своего имени? (дети делятся своими знаниями)

Вы готовы познакомиться со следующим мульт-героем? Тогда приготовьтесь к просмотру:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Чуня» с обсуждением**

#### **Стоп 1. Чуня прощается с курицей «Я должен идти, до свидания»**

- Что вы можете сказать о Чуне? Какой он? (кругленький, розовый, веселый, любознательный)
- Смог он пройти мимо чужой беды? Как можно назвать человека, который помогает тем, кому плохо? (отзывчивый)
- Вы сами считаете себя отзывчивыми? Среди ваших знакомых есть такие люди?

#### **Стоп 2. Чуня прощается с зайцем «А как вас зовут? Меня очень просто – Чуня»**

- Как себя повел Чуня? Что теперь о нем можно сказать? (он вежливый)
- Каких людей называют вежливыми?
- Поднимите руку кто считает себя вежливым?

#### **Стоп 3. Утка забирает утят, Чуня садится на лавку и плачет «Я больше не хочу быть поросенком».**

- Что сейчас чувствует Чуня? Почему он расстроен?

- Почему он не хочет быть поросенком?

### **Продолжение просмотра мультфильма.**

#### ***Вопросы для обсуждения:***

- Какие важные слова Чуня услышал от мамы? (Неважно КТО ты, важно КАКОЙ ты)
- Что понял поросенок Чуня? (неважно как ты выглядишь и что говорят о тебе другие, главное какой ты на самом деле)

### **Гимнастика для глаз**

Мы гимнастику для глаз  
Выполняем каждый раз.  
Вправо, влево, вверх и вниз  
Повторить те не ленись  
*(повторить по 8 раз в каждую сторону)*  
Глазки сильно все зажмурим,  
А теперь расслабимся,  
Быстро-быстро поморгаем,  
На места отправимся.

**Творческое задание «Какой Я?»** На листе бумаги каждый ребенок обводит свою руку и раскрашивает ее.

Психолог дает детям задание для совместного выполнения с родителями: На каждом пальце нужно написать свои качества. После выполнения задания, все ладошки собираются и поочередно зачитываются, а дети догадываются какому ребенку принадлежит данная характеристика. Подводится итог: каждый из нас уникален, каждый заслуживает внимания и уважения.

### **Рефлексия-беседа:**

- Закройте глаза и вспомните, о чем мы сегодня говорили. Если вы хотите задать мне вопросы и что-то уточнить, то вы можете это сделать.
- Что нового и полезного вы для себя сегодня узнали?

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Сегодня на занятии ребята рисовали свою ладошку и разукрашивали ее. Задание для совместной работы: помогите ребенку порассуждать о его положительных сторонах и качествах характера и подпишите на каждом пальчике эти качества (например,*

*добрый, отзывчивый, вежливый, честный и т.д.). Важно, чтобы ребенок осознал, что эти качества на самом деле принадлежат малышу. Замотивируйте ребенка на проявление этих качеств в повседневной жизни, при общении со сверстниками и взрослыми.*

### **Занятие 3 «Что я люблю»**

#### **Задачи:**

- Способствовать формированию установки на преодоления трудностей в сложных ситуациях;
- Актуализировать ресурсы личностного развития детей средствами арт-терапии;
- Развивать навыки межличностного общения при подгрупповой организации детей;
- Воспитывать чувство единства на основе общих ценностных ориентиров.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, шаблоны для рисования, карандаши по количеству детей, музыкальное сопровождение для игры и рисования, мячик или небольшая игрушка.

#### **Ход занятия:**

##### **Приветствие (в кругу)**

Поднимите все ладошки и потрите их немножко.  
Дружно хлопните раз пять: 1,2,3,4,5...Продолжайте потирать!  
Мой сосед такой хороший- я ему пожму ладоши.  
И другой сосед хороший- и ему пожму ладоши.  
Руки вверх поднять пора. Дню хорошему - Ура!

**Игра «Что я люблю».** Дети под музыку передают по кругу мячик или игрушку. Ребенок, на котором останавливается музыка, отвечает на вопрос, затем игра продолжается.

##### *Примерные вопросы:*

- Назови свое любимое время года,
- Свое любимое животное,
- Свое любимое занятие,
- Свою любимую сказку,
- Свой любимый мультфильм,
- Свое любимое блюдо,
- Свою любимую игру,

- Свой любимый вид спорта,
- Свой любимый цвет.

### **Игра «Наоборот»**

Мы с вами сегодня посмотрим еще один мультфильм, но вам надо отгадать про кого он будет. Я вам сейчас опишу этого персонажа. Но чтобы его узнать, вам надо перевернуть мои слова по смыслу, сказать наоборот.

Главный персонаж фильма – старушка, у нее *короткий (длинный)* нос. Очень *аккуратная (лохматая)* прическа. Очень *добрый (сердитый, злой)* характер. Она всех *хвалит (ругает)*. Она живет в *большом (маленьком)* домике. (Баба Яга)

### **Просмотр мультфильма «Ивашка из Дворца пионеров».**

#### **Гимнастика для глаз.**

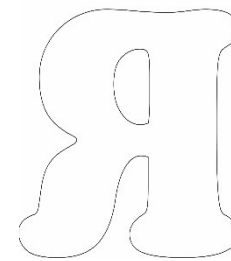
Мы гимнастику для глаз  
Выполняем каждый раз.  
Вправо, влево, вверх и вниз  
Повторить те не ленись  
(повторить по 8 раз в каждую сторону)  
Глазки сильно все зажмурим,  
А теперь расслабимся,  
Быстро-быстро поморгаем,  
На места отправимся.

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Как вы считаете, то что Ваня попал к Бабе Яге это какая проблема – большая, средняя или маленькая? Почему?
- Удалось ли Ване справиться с этой проблемой?
- Что помогло Ване справиться с проблемой?
- Если бы Ваня смирился с ситуацией и просто сидел и плакал, что с ним могло случиться?

Психолог подводит итог и делает вывод, что несмотря на то, что Ваня попал в беду он нашел выход из сложной ситуации, применив смекалку. Из любой ситуации можно найти выход, если не падать духом и подумать.

**Творческое задание «Я люблю».** Наверняка у каждого из вас тоже есть то, что вы любите. Ребята, вы узнали эту букву?



(трафарет буквы «Я») Сегодня я предлагаю вам поразмышлять о себе. Внутри этой буквы надо разместить ваши любимые предметы, занятия, может быть цвет, блюдо – все что вы любите.

В процессе выполнения задания педагог-психолог оказывает помощь затрудняющимся детям.

**Рефлексивная игра «Найди общее».** После выполнения работы дети со своими рисунками делятся на подгруппы. Задание для работы в подгруппе: найти что общего есть в предпочтениях у каждого участника и чем они отличаются.

Педагог-психолог осуществляют помощь каждой подгруппе детей.

После выполнения задания психолог подводит детей к мысли, что с помощью этих предметов и действий можно поднять себе настроение, снизить уровень негативного эмоционального напряжения.

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Уважаемые родители, рассмотрите рисунок ребенка, пусть он поделится с вами тем, что он любит, тем, что ему дорого. Взамен поделитесь с ним воспоминаниями из своего детства. Расскажите о том, что вы любили в его возрасте (ведь ваше и его детство сильно отличаются), с кем дружили, вспомните смешные истории из своей жизни.*

## **Занятие 4 «Что я умею»**

### **Задачи:**

- Формировать представление об индивидуальности человека;
- Актуализировать ресурсы личностного развития детей средствами арт-терапии;
- Развивать навыки рефлексии эмоционального состояния;
- Воспитывать чувство общности в коллективе сверстников.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, музыка для рисования, заготовки для рисования на каждого ребенка, карандаши.

### **Ход занятия:**

#### **Приветствие (в кругу).**

Справа - друг, и слева – друг  
Вместе мы - веселый круг

*Повернуться вправо, повернуться влево  
Взяться за руки*

Поиграем мы немножко.  
Крепко сжали все ладошки  
Кто так делает, друзья?  
Это я! Это я!  
Мы прижали локоток,  
Станет тесным наш кружок!  
Кто так делает, друзья?  
Это я! Это я!

*Сжать ладони*

*Показать руками на себя  
Прижаться друг к другу локтями*

*Показать руками на себя*

**Упражнение «Я сегодня вот такой».** Ребята, закройте глаза и прислушайтесь к себе – какое у вас сейчас настроение, какое состояние, что вы чувствуете... а теперь откройте глаза и покажите свое настроение жестами, начиная словами «Я сегодня вот такой...»

Ребята, давайте вспомним, о чем мы с вами говорили на прошлом занятии (ответы детей).

Сегодня я предлагаю вам познакомиться с новым мультипликационным героем.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

**Просмотр мультфильма «А что ты умеешь?».**

**Стоп 1: после беседы Тыквенка с воробьем: «А я что ли умею...».**

Вопросы для обсуждения:

- А почему с Тыквенком всем было скучно?
- Что чувствовал Тыквеноч, когда все отказывались с ним дружить?
- Какие чувства он вызывает у вас? (хочется пожалеть, поддержать)

**Стоп 2. Волк сажает Тыквенка в клетку к зверьям.**

Вопросы для обсуждения:

- Как вы считаете – какая это проблема: большая, средняя или маленькая?
- Можно ли выйти из этой ситуации?
- Давайте подумаем как зверья могут выйти из этой ситуации (дети придумывают возможные способы выхода из сложившейся ситуации).

**Продолжение просмотра.**

- Получилось ли у зверят справиться с проблемой? Подвести детей к выводу, что из любой ситуации можно найти выход, если применить смекалку и хорошо подумать).
- Какое качество помогло Тыквенку спасти зверят? (смелый, находчивый, отзывчивый)
- Обязательно ли уметь делать то, что могут другие, чтобы с тобой дружили?
- Можно ли отличаться от своих друзей?
- А каким надо быть, чтобы с тобой хотели дружить?

### **Гимнастика для глаз.**

Палец- жук к нам подлетел,  
Зажужжал нам и запел: «Жжжжжж»  
Вот он вправо полетел,  
Каждый вправо посмотрел.  
Вот он влево полетел,  
Каждый влево посмотрел.  
Жук на нос хочет сесть,  
Не дадим ему присесть.

*Указательный палец правой руки — это жук. Дети поворачивают его вправо, влево, вверх, вниз, следуя тексту.*

Жук наш приземлился,  
Зажужжал и закружился: «Ж-ж-ж.»  
Жук, вот правая ладошка,  
Посиди на ней немножко.  
Жук, вот левая ладошка,  
Посиди на ней немножко.

*Круговые движения рукой  
Дети вытягивают поочерёдно вперёд правую и левую руки, смотрят на ладошку*

Жук наверх полетел  
И на потолок присел.  
На носочки мы привстали,  
Но жука мы не достали.

*Тянутся вверх на носочках*

**Творческое задание «Я умею...».** Дети рисуют на заготовленном шаблоне то, что они умеют делать. На каждом лучике звезды нужно нарисовать один предмет, который ассоциируется с той деятельностью, которой владеет ребенок.

**Рефлексия -игра «Я умею...».** Дети стоят в кругу, ведущий считает детей «Раз, два, три, четыре, пять, я умею делать так...». Ребенок, на котором

закончилась считалка показывает жестами что он нарисовал в своей работе, а остальные дети угадывают.

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Уважаемые родители, рассмотрите с ребенком его рисунок, если ребенок не справился с заданием, помогите ему закончить работу. В каждом луче звездочки нужно нарисовать один предмет, который ассоциируется с той деятельностью, которой владеет ребенок. Не делайте упор на трудовые поручения (подметать, мыть посуду и т.д.). В этом задании важно, чтобы ребенок осознал и присвоил себе личные достижения (умею читать, рисовать, кататься на велосипеде, решать примеры, дружить, танцевать и т.д.)*

### **Занятие 5 «Я хочу научиться...»**

#### **Задачи:**

- Формировать у детей чувство уверенности в своих силах;
- Снизить тревожность по поводу совершения ошибок;
- Развивать рефлексивные навыки;
- Воспитывать в детях эмоциональную отзывчивость, желание поддержать окружающих в трудных ситуациях.
- Воспитывать в детях настойчивость к достижению намеченной цели.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, музыка для рисования, заготовки для рисования на каждого ребенка, карандаши.

#### **Ход занятия:**

##### **Приветствие (в кругу)**

Поднимите все ладошки и потрите их немножко.  
Дружно хлопните раз пять: 1,2,3,4,5...Продолжайте потирать!  
Мой сосед такой хороший- я ему пожму ладоши.  
И другой сосед хороший- и ему пожму ладоши.  
Руки вверх поднять пора. Дню хорошему - Ура!

Ребята, давайте вспомним, о чем мы с вами говорили на прошлом занятии (ответы детей)

Ребята, сегодня мы с вами познакомимся с героями еще одного мультфильма:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

##### **Просмотр мультфильма «А вдруг получится?»**

## **Стоп: Попугай говорит: «Боюсь, а вдруг не получится».**

Вопросы для обсуждения:

- Почему попугай пошел домой пешком?
- Почему он не хотел лететь?
- Случались ли в вашей жизни такие ситуации? (например, один мальчик отказывался играть в шашки, потому что переживал, что он проиграет)
- Что бы вы посоветовали попугаю?

## **Продолжение просмотра.**

### **Гимнастика для глаз**

Глазки вправо, глазки влево,  
И по кругу проведем.  
Быстро – быстро поморгаем  
И немножечко потрем.  
Посмотри на кончик носа  
И в «межбровье» посмотри.  
Круг, квадрат и треугольник  
По три раза повтори.  
Глазки закрываем,  
Медленно вдыхаем.  
А на выдохе опять  
Глазки заставляй моргать.  
А сейчас расслабились  
На места отправились.

## **Беседа: «Всегда ли у нас всё получается?»**

Совсем маленькие дети мало что умеют делать, даже ходить у них получается плохо. Они нетвердо стоят на ногах и часто падают, но тут же поднимаются, и с каждым разом у них получается все лучше и лучше. Так любой человек, начиная незнакомое ему дело, может терпеть неудачи, но если не испугается и не оставит его, то скоро добьется успеха. И есть кое-что, что ему может здорово помочь.

## **Вопросы для обсуждения:**

- Что было нужно попугаю, чтобы он научился летать? (Поддержка и вера в него друзей.)
- Как поступили его друзья, когда у него получилось? (Обрадовались.)
- Научился бы он летать, если бы прекратил свои попытки?

- Можно ли смеяться над другом, если у него что-то не получается? Почему? Как поступить в этой ситуации?

**Динамическая пауза «Какой я?»** если дети согласны с высказыванием, они хлопают, если не согласны – топают:

«Вы смелые? Вы умелые? Вы ленивые? Вы красивые? Вы крикливые? Вы веселые? Вы милые? Вы драчливые? Вы счастливые?»

**Творческое задание «Я хочу научиться».** Дети изображают то, чему они хотят научиться, но что пока не получается. После рисования дети по очереди показывают рисунок и называют, что у них пока не получается, что им трудно, остальные подбадривают их возгласом «Ты справишься!»

Если на занятии присутствует много детей, можно выполнить это упражнение в парах. А затем дети встают в круг, прижимают рисунок к груди, закрывают глаза и представляют, что они хотят. Все хором проговаривают: «У меня все получится!».

#### **Рефлексия-беседа:**

- Что вы чувствовали, когда вас подбадривали друзья? Поднимите руку те, кому было приятно, что его поддерживают друзья.
- Важна ли человеку поддержка друга?
- Как вы считаете, достаточно ли попробовать один раз для того чтобы научиться?

Важно подвести детей к выводу, что для того чтобы добиться желаемой цели недостаточно только захотеть, надо постоянно пробовать и тренироваться, чтобы научиться делать что-то хорошо.

#### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** Рассмотрите вместе с ребенком его рисунок, поговорите о желании ребенка, вместе составьте план достижения его цели (ведь для формирования навыка нужны постоянные тренировки). Поговорите с ребенком о том, как он видит процесс тренировки навыка («Как ты думаешь, сколько раз в неделю нам надо тренировать и что нам для этого понадобится. Давай составим расписание и повесим на стену, чтобы помнить об этом»). Покажите ребенку на личном примере настойчивость достижения намеченной цели. Напоминайте ребенку, если он забудет о тренировке, ведь он еще не может полностью контролировать свою деятельность.

## Занятие 6 «Ответственность»

### Задачи:

- Формировать у детей представления об ответственности за прирученное животное или порученное дело;
- Развивать образное мышление;
- Развивать чувство эмпатии, отзывчивость, желание поддержать друга в трудной ситуации;
- Тренировать в парах навыки договариваться в процессе совместной изобразительной деятельности.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, музыка для рисования, шаблон варежки, цветные карандаши или мелки.

### Ход занятия:

#### Приветствие (в кругу)

Поднимите все ладошки и потрите их немножко.  
Дружно хлопните раз пять: 1,2,3,4,5...Продолжайте потирать!  
Мой сосед такой хороший- помашу ему ладошкой.  
И другой сосед хороший- помашу ему ладошкой.  
Руки вверх поднять пора. Дню хорошему - Ура!

Ребята, давайте вспомним, о чем мы с вами говорили на прошлом занятии (ответы детей)

#### Беседа – обсуждение:

- Каких домашних животных вы знаете? Поднимите руку те, у кого есть собака? У кого есть кошка? У кого есть хомячки? Черепахи? ...
- Для чего люди заводят домашних животных?

Сегодня мы с вами познакомимся с одной девочкой, которая тоже мечтала о домашнем животном.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

#### Просмотр мультфильма «Варежка».

**Стоп № 1:** Девочка отдает собачку.

Вопросы для обсуждения:

- Что произошло с девочкой, что она сейчас чувствует? (ей грустно, мама не разрешила оставить щенка)
- Покажите то чувство, которое сейчас испытывает девочка.

- Что хочется сделать, когда видишь, что у твоего друга такое выражение лица? (поддержать друга, напомнить как именно это сделать - закрепление материала предыдущего занятия).

**Стоп № 2:** Девочка кормит варежку из блюдца.

**Обсуждение.**

- Откуда у девочки появилась собачка?
- Собачка на самом деле существует? (девочка ее выдумала)
- Как вы думаете, чем может закончиться эта история? Если бы вы были режиссером, как бы вы ее закончили?

**Продолжение просмотра мультфильма.**

**Гимнастика для глаз «Мой щенок»**

Я щенка нарисовал милого, смешного  
 В целом мире не найти друга мне такого!  
 Он протягивает лапу и глядит лукаво  
 Убежать бы из рисунка – солнце светит справа  
 Слева луг цветет веселый, убегает вдаль река  
 На другом большом рисунке  
 Конь взлетает к облакам

*Большой круг глазами  
 Малый круг  
 Рисуем восьмерку  
 Смотрим вправо  
 Смотрим влево  
 Смотрим вдаль  
 Смотрим вверх*

**Беседа**

Вопросы для обсуждения:

- Как вы считаете, почему мама разрешила девочке завести собачку? (подвести детей к выводу, что мама увидела, что девочка готова ухаживать за собакой – выгуливать ее, кормить, что девочка ответственная)
- Что такое ответственность? (*от слова ответ – отвечает за свои поступки, действия, слова. Если человек пообещал что-то сделать, значит должен выполнить.*)
- Кого можно назвать ответственным хозяином?
- Как вы считаете ответственность нужна только для содержания животных? Нужна ли ответственность в детском саду? А дома?
- В каких случаях ответственность помогает человеку?

**Динамическая пауза «Щенок»**

Во дворе щенок играл,  
 Прыгал, бегал и считал:

*«Машут хвостиком»  
 Прыгают, показывают бег, счет*

«Раз – прыжок и три кивка,                    *указательным пальцем*  
Два – направо голова,                    *В соответствии со стихотворением*  
Три – налево поворот» –  
И помчался до ворот,  
А потом вздохнул и сел:                    *Глубокий вздох, голову положить на*  
Он устал и присмирел.                    *сложенные ладони*

### **Методика Г.А. Цукерман «Рукавички»**

Что означает фраза «пара варежек»? (Варежек две, правая и левая варежка одинаковые) Как сделать так, чтобы варежки были одинаковые? (надо договариваться, какими цветами их разукрашивать)

Дети разукрашивают пару варежек, предварительно договариваясь о том, какие цвета они будут использовать.

**Рефлексия.** Рассмотреть все рукавички. У кого получилась пара? У того, кто смог договориться. Поблагодарить друг друга за совместную работу.

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Уважаемые родители! Сегодня мы говорили об ответственности. Быть ответственным – значит уметь самостоятельно принимать решения и осознанно их выполнять. Эти навыки делают жизнь легче и комфортнее, помогают заводить друзей и добиваться целей. Но следует помнить, что дети становятся ответственными и самостоятельными в той степени, в какой мы их поддерживаем и направляем.*

*Как воспитать у ребенка ответственность:*

- *Не ругать ребенка за оплошности, а научить убирать за собой, исправлять ошибки.*
- *Не заставлять выполнять какую-либо работу, а мотивировать ребенка, формировать у него чувство общности и причастности к семье, желание быть полезным общему делу.*
- *Поручать ребенку ежедневные обязанности по дому (например, ребенок убирает посуду со стола в раковину после еды). Важно, чтобы эти поручения были регулярными, доведены до привычек.*
- *Помочь создать необходимые условия: обеспечить будильником (чтобы самостоятельно просыпался), помочь организовать порядок*

на столе (вместе выбрать полочки, карандашницы, контейнеры для мелочей) и т.д.

- Разрешать ребенку принимать решения (что надеть, с кем играть, выбрать дизайн для комнаты, какую прическу носить, как потратить карманные деньги, как провести время после выполнения основных обязанностей, в какой секции заниматься и т.д.).
- Не забывайте хвалить ребенка за любое проявление самостоятельности.

## Занятие 7 «Упрямство»

### Задачи:

- Формировать у детей способности находить адекватные способы разрешения конфликтов. Расширять поведенческий репертуар.
- Развивать умение сотрудничать, договариваться, находить компромиссные решения в решении задач.
- Развивать рефлексивные умения.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, музыка для игр и рисования, шаблоны для рисования – один на пару детей, цветные мелки, рекламный буклет пиццерии.

### Ход занятия:

#### Приветствие

Справа - друг, и слева – друг

Вместе мы - веселый круг

Поиграем мы немножко.

Крепко сжали все ладошки

Кто так делает, друзья?

Это я! Это я!

Мы прижали локоток,

Станет тесным наш кружок!

Кто так делает, друзья?

Это я! Это я!

*Повернуться вправо, повернуться*

*влево Взяться за руки*

*Сжать ладоши*

*Показать руками на себя*

*Прижаться друг к другу локтями*

*Показать руками на себя*

**Игра-сказка «Брыкающаяся лошадка».** Взрослый читает текст сказки. «Жила-была лошадка, которая очень любила брыкаться и капризничать. Ей мама говорит: «Покушай, доченька, травки свеженькой». «Не хочу, не буду», кричит лошадка и брыкается ножками. Папа уговаривает лошадку: «Погуляй,

поиграй на солнышке». «Не хочу, не пойду!» отвечает лошадка и опять брыкается.

На роль лошадки и ее мамы с папой выбираются дети. Задача родителей лошадки уговорить ее покушать и пойти погулять. Задача лошадки – брыкаться и капризничать.

### **Обсуждение игры:**

- Сложно ли было уговорить лошадку?
- Что вы чувствовали в это время?
- Что хотелось сделать или сказать?
- Хотелось ли с ней общаться?

Сегодня мы с вами познакомимся с новыми героями мультфильма:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Мост»**

Вопросы для беседы:

- Про кого этот мультфильм? Что случилось с главными персонажами?
- Почему лось и медведь попали в беду? Кто в этом виноват?
- Получилось ли у зайчика и енота перейти мост? Почему?

### **Динамическая пауза «Настроение»**

Настроение упало	<i>Бросили вниз руки</i>
Дело валится из рук,	<i>Бьем по внешним сторонам ладоней</i>
Но еще не все пропало,	<i>Пальчиком влево-вправо</i>
Если есть хороший друг!	<i>Большие пальцы вверх</i>
С делом справимся вдвоем	<i>Перекрестить руки, ладони положить на плечи</i>
С облегчением вздохнем	<i>Глубокий вздох «Эх»</i>
Настроение поднимем	<i>Руки вверх, тянемся</i>
И от пыли отряхнем!	<i>Руки опустить, потрясти</i>

### **Моделирование проблемной ситуации (инсценирование)**

Две девочки предлагают друг другу поиграть каждая в свою игру. Не уступают друг другу. Затем ссорятся, отворачиваются и расходятся в разные стороны.

Дети пытаются предложить способы разрешения этой ситуации.

### **Творческое задание в парах «Меню».**

Сегодня вы снова будете работать в парах. А чтобы узнать, что мы будем делать, отгадайте загадку:

*Мы сегодня с мамой вместе  
Замесили утром тесто.  
Тонко тесто раскатали,  
А потом мы резать стали  
Колбасу и помидорки,  
Мама терла сыр на терке,  
Сладкий перчик не забыли,  
Все на тесто разложили,  
Хоть пришлось нам потрудиться  
Будет вкусной наша.... (пицца)*

Сегодня мы с вами будем разрабатывать меню для пиццерии, которое вы сможете использовать потом в игре (уточнить у детей понимают ли они смысл слова, для чего нужно меню, показать готовый буклет). Вам надо договориться какую пиццу вы будете представлять от вашей пары, что будет входить в начинку. Постарайтесь придумать какую-то необычную начинку. После этого вам надо вместе нарисовать проект, который войдет в общее меню.

Педагог-психолог раздает подготовленные шаблоны по одному на пару детей. Дети выполняют работу, после которой проводится рефлексия.

**Рефлексивный круг.** Дети садятся в круг парами. Представляют свою пиццу, высказываются о том, что получилось и в чем они испытывали затруднения. Благодарят друг друга за работу.

Педагог-психолог благодарит всех за общую работу и вклад в общее дело.

**Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Уважаемые родители, сегодня мы с ребятами говорили об упрямстве. Узнайте у ребенка получилось ли у него договориться с партнером и выполнить задание (которое давалось в паре).*

*Рекомендуем посмотреть этот небольшой ролик, чтобы познакомиться со способами эффективного общения с маленьким упрямым)))*  
<https://youtu.be/3xQY5Jpc7jw>

## **Занятие 8 «Честность»**

**Задачи:**

- Уточнить и расширить знания детей о понятиях «правда» и «ложь», показать последствия лжи для человека на примере героев мультипликационного фильма;
- Формировать у детей способности находить адекватные способы разрешения конфликтов, расширять поведенческий репертуар;
- Воспитывать у детей честность;
- Развивать рефлексивные умения.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, веселая музыка для игры, волшебный мешочек, карточки с проблемными ситуациями

**Ход занятия:**

**Приветствие**

Здравствуйте, мои друзья,  
Снова вместе вы и я.  
Вы настройтесь на работу  
И послушайте меня

**Чтение рассказа 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.

**Беседа по прочитанному произведению:**

- Ребята, почему Ваня заплакал?
- Как можно назвать поступок Вани?
- Почему Ваня сказал папе неправду?
- Почему люди говорят неправду? (боятся сказать правду, хотят привлечь внимание...)

Мне бы хотелось узнать отличаете ли вы правду и ложь, честность и нечестность.

### **Динамическая пауза «Правда или нет?»**

Дети встают в круг и берутся за руки, педагог в центре. Он объясняет, если правда то, что говорит педагог, дети поднимают руки вверх и кричат: «Да!», если неправда, то опускают руки и кричат: «Нет!».

*В поле есть светлячки, правда?*

*В море плавают рыбы, правда?*

*Есть крылья у телёнка, правда?*

*Есть клюв у поросёнка, правда?*

*Есть вершина у горы, правда?*

*Есть двери у норы, правда?*

*Есть чешуя у петуха, правда?*

*Есть листики у ёлки, правда?*

*Есть книги на полке, правда?*

*Есть у бабы Яги метёлка, правда?*

- А как вы думаете, к чему может привести ложь? Я предлагаю вам познакомиться с героями нового мультфильма и ответить на этот вопрос. Если готовы, тогда позовем мультфильм:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Про Миру и Гошу», серия «Сам такой»**

**Стоп 1. Мира и Гоша рвут платок, входит мама «Мой платок! Мне его папа подарил... Гоша...» У Гоши широко открытые глаза**

Вопросы для обсуждения:

- Что вы поняли из этого отрывка? Что произошло? (Гоша и Мира поссорились, потому что не могли поделить пространство комнаты)
- Кто порвал платок? (порвали вместе)
- Как повели себя ребята? (Мира обманула маму, сказав, что платок порвал Гоша)
- Почему Мира сказала, что платок порвал Гоша? (испугалась, что ее накажут... или другие ответы детей) педагог-психолог отслеживает стратегии поведения детей
- Что чувствует Гоша? (сердится, обижается)
- Если бы произошла такая ситуация с вами, чтобы вы сделали на месте Миры?

## Продолжение просмотра мультфильма.

Вопросы для обсуждения:

- Хорошо ли поступила Мира? Почему плохо?
- Получилось ли у Миры исправить ситуацию? Как она это сделала?
- Какие важные слова сказала ребятам мама? (Люди могут иногда ссориться. Важно уметь мириться.)
- Вы запомнили, что Гоша предлагает сделать, чтобы успокоиться? (попить воды, подышать, погулять, послушать музыку, принять душ, отвлечься)

## Гимнастика для глаз «Снежинка».

Мы снежинку увидели,  
Со снежинкою играли.  
Снежинки вправо полетели,  
Дети вправо посмотрели.  
Вот снежинки полетели,  
Дети влево посмотрели.  
Ветер снег вверх поднимал  
И на землю опускал...  
Дети смотрят вверх и вниз.  
Все на землю улеглись.  
Глазки закрываем,  
Глазки отдыхают.

**Решение проблемных ситуаций.** Дети под музыку передают по кругу «волшебный мешочек» с карточками. Когда музыка останавливается, ребенок, в чьих руках остался мешочек, вынимает карточку и отвечает на вопрос «Что делать, если...» (остальные дополняют, помогают в случае затруднения):

- Мама дала тебе денег и отправила в магазин за хлебом. По дороге ты встречаешь друга и начинаешь с ним играть, а когда приходишь в магазин, то понимаешь, что денег нет. Мама спрашивает купил(а) ли ты хлеба... (что может случиться, если сказать маме неправду?)
- Ты хочешь пить и лезешь в шкаф за кружкой. Нечаянно ты задеваешь бабушкину чашку, она падает и разбивается. На шум приходит бабушка... (можно ли сказать, что кружку разбил кот? Почему?)
- Ты находишь в школе кошелек с деньгами. Что ты будешь делать?

**Рефлексия-игра «Оркестр».** Мы сейчас будем одним большим оркестром. Кто-то будет хлопать, а кто-то возможно топать. Закройте глаза и подумайте – была ли сегодняшняя встреча для вас полезной и интересной. Узнали ли вы сегодня что-то важное для себя. Если да, то по моей команде вы будете хлопать. Если вам сегодня было неинтересно, скучно или трудно, или что-то не понравилось, то вы по моей команде будете топать.

Педагог-психолог начинает хлопать в ладоши, задавая определенный ритм. По его команде вступают все дети группы.

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *сегодня мы с ребятами говорили о честности. Если вас волнует эта тема, Вам важно знать:*

- *Для детей главным источником знаний о честности являетесь вы, родители и именно с вас он берет пример. Конечно, вы наверняка знаете об этом, но все-таки проанализируйте насколько ВЫ бываете честны, даже в мелочах. Например, когда не хотите поддерживать беседу по телефону с человеком и придумываете причину, чтобы прекратить звонок. Или когда говорите ребенку, что укол – это не больно. Ваша маленькая ложь сообщает ребенку, что абсолютная честность не требуется.*
- *Ребенок может солгать, если хочет избежать наказания. Поэтому здесь надо сместить свое внимание с наказания за проступок ребенка на способ исправления допущенных ошибок. Ну и конечно важно сказать ребенку как вы дорожите вашими отношениями и цените то, что он может вам сказать всю правду.*
- *Не принимайте ложь ребенка слишком близко к сердцу. До 4 лет детская ложь не рассматривается как истинная нечестность. Таким способом ребенок анализирует ситуацию и ищет правильный выход из нее. После 4 лет дети могут обманывать, чтобы получить вознаграждение, избежать наказания, повысить самооценку или защитить свою личную жизнь. Важно разобраться в мотивах детской лжи.*
- *Для закрепления темы, посмотрите с ребенком мультфильм «Замок лгунов» и вместе с ним поразмышляйте над тем, почему мальчик обманывал, и что помогло ему исправить свое поведение*

<https://youtu.be/N0x5VKot3uE>

## **Задачи:**

- Познакомить детей с понятием «трудолюбие»;
- Расширять поведенческий репертуар, тренировать в поиске решения сложных для детей ситуаций;
- Воспитывать уважение к труду, желание помогать значимым взрослым. Развивать в детях негативное отношение к лени.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, веселая музыка для игры, мяч, заготовки для рисования на каждого ребенка, карандаши или мелки.

## **Ход занятия:**

**Приветствие** Здравствуйте, ребята! Я предлагаю начать наше занятие с замечательной, всем известной песенки про Антошку. Если знаете ее, то подпевайте.

*Антошка, Антошка! Пойдем копать картошку.*

*Антошка, Антошка! Пойдем копать картошку.*

*Тили-тили, трали-вали,*

*Это мы не проходили,*

*Это нам не задавали.*

*Парам-пам-пам.*

*Парам-пам-пам.*

*Антошка, Антошка! Готовь к обеду ложку.*

*Антошка, Антошка! Готовь к обеду ложку.*

*Тили-тили, трали-вали,*

*Это братцы мне по силе,*

*Откажусь теперь едва ли.*

*Парам-пам-пам.*

## **Вопросы для обсуждения:**

- Ребята, что вы можете сказать про Антошку? Какой он? (стимулировать детей называть сначала положительные качества)
- Как вы думаете, какого качества не хватает Антошке?
- А какого человека можно назвать трудолюбивым? (Любит трудиться, получает от труда радость)
- Выполняли ли вы какую-нибудь работу с радостью?

А вот мы сегодня познакомимся с мальчиком, который никогда таких чувств не испытывал. Давайте позовем к нам мультфильм:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

## **Просмотр мультфильма «Нехочуха»**

### **Стоп 1. Бабушка вздыхает «О, господи»**

- Приятно ли смотреть на поведение этого мальчика?
- Какие неправильные действия вы заметили в поведении мальчика?

### **Стоп 2. «Это и есть великий Нехочуха?»**

- Что сейчас испытывает мальчик? (удивление и испуг)
- Что так удивило и испугало мальчика?

### **Стоп 3. Темнота.**

- Что чувствовал мальчик? (страх, беспомощность, одиночество, разочарование, тупик)
- Что бы вы стали делать на месте мальчика? Как бы вышли из этой ситуации?

## **Продолжение просмотра мультфильма**

- На самом ли деле с мальчиком произошла такая история? (нет, она ему приснилась)
- Какие выводы сделал мальчик? Как изменился?
- Что может произойти с человеком, если он будет постоянно лениться?

А чтобы нам с вами такими не стать, давайте разомнемся:

## **Гимнастика для глаз «Снежинка».**

Мы снежинку увидали,  
Со снежинкою играли.  
Снежинки вправо полетели,  
Дети вправо посмотрели.  
Вот снежинки полетели,  
Дети влево посмотрели.  
Ветер снег вверх поднимал  
И на землю опускал...  
Дети смотрят вверх и вниз.  
Все на землю улеглись.  
Глазки закрываем,  
Глазки отдыхают.

**Динамическая пауза.** Песенка-инсценировка Е.Железновой «Помощники»

**Творческое задание «Я тружусь».** У каждого, даже маленького ребенка должны быть свои обязанности. Каждый должен быть занят делом. Наверняка и у вас есть такие дела. Вспомните чем вы помогаете дома маме и папе, бабушке или дедушке и нарисуйте.

**Рефлексия.** Проводится в форме игры. Дети под музыку передают мяч. Ребенок, на котором остановилась музыка, отвечает на вопрос ведущего.

- Что нужно делать, чтобы не превратиться в Великого Нехочуху?
- Составьте рецепт от лени. (Открыть детям «Секрет» - Перед сном необходимо вспомнить все, что сделано за день, и составить план на следующий день.)
- Скажи пожелания детям группы.
- Кого в группе ты считаешь трудолюбивым?
- Что важное ты узнал для себя?

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Сегодня мы с ребятами говорили о трудолюбии, о домашних обязанностях, рассуждали о лени и ее последствиях в жизни человека. Для того, чтобы ваш ребенок вырос самостоятельным и ответственным, важно приучать его к домашнему труду с самого раннего возраста, лет с полутора - двух, и конечно, в игровой форме. Именно в этом возрасте у ребенка возрастает потребность к порядку и постоянству. Но даже если этого не случилось в раннем возрасте, не отчаивайтесь. Эта потребность вновь возвращается в семь лет и у вас появляется второй шанс приучить его к труду. Поэтому так важно обратить внимание на эту тему именно сейчас.*

- *Если ребенок некачественно выполнил ваше поручение, не переделывайте работу у него на глазах. Лучше подскажите как исправить недочеты.*
- *Если ребенок хочет выполнить работу, важно, что он это делает, и неважно каким способом. Он имеет право на свои способы выполнения. Поэтому наберитесь терпения.*
- *Нельзя наказывать трудом. Ведь мы добиваемся того, чтобы ребенок получал удовольствие от труда и его результатов. Какое уж удовольствие от наказания.*
- *Важно отношение самих родителей к труду. Старайтесь говорить о труде позитивно. Поменяйте фразу «мы не пойдем гулять пока не*

*уберёмся дома» на «давай вместе уберемся и пойдем гулять на улицу».*  
*На начальном этапе важно делать все вместе с ребенком.*

- *Соизмеряйте нагрузки с возрастом детей, не требуйте идеального выполнения и не забывайте о поощрении (речь идет о похвале. Не стоит платить ребенку за работу).*
- *Можно составить график работы по дням недели, чтобы ребенок знал, что в какой день он должен сделать. Для этого надо разлиновать лист на 7 частей и подписать в каждой из частей день недели. Ребенок может сам нарисовать картинки к каждому дню. Например, понедельник – убрать на столе, вторник – полить цветы, среда – разложить по местам игрушки, выбросить сломанные, четверг – помочь помыть посуду, пятница – собрать грязную одежду, отделить белое белье от цветного и т.д.*

### **Занятие 10 «Старательность».**

#### **Задачи:**

- Сформировать понятия «старание» и «усердие» как социально одобряемыми нравственными качествами человека.
- Формировать у детей представления о способах саморегуляции своего поведения.
- Способствовать воспитанию стремления к старательности.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, заготовки для рисования на каждого ребенка, простые карандаши

#### **Ход:**

##### **Приветствие.**

Доброе утро улыбчивым лицам!  
Доброе утро солнцу и птицам!  
Пусть каждый становится добрым, доверчивым,  
Пусть доброе утро продлится до вечера!

**Беседа.** Ребята, вы помните, о чем мы с вами говорили на прошлом занятии? (повторяют рецепты от лени - перед сном необходимо вспомнить все, что сделано за день, и составить план на следующий день)

А сегодня мы с вами поговорим о сестричке трудолюбия – старательности. Как вы считаете, что такое старательность? Кого можно назвать старательным?

Я вам сегодня предлагаю познакомиться с еще одним героем, который не очень-то старался... а что из этого вышло, вы сейчас увидите.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Так сойдет!»**

#### **Стоп1. Заяц кидает небрежно черепицу на крышу.**

- Что вы можете сказать об этом зайчике? (веселый, отзывчивый, согласился помочь ёжику)
- Как вы думаете, понравится ли ёжику выполненная зайцем работа? Почему нет?
- Какие последствия могут быть у такой работы?

Просмотр далее.

#### **Стоп 2. Лиса бьет зайца.**

- Что почувствовал заяц, когда лиса начала его бить? (испугался) А что чувствует лиса? (сердится)
- Почему лиса побила зайца? Что её рассердило?
- Какие ошибки допустил заяц? Что вы заметили неправильного в его поведении? (хвастается, что мастер, а сам делает некачественно)

### **Просмотр мультфильма до конца.**

#### **Гимнастика для глаз «Снежинки».**

Мы снежинку увидали,  
Со снежинкою играли.  
Снежинки вправо полетели,  
Дети вправо посмотрели.  
Вот снежинки полетели,  
Дети влево посмотрели.  
Ветер снег вверх поднимал  
И на землю опускал...  
Дети смотрят вверх и вниз.  
Все на землю улеглись.  
Глазки закрываем,  
Глазки отдыхают.

#### **Обсуждение после просмотра мультфильма:**

- А что теперь чувствует заяц? (сначала злится, а потом ему становится стыдно)
- За что ему стало стыдно?
- Можно ли назвать зайца лентяем? (он откликается на помощь, не отказывается от работы)
- А был ли он старательным? Почему вы решили, что нет?
- Как это отразилось на деле?
- Смог ли заяц понять, что неправильно поступал? Как он это понял?
- В какой работе нужно старание? (при выполнении домашних дел, заданий на занятиях). А в школе нужно будет старание? Что будет, если не стараться?

Психолог подводит детей к выводу, что к любой работе нужно прилагать старание. Предлагаю вам проверить так ли это на самом деле. Хотите? Но сначала немного разомнемся.

### **Динамическая пауза «Зайка»**

Скок-поскок, скок-поскок	<i>Кулаки бьют друг об друга</i>
Зайка прыгнул на пенёк	<i>Приставить кисти к голове – уши</i>
В барабан он громко бьёт	<i>Хлопки</i>
В чехарду играть зовёт	<i>Движения кистями к себе</i>
Зайцу холодно сидеть	<i>Потираем плечи</i>
Нужно лапочки погреть	<i>Потираем кисти рук</i>
Лапки вверх, лапки вниз	<i>Движения в соответствии с текстом</i>
На носочки подтянись	<i>Подняться на носочки, руки вверх</i>
Лапки ставим на бочок	<i>Руки на пояс</i>
На носочках скок-поскок	<i>Прыжки</i>

### **Упражнение «Штриховка»**

Предлагаю вам заштриховать 2 фигуры. Первую фигуру заштрихуйте очень быстро, можно не стараться, как получится. А вторую заштрихуйте очень старательно, аккуратно, постарайтесь не выходить за края фигуры и соблюдать одинаковое расстояние между линиями штриховки.

### **Обсуждение результатов:**

- Какая фигура вам больше понравилась, на какую смотреть приятнее?
- Какой вывод можно сделать?
- В каких делах может понадобиться старательность?

Конечно, во всех делах, которые мы начинаем, важно проявлять старательность и усердие. Думаю, что вы пока не знаете, но существует даже награда – медаль «За усердие». Она была введена 200 лет назад императором России Александром I и до сих пор вручается самым старательным людям. Наше государство ценит старательных и трудолюбивых людей.

**Упражнение «Найди сказочного героя».** Во многих сказках герои старательны, но не все. Найдите героев, которые проявляют старательность и обведите их.

**Зарядка позитивного внушения.** Чтобы не было стыдно за результат, давайте будем всегда и во всем проявлять старание. А для этого надо сказать волшебные слова:

Мы ребята дошколята,  
Мы без дела не сидим!  
Будем мы всегда стараться  
Лень свою мы победим!

### **Рефлексия.**

- Ребята, кто считает, что проявлял сегодня на занятии старательность и доволен своей работой на занятии, похлопайте себе.
- Кто после занятия решил быть старательным, поднимите вверх большой палец.
- Кому сегодня понравилось занятие помашите мне рукой.

### **Прощание.**

#### **Взаимодействие с родителями:**

*Сегодня мы с ребятами говорили о сестричке трудолюбия – старательности, ведь она так скоро понадобится ребятам при выполнении домашнего задания в школе. Как развить у ребенка старательность и усердие в выполнении заданий – об этом наш разговор сегодня.*

*Подкрепление – обязательное условие любого научения. Если вы хотите увеличить вероятность повторения желаемого поступка или действия, используйте позитивное подкрепление, а проща говоря хвалите ребенка.*

*Как неправильно хвалить ребенка?*

- Фраза «Ты у меня такой умный!» быстро меняет эйфорию ребенка от собственной значимости на тревожность: «Если я не справлюсь с заданием, я буду не умный».
- Не оценивайте каждый шаг ребенка, применяйте похвалу в тех случаях, когда ребенок делает что-то по-настоящему сложное для его возраста, прилагает усилия и старательность, терпение, проявляет личностные качества.

*Как правильно хвалить ребенка?*

- «Ты отлично постарался!» - при этом способе похвалы ребенок чувствует, что он сам может управлять своим успехом, неудачу можно исправить, если приложить старания.
- Проявлять интерес к деятельности ребенка, а не только к успехам. Рассматривая постройку или рисунок, не оценивать его фразами «Как красиво, молодец!», а рассмотреть вместе, задать вопросы как это устроено. Такое внимание взрослого повышает самооценку ребенка, утверждает в собственной значимости.
- Оставляйте ребенку шанс самому оценивать свои поступки и действия.

### **Занятие 11. «Гордость и хвастовство»**

**Задачи:**

- Формировать у детей представления о социальных чувствах «гордость» и «хвастовство».
- Развивать умения анализировать свои и чужие поступки. Профилактика хвастовства.
- Способствовать воспитанию чувства гордости, как важного элемента механизма саморазвития ребенка.
- Развивать групповую сплоченность.

**Материалы:** мультфильм, веселая музыка для игр, бланки для рисования и карандаши на каждого ребенка, музыка для рефлексии.

**Приветствие.**

Давайте порадуемся солнцу и птицам  
Давайте порадуемся улыбчивым лицам  
И всем, кто живет на этой планете  
Мы «Добрый день!» скажем все вместе!

*Поднять руки вверх  
Улыбнуться  
Руки приложить к груди  
Руки вытягиваются в  
приветственном жесте*

*ладонями вверх*

Сегодня я расскажу вам об одной своей знакомой девочке.

**Чтение отрывка из стихотворения Яна Бжехвы «Воображуля»**

Громко похвалялась Кася:  
-Я учусь всех лучше в классе,  
Я способней всех ребят,  
Все со мной дружить хотят,  
Одеваюсь я нарядно,  
Говорю умно и складно,  
Бегаю быстрее всех,  
У меня всех звонче смех,  
На коньках катаюсь ловко,  
Лучше всех певиц пою,  
Лучше всех портных я шью,  
И к тому же я на диво  
Симпатична и красива.

Ребята, что вы можете сказать о девочке Касе? (хвастается, считает себя самой лучшей) Как вы считаете, о чем мы с вами сегодня будем разговаривать?

Давайте позовем к нам мультфильм:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

**Просмотр мультфильма «Песенка мышонка»**

**Стоп 1.** Ежик вздыхает и уходит, мышонок продолжает петь: «Какой веселый я и песенка моя».

**Вопросы для обсуждения:**

- Что вы можете сказать о мышонке? (он веселый, хорошо поет)
- Нравится ли вам его песенка? Нравится ли она другим зверятам? Почему нет? (хвастается)

**Стоп 2. Мышонок кидает кирпич: «Сойдет!»**

**Вопросы для обсуждения:**

- Кого вам напоминает этот мышонок? (дети вспоминают предыдущее занятие и зайца, который не прилагал старания)
- Что может произойти, если оставить работу мышонка в таком состоянии и не исправлять ее?

**Продолжение просмотра мультфильма.**

**Гимнастика для глаз.**

Глазкам нужно отдохнуть  
Нужно глубоко вздохнуть

*Закрывают глаза*

*Вдох – выдох с закрытыми глазами*

Глаза по небу побегут  
Много-много раз моргнут  
Глазкам стало хорошо  
Увидят мои глазки все!

*Движение глаз по кругу  
Частое моргание глазами  
Закрывать глаза ладонями  
Открыть глаза, улыбнуться*

### **Беседа по мультфильму:**

- Изменилась ли песенка мышонка в конце мультфильма? Как она изменилась?
- Почему мышонок изменился? (понял, что на самом деле еще многого не умеет и перестал хвастаться)
- Можно ли назвать строителей настоящими друзьями? Почему? (помогли мышонку, поддержали, не стали над ним смеяться).

**«Конкурс хвастунов».** Педагог предлагает детям провести конкурс хвастунов. Но хвастаться надо не своими достижениями и преимуществами, а соседом. Ведь так приятно иметь самого лучшего соседа! Педагог просит детей посмотреть внимательно на того, кто сидит справа, и подумать, какой он, что в нем хорошего, что он умеет, какие хорошие поступки совершил, чем может понравиться. Не забывайте, что это конкурс. Выиграет тот, кто лучше похвалится своим соседом, найдет в нем больше достоинств.

В данной игре не важна объективность оценки - реальные эти достоинства или придуманные. Не важен и «масштаб» достоинств - это могут быть и громкий голос, и аккуратная прическа, и длинные (или короткие) волосы.

### **Динамическая пауза «Мышь» (песенка Е. Железновой)**

### **Нравственно-этическая беседа «Гордость и хвастовство».**

- Как вы считаете, а что такое гордость? (высказывания детей) (рассмотреть на примере спортсмена – он победил в соревнованиях – что он чувствует? А если начнет говорить везде о своих победах, унижая других «Я самый сильный, вы здесь все слабаки!» Вам приятно это слышать? Что вы чувствуете?)
- Почему нельзя хвастаться? (можно обидеть кого-то, не будет друзей).
- Чем могут гордиться люди? Чем гордятся родители? (детьми, семьей, Родиной, достижениями),
- Чем могут гордиться дети? (своими достижениями, друзьями, родителями...)
- А мышонок гордился собой? (в начале мультфильма он просто хвастался, а в конце гордился своими друзьями и собой)
- Гордость – это хорошее чувство или нет? А хвастовство?

**Творческое задание. Рисование на тему «Чем я горжусь».** Дети рисуют предмет своей гордости.

**Рефлексия-игра:** если вам сегодня было все понятно, если все понравилось, то поднимите вверх большой палец. Если есть над чем подумать, если кто-то сегодня понял, что иногда ведет себя как мышонок или хочет поразмышлять еще на эту тему, то поднимите вверх указательный палец. А если что-то вам сегодня не понравилось или было не понятно или трудно, то опустите вниз большой палец.

**Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Сегодня мы с ребятами говорили о гордости и хвастовстве, размышляли, чем различаются эти понятия. На занятии ребята пришли к выводу, что гордятся не только своими достижениями, но и своими родителями, своей семьей. Поэтому следующее задание для совместной с ребенком работы будет творческим: вам надо создать и нарисовать герб вашей семьи. Вместе с ребенком обсудите, чем может гордиться ваша семья: какие в ней есть традиции, достижения. Все это отразите в фамильном гербе вашей семьи. Пусть ребенок с гордостью представит перед сверстниками свою работу.*

## **Занятие 12. Жадность.**

**Задачи:**

- Формировать нравственные представления о жадности и щедрости.
- Раскрыть значение понятия «личные вещи», которыми нельзя делиться.
- Развивать словесно-логическое мышление детей, умение строить доказательную речь.
- Воспитывать в детях отзывчивость, щедрость.
- Развивать навыки невербального общения.

**Материалы и оборудование:** фильм «Синие листья», карточки и мешочек для игры, веселая музыка, печатный материал для выполнения с родителями в домашних условиях, картинки с изображением сказочных персонажей.

**Ход:**

**Приветствие друзей.**

Здравствуй правая рука,  
здравствуй левая рука,  
здравствуй друг,  
здравствуй друг,

*Правую руку вытянуть вперед,  
Левую руку вытянуть вперед,  
Взять за руку соседа справа,  
Взять за руку соседа слева,*

здравствуй весь наш дружный круг!	<i>Взяться за руки.</i>
Почеши соседа справа!	<i>Чешем спинку по кругу друг другу,</i>
Почеши соседа слева!	<i>То же слева,</i>
Ты погладь соседа справа!	<i>Гладим спину по кругу друг другу,</i>
И погладь соседа слева!	<i>То же слева,</i>
Другу в глазки загляни	<i>Посмотреть друг на друга,</i>
Улыбнись и тепло подари!	<i>Улыбнуться, взяться за руки.</i>

### **Постановка проблемной ситуации.**

На стене развешены изображения сказочных персонажей (пары):

- Винни-пух и Пятачок;
- Буратино и Мальвина;
- Малыш и Карлсон.

Ребята, вы узнали кто это? Ребята, как вы думаете, а что общего между этими парами? Какие отношения их связывают? (Они дружат). Вот видите, как много сказок, стихов, песен, рассказов написано о дружбе.

Сегодня мы с вами посмотрим один фильм о двух подругах по мотивам рассказа Валентины Осеевой «Синие листья». Ребята, а бывают листья синими? Хотите узнать, почему он так называется? Тогда давайте смотреть.

### **Просмотр короткометражного фильма по мотивам рассказа В. Осеевой «Синие листья».**

#### **Гимнастика для глаз.**

Глазкам нужно отдохнуть	<i>Закрывают глаза</i>
Нужно глубоко вздохнуть	<i>Вдох – выдох с закрытыми глазами</i>
Глаза по небу побегут	<i>Движение глаз по кругу</i>
Много-много раз моргнут	<i>Частое моргание глазами</i>
Глазкам стало хорошо	<i>Закрывать глаза ладонями</i>
Увидят мои глазки все!	<i>Открыть глаза, улыбнуться</i>

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Кто главные персонажи этого фильма? Что вы можете сказать об этих ребятах? (дети могут указать на неправильные поступки детей)
- Почему Лена не сразу дала карандаш Маше? Как можно назвать поступок Лены? (она пожадничала)
- Как вы считаете, почему же Маша не взяла зеленый карандаш, он ведь ей был так нужен? Что она чувствовала, когда Лена ей отказала? (вероятные ответы детей: она обиделась)
- Могла ли такая история произойти в нашем детском саду?

- Что можно посоветовать девочкам? Почему нельзя жадничать? (Советы для Маши и Лены. Кате: не жадничать. Хочется ли дружить с жадным человеком? Маше – поговорить с подругой, объяснить, в чем она не права).
- Как вы считаете любую ли вещь можно отдать своему другу? (подвести детей к выводу, что свои личные вещи давать пользоваться другим людям нельзя)

### **Игра «Волшебный мешочек. Поделись с другом»**

В мешочек складываются картинки с изображением предметов, которыми часто пользуются дети. Под музыку дети передают мешочек по кругу. Тот, на ком музыка остановится, вытягивает из мешочка картинку и отвечает на вопрос - можно ли поделиться с другом этим предметом. При отрицательном ответе обосновать почему нельзя.

*Картинки в мешочке: расческа, телефон, шапка, карандаши, ложка, помада, ручка (одна и несколько), конфеты, печенье, игрушки, книги, нижнее белье, резинка, жевательная резинка (пачка и один пластик), зубная щетка.*

### **Рефлексия.**

- Если вам сегодня есть что положить в свою «сердечную копилку», сложите кисти рук в форме сердца (спросить несколько детей что именно им было ценно).
- Если вам есть за что себя сегодня похвалить, погладьте себя по голове (за что вы бы себя похвалили?).
- Если сегодня на занятии вам что-то показалось сложным или не понравилось, опустите палец вниз (что вам не понравилось?)

**Раздать детям задание для выполнения с родителями дома.**

### **Прощание.**

#### **Взаимодействие с родителями:**

*Сегодня на занятии мы с детьми обсуждали понятия жадность и щедрость. Пока детям еще сложно разобраться в этих понятиях. Если вы хотите, чтобы вашего ребенка не дразнили жадной, подумайте о стиле Вашего воспитания:*

- *Все лучшее детям? Тогда как ребенок может понять, что и другие тоже нуждаются? В семье делим всем поровну!*

- Не заставляйте ребенка делиться! Лучше на своем примере показать, что когда ты с кем-то делишься, ты доставляешь другому человеку радость. В ответ он тоже захочет чем-то порадовать тебя.
- Хвалите ребенка за проявления щедрости, подсказывайте как лучше это сделать.
- Не стыдите ребенка, не называйте «жадиной», это может иметь обратный эффект.

Помогите ребенку разобраться с тем, какие вещи он может давать друзьям, а какие нет. Для этого выполните домашнее задание и закрепите пройденный на занятии материал.

Также закрепить тему помогут мультфильмы, которые мы рекомендуем к просмотру.

[https://youtu.be/DAN9Xdwl\\_e8](https://youtu.be/DAN9Xdwl_e8) Мультфильм «Раз грох, два горох» учит дружить, помогать и поддерживать друг друга, не ссориться по пустякам, не жадничать и уметь прощать.

<https://youtu.be/UfOqUDwU74U> Главная тема мультфильма «Мешок яблок»: как аукнется, так и откликнется. Сказка про то, что проявленная щедрость, доброта и взаимопомощь всегда находят ответ в поступках других.

### **Занятие 13. Находчивость**

#### **Задачи:**

- Формировать представления о ценности традиций в жизни человека
- Развивать оригинальность мышления, умение находить нестандартные решения проблемных ситуаций.
- Воспитывать в детях отзывчивость, эмпатию по отношению к другим.
- Сплочение детского коллектива через совместную игровую деятельность

**Материалы и оборудование:** мультфильм «Как Ежик и Медвежонок елку наряжали», музыкальная игра «Мы повесим шарик».

#### **Ход:**

#### **Приветствие.**

В город наш зима пришла      Пальцы правой руки «шагают» по левой ладони  
И сугробов намела              Движения ладонями



Дети вправо посмотрели.  
Вот снежинки полетели,  
Дети влево посмотрели.  
Ветер снег вверх поднимал  
И на землю опускал...  
Дети смотрят вверх и вниз.  
Все на землю улеглись.  
Глазки закрываем,  
Глазки отдыхают.

### **Вопросы для обсуждения:**

- Удалось ли нашим героям справиться с проблемой? Как называют людей, которые могут найти выход из трудной ситуации? (находчивыми, смекалистыми...)
- Как вы считаете, Медвежонок и Ежик – друзья? Как вы поняли, что они друзья? (заботятся друг о друге. Ежик угощает Медвежонка чаем, не сразу согласился идти искать елку, потому что Мишка устал, сам стал елкой для друга. Медвежонок подарил другу подарок, согласился идти на поиски елки, даже в уставшем состоянии, позаботился о Ежике, когда тот замерз. Они вместе по очереди отбивали удары часов, не ссорились.)

**Коммуникативная игра «Елочка».** Новый год – это веселый праздник. Однако даже в праздники иногда случаются ситуации, в которых человек может расстроиться, переживать и нуждаться в помощи и поддержке. Сегодня я вам предлагаю поддержать того, кто нуждается в этом. Вы заметили у кого из ребят сегодня было плохое настроение? Может кто-то сегодня был расстроен или плакал? (дети предлагают кандидатуру ребенка. Желательно на роль елочки выбирать детей с низкой самооценкой, низким социостатусом).

А наряжать елочку будем комплиментами! (уточнить у детей знают ли они значение этого слова)

Дети стоят в кругу, один из них стоит в центре с распахнутыми руками - он изображает елочку. Дети по очереди «наряжают елку» комплиментами, при этом поглаживают «Елочку» по рукам. Затем все вместе водят хоровод вокруг елки «В лесу родилась елочка».

После игры обсудить понравилась ли игра ребенку в роли елочки, было ли приятно, какие слова были важными.

А какой же Новый год без веселых игр? Это тоже традиция. В Новый год люди собираются в народные гуляния, водят хороводы, играют в игры.

### **Музыкальная игра на ускорение «Мы повесим шарик».**

**Игра «Море волнуется».** Дети изображают новогодние игрушки: шарик, звездочка, сосулька, мишуру, гирлянду.

Ну а какой же праздник без вкусного, ароматного пирога?

**Игра «Печем пирог».** Дети располагаются по кругу спиной друг к другу. По команде ведущего гладят друг друга по спине руками «просеивают муку», «подливают водичку, молочко», «добавляют масло, сахар», «разбивают яйца», «замешивают тесто», «раскатывают», «Втыкают изюм, орешки» или «обмазывают вареньем». Затем пирог украшают.

**Рефлексия - игра «Я как новогодняя игрушка».** Закройте глаза и представьте себя каким-то новогодним предметом. Дети по кругу называют на какой новогодний атрибут они похожи, психолог задает уточняющие вопросы, если чувствует напряжение в состоянии ребенка.

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *В канун самого любимого праздника мы с ребятами говорили о семейных традициях. Роль традиций очень важна в каждой семье. Они дают всем нам ощущение защищенности, стабильности, а также чувство общности, традиции сплачивают членов семьи. Наверняка ваша семья тоже богата традициями, и в канун праздников их необходимость возрастает.*

*Мы подготовили вам список семейных традиций, который вы также можете взять на вооружение:*

- *Сделать вместе с ребенком елочные игрушки своими руками (вырезать снежинки, сделать фонарики или гирлянду),*
- *Придумать всем членам семьи новогодние костюмы,*
- *Каждый вечер читать новогодние сказки и мечтать о празднике,*
- *Написать все плохие события, произошедшие за этот год и вместе с ребенком сжечь его,*
- *Составить с ребенком список желаний на следующий год, красиво оформить и повесить на видное место,*
- *Прятать ребенку под подушку «Волшебные сюрпризы» - записку от Деда Мороза, конфетку, несложные рецепты...*

- Печь вместе новогоднее печенье,
- Надувать мыльные пузыри на морозе (ниже  $-15^{\circ}$ ),
- Лепить и разукрашивать красками снеговиков,
- Искать в темной комнате светящиеся предметы (прячем фонарик в матовую пластиковую бутылку)

### Занятие 14. Мои внутренние драконы. Гнев.

#### Задачи:

- Формирование у детей представлений об эмоциональной саморегуляции и ее значении для здоровья человека. Отработка упражнений на психоэмоциональную разгрузку.
- Развитие навыка работы в команде – умений договариваться, распределять роли для выполнения операций задания.
- Снижение уровня психоэмоционального напряжения.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, заготовки для чек-листа, карандаши

#### Ход.

#### Приветствие.

Здравствуйте, мои друзья,  
Снова вместе вы и я.  
Вы настройтесь на работу  
И послушайте меня.

Сегодня мы начнем занятие с одного стихотворения:

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.

О каком чувстве идет речь в стихотворении? (гнев, злость). Именно про эту эмоцию мы сегодня будем разговаривать.

#### Беседа «Мои внутренние драконы».

В жизни каждого человека бывают случаи, когда в него вселяются «драконы»: гнев, обида, зависть. Эти чувства набрасываются на нас и держат в цепких лапах, поэтому их называют внутренними драконами человека. Человек становится злым, сердитым, недовольным, он даже может причинять боль и неприятности другим.

Как вы считаете – злиться это нормально? Все люди злятся иногда. Одни злятся на людей, другие из-за ситуации, в которую попали. Давайте немножко поисследуем наш гнев.

- Как ведут себя люди, когда злятся? (кричат, плачут, разбрасывают вещи, даже разбивают какие-то вещи)
- Закройте глаза и вспомните свой гнев – какой он? Что происходит с телом? (сжимаются кулаки, тело напряжено, сердце стучит сильно, становится жарко) Где он прячется в теле? (покажите это место)
- Какого цвета ваш гнев? Как он звучит?

Однако, один человек бывает хорошим хозяином своих чувств (драконов), умеет управлять, командовать ими, чтобы они не причиняли вред ни самому человеку, ни тем, кто рядом с ним. А у другого - чувства командуют своим хозяином и приносят ему одни неприятности.

А какие неприятности может принести дракон «Гнев?» (ответы детей)  
Сегодня мы с вами познакомимся еще с одним мультгероем.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Подарок для слона».**

#### **Стоп 1. После слов Дюдюки «Все равно я испорчу им праздник».**

*Вопросы для обсуждения:*

- Про кого этот мультфильм? Как зовут главного персонажа?
- Что вы можете сказать о Дюдюке? Какая она?
- Что она чувствует, какие эмоции испытывает? (злость, желание навредить другим)
- А как вы думаете, почему она вредничает? (завидует друзьям, с ней никто не хочет дружить, ей скучно, обидно).

### **Продолжение просмотра мультфильма.**

#### **Гимнастика для глаз «Ослик»**

Я буду вам рассказывать стихотворение, а вы показывать глазами то направление, которое услышите в нем (повторить 2 раза).

Ослик ходит выбирает,  
Что сначала съесть не знает.

Наверху созрела слива,  
А внизу растет крапива,  
Слева – свекла, справа – брюква,  
Слева – тыква, справа – клюква,  
Снизу – свежая трава,  
Сверху – сочная ботва.  
Выбрать ничего не смог  
И без сил на землю слег.  
Обвести глазами круг.

### **Вопросы для обсуждения:**

- Что чувствует Дюдюка, в конце мультфильма?
- Получилось ли у нее исправить ситуацию? Что для этого надо было сделать?
- Умеет ли Дюдюка управлять своими драконами? Какие драконы управляют ей? (зависть, гнев)
- Как вы думаете можно ли научить Дюдюку справляться с эмоциями, которые ей доставляют неприятности?
- Надо ли приручать Дракона гнев и уметь с ним справляться? Зачем? (дети отвечают – ты будешь злиться, никто не будет с тобой дружить)

**Беседа с элементами тренинга (обучение техникам саморегуляции).** Есть много способов справиться со своим гневом и успокоиться. Потому что если человек постоянно сердится и держит гнев в своем сердце, то он может даже заболеть. (Обучение способам снятия агрессии):

- **Назвать свой гнев по имени.** Если ты назовешь своего дракона по имени «Сейчас я злюсь», его сила начнет ослабевать.
- **дыхательные упражнения** (медленно вдохнуть через нос и выдохнуть через рот, при этом обхватить себя руками «взять в руки» (дети повторяют несколько раз)
- **упражнение «Огонь – лед»** Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Дети выполняют упражнение, стоя в кругу. По команде психолога «Огонь» дети начинают интенсивные движения всем телом (свечка). По команде «Лед» дети застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело. Сжимать и разжимать руки надо 10 раз.

- **Попинать и покидать мячик, прижать к себе подушку** (дети имитируют действие с подушкой – обнимают себя за руки, с силой прижимают к себе)
- **Поиграть с водой** в ванной, умыться, пошептать воде как вы злитесь и на что или на кого.
- **Разорвать старую газету, смять бумагу** (имитация движений),
- **Покричать** (если рядом нет тех, кого можно испугать или помешать). Дети складывают руки лодочкой и кричат.
- **Послушать музыку, отвлечься.**

**Творческое задание в подгруппах по созданию чек-листа «Как приручить дракона «Гнев».** Дети объединяются в подгруппы и выполняют задание – рисуют на общем листе те способы, которые можно использовать, чтобы успокоиться, если сердиться. Затем каждая группа презентует свою работу.

**Рефлексия.** Что нового для себя сегодня узнали? Давайте вспомним, как можно успокоиться, если ты злишься? Зачем это делать?

**Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Сегодня мы с ребятами говорили о «внутренних драконах» человека. И первый дракон, с которым мы познакомимся – Гнев. Ребята научились способам управления гневом, вернее тем упражнениям, которые помогут успокоиться и восстановить эмоциональный баланс. Поговорите с ними об этом. Проговаривая вам техники выполнения упражнений, ребенок еще раз закрепит свои знания и сможет воспользоваться ими в нужную минуту.*

*Наверное, нет родителей, которые бы не встречались с детской агрессией. Как реагировать на кричащего, нападающего, раздраженного ребенка?*

- *Признайте право ребенка на разные эмоции. Злиться – это нормально. Ведь ребенок – не робот, он не может быть всегда спокойным, довольным и послушным.*
- *Помочь себе. Если ребенка захлестывают эмоции, не подливайте масла в огонь, не добавляйте туда еще и свои эмоции. Постарайтесь успокоиться, глубоко дышите, напоминайте себе, что это пройдет, что у ребенка нет цели навредить вам, просто ему сейчас плохо и он не справляется с эмоциями.*

- *Выяснить причину. Ребенок может сорваться потому что устал, голоден, хочет пить, перевозбудился. Или не может выполнить задание, отчаялся, очень сильно чего-то хочет и не получает и т.д. Если Вы понимаете причину его негодования, Вам будет легче проявить сочувствие и понимание: «Ты сейчас сердишься, я понимаю твою обиду, но делать так нельзя». Опыт понимания будет развивать эмоциональный интеллект и постепенно научит его самому себя держать в руках, утешать себя в трудные минуты.*
- *Покажите ребенку пример, как управлять своими эмоциями. В напряженные минуты вместо крика на ребенка, вы можете сказать ему: «Я сейчас очень нервничаю, злюсь, мне нужно выйти на пару минут, чтобы успокоиться». Выйдите в другую комнату, ванную, отвлекитесь от того, что разозлило.*

### **Занятие 15 «Мои внутренние драконы. Привычки»**

#### **Задачи:**

- Познакомить детей с понятием «привычка» и механизмом их формирования.
- Помочь проанализировать последствия вредных привычек, сформировать негативное отношение к ним.
- Способствовать созданию мотивации к преодолению вредных привычек.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, карандаши, распечатанные шаблоны с заданием.

#### **Ход:**

##### **Приветствие.**

Колокольчик озорной,  
Ты ребят в кружок построй.  
Пожелай всем нам добра  
Прямо с самого утра.

Ребята, я нашла одно интересное стихотворение и хочу поделиться с вами. А вы подумайте, о чем в нем говорится.

Неземная красота,  
Выньте палец изо рта!  
Девочки и мальчики,  
Не сосите пальчики.  
Дорогие детки,  
Пальцы — не конфетки.

Кто-то *привык* рано ложиться спать, а кто-то - поздно; кто-то *привык* делать по утрам зарядку, а кто-то нет, кто-то *привык* сосать палец, а кто-то ковыряет в носу. Что появляется у человека, когда он каждый день делает одно и то же действие? О чем мы сегодня поговорим? (о привычках)

**Игра «Топни – хлопни».** Давайте вспомним какие бывают привычки. Если вам понравится мое высказывание, то похлопайте, а если не понравится, то потопайте.

- Андрей чистит зубы утром и перед сном.
- Лиза здороваается, когда входит в группу.
- Степа разбрасывает свои вещи.
- Саша моет руки с мылом, когда приходит домой.
- Рита ковыряет пальцем в носу.
- Лена убирает за собой игрушки.
- Костя грубит старшим.
- Витя каждый день делает зарядку.
- Настя ест много конфет.

**Беседа.** Почему вы иногда топали, а иногда хлопали? (плохие и хорошие привычки), (полезные и вредные).

- Ребята, а как появляются привычки? (Привычка – это действие, которое возникло постепенно, в результате повторения, и теперь выполняется само, без воли человека. Чтобы сформировалась привычка, необходимо повторять какое-то действие многократно изо дня в день).
- Как вы считаете, можно ли назвать плохие привычки нашими внутренними врагами? Почему? (мешают человеку, могут причинить ему вред).

Об этом будет наш сегодняшний мультфильм. Давайте его пригласим:

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

**Просмотр мультфильма «Сестрички-привычки».**

**Стоп 1. «Хочешь сгущенки? Пошли на кухню...»**

**Вопросы для обсуждения:**

- С какой привычкой познакомился Андрейка?
- Это хорошая привычка или плохая? Почему она плохая? К чему она может привести?

**Стоп 2. «Конфеты шоколадные... и мне, тянучку ...»**

### **Вопросы для обсуждения:**

- Неряшка – это хорошая или плохая привычка? Почему? (все постоянно теряется, можно опоздать, неряшливый вид некрасивый, с тобой никто не хочет дружить)
- К чему может привести привычка есть много конфет? (заболят зубы, выпадут, будешь плохо разговаривать, невозможно жевать пищу – заболит живот, будешь некрасивый)

### **Стоп 3. Песенка «Не желаю, не хочу»**

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Что за третья привычка пришла к Андрюшке?
- Почему ее можно назвать вредной?
- Что же делать Андрюшке, чтобы победить свои привычки? (дети высказывают свои предположения)

### **Продолжение просмотра мультфильма**

**Гимнастика для глаз.** А делать зарядку для глаз – это полезная или вредная привычка? Почему? Значит будем делать!

Раз – налево, два – направо,  
Три – наверх, четыре – вниз.  
А теперь по кругу смотрим,  
Чтобы лучше видеть мир.  
Глазки вправо, глазки влево,  
И по кругу проведем.  
Быстро – быстро поморгаем  
И немножечко потрем.  
Глазки закрываем,  
Медленно вдыхаем.  
А на выдохе опять  
Глазки заставляй моргать.  
А сейчас расслабились  
На места отправились.

**Задание «Привычки и школа».** Дети выполняют задание на листах.

Как вы считаете, какие привычки вам пригодятся в школе, а какие будут мешать?

**Игра «Как обмануть вредную привычку»** Нужны ли вам вредные привычки? И что с ними делать? Можно обмануть привычки - каждую вредную заменить на полезную.

Дети передают под считалку «Раз, два, три, четыре, пять – кто-то будет отвечать!» мяч по кругу. Ребенок, на котором остановилась считалка, вытягивает фант с написанной привычкой и придумывает способы ее замены. Остальные дети помогают искать решение поставленной задачи.

*Варианты фантов: привычка долго смотреть мультфильмы, привычка опаздывать, привычка постоянно сидеть в телефоне, привычка есть на улице по дороге домой, привычка откладывать дела на потом.*

**Рефлексия.** О чем мы сегодня разговаривали? Можно ли победить те привычки, которые мешают нам? Если у вас есть привычки, которые вы хотите победить, поднимите руку (опросить несколько человек как они будут справляться с задачей).

**Прощание.**

**Взаимодействие с родителями:** *Продолжая тему приручения наших драконов, мы сегодня размышляли на тему привычек. Некоторые привычки, такие как ковыряние в носу, шарканья ногами, прилюдное выпускание газов являются возрастными особенностями ребенка и должны пройти спустя какое-то время. Конечно, детям об этом говорить не обязательно)*

*Зато обязательно нужно поговорить с ребенком о том, что он узнал сегодня на занятии, помочь проанализировать – какие привычки в его жизни вредят, а какие приносят пользу, от каких он хотел бы избавиться, а какие завести.*

*На что обратить внимание: если привычка живет дольше нескольких месяцев, выходит за рамки возраста, приносит вред здоровью (как физическому, так и психическому).*

**Чего делать нельзя:**

- *Ругать и наказывать ребенка, резко одергивать его, стыдить (особенно прилюдно). Вы можете еще больше зафиксировать нежелательное поведение.*
- *Манипулировать (не дам телефон, не пойдешь гулять, не получишь конфеты). Этим вы заведомо заставляете ребенка вам лгать, так как выполнить ваши требования он еще не может, так как не может пока контролировать свои действия полностью)*

*Что можно:*

- *Обеспечить позитивные впечатления – обнимашки, массаж, игра с водой, пеной, сказки на ночь.*
- *Подкрепление желаемого поведения – можно завести экран достижений, на котором вы будете рисовать звездочки/сердечки или клеивать наклейки в те моменты, когда ребенок справляется с нежелательным поведением.*
- *Помогите ребенку выплеснуть агрессию в игровой форме – устройте бои подушками, месите тесто или пластилин, рисуйте пальцами и ладошками.*

### **Занятие 16. Мои внутренние драконы. Обида.**

**Задачи:**

- Закрепить представления детей о чувстве «обида».
- Формировать представления о влиянии отрицательных эмоций на здоровье человека.
- Обучить конструктивному способу работы с обидой, профилактика негативных последствий воздействия эмоционального состояния.
- Снизить психоэмоциональное напряжение детей.
- Способствовать сплочению группы.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, мячик, распечатанные шаблоны с заданием на каждого ребенка, карандаши, безопасная свеча

**Ход:**

**Приветствие.**

Пусть наша добрая улыбка

*Указательные пальцы к уголкам губ*

Согреет всех своим теплом

*Руки к сердцу*

Напомнит нам как важно в жизни

*Указательный палец к виску*

Делиться счастьем и добром!

*Руки в стороны*

Ребята, вспомните о каких внутренних драконах человека вы уже знаете? (злость, вредные привычки). Сегодня мы с вами поговорим об еще одном внутреннем драконе человека, который тоже может доставлять ему неприятности. Этот дракон может больно кусать человека очень долго, и если человек не научится им управлять, то может даже заболеть.

**Упражнение «Я обижаюсь, когда...».**

Дети стоят в кругу. Психолог кидает попеременно мяч и говорит начало предложения: «Я обижаюсь, когда...». Психолог подводит итог: в жизни

случаются разные ситуации, которые доставляют нам неприятные эмоции. И сегодня мы научимся справляться с этим драконом.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Про Миру и Гошу. Обида»**

**Стоп 1. Гоша приходит домой, заходит в свою комнату, сидит на кровати с порванным портфелем, вздыхает.**

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Вы заметили что-то необычное в поведении Гоши? Что с ним происходит? Что он чувствует? (он грустный, расстроенный)
- Как вы поняли, что он расстроился?
- Как бы вы поступили на месте Миры? Что надо сделать?

**Стоп 2. Гоша садится на край ванны, вытирает глаза.**

- Почему расстроился Гоша? (его обзывают, отбирают портфель)
- Что бы вы сделали в такой ситуации?

#### **Продолжение просмотра мультфильма.**

**Гимнастика для глаз «Ослик».**

Ослик ходит выбирает,  
Что сначала съесть не знает.  
Наверху созрела слива,  
А внизу растет крапива,  
Слева – свекла, справа – брюква,  
Слева – тыква, справа – клюква,  
Снизу – свежая трава,  
Сверху – сочная ботва.  
Выбрать ничего не смог  
И без сил на землю слег.  
Обвести глазами круг.

#### **Вопросы для обсуждения:**

- За что ребята обзывали Гошу? (за то, что он рыжий, не похож на других детей)
- Можно ли обзывать другого только из-за того, что он не похож на тебя? Могут ли все люди на земле быть одинаковыми?
- Что помогло Гоше решить ситуацию? (представил поддержку семьи и стал вести себя увереннее, сказал обидчику о своих чувствах, что ему неприятно)

- Что надо было бы делать, если бы это не помогло, и компания мальчиков продолжила обзывать и бить Гошу? (попросить помощь у взрослых)
- Вы уже знаете, как надо реагировать на обидные слова?

### **Беседа с элементами тренинга.**

Сегодня мы с вами познакомимся со способами справляться с обидой. Потому что обида тоже разрушает здоровье человека.

- Если тебя обидели чьи-то злые слова, они могут попасть в голову, а потом проникнуть в сердце и человек начнет страдать. Ему будет плохо, больно, обидно. Чтобы не допускать обидные слова в сердце, надо знать одно **«Правило мусорной корзины»**. Злые слова – как мусор, который засоряет наше сердце. А что надо делать с мусором? Правильно, выкидывать! Давайте представим, что в нашей руке мусорная корзинка (рука сжата в кулак, большой палец поднят вверх). Я слышу обидное слово и не принимаю его в свою голову, а сразу выкидываю его в мусорную корзину и закрываю сверху крышку. Давайте потренируемся, я вам буду говорить слова, а вы подумайте какие из них выкинуть, а какие сохранить в сердце (психолог называет разные слова, а дети выполняют упражнение. Слова для упражнения: умница, тупица, дурак, малыш, толстяк, золотце, солнышко...)
- А еще если тебя обидели плохими словами, можно применить правило **«Вырастай-ка»** (показать картинку). Представь себе, как тебя обзывают другие ребята, а ты в это время мысленно начинаешь расти... а они остаются малюсенькие и что-то кричат там, внизу, и дрыгают своими маленькими ручками... смешно? И уже не обидно!
- А еще можно **вернуть** обидные слова обидчику. Сказать: «Кто обзывается, тот сам так называется»
- **Упражнение «Костер»**. Обида у разных людей бывает различной. У одних она быстро забывается, тает, как снежинка на теплой руке. А у других она живет долго. И тогда напоминает иголку в ботинке – постоянно колет человека и заставляет его грустить или злиться на обидчика. Обида приносит вред, прежде всего, вам самим. Получается, что вы сами себя наказываете, храните долго в сердце обиду, которая лишает радости. Научитесь прощать окружающих. Психолог зажигает безопасную свечу. «Мы мысленно представляем, что находимся в лесу на поляне. Перед нами горит костер, потрескивая веточками. Мы вспоминаем обиды, которые нам

приходилось переживать, и бросаем их в костер. Все наши обиды сгорели в огне, все плохое ушло. Нам легко и спокойно, светло и радостно на душе. А теперь возьмемся за руки. Мы вместе. Мы смелые, сильные, здоровые, нам по плечу любое дело. Возьмем частичку огня и перенесем ее в сердце. И пусть эта частичка согревает нас и всех, кто рядом с нами».

**Задание «Как справиться с обидой».** На распечатанных листах дети выполняют задание – обводят те способы, которые помогают справиться с обидой и зачеркивают те, которые оказывают негативное воздействие.

**Рефлексия.** О каком чувстве мы сегодня говорили? Почему обиду можно назвать внутренним драконом? Поднимите вверх большой палец, если узнали сегодня что-то полезное для себя. Погладьте себя по голове те, кто сегодня хорошо работал и кому есть за что себя похвалить.

**Ритуал прощания.**

**Взаимодействие с родителями.** *Сегодня ребята встретились и познакомились с еще одним внутренним драконом - обидой. Рассмотрите дома вместе с детьми задание, которое они выполняли. Пусть ребенок расскажет вам о тех способах, которые ему помогут справиться с обидой. Тем самым вы закрепите дома пройденный на занятии материал, а значит, у малыша появится шанс вспомнить и воспользоваться полученными знаниями в нужное время.*

### **Занятие 17. Мои внутренние драконы. Страх.**

**Задачи:**

- Расширить представления детей о чувстве страха и способах его преодоления.
- Выявить преобладающий вид страхов.
- Способствовать снижению психоэмоционального напряжения, повышению уверенности в себе.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, карточки

**Ход:**

**Приветствие.**

Здравствуйте, ребята. Я попрошу вас положить правую руку на область своего сердца и прислушаться к нему – как оно бьется: спокойно или тревожно и очень быстро?

Как вы считаете, когда сердце стучит очень быстро? (когда бегаем, когда очень злимся, радуемся или когда страшно...) сегодня мы с вами поговорим о еще одном драконе, который живет у нас внутри. Это страх.

### **Упражнение «хорошо – плохо».**

Как вы считаете, а испытывать чувство страха - это хорошо или плохо?

- В каких случаях страх – это плохо? (неприятно его чувствовать, мешает что-то делать. Разобрать на конкретных примерах: мальчик боится прививок, девочка боится кататься на велосипеде)
- В каких случаях страх – это хорошо? (помогает быть осторожным. Пример: мальчик бесстрашно лезет на дерево все выше и выше и не замечает, что ветка на верхушке дерева совсем тонкая и наклонилась). Значит в некоторых случаях страх нужен? Он помогает заметить опасность, а значит уберечь себя от нее.

Почему страхи тоже можно назвать внутренними драконами? (если страхов много, они мешают человеку, важно научиться ими управлять). Готовы к просмотру мультфильма?

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

### **Просмотр мультфильма «Страшная история».**

**Стоп. Суслик собирается уходить: «Мне домой пора», а затем возвращается, захлопывает дверь.**

- Как вы считаете, что сейчас чувствует суслик? Как поняли, что ему страшно?

### **Продолжение просмотра мультфильма.**

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Кто в этом мультфильме умеет дружить? (Хомяк не умеет дружить, он пугает суслика, а потом выгоняет его из дома, зная, что он боится).
- Кого в этом мультфильме можно назвать смелым?
- Бояться – это нормально? Есть ли люди, которые ничего не боятся?
- Можно ли смеяться над тем, кто боится?
- Как вы думаете, смелый – на самом деле ничего не боится? (Смелый боится, но умеет справиться со своими страхами и двигаться дальше).
- Как суслик смог справиться со своим страхом? (ему помогло воображение)

**Игра «Я страшилок не боюсь».** Дети идут по кругу, проговаривая слова «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь превращусь...». Ведущий называет какого-нибудь страшного персонажа, детям нужно изобразить его (важно придать игре юмористичный шуточный контекст). Ведущий меняется и игра продолжается.

**Беседа «Как справиться со страхом».**

### **Карточка 1.**

Конечно, дети чаще чего-то опасаются и боятся, чем взрослые. Потому что взрослые дольше живут и получили больше знаний и опыта, чем дети. Поэтому ты всегда можешь обратиться к ним за помощью и поддержкой. Обнимашки тебе помогут!

### **Карточка 2.**

Представь себя рыцарем или богатырем, которые ничего не боятся. Закрой глаза, сожми кулаки и представь, что у тебя в руке меч, на теле кольчуга, а на голове шлем. Теперь ты полон решимости и готов справиться с любыми страхами.

### **Карточка 3.**

Ты можешь придумать для себя ритуал. Например, представь, что в твоей руке волшебная палочка. Придумай себе заклинание, повтори его 3 раза и обведи себя волшебной палочкой. Это будет придавать тебе силы.

«Волшебная палочка мне помогает,  
Я — самый смелый, я это знаю!»

### **Карточка 4.**

Рисуй свои страхи! Сначала нарисуй то, что тебя так сильно пугает. А потом придумай смешную историю про него и дорисуй что-то смешное. И вот страх уже не страшный!

### **Рефлексия.**

- Что нового сегодня узнали?
- Как можно справиться со страхом?
- Какие способы особенно запомнились?

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями.** *Сегодня мы с ребятами обсуждали еще одну интересную тему – страхи в жизни человека. Ребята получили ответы*

на многие важные вопросы: нужны ли нам страхи, кого можно назвать смелым и, самое главное, как справиться со страхами. Вы можете поговорить об этом с ребенком. Поделитесь с ним каким-то своим страхом (конечно, стоит исключить страх смерти). Попробуйте вместе найти выход как с ним справиться, используя те способы, о которых узнал ребенок на занятии. Ни в коем случае не обесценивайте и не критикуйте те способы, которые он вам предложит (то, что подходит в этом возрасте ребенку, естественно не подойдет взрослому). Ваша задача закрепить полученные в ходе занятия знания.

Вы также можете предложить ребенку посмотреть мультфильм «Монстры вокруг» на тему страхов <https://youtu.be/uPbFoKrYIZ0>

### **Занятие 18. Я учусь ошибаться**

#### **Задачи:**

- Формировать мотивацию на преодоление трудностей.
- Формировать правильные отношения к ошибкам как способу извлечения опыта.
- Способствовать снижению психоэмоционального напряжения вследствие неудачи, повышению уверенности в себе.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, распечатанный материал для индивидуальной работы на каждого ребенка, карандаши, музыка для игры

#### **Ход:**

##### **Приветствие.**

Здравствуй правая рука,  
здравствуй левая рука,  
здравствуй друг,  
здравствуй друг,  
здравствуй весь наш дружный круг!  
Почеши соседа справа!  
Почеши соседа слева!  
Ты погладь соседа справа!  
И погладь соседа слева!  
Другу в глазки загляни  
Улыбнись и тепло подари!

*Правую руку вытянуть вперед,  
Левую руку вытянуть вперед,  
Взять за руку соседа справа,  
Взять за руку соседа слева,  
Взяться за руки.  
Чешем спинку по кругу друг другу,  
То же слева,  
Гладим спину по кругу друг другу,  
То же слева,  
Посмотреть друг на друга,  
Улыбнуться, взяться за руки.*

**Игра «Три, тринадцать, тридцать».** Дети встают в круг. Психолог произносит команды, дети выполняют: Три – руки на плечи, тринадцать – руки на пояс, тридцать – руки на колени. Дети, допустившие ошибку, выходят из круга и садятся на стул.

**Обсуждение игры:** что чувствовали те, кто проиграл? Приятно ли это было? Для всех, кто испытывал это чувство, сегодняшний мультфильм.

*Раз, два, три – мультик к нам приди!*

**Просмотр мультфильма «Не хочу проигрывать!».**

**Стоп 1. Царевна играет в шахматы с собакой, после того как папа сделал ей замечание, кидает шахматы: «Ну и играйте сами!»**

**Вопросы для обсуждения:**

- Что можно сказать об этой девочке? (напомнить детям, что в каждом человеке есть хорошие стороны – найти их)
- А что эта царевна делает неправильно? (хочет быть всегда первой, не любит и не умеет проигрывать, очень переживает из-за неудач)
- Что она чувствует, когда проигрывает? (сердится)
- Что может дальше произойти с этой царевной, если она не изменит свое поведение? (она ничему не научится, с ней никто не захочет играть, и она потеряет друзей)
- Существуют ли люди, которые никогда не ошибаются? Как вы считаете, ошибаться – это хорошо или плохо?

**Стоп 2. После песни.**

**Вопросы для обсуждения:**

- Что думает об ошибках папа царевны?

**Продолжение просмотра мультфильма.**

**Вопросы для обсуждения:**

- Как повела себя царевна после того как проиграла? (поздравила маму с победой)
- Какое открытие она сделала? (что радоваться за других тоже приятно)
- Что делать, если ты проиграл? Можно ли расстраиваться?

Расстраиваться, что проиграл можно, это нормально, но не причинять вреда тому, кто выиграл. Но долго переживать не стоит. Надо подумать, ЧТО

можно сделать, чтобы в следующий раз выиграть. Совершая ошибки, ты получаешь опыт и знания, которые тебе помогут стать умнее. А это намного важнее того, что ты проиграл.

### **Динамическая пауза «Настроение»**

Настроение упало	<i>Бросили вниз руки</i>
Дело валится из рук,	<i>Бьем по внешним сторонам ладоней</i>
Но еще не все пропало,	<i>Пальчиком влево-вправо</i>
Если есть хороший друг!	<i>Большие пальцы вверх</i>
С делом справимся вдвоем	<i>Перекрестить руки, ладони положить на плечи</i>
С облегчением вздохнем	<i>Глубокий вздох «Эх»</i>
Настроение поднимем	<i>Руки вверх, тянемся</i>
И от пыли отряхнем!	<i>Руки опустить, потрясти</i>

**Задание «Ошибки художника»** (распечатанный материал). Однажды художник решил нарисовать картину. Он взял лист бумаги и карандаш и начал рисовать. Но что-то пошло не так. Художник очень расстроился и хотел выбросить эти листочки. Мне кажется, что эти черточки и загогулины что-то напоминают. А тебе? Попробуй проявить фантазию и исправить рисунки художника, превратив их в рисунки.

Как здорово у вас получилось! Оказывается, что, приложив смекалку и старание, можно исправить ошибки!

**Задание «Ошибка и решение».** Посмотрите на рисунки и определите какая это проблема – большая, средняя или маленькая. Найдите способ решения проблемы. Соедините разными цветными линиями «ошибку» и ее решение.

После выполнения задания детьми проверить вместе правильность его выполнения.

**Игра «Стоп-вопрос».** Дети передают по кругу мешочек с листочками, которые содержат описания ошибок. Ребенок, на котором остановилась музыка, достает из мешочка листочек с описанием ошибки и находит способы ее решения.

Вопросы:

- Что делать, если рассыпал мусор?
- Что делать, если испачкался?
- Что делать, если разлил компот?

- Что делать, если неправильно решил пример?
- Что делать, если проиграл в шашки?
- Что делать, если сломал чужую игрушку?
- Что делать, если потерял деньги?
- Что делать, если на соревнованиях победил соперник?
- Что делать, если ты опоздал?

**Рефлексия.** Мы сегодня говорили на важную тему – как научиться ошибаться и как научиться проигрывать. Мы узнали, что ошибки нам нужны, и что ошибаться – это нормально. Мы узнали, что когда мы совершаем ошибки, мы узнаем, КАК можно сделать ЛУЧШЕ в следующий раз. И каждый раз учимся.

- Что для вас было сегодня самым интересным?
- Чему вы сегодня удивились?
- Чему вы сегодня научились?

### **Прощание.**

**Взаимодействие с родителями.** Мы, взрослые, часто думаем, что наша задача – научить детей достигать успеха. Но на самом деле, успешные люди – это те, кто не боится совершать ошибки и умеет их исправлять. Чтобы научиться чему-то новому, нужно совершить много ошибок. Это неизбежно. Правильно ли наши дети относятся к ошибкам, умеют ли проигрывать – об этом было наше занятие сегодня.

*На что обратить внимание родителям:*

- Не ругайте за допущенную ребенком ошибку, а научите исправлять ее. Ошибаться – нормально, это процесс обучения.
- Хвалите не за результат, а за старание, активность, желание справиться с трудностями.
- Признавайте факт проигрыша. Да, кто-то быстрее прибежал к финишу/решил задачу. У каждого человека есть способности и что-то получается лучше, а что-то хуже. Например, ты лучше можешь...
- Учите радоваться успехам других. Покажите личным примером как это делать. Например, пожмите руку победителю семейной игры.
- Позвольте детям потерпеть неудачу, не спешите сами исправлять его ошибки или заранее «подстелить соломку». Ребенок может научиться чему-то только методом проб и ошибок.

*Если мы научим наших детей относиться к ошибкам как к возможности получить ценный опыт, то это сделает их более устойчивыми и поможет достигать своих целей.*

## **Занятие 19. Мои и чужие границы.**

### **Задачи:**

- Формировать у детей представлений о психологических границах;
- Познакомить детей с приемом «Стоп»;
- Развивать умения конструктивного взаимодействия;
- Воспитывать уважительное отношение к своей и чужой личности.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, распечатанные задания на каждого ребенка, карточка правила «Стоп», распечатанные задания для моделирования ситуаций

### **Ход:**

#### **Приветствие.**

Психолог вносит политическую карту и вместе с детьми рассматривает ее.

#### **Беседа «Что такое границы»**

Что это за картина такая? Что на ней можно увидеть? А что нарисовано красной линией? Что такое границы? (Это линия, черта, которая разделяет один объект от другого)

У чего есть границы? У стран, у областей, у детского сада... а у человека есть границы? Давайте посмотрим мультфильм, может тогда нам станет ясно.

#### **Мультфильм «Про Миру и Гошу» серия «Мне не нравится»**

**Стоп 1.** Миру кусает собачка Соня.

- Почему собачка укусила Миру? Что собачка чувствовала?
- Как вы поняли, что она недовольна, она же не умеет разговаривать?

**Стоп 2.** Папа с пеной на лице, недоволен.

- Довольны ли мама, Гоша и папа? Почему?
- Что нарушила Мира?
- Что происходит с людьми, когда другие нарушают их границы? Помните нашу карту? Что случается, когда одна страна нарушает границы другой страны? Война. Как вы будете реагировать, если другие люди будут нарушать ваши границы? (без спроса брать ваши

вещи, наскокивать на вас, толкать вас, вы принесли себе стул, а другой сел на него, кто-то взял вашу кепку и надел на себя...)

- Как другие люди будут реагировать, если вы себя будете вести подобным способом? Что будет, если вы возьмете без спроса телефон у друга или брата/сестры и будете играть или читать сообщения? Что будет в итоге? (ссора, конфликт) Это называется нарушение границ другого человека.
- Получается, что нельзя нарушать чужие границы и защищать свои. Как же это сделать? Давайте посмотрим, как это получилось у Миры.

Продолжение просмотра мультфильма.

### Гимнастика для глаз.

Мы гимнастику для глаз  
Выполняем каждый раз.  
Вправо, влево, вверх и вниз  
Повторить те не ленись  
*(повторить по 8 раз в каждую сторону)*  
Глазки сильно все зажмурим,  
А теперь расслабимся,  
Быстро-быстро поморгаем,  
На места отправимся.

### Вопросы для обсуждения:

- Можно ли увидеть границы человека?
- Нужно ли уметь отстаивать свои границы? Зачем?
- Какой способ отстаивания границ вы увидели в мультфильме? (Правило «Стоп»). Если тебя кто-то обижает, надо вытянуть руки вперед и громко и четко сказать слово «Стоп!»

Демонстрация визуального подкрепления (дети рассматривают картинку с правилом). Давайте попробуем сделать это.



**Упражнение «Круги отношений».** Дети получают распечатанные круги отношений, которые постепенно будут закрашивать

**Круг «Я».** Самый первый и главный круг. Это твои границы — твоё тело, твоё душа, твои чувства. Твоё тело принадлежит только тебе, и только ты решаешь, кто может притрагиваться к



тебе, кто может находиться близко. Никто не должен и не может делать это без твоего разрешения, даже если это близкий человек — папа, дедушка, дядя и т.п. если тебе это неприятно — ты не должен стесняться сказать об этом. Никто не должен бить тебя или угрожать тебе, никто не может кричать на тебя и оскорблять тебя, обижать и причинять тебе боль. Если такое происходит, ты должен рассказать об этом тем, кому ты доверяешь.

Но у каждого человека есть свои границы-круги. Они есть у мамы, у папы, у друзей и воспитателей... И ты так же должен уважать границы других и не нарушать их.

Разукрась этот круг фиолетовым цветом.

**Круг «Семья».** Кто в него входит? Это твои мама, папа, братик, сестренка, бабушка, дедушка и т.д. — те, кто живет с тобой в одном доме и те, кого ты любишь, уважаешь и кому доверяешь. Они находятся ближе всего к твоей границе. Однако даже те люди, которых мы любим и уважаем, не могут нарушать границу твоего «Круга Я», если тебе этого не хочется или неприятно. И ты тоже должен понимать, что у каждого твоего любимого и близкого человека есть такой «Круг Я», в который он может допускать других, только если ему этого хочется. Так, папа или мама иногда хотят побыть одни, отдохнуть — не потому что они тебя не любят, а потому что им тоже очень важно иногда побыть одним в своем «Кругу Я», и эту потребность тоже нужно уважать. Разукрась этот круг синим цветом.

**Круг «Друзья».** Это те люди, которые не живут вместе с вами, но с кем вам нравится общаться и проводить время, кто бывает в вашем доме, и в чьих домах бываете вы. Друзья очень важны — с ними можно играть, секретничать, веселиться, отдыхать. Дружба всегда должна основываться на уважении и доверии, и если тому, кого ты считаешь своим другом, нравится смеяться над тобой или унижать тебя — то это плохой друг. Никто не имеет права смеяться над тобой, дружба не дает такого права никому. С друзьями иногда можно обниматься или дотрагиваться друг до друга, при условии, что это приятно всем.

Представьте, кто бы мог входить в этот круг. Если можешь, напиши. Разукрась этот круг зеленым цветом.

**Круг «Знакомые».** Это не совсем друзья, но люди, которых мы знаем — виделись где-то раньше, или нас познакомил кто-то. Возможно, это кто-то с нашей работы или из садика или школы — я знаю, как его зовут, но мало знаю о нем, и не знаю, что он за человек. Мы вежливо здороваемся при

встрече, и иногда останавливаемся ненадолго поболтать, но мы не впускаем этих людей в свое личное пространство: не рассказываем им подробно о нашей жизни и не выпытываем подробностей их жизни, мы говорим только о каких-то общих, не слишком личных, вещах.

Также следует сказать, что если ты знаешь, как зовут человека, это не значит, что можно садиться в его машину или идти с ним к нему домой, если он предлагает тебе — без разрешения мамы или папы. Если происходит нечто подобное — сначала позвони маме или папе и посоветуйся, как тебе быть и как поступить.

Вспомни, кто может входить в этот круг. Если можешь, то напиши. Разукрась этот круг желтым цветом.

**Круг «Профессиональная помощь».** Это врачи, учителя, воспитатели в детском саду, полицейские, пожарные, продавцы в магазине — все те, чья работа связана с помощью людям. Они могут помочь нам в определенных ситуациях, когда нам нужна их помощь. Их легко можно отличить от других людей: у врача есть халат и стетоскоп, у полицейского и пожарного — специальная одежда, удостоверение и т.д.

Разукрасить этот круг оранжевым цветом

Обсудите, в каких именно ситуациях и у кого конкретно ребенок может искать помощи и как именно это делать — как позвонить в полицию, как вызвать врача, как обратиться за помощью к полицейскому на улице и т.п.

**Круг «Незнакомцы».** Это те люди, которых мы не знаем совсем — ни как их зовут, ни кто они такие. Даже если эти люди говорят, что знают тебя или твоих родителей — для тебя они незнакомцы, если ты никогда в жизни не видел их до этого или видел пару раз. «Незнакомец» — не значит «плохой или злой» человек, но все равно ты не обязан доверять незнакомцам и не должен ничего рассказывать им о себе или своей семье, доме, друзьях. Даже если незнакомцы представляются сотрудниками полиции или врачами — в таком случае, они должны разговаривать со взрослыми, а не с тобой. Ты не должен отвечать на их вопросы. Даже если они тебе нравятся, ты не должен идти с ними к ним домой или куда-то еще, и садиться с ними в машину. Ты не должен идти с ними в зоопарк или вести их к себе домой, даже если они просят тебя о помощи — взрослые не должны просить помощи у детей. Все что ты должен сделать в этом случае — это сразу уйти, не отвечая на вопросы и позвонить маме или папе. Раскрась этот круг красным цветом.

**Какой круг находится дальше всех от тебя?** Чем ближе от тебя находится круг, тем больше людям из него можно доверять.

**Рефлексия – игра.** Дети жестами показывают сколько нового и полезного материала они узнали (чуть-чуть – пальцами, средне – разводят руки в стороны немного, много – разводят руки на всю амплитуду).

**Прощание.**

**Взаимодействие с родителями.** *Уважаемые родители, обратите внимание на красивый разноцветный круг, который мы сегодня обсуждали и разукрашивали с детьми. Эта схема называется «Круги отношений», она поможет вашему ребенку осознать свои психологические границы и поможет предотвратить физическое, психологическое, сексуальное насилие потому, что ребенок поймет, что происходит что-то неправильное. Пожалуйста, посмотрите небольшой ролик, чтобы разобраться в этом вопросе и помочь разобраться своему ребенку [https://youtu.be/G\\_NvuUg4AoU](https://youtu.be/G_NvuUg4AoU)*

## **Занятие 20. Итоговое. Квест-игра «В мире эмоций»**

**Задачи:**

- Диагностировать знания детей по применению средств саморегуляции с целью снижения психоэмоционального напряжения.
- Закрепить знания о безопасном поведении в процессе социального взаимодействия.
- Формировать навыки управления психоэмоциональным состоянием.

**Материалы:** оборудование для просмотра мультфильма, 4 конверта разного цвета с подсказками места нахождения «сокровища», сюрпризы для детей, сундучок, распечатанные задания на каждого ребенка, распечатанные задания для моделирования ситуаций, задание от мультгероев (Мульт-викторина <https://youtu.be/iGh9vUwjeGg> ), карточки-подсказки со способами эмоциональной саморегуляции, камень и перышко.

**Ход:**

**Приветствие.**

Ребята, вы любите квесты? Сегодня наш ждет квест-игра. Вам надо будет пройти испытания. За каждое правильно пройденное испытание, вы получите конверт с подсказкой. Соберете 4 конверта с подсказками – получите приз!

**Задание 1. Разгадывание загадок об эмоциях и чувствах**

На наших занятиях мы много говорили о различных чувствах и эмоциях.  
Давайте проверим, хорошо ли вы их знаете.

Обида, ярость, раздраженье.  
А рык стоит, ну словно лев.  
И никакого нет сомненья,  
Напал на человека (гнев)

Говорят, что на поляну приземлились марсиане.  
Я спешу увидеть сам: кто же там и что же там? (интерес)

Хочется всех обнимать, целовать.  
И для других делать всё вновь и вновь!  
Сеять добро и людей понимать.  
Знаете чувство какое? (любовь)

Ночь пришла, и в темноте тени движутся везде.  
Я забрался под кровать - спрятался и стал дрожать. (страх)

С этой эмоцией реже встречаться  
Мне бы хотелось,  
Вам должен признаться.  
Очень уж грустно,  
Когда она с нами.  
О чём говорю я сейчас? О...(печали)

Это эмоцию я испытаю,  
Когда на прогулке  
Друзей повстречаю,  
Или отвечу на "пять"  
Свой урок,  
Или рекорд вдруг поставить  
Я смог! (радость)

Ребята получают конверт с подсказкой (слово ИЩИТЕ)

## **Задание 2. «Мульт-викторина»**

На экране фрагменты мультфильмов, в которых мультипликационные герои испытывают эмоции, с которыми не могут справиться. Дети ищут подходящие для них способы эмоциональной саморегуляции (как привести эмоции в порядок, успокоиться).

Если дети не справляются самостоятельно, психолог помогает им с помощью визуальных подсказок – карточек. В конце задания получают очередной конверт с подсказкой (слово ПРИЗ).

**Задание 3. «Помоги ребятам справиться с эмоциями».** Дети получают листы с заданием определить эмоциональное состояние ребенка и подобрать способы справиться с эмоциями.

В конце задания получают еще один конверт с подсказкой (слово НА).

**Задание 4. Решение проблемных ситуаций** (листочки с проблемными ситуациями складываются в мешочек, которые дети под музыку передают по кругу. Ребенок, на котором остановилась музыка, вытягивает листок с проблемной ситуацией и отвечает на него).

**Ситуации:**

- На улице к мальчику подошел мужчина и предложил ему пойти в соседний дом посмотреть обезьянку.
- Ты сидишь на скамейке, а кто-то из ребят хочет тебя столкнуть.
- Маленькая сестренка взяла твой телефон и отправляет твоим друзьям картинки.
- Мама пришла с работы и легла на диван, а тебе хочется есть и играть.
- Ты хочешь пройти в группу, а кто-то из ребят встал в проходе и не пускает тебя.
- Ты взял игрушку, а кто-то хочет ее отобрать.

Дети получают последний конверт с подсказкой (слово ОКНЕ), собирают из полученных слов предложение и находят приз.

**Рефлексия «Камешек и перышко».** Ребята, вам понравилась игра?

- Показать камешек. Если что-то показалось трудным покажите жестом тяжелый камешек. Какие трудности вы встретили, что было тяжелого?
- Показать перышко. Что было легко? Что особенно понравилось? Если было легко и все понравилось, покажите жестом легкое перышко.

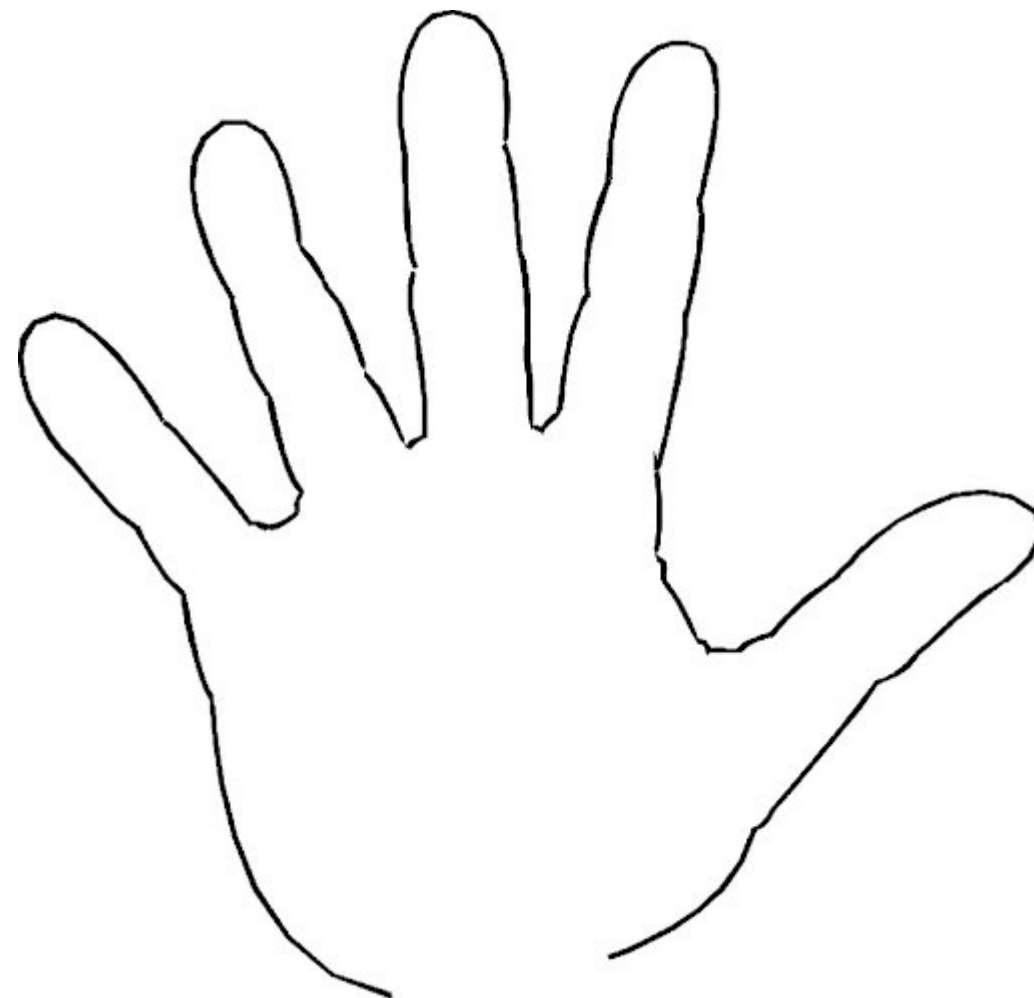
**Прощание.**

Занятие 1

*Моё имя похоже на...*

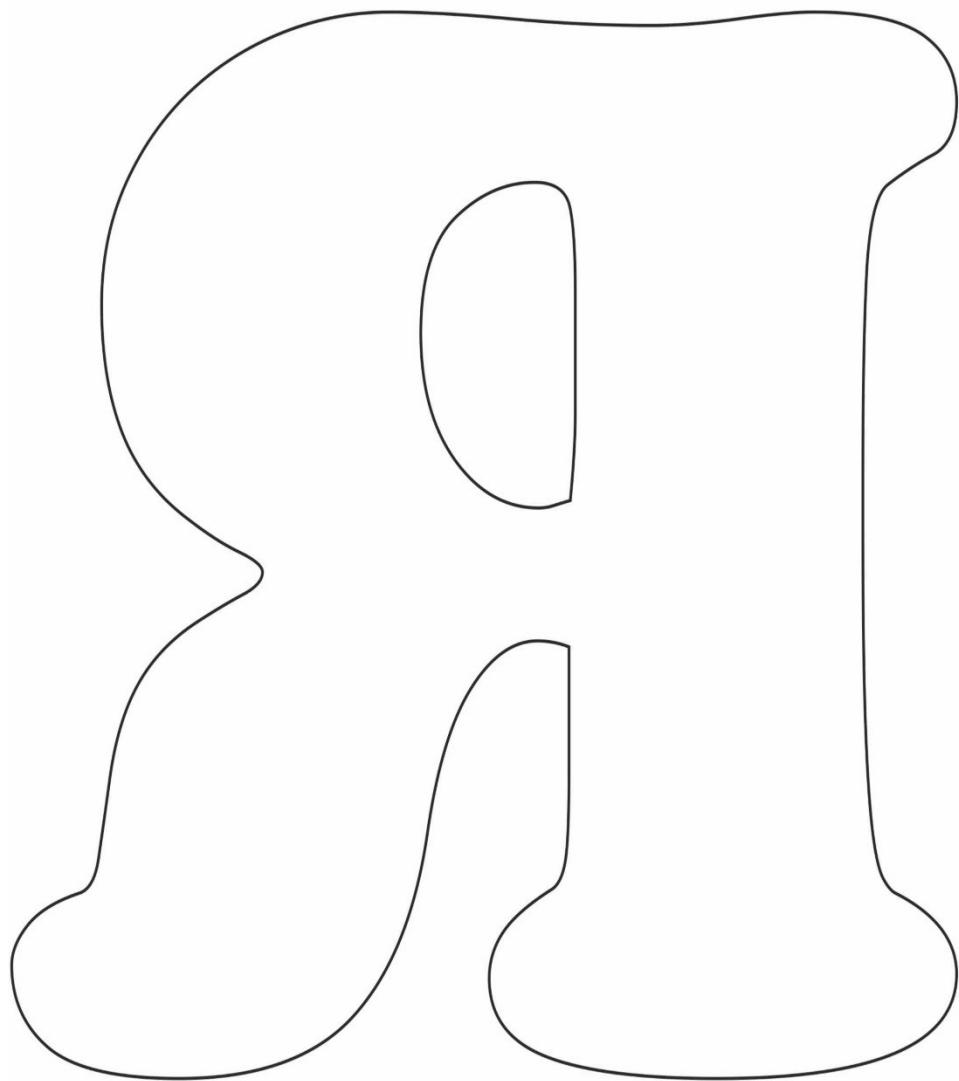
Занятие 2

*Какой Я?*



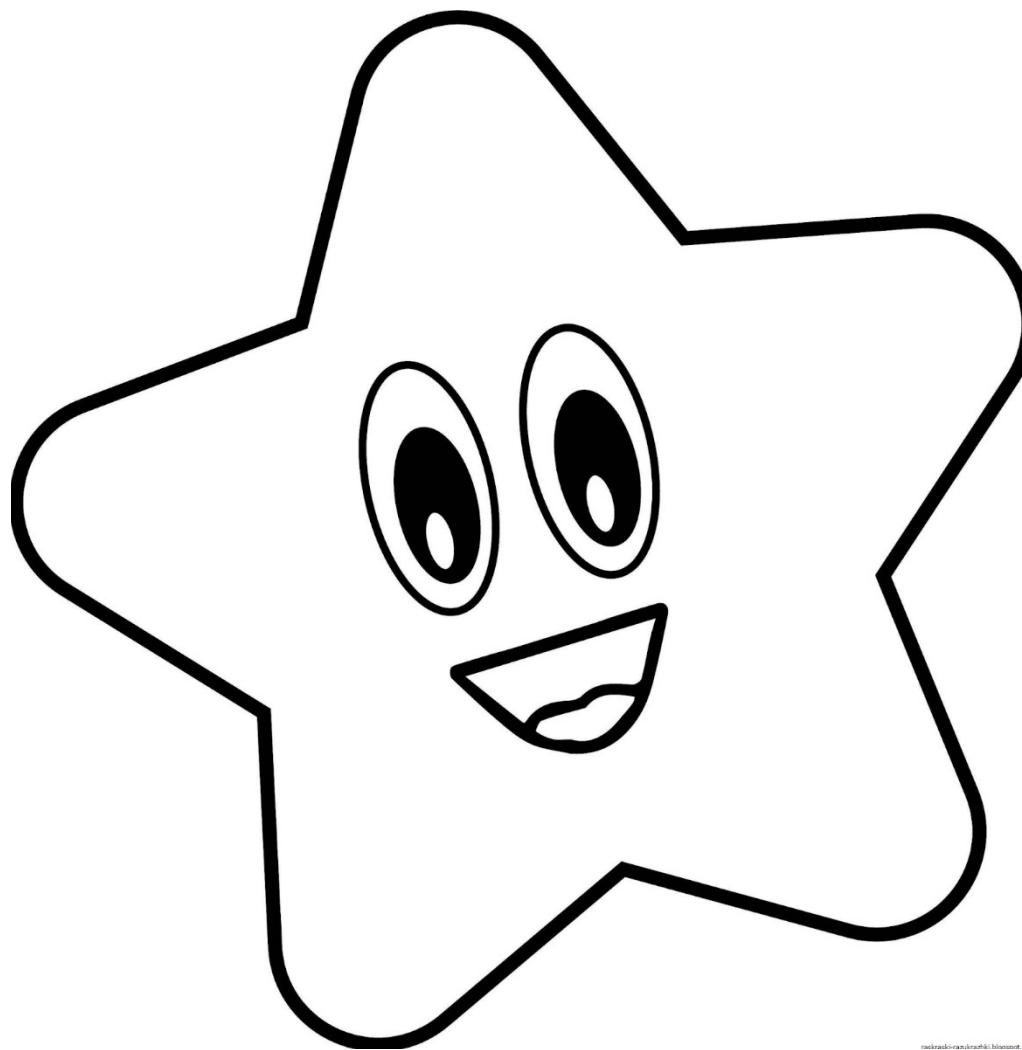
Занятие 3

*Что я люблю*



Занятие 4

*Что я умею*

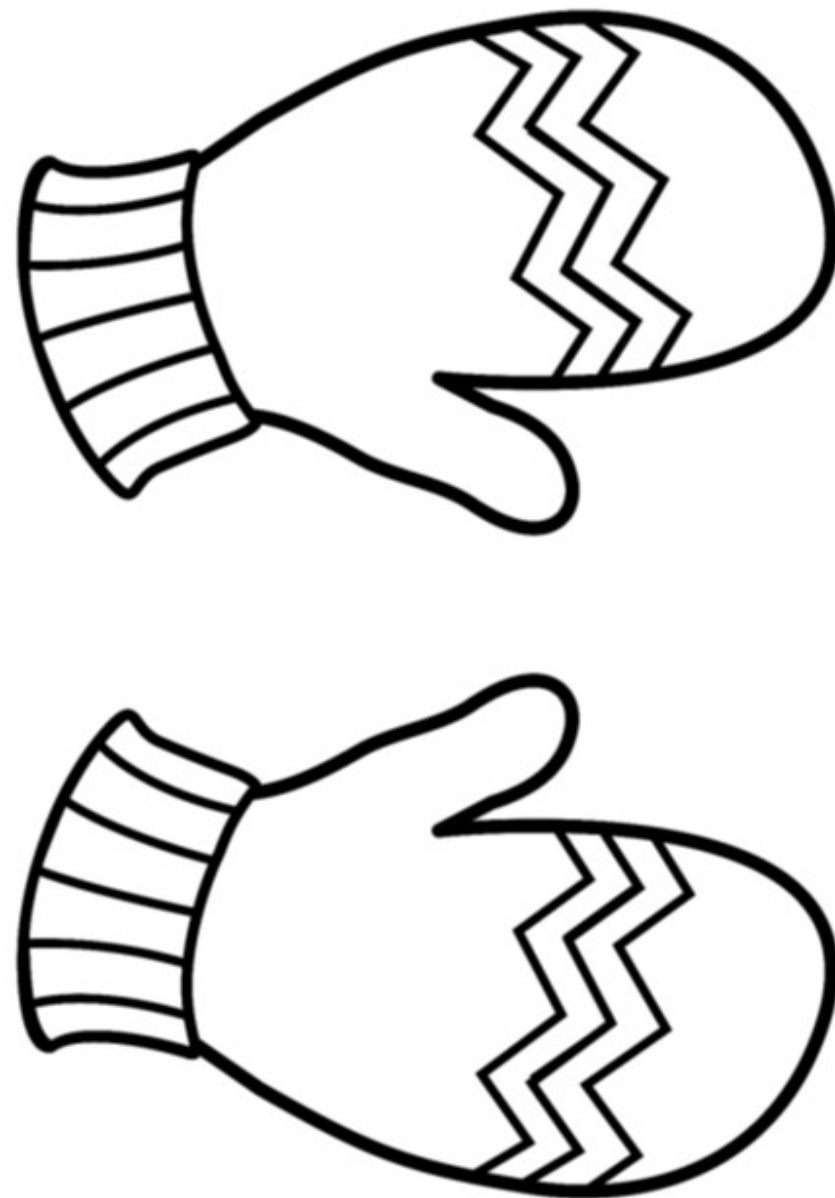


Занятие 5



*Я хочу научиться...*

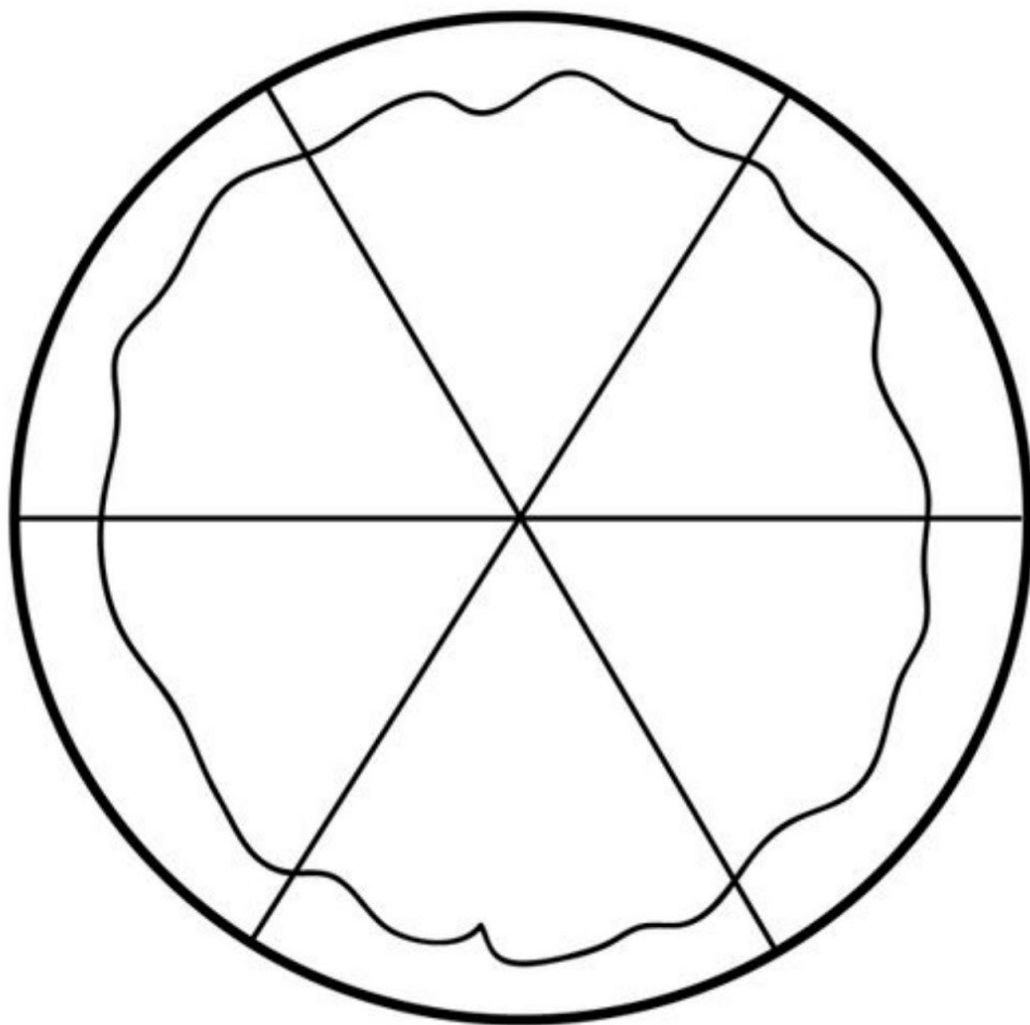
Занятие 6



Занятие 7

Повар \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_



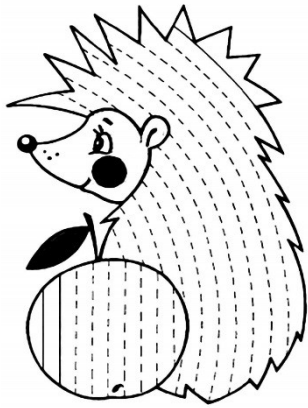
Занятие 9

*Я тружусь...*

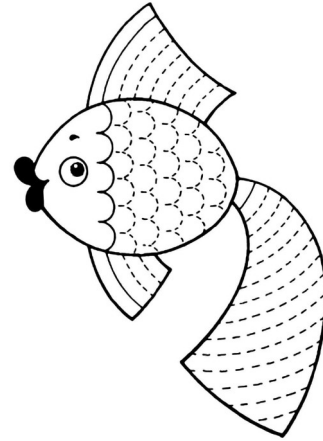


**Занятие 10**

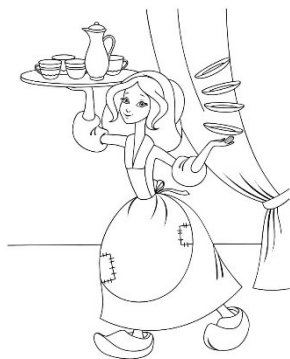
**Не старайся выполнить  
аккуратно**



**Постарайся выполнить  
аккуратно**



**Сравни изображения. Какое больше нравится? Сделай выводы.**



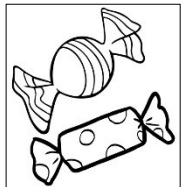
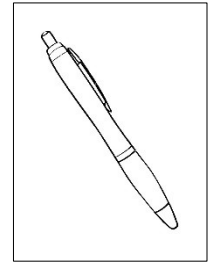
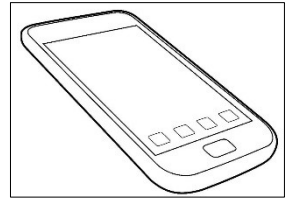
**Обведи сказочных героев, которые проявляли  
старательность и трудолюбие**

Занятие 11

Занятие 12

Как положено друзьям  
всё мы делим пополам...

**Я горжусь...**



Рассмотри предметы на картинке. Обведи те из них,  
которыми ты можешь поделиться с друзьями.

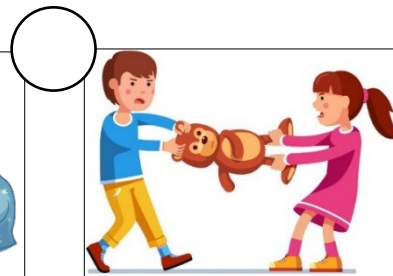
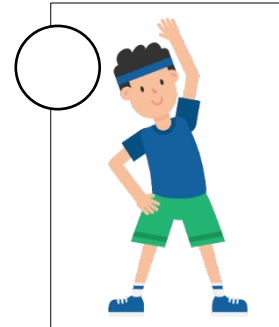
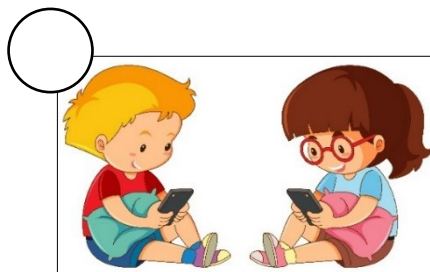
Зачеркни те предметы, которыми делиться нельзя.

**«Как приручить дракона ГНЕВ»**



## Занятие 15

Отметь галочкой те привычки, которые помогут тебе в школе, а крестиком те привычки, которые будут мешать

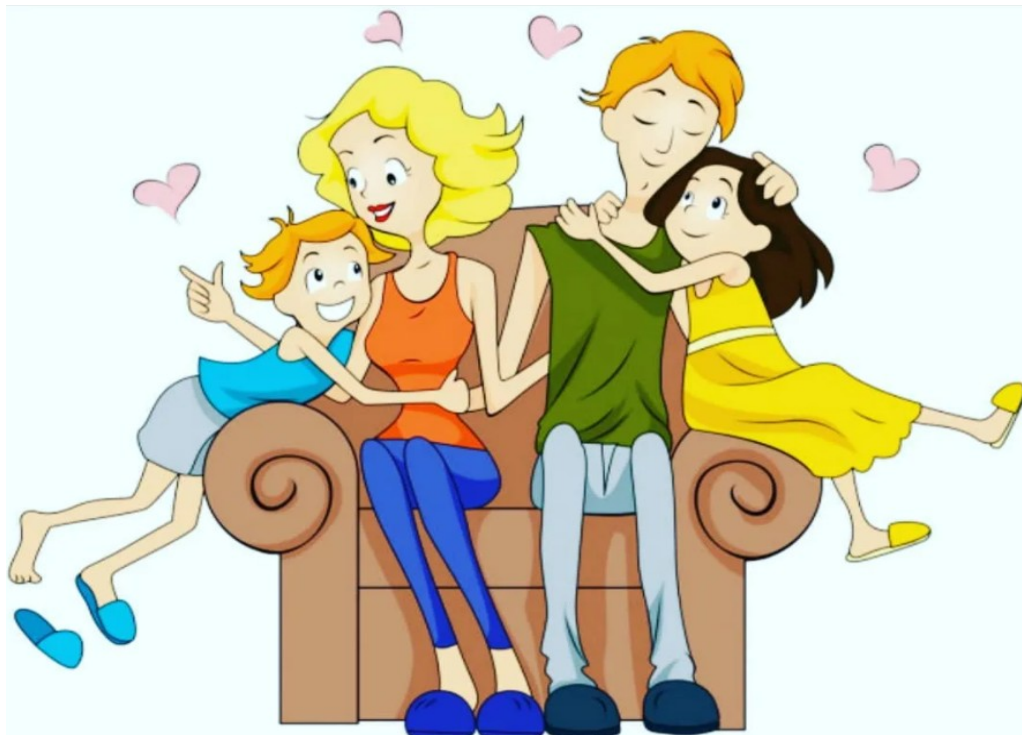


## Занятие 16

Как справиться с обидой



Отметь те способы, которые помогут тебе справиться с чувством обиды



**Обязательно расскажи о своем страхе взрослым.  
Обратись к ним за помощью и поддержкой**

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЕБЕ СТРАШНО?

Если ты чего-то боишься, это значит, внутрь тебя забрался страх. Надо немедленно прогнать его оттуда! Для этого тебе нужно срочно превратиться в богатыря.



- 1 Крепко встань на ноги, сожми кулаки, закрой глаза. На голове у тебя шлем, на теле кольчуга, а в руках — щит и меч.

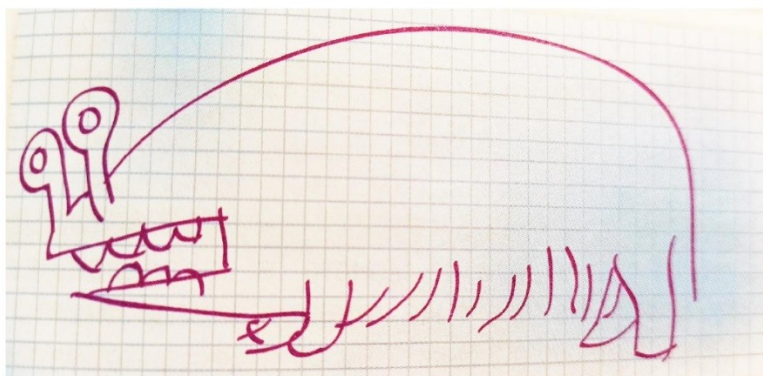
- 2 Тебе никто не страшен, ты любого можешь победить. Почувствуй свою силу и отвагу — страх тут же исчезнет у тебя внутри.



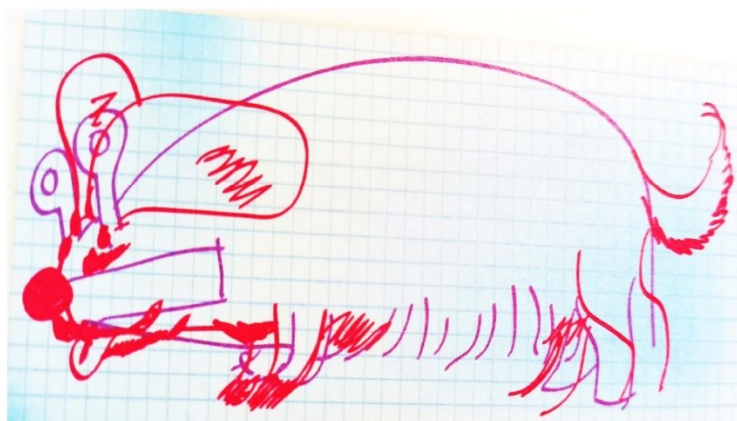


**Волшебная палочка мне помогает,  
Я — самый смелый, я это знаю!**

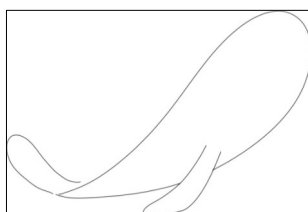
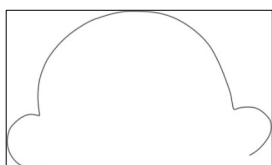
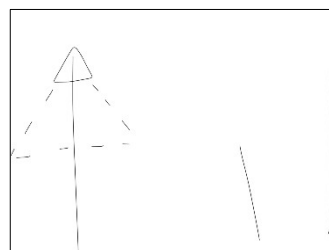
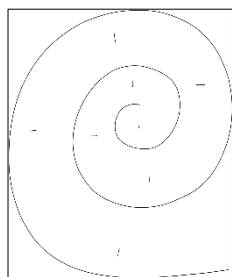
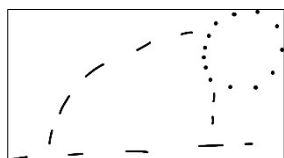
Нарисуй свой страх



Измени рисунок. Добавь что-нибудь смешное...



Ура! Тебе удалось расколдовать милого песика...



**Найди способ решения проблемы. Соедини разными цветными линиями «ошибку» и решение.**



## Занятие 19

### Круги отношений



Чем ближе от тебя находится круг, тем  
Определи какую эмоцию испытывает ребенок  
больше людям из него можно доверять

## Занятие 20

### Помоги ребятам справиться с эмоциями



и найди подходящий способ успокоиться

## ЛИТЕРАТУРА

1. Психолого-педагогическая развивающая программа «Я и другие в мультмире». Автор – составитель Леонтьева Елена Николаевна, педагог-психолог высшей квалификационной категории МБОУ «Меgetская средняя общеобразовательная школа» (выписка из решения муниципального экспертного совета по инновационной деятельности Управления образования ААМО от 29.04.2019 года № 1822)
2. Soft skills – навыки XXI века. Формирование и развитие в дошкольном возрасте/ И. Борзова — «Издательские решения», 2022.
3. Практика сказкотерапии / Под ред. Н. А. Сакович.— СПб.: Речь, 2004.
4. Белобрыкина О.А. Развитие самосознания в детском возрасте: Монография. - Новосибирск: Изд. НГПУ, 2003.
5. Панфилова М.А. «Игротерапия общения» Издательство «ГНОИ и Д.Москва 2001г.
6. 600 творческих игр для больших и маленьких/ А. Лопатина, М. Скребцова. – М.: Философская книга, 2014.
7. Как подружиться с эмоциями? Развиваем эмоциональный интеллект /Елена Ульева. – Москва: Клевер-Медиа-Групп, 2020.
8. Колягина В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников. Учебно-методическое пособие. – М.: Прометей, 2016.
9. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006.
- 10.Е. Лютова-Робертс, Г. Моница «Игры-приветствия для хорошего настроения». Серия развивающих карточек «Речь о детях». – Издательство «Речь», 2011.
- 11.Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3 – 9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. –3-е изд. – М.:Генезис, 2011.
- 12.Вачков И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. М.: Ось-89, 2001.

- 13.Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 1996.
- 14.Интернет-ресурсы: Профессиональное интернет-издание «Психологическая газета» <https://psy.su/feed/5511/>
- 15.<https://vk.com/nataliaremish>