ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ «НОВОЛЕУШКОВСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ОБУЧЕНИЕМ»

ПРОГРАММА

ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Все мы хорошо знаем, что развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются "индикатором" состояния ребенка, с другой — сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Дети часто находятся "в плену эмоций", поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Особенно трудным для ребенка бывает период, когда в его жизни происходят существенные изменения — смена школы. Требуется немало времени, чтобы ребенок освоился в новой обстановке, привык к новому распорядку дня, к общению с ранее незнакомыми ему людьми, осознал требования воспитателей и учителей, понял, как усваивать новые знания в процессе обучения.

Представленные в этом сборнике программы помогают решить именно эти задачи: их целью является развитие эмоциональной сферы детей, адаптация к новым условиям жизни.

Тренинговые программы С.В. Крюковой могут быть использованы как единый комплекс, в то же время их можно применять и по отдельности. Основная цель первой программы — "Давайте жить дружно!" — адаптация детей к новым условиям учреждения, создание у них чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков.

Основная цель программы: *помощь детям в адаптации, формирование способности управлять своими эмоциями, развитие эмоциональной регуляции поведения детей, формирование психических новообразований, необходимых для успешного обучения в школе, в первую очередь произвольности, а так же предупреждение и снижение тревожности и страхов, повышение уверенности в себе.*

Задачи программы:

- *обучить детей приёмам саморегуляции,*
- *научить способам анализа своего поведения и поведения других людей,*
- *развивать навыки сотрудничества,*
- *формировать навыки конструктивного выхода из проблемных ситуаций.*

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей.. Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная *Цель вводной части занятия — настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.*

Часть 2. Рабочая *На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Основные процедуры:— элементы сказкотерапии с импровизацией;*

— элементы психодрамы;
— игры на развитие навыков общения;
— игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
— рисование, кляксография, пуантилизм.

Часть 3. Завершающая *Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.*

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, как правило, они индивидуальны в каждой группе. Во время занятий дети сидят в кругу — на стульчиках или на полу. Круг — это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Занятие 1

Цели:

— развивать чувство принадлежности к группе;

— развивать навыки позитивного социального поведения.

Материалы:

— магнитофон и кассета с записью спокойной музыки;

— колокольчик;

— свечка в безопасном подсвечнике;

— один большой обруч и маленькие обручи по количеству детей;

— клубки разноцветных шерстяных ниток по количеству детей; — бусинки, шнурки, палочки, камешки, круглые пластинки.

Ход занятия:

Звучит спокойная музыка. В центре зала лежит большой обруч, а — обручи поменьше (по одному на каждого ребенка).

Здравствуйте!

Проходите, я рада вас видеть! Давайте подойдем поближе и посмотрим, на что похожа фигура в центре зала?

А теперь пусть каждый из вас возьмет по обручу. Отнесите свои *обруч туда, где вы хотите сидеть во время нашего занятия... Это будет ваше место... Кто уже нашел свое место, пусть обойдет вокруг своего обруча... А теперь закройте глаза и попробуйте с закрытыми глазами отойти от обруча и вновь приблизится к нему. Откройте глаза, посмотрите внимательно на* свои *обруч и определите его середину... Все нашли середину? А теперь сядьте* в *центр обруча. Отлично! У всех получилось?*

Закройте глаза и попробуйте почувствовать себя в обруче как у себя дома... Все представили круг своим домиком? Расскажите, у кого какой домик получился, на что он похож, где находится?

Очень хорошо! Подумайте, как можно ваш домик украсить?.. Подойдите к столам и возьмите то, что я приготовила для украшения ваших домов. Вы должны украшать свой домик, начиная с центра. На это я даю вам 10 минут. Когда услышите звон колокольчика, ваша работа должна быть закончена.

Пока дети украшают свой дом, привяжите к каждому обручу по клубку ниток.

Звенит колокольчик.

А сейчас возьмите клубочек и, разматывая его, соедините свой домик с любым другим домиком, потом — с *большим обручем, который лежит в центре, и возвращайтесь снова в свой дом.*

Давайте придумаем, как можно оформить обруч в центре. Пусть каждый положит в него что-то из своего домика. А в середину мы поставим свечку, чтобы дом был теплым и живым... Замечательно! Теперь давайте встанем на стульчики и посмотрим, что у нас получилось. У каждого из нас есть свой домик, от каждого домика идут дороги к другим домам, и от всех домиков идут дороги в один большой дом. А большой дом состоит из множества разных кусочков. Каждый из вас положил туда что-то свое, значит, у всех нас есть один большой общий дом, где все могут жить вместе.

Давайте встанем вокруг большого дома и поблагодарим друг друга за отличную работу. Я возьму в руки свечку, и мы будем передавать ее друг другу и говорить при этом своим соседям добрые слова.

Спасибо, Саша, мне было очень приятно с тобой работать! (Ребенок, чье имя было названо, передает свечку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) *А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!*

Занятие 2

Цель:

— дать ребенку возможность ощутить свою принадлежность к группе, выразить свое настроение;

— учить детей ощущать близость, тепло другого.

— магнитофон и кассета с записью спокойной музыки;

— большой обруч;

— веревки-канаты разной длины и разного цвета — по количеству детей;

— орехи, бусинки, шнурки, клубочки, мячики, палочки и т.д.

Ход занятия:

Звучит спокойная музыка, дети проходят в зал. *Здравствуйте! Проходите, пожалуйста.*

Давайте сядем вокруг обруча и возьмемся за руки. У нас получилось два круга: один — внутри, это обруч, а другой — снаружи, это мы с вами. Предлагаю вам поздороваться со мной и друг с другом. Но здороваться мы с вами будем не словами, а с помощью рук.

Закройте глаза. Сейчас я дотронусь до того, кто сидит справа от меня, он примет мое приветствие и точно таким же образом дотронется до своего соседа, передавая привет ему, и так далее, пока мое приветствие опять ко мне не вернется, только уже с другой стороны.

Отлично! А сейчас мы с вами, уже открыв глаза, будем жестами передавать друг другу воду, цветок, бабочку... Давайте теперь подключим наше дыхание и передадим друг другу "змею". Для этого надо глубоко вздохнуть, набрать воздух, повернуть две руки ладонями вверх.

к своему соседу слева (меняем направление) и выдувать воздух в его сторону на звук "С"... Очень хорошо. Теперь погладим щечку своего соседа теплым, нежным ветерком. Сложим губки трубочкой и плавно выдохнем воздух. Здорово!

А сейчас давайте посмотрим на обруч, вокруг которого мы сидим. На что он похож?..

Посмотрите, на столе лежат веревки (канаты) разных цветов. Сейчас тот, кого я назову (можно звать детей парами), *возьмет веревку и положит ее около большого обруча так, чтобы получился как бы лепесток. Когда это сделают все, у нас получится цветок с разноцветными лепестками. Первым свой канат будет укладывать Денис, потом пойдет следующий.*

Как вы думаете, что у нас получилось?.. Давайте "раскрасим" лепестки. Возьмите материалы, которые я вам приготовила, и заполните ими пространство внутри своего лепестка.

Пока дети выполняют задание, выложите на ковре еще один круг из каната. Круг должен быть таким, чтобы внутри него смогли разместиться все дети группы.

Заканчивайте работу. Давайте встанем на стулья и полюбуемся на то, что у нас с вами получилось. Красота!

А теперь я предлагаю вам сесть внутрь круга, который я выложила из веревки. Представьте себе, что это дом, где все могут найти себе место. Сядьте поближе друг к другу так, чтобы чувствовать тепло своих соседей. Закройте глаза. Тот, до кого я дотронусь, может открыть глаза и выйти из круга. Кто почувствует, что его сосед уходит, тоже может открыть глаза, встать и уйти... На этом наше занятие заканчивается.

До свидания.

Занятие 3

Цели:

— развивать чувство единства, сплоченности;

— учить детей действовать согласованно.

Материалы:

— клубок достаточно прочных ниток.

Ход занятия:

Дети сидят на стульчиках в кругу. *Здравствуйте! Я рада вас видеть!*

Давайте начнем наше сегодняшнее занятие с игры "Эхо". (Цель этого упражнения — настроить детей друг на друга, дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.)

Тот, кто сидит справа от меня, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши, вот так: "Ва-ся, Ва~ся", а *мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем свое имя прохлопывает Васина соседка справа Ира, а мы снова повторяем. Таким образом все по очереди назовут и прохлопают свое имя.*

Теперь, когда мы с вами проговорили наши имена, я спою песенку про то, как я рада вас видеть. "Я очень рада, что Сережа в группе есть..." В руках я держу клубочек. Когда я начну петь, то отдам его тому, про кого спою. Кто клубочек получает, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему, сидящему справа от него, ребенку. Когда моя песенка закончится, мы с вами будем соединены одной ниточкой. Я начинаю... Отлично!

" Клубочек ко мне вернулся. А сейчас давайте все вместе поднимем руки вверх, опустим их вниз, положим на колени. Старайтесь все делать одновременно, ведь если кто-то замешкается, наш круг разрушится. А теперь аккуратно положим ниточку, которая нас соединяет, на пол.

Наше следующее упражнение называется "Солнечный зайчик". (Цель — снятие эмоционального напряжения.)

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь голову, шею, руки, ноги... Он забрался на животик, погладь его там. Солнечный зайчик любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

Наша следующая игра называется "Спаси птенца". (Цель игры — ознакомить детей с методами саморегуляции.)

Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями верх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони,

спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам.

А сейчас мы разделимся на пары и будем играть в "Ладушки". (Цель — развитие межполушарных взаимодействий.)

Напомните детям потешку:

*Ладушки, ладушки! Где были? — У бабушки. Что ели? — Кашку. Что пили? — Бражку.*Пусть ребята сядут друг напротив друга, образуя пары, и перекрестно хлопают в ладоши, проговаривая слова потешки.

У вас *здорово получается. А вы помните потешку "Сорока-ворона"?* (Цель — снятие эмоционального напряжения.)

Сорока-ворона кашу варила,
Сорока-ворона деток кормила.
Этому дала, и этому дала,
И этому дала, и этому дала.
А самому маленькому
Из большой миски
Да большой ложкой. Всех накормила!

Дети сидят в парах, проговаривают слова потешки и по очереди массируют друг другу пальчики правой руки, начиная с большого пальца и заканчивая мизинцем, а в конце потешки поглаживают друг у друга ладошки.

Замечательно!

Наше последнее упражнение называется "Клубочек".

(Цель -развивать умение действовать согласованно, создать ощущение единства.)

Наша Мария Ивановна (воспитатель) *будет выполнять роль "катушки", а вы все возьмитесь за руки. Тот, кто стоит первым, пусть даст руку воспитателю. У нас получилась ниточка, закрепленная на катушке. Я возьму за руку последнего из вас и буду водить всех по кругу до тех пор, пока вся нитка не "намотается" на катушку.*

Теперь почувствуйте, какой у нас получился крепкий, дружный клубок. Давайте немножко поживем в нем, вместе подышим. А сейчас руки не отпускаем, я снова беру последнего ребенка за руку, и мы начинаем разматываться.

На этом наше занятие заканчивается, всем — большое спасибо!

Занятие 4

Цели:

-развивать групповую сплоченность;

-повышать у детей уверенность в себе.

Материалы:

— магнитофон и кассета с записью спокойной музыки;

— мешочек, в котором находится воздушный шарик;

— свечка в безопасном подсвечнике.

Ход занятия:

Здравствуйте, я рада вас видеть!

Давайте поприветствуем друг друга и поиграем в "Эхо" (см. занятие 3).

Отлично!

А сейчас покажите мне свою правую руку, а теперь — левую руку. Давайте подружим наши пальчики. (Цель упражнения — координация движений и развитие мелкой моторики, развитие памяти.)

Дружат в нашей группе девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим маленькие пальчики.

Один, два, три, четыре, пять!

Начинаем счет опять.

Один, два, три, четыре, пять!

Вот и кончили считать.

Дети складывают руки в замок и поочередно соединяют пальчики правой и левой рук, начиная с мизинцев. *Очень хорошо!*

-— *А теперь посмотрите, что я вам принесла.* (Упражнение "Волшебный мешочек", цель — активизация тактильного восприятия, развитие произвольности.)

Это волшебный мешочек. Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка и, не заглядывая туда, наощупь определите, что в нем лежит. Кто потрогал и догадался, хранит свой секрет, пока мешочек не окажется у меня в руках... Кто догадался, что лежит в мешочке?

Да, это воздушный шарик.

Игра "Воздушный шарик". (Цель — развитие у детей способности расслабления мышц живота.)

Посмотрите, как я буду его надувать... А сейчас мы представим, что воздушный шарик находится у нас в животе, и мы его должны надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем живот, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте

рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем животик... Отлично! Давайте повторим еще раз. Вдох-выдох, еще один вдох-выдох. Молодцы!

-—- *А сейчас встаньте в круг и возьмитесь за руки. Поиграем в игру, которая называется "Доброе животное".* (Цель — развитие чувства единства.)

Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох — все делают шаг вперед. Выдох — шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук— шаг вперед, стук— шаг назад и т.д.

Очень хорошо!

Теперь представьте себе, что мы с вами находимся в магазине, торгующем зеркалами. Игра "Зеркало". (Цель игры — развитие внимания, координация движений.) *Все мы — зеркала, и должны точно отражать движения и выражение лица маленькой обезьянки, которая сюда прибежала. Кто хочет быть обезьянкой?..*

Следующая игра называется "Морщинки". (Цель — снятие напряжения.)

Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох-выдох, вдох-выдох. И последний раз — вдох-выдох. Отлично... Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь — соседу слева. Наморщите лоб — удивитесь, нахмурьте брови — рассердитесь, наморщите нос — вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Молодцы!

А сейчас мы с вами будем фантазировать. Наша игра будет называться "Земля, небо, огонь и вода". (Цель — развитие сенсомоторной координации, развитие воображения.)

Подумайте и с помощью движений покажите землю, небо, огонь и воду... У вас замечательно получилось. Сейчас я включу музыку, и тот, кто захочет, сможет выйти в круг и изобразить что-нибудь одно: землю, небо, огонь или воду, а все остальные попробуют угадать, что им показывают.

Отлично!

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать.

А сейчас я зажгу свечку, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить спасибо за совместную работу.

Занятие 5

Цели:

повышать у детей уверенность в себе; • развивать координацию движений; - развивать слуховое восприятие.

Ход занятия:

Дети сидят в кругу на стульях. *Здравствуйте!*

Давайте начнем нашу встречу с игры "Паровозик с именем". (Цель — настроить детей на совместную работу.)

Сейчас каждый будет превращаться в паровоз. Когда "паровоз" будет ехать по кругу, он будет хлопать в ладоши и называть свое имя. Я начну: "Све-та, Све-та...". Я проехала целый круг, а теперь выберу одного из в?с, и он станет паровозиком вместо меня. Я выбираю Олю. Теперь она будет называть свое имя и хлопать в ладоши, а я стану ее вагончиком, положу руки ей на плечи и вместе с ней буду повторять ее ***имя...*** *Поехали!*

Вот мы и проехали целый круг, теперь Оля выберет того, кто станет "паровозиком", и мы уже втроем будем повторять его имя.

И так до тех пор, пока все дети не примут участие в игре.

Отлично!

Мы приехали на нашем поезде на солнечную полянку и теперь поиграем в игру, которая называется "Узнай по голосу". (Цель — развитие слухового восприятия.)

Давайте встанем в круг, возьмемся за руки. Нам нужен один человек внутри круга. Кто хочет встать в центр?.. Отлично, Вася! Все остальные будут вокруг тебя водить хоровод и петь песенку. А Вася пусть ее внимательно слушает и делает то, о чем мы будем его просить. Слушайте песенку...

Вася, ты сейчас в лесу.

Мы зовем тебя: "Ау!"

Ну-ка глазки закрывай, не робей.

Кто зовет тебя — узнай поскорей.

Теперь, Вася, закрой глаза, а тот, до кого я дотронусь, сделает шаг вперед и позовет: "Вася! Ау!" А ты попробуешь угадать, кто тебя звал.

Если ребенок отгадал правильно, то он займет место ведущего, если нет, можно позвать ребенка еще раз. Игра повторяется несколько раз.

А теперь давайте оглядимся вокруг. Какое сейчас время года? Правильно, осень... Представьте себе, что мы стоим возле сливы. Давайте ее рассмотрим... (Цель игры — развитие координации движений.)

Я всем предлагаю потанцевать возле нее. Запомните, что когда я хлопну в ладоши, вы должны будете быстро сесть на свои места.

Мы танцуем возле сливы (3 раза) — *солнечным осенним днем. Так мы кружимся на месте* (3 раза) — *солнечным осенним днем. Так мы топаем ногами* (3 раза) — *солнечным осенним днем. Так мы хлопаем руками* (3 раза) — *солнечным осенним днем. А вот так мы моем руки* (3 раза) — *солнечным осенним днем. Так мы руки вытираем* (3 раза) — *солнечным осенним днем. Так мы руки вытираем и бежим скорее к маме.*

По хлопку все дети бегут и садятся на стульчики.

А сейчас, когда мы с вами дома, давайте соберем все необходимое и отправимся на охоту. (Игра "Мы охотимся на льва", цель — развитие межполушарного взаимодействия.)

Это упражнение на ритмизацию, чередование темпа и громкости речи. Необходимо построчно выразительно проговаривать текст, сопровождая его движениями, соответствующими происходящим событиям. А дети должны повторять за Вами текст и движения или импровизировать, совершая свои движения в такт произносимому тексту.

Мы охотимся на льва.
Не боимся мы его.
У нас длинное ружье
И подзорная труба.
Ой! А что это?
А это — поле: топ-топ-топ.
Ой! А что это?
А это — болото: чав-чав-чав.
Ой! А что это?
А это — море: буль-буль-буль.
Ой! А что это?
А это тропинка: шур-шур-шур.
Под ней не проползти.
Над ней не пролететь.
Ее не обойти, а дорожка напрямик.
Вышли на полянку.
Кто это здесь лежит? Давайте его потрогаем. (Дети "трогают" воображаемого льва.) *Да это же лев! Ой, мамочки! Испугались его и побежали домой.*
По тропинке: шур-шур-шур.
По морю: буль-буль-буль.
По болоту: чав-чав-чав.
По полю: топ-топ-топ.

Прибежали домой.
Дверь закрыли.
Ух! (на выдохе) *Устали.*
Молодцы!
На этом наше занятие заканчивается, до свидания.

Занятие 6

Цели:

• повышать у детей уверенность в себе; развивать произвольность; формировать позитивное отношение к сверстникам.

Ход занятия:

Дети сидят на стульчиках в кругу. *Доброе утро!*

Начинаем нашу встречу с песенки-приветствия "Я очень рада...' (Цель — установление положительного эмоционального фона. См. занятие 3.)

А сейчас приготовьте свои ручки для работы. Давайте попробуем прочитать стихи и выполнить под них движения. (Упражнение направлено на развитие произвольности, межполушарное взаимодействие, ритмизацию, настраивает детей на совместные действия, умение слушать и слышать друг друга, работать в одном ритме.)

Дети должны в такт произносимому тексту менять местами лежащие на коленях ладони (можно перемещать ладони с одного плеча на другое).

Три мудреца в одном тазу Поплыли по морю в грозу. Будь попрочнее старый таз, Длиннее был бы наш рассказ. Замечательно!

Теперь, когда мы с *вами разогрелись, давайте успокоим свое дыхание и поиграем в "Солнечного зайчика"* (см. занятие **3).**Отлично!

А сейчас я расскажу вам сказку. Она называется "Заяц-хваста". В одном лесу жил-был заяц. Он считал себя самым умным, самым красивым, самым храбрым зверем в лесу. Бегает заяц по лесу, красуется, а никто из зверей на него внимания не обращает. Ну разве не обидно? Влез он на пенек и давай хвастаться:

— Я — самый храбрый, я — самый красивый, я — самый умный зверь в лесу! Я никого не боюсь, ни волка, ни лису. Вот если бы я их встретил, все сразу бы узнали, кто из нас сильнее!

А в это время пролетала мимо ворона. Услышала она, как заяц хвастается, и разозлилась.

— Это кто это самый умный? Это кто это самый смелый? Это кто это самый красивый? — спросила ворона и села прямо перед зайцем. — Ну какой же ты красивый? Уши-то у тебя длинные, хвост — куцый! Волка он не боится. Да стоит ему только появиться, тебя как не бывало.

Обиделся заяц и решил доказать вороне, что зря она его высмеивает, да где там! Ворона сама на пенек залезла и давай хвалиться:

— Вот если есть в *нашем лесу кто-то красивый, так это я! Клюв у меня длинный, сильный, перышки черненькие, на солнышке переливаются! А если*

волк появится, то я уж не растеряюсь. Как в нос его клюну, так он и был таков!

А в это время шел мимо волк. Услышал он слова хвастливой вороны и сильно рассердился.

— Это кто смеет надо мной смеяться? Откуда взялась эта пташка залетная? Ну, берегись, сейчас я тебя проучу, — так сказал волк и бросился прямо на хвастунишку.

Испугалась ворона и закричала:

— Спасите! Помогите! Волк меня сейчас съест!

Услышал заяц, что рядом волк, и от страха прыгнул в сторону, да прямо на волка и угодил. Испугался волк: "Что это сверху на меня упало?" Бросил он ворону и убежал прямо в лес.

А ворона глаза открыла и видит, волка нет, а перед ней заяц стоит, сам от страха дрожит.

— Ой, спасибо тебе, косой! Если бы не ты, съел бы меня волк. Ты и вправду самый храбрый, самый сильный, самый красивый зверь в лесу!

Заяц сразу приободрился. Влез на пенек и говорит:

— А ты как думала? Я и вправду самый смелый, самый красивый и самый сильный зверь в лесу!

С этого дня заяц начал сам верить, что он самый, самый, самый...

Вот такая сказка. А сейчас мы с вами будем изображать зайца. Давайте показывать его по очереди, по кругу. Для этого надо зайчиком проскакать по кругу, встать на "пенек" (на стул) и похвастаться: "Я самый красивый, я самый умный, я самый храбрый, я никого не боюсь".

Отлично у вас получилось! А сейчас появляется ворона. Она встанет перед пеньком и будет говорить: "Да какой же ты красивый? Хвост то у тебя куцый, уши длинные! Да какой же ты храбрый? Тебе только скажи, что рядом волка видели, ты сразу убежишь". А заяц будет стоять на пеньке и дальше себя нахваливать: "А я все равно самый лучший зверь в лесу!" А мы с вами будем зайца поддерживать. Кто хочет быть зайцем? Вороной?

Замечательно! А теперь давайте попробуем хвалить не себя, а соседа. Я начну. "Самый лучший сосед — мой сосед справа. Он очень добрый, внимательный мальчик, помогает малышам..." А теперь вы похвалите друг друга по очереди.

На этом наше занятие заканчивается, до свидания!

Занятие 7

Это занятие завершает программу. Лучше проводить его в зале, где достаточно места для свободного передвижения.

Цели:

— укреплять чувство единства;

— развивать тактильное восприятие;

— развивать воображение.

Материалы:

— колокольчик;

— сухие листья по количеству детей;

— гроздь винограда;

- магнитофон и кассета с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

Звучит спокойная музыка. Дети входят в зал и рассаживаются на ковре вокруг выложенного в форме круга каната.

Здравствуйте!

Я предлагаю вам поиграть в новую игру. Давайте возьмемся за руки. Нас много, а все вместе мы — одна группа. Давайте почувствуем, как мы связаны друг с другом, сидя в кругу на полу... А теперь давайте встанем, не нарушая эту связь.

Взявшись за руки, мы идем по кругу и чувствуем связь. Мы идем по кругу один за другим, положив правую руку на левле плечо впереди идущего, и чувствуем связь... А теперь положите левую руку на правое плечо впереди идущего...

Хорошо!

А теперь садитесь в круг и закройте глаза.

Прикоснитесь рукой к какой-либо части тела ребенка: ладони, руке, лицу, голове, плечам, спине. (Цель упражнения — развитие осязания.)

Кто почувствует прикосновение, должен, не открывая глаз, передать его своему соседу справа.

Молодцы!

После того, как круг замкнется, прикоснитесь по очереди к каждому ребенку мягким мехом (платком, перышком и т.п.).

А теперь тот, кто почувствует прикосновение, может открыть глаза.

Посмотрите, что я вам принесла. (Покажите детям коробку с сухими листочками.) *Осмотритесь, выберите для себя место в зале, ложитесь на пол и закройте глаза. Представьте себе, что начался листопад...*

Отпускайте над каждым ребенком по одному листку так, чтобы он упал на ребенка.

Тот, кто почувствует, что на него упал листок, должен открыть глаза и сесть в круг на канат.

Посмотрите на свой листочек. Почувствуйте его, ощупайте, подбросьте его вверх и послушайте звук, который возникает при его движении.

— Как вы думаете, откуда он?

— Почему он слетел с дерева?

— Куда он хотел улететь?

— Если бы лист мог говорить, что бы сказал ваш листочек? Дети отвечают по желанию.

Вы можете показать движениями руки, как падает ваш листочек? Мне кажется, что это может происходить вот так... (Покажите детям, как листок медленно вянет, может быть, сворачивается в трубочку, отрывается от ветки и падает) *А теперь по очереди покажите сами...*

Очень хорошо! Встаньте, пожалуйста. Давайте представим себе деревья, на которых выросли ваши листочки. Давайте покажем, как дерево растет, как у него вырастают длинные ветки, как глубоко корнями оно уходит в землю, как качается оно на ветру...

А теперь представьте, что все мы превратились в *листочки с наших деревьев. Возьмите свои листики, по очереди бросьте их. Понаблюдайте и послушайте, как они падают. Изобразите своим телом падение листьев.*

У вас прекрасно получилось!

Следующее упражнение является заключительным. Гроздь винограда здесь символизирует единство. Когда дети передают ее по кругу, они должны почувствовать ее "весомость", а кроме того могут ощутить уникальность каждой отдельной ягодки.

Садитесь снова в круг. Давайте возьмемся за руки и замкнем наш круг. Закройте глаза. (В это время положите в центр круга гроздь винограда на тарелке.) *Кто услышит колокольчик, может открыть глаза и опустить руки.*

Сегодня я принесла вам виноград. Маша, осторожно возьми гроздь винограда, полюбуйся ей и передай своему соседу справа. (Так по очереди дети передают гроздь друг другу в руки.)

Сейчас, когда каждый из вас подержал гроздь в руках, ощутил ее тяжесть, мы будем передавать ее друг другу снова, но теперь каждый должен оторвать одну ягодку от грозди. Каждая ягодка должна что-то о себе сказать. Например: "Я — круглая", "Я — сладкая", "Я — сочная" и т.д.

Затем дети съедают ягоды.

На этом наше занятие заканчивается. Всем — спасибо!

Литература

Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Развиваем руки — чтобы учиться и писать, и красиво рисовать. — Ярославль: Академия Развития, 1997

Гайлен Х. Тихие упражнения. Из педагогической практики, 1978

Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. — Ярославль: Академия Развития, 1996

Лэндрет ГЛ. Игровая терапия: искусство отношений. — М.: Международная Педагогическая Академия, 1994

Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе.- М.: Сфера, 1996

Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. Учебное пособие для ВУЗов — М.: Сфера, 1997

Фесюкова Л.Б. Воспитание сказкой. — Харьков: Фолио, 1997 Хухлаева О.В. Лесенка радости. — М.: Совершенство, 1998

Чистякова М.И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, Владос, 1995