

Т.А. Алябышева

**Цикл занятий по развитию
эмоционально-личностной сферы для
детей старшего дошкольного возраста**

Методическая разработка

Йошкар-Ола
ГБУ ДПО Республики Марий Эл
«Марийский институт образования»
2016

ББК 74.2
А 60

*Рекомендовано
научно-методическим советом
ГБУ ДПО Республики Марий Эл
«Марийский институт образования»*

Алябышева Т.А.
А 60 Цикл занятий по развитию эмоционально-личностной сферы для детей старшего дошкольного возраста. Методическая разработка. - Т.А. Алябышева.– Йошкар-Ола: ГБУ ДПО Республики Марий Эл «Марийский институт образования», 2016. - 30 с.

Данный материал представляет собой систему практических разработок. В разработанных занятиях и перспективном плане пристальное внимание уделяется интеграции эмоциональной, интеллектуальной и волевой сферы старших дошкольников. Материал предназначен для педагогов-психологов, воспитателей и других специалистов дошкольных образовательных учреждений.

В авторской редакции.

ББК 74.2

© ГБУ ДПО Республики Марий Эл
«Марийский институт образования», 2016
© Т.А. Алябышева., 2016

Содержание

Введение	4
Основная часть.....	5
Конспекты развивающих занятий.....	17
Заключение.....	29
Библиографический список.....	29

Введение

Цель дошкольного образовательного учреждения – охрана и укрепление здоровья детей, развитие гармонично развитой личности. Основные функции психолога в детском саду – создание условий, способствующих охране физического и психического здоровья, обеспечение их эмоционального благополучия, эффективное развитие способностей каждого ребенка.

Дошкольный возраст - период активного познания мира и человеческих отношений. Предназначение дошкольного возраста заключается в становлении базовых свойств личности ребенка: самооценки и образа «Я», эмоционально – личностной сферы, нравственных ценностей, социально – психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Поэтому приоритетным направлением в своей работе считаю развитие эмоционально-нравственной сферы старших дошкольников, подготовку детей к школе.

Психологические исследования показывают, что наиболее важными качествами, отличающими популярных детей являются - не интеллект, не творческие способности, а те качества, которые обычно называют нравственными: доброта, отзывчивость, способность помочь, уступить, доброжелательность. Поэтому основной стратегией воспитания должно стать снятие фиксации ребенка на собственном «Я» за счет развития внимания и сопричастности к партнеру. Формирование чувства общности, желание видеть в сверстнике друга и партнера, чувство общности и способность «увидеть» другого – тот фундамент, на котором строится нравственное отношение к партнеру: оно порождает сочувствие, сопереживание и содействие.

Изучив литературу, не нашла ни одной идеальной программы по эмоционально-личностному развитию детей. Поэтому разработала систему развивающих занятий в старшей группе по данной теме.

Цель: совершенствование личности ребенка с помощью специальных игр и упражнений; формирование навыков эффективного взаимодействия через самораскрытие и самосознание членов группы.

Задачи:

1. развивать навыки социального поведения;
2. обучать детей пониманию эмоциональных состояний, выражения их через жесты, мимику, интонацию и рисунок;
3. развивать самосознание, формировать позитивное отношение ребенка к своему «Я»;
4. развивать психические процессы: память, внимание, мышление, воображение, произвольность; качества: любознательность, целеустремленность, самостоятельность, коммуникабельность.

Основная часть

Формы, методы и приемы, используемые на развивающих занятиях

На занятиях стараюсь создать атмосферу доброжелательности, радости общения, помогаю детям испытывать позитивные чувства от успеха, нужность, индивидуальность каждого ребенка, чаще хвалю и ставлю в игру на ведущие роли «изолированных», непринятых детей, детей с заниженной самооценкой. В процессе групповой и индивидуальной работы использую методы и приемы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы:

- Метод игровой коррекции (коммуникативные игры и упражнения, элементы психогимнастики, дидактические игры);
- Сказкотерапия;
- Упражнения для развития мелкой моторики, внимания, мышления, речи и т.д.

Коммуникативные игры направлены на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание», обучают умению сотрудничать. Чаще использую коммуникативные игры и упражнения в водной части, цель которой настрой на совместную работу, установление эмоционального контакта, например, «Волшебные очки», «Волшебный клубок» («Связующая нить»), «Не сердись, улыбнись», «Комплимент», «Добрый день», «Катушка», «Позови ласково», «Мяч», «Приветствие с воображаемым мячом», «Улыбка», «Я хочу с тобой подружиться», «Доброе животное», «Добрые слова». Упражнения: «Я – мы», «Волшебный стул», «Король и свита» и другие.

Игра «Волшебный стул»

Один ребенок садится в центр на «волшебный стул», остальные говорят о нем добрые, ласковые слова, комплименты. Можно поглаживать сидящего ребенка, обнять, поцеловать.

Разновидность коммуникативных игр, направлена на телесный тактильный контакт с партнерами по общению. В своей работе использую следующие игры и упражнения: «Ласковые волны», «Лепестковый дождь, массаж спинки соседу: «Наши пальчики – зайцы, капельки дождя, хвост лисички, мышки и др.» (О. Хухлаева), «Здравствуй, друг», «Дрозд», «Мойка машин», «Письмо» (рукопожатие по кругу), «Торт» и др.

В своей практике использую работу в парах. Это рисование («Рукавички») и игры в парях (Ладушки», «Сорока-ворона» и др.)

Сказкотерапия

Использую сказку Т.Зинкевич-Евсигнеева: «Одно из значений слова «терапия» - забота. Рассказывая сказку, заботитесь о развитии его души и интеллекта»). Занятия с элементами сказкотерапии позволяют работать с большим количеством детей одновременно; закладывают нравственные ориентиры; стимулируют способность к размышлению; развивают ребенка относительно себя самого; имеют доступную форму подачи информации.

Посредством сказкотерапии можно оказать помощь детям с проблемами (агрессивным, неуверенным, застенчивым, с проблемами принятия своих чувств и т.д.). Эффективность использования сказкотерапии в период дошкольного детства обеспечивается спецификой деятельности ребенка в этом возрасте, притягательной силой этого литературного жанра, позволяющего свободно мечтать и фантазировать.

В своей практике использую сказки следующих авторов: Н.И. Амбросьевой «Сказка про обыкновенного мальчика, с которым произошла необыкновенная история», «Звездная страна»; О.В.Хухлаевой «Сказка о котенке Маше», А.Демиденко «Сказка о маленьком привидении Филе», Д. Непомнящей «Сказка про мамонтенка, который искал маму», Н. Пушкановой «Каприза», «История про волчонка», «Театр» из книги «Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников «Цветик-семицветик» (под редакцией Н.Ю. Курашевой и др.

Релаксационные методы

Метод нервно-мышечной релаксации предполагает достижение состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела.

Релаксационные упражнения: «Дубы и березы», «Насос и мяч», «Огонь и лед» и др.

Упражнение «Огонь и лед» включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Дети выполняют упражнение стоя (можно лежа). По команде ведущего «Огонь!» дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движения каждый ребенок выбирает произвольно. По команде «Лед!» дети застывают в позе, в которой их застигла ко-

манда, напрягая тело до предела. Ведущий несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения.

Визуально-кинестетические техники предполагают использование визуально-кинестетических образов. Примеры подобных техник: упражнения «Солнечный зайчик», «Семена», «Фея сна», «Волшебный сон» и другие.

Упражнение «Волшебный сон»: «Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза. Начинается игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему, будете все слышать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока не услышите слова «Всем открыть глаза и встать». Внимательно слушайте слова, спокойно отдыхайте, руки и ноги вялые, как веревочки расслаблены.

Реснички опускаются...
Глазки закрываются...
Мы спокойно отдыхаем...
Мы спокойно отдыхаем...
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают,
Отдыхают, засыпают,
Отдыхают, засыпают.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Напряжение улетело
И расслаблено все тело,
И расслаблено все тело.
Будто мы лежим на травке,
На зеленой мягкой травке.
Греет солнышко сейчас...
Руки теплые у нас
Жарче солнышко сейчас...
Ноги теплые у нас
Дышится легко... ровно... глубоко...
(Длительна пауза)
Мы спокойно отдыхали
Сном волшебным засыпали...
Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем!
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза, проснуться!

Упражнение «Замечательные цветы»: «Недалеко от большого города – лес, а в лесу – поляна. Ребята, закройте глаза и представьте, что вы находитесь на лесной поляне... (звучит аудиозапись «Волшебный лес»). Чудесное летнее утро, ласково пригревает солнышко, на поляну прилетели бабочки, в траве запели свои звонкие песенки кузнечики... Цветы на этой поляне самые разные и они умеют разговаривать. А теперь представьте, что вы «превратились» в веселую семейку одуванчиков, которые за одну ночь выросли на полянке... «Смотрите, смотрите, какие красивые цветы выросли на нашей поляне!» - зазвенели колокольчики. «Они похожи на солнышко!» - заметили маки. «Они украсили нашу лесную поляну!» - улыбнулись ромашки. Услышав голоса цветов прилетели птицы, которые щебетали: «Какие замечательные цветы, они принесли радость на нашу поляну!». Одуванчикам было очень приятно слышать такие слова. Они почувствовали доброту цветов и птиц. Они улыбнулись... (выключается аудиозапись).

А теперь откроем глаза, вновь превратился в девочек и мальчиков. Посмотрим друг на друга и улыбнемся.

Психогимнастика

Это курс специальных игр, упражнений, этюдов, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Во время занятий психогимнастикой в основном используется бессловесный материал, хотя словесное выражение детьми своих чувств поощряется ведущим. Ведь назвать значит более или менее понять.

На занятиях психогимнастикой дети обучаются азбуке выражения эмоций – выразительным движениям. Основная цель – преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

В своей работе я использую элементы психогимнастики. Это этюды и игры. Применяю такие этюды, как «Такие разные овощи», «В саду», «Собираемся на прогулку». «Спаси птенца», «Пробуждение», «На деревенском дворе», «Незнайка», «Каратист», «На рыбалке», «Солнце», «Распускающийся бутон и другие.

Этюд «Распускающийся бутон»: ведущий предлагает детям «превратиться» в маленькое сморщенное семечко: сжаться в комочек на полу, спрятать голову, закрыть ее руками. Ведущий говорит: «Я буду садовником. Садовник очень бережно относится к семенам,

поливает их (гладит ребенка по голове и телу), ухаживает. С теплым весенним солнышком семечко начинает медленно расти (дети поднимаются). У него раскрываются листочки (дети свешивают руки с головы и тянут их вверх). Растет стебелек (вытягиваются). Появляются веточки с бутонами (разводят руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент и бутоны лопаются... (резко разжимают кулаки). И росток превращается в прекрасный сильный красивый цветок. Наступает лето. Цветок хорошеет. Любуется собой, улыбается другим цветам.

Этюд «Пробуждение на деревенском дворе»: ведущий читает рассказ, а дети изображают описываемые в нем действия жестами, движениями. Раздаются маски. Этюд «Раннее утро»: «Вот важно и гордо, подняв голову, прохаживает по двору, заложив руки за спину, петух и кричит: «Ку-ка-ре-ку!»». А на крылечко мягко и осторожно выходит кот. Он садится на задние лапки, а передние плавно облизывает и умывает мордочку, ушки, плечики, приговаривая: «Мяу!». Неуклюже и смешно, переступая с ноги на ногу, выходит утка и начинает клювом чистить свои перышки, приветливо покрывая: «Кря-кря-кря». Гордый гусь вышагивает медленно, поворачивая головой в разные стороны, приветствуя всех: «га-га-га». Хрюшка, повалившись в луже на бок и вытянув передние и задние ноги, резко поднимает голову, прищуривает удивленно глаз и спрашивает: «хрю-хрю-хрю?» Стоя спит, опустив голову, лошадь. Вот она открывает глаза, поднимает одно ухо и радостно ржет: «иго-го». Просыпаются и начинают суетливо бегать по двору курицы: «Ко-ко-ко». Все проснулись! С добрым утром!

Игры и задания, направленные на развитие произвольности

Для дошкольников большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Для того чтобы формирование произвольности осуществлялось достаточно осознанно, вводится правило: «Говорит тот, у кого предмет (мяч, снежинка и т.д.).»

Часто использую поточный метод, который активизирует каждого ребенка, развивает выдержку. Это игры: «Загрузи машину (игрушками, посудой, овощами и т.д.)», «Наряди елочку» (елочными игрушками), «Я люблю», «Мне нравится в себе», «Без чего не бывает зимы?», «Назови всех насекомых», «Укрась слово (город, дом, снежинка, кошка, собака, машина, поезд, самолет и др.), «Букет весенних слов» и др.

Развитию произвольности способствуют дидактические игры «Да, нет, не говори», «Иностранцы» (да – это нет, нет – это да), «Птичье пианино», «Магазин игрушек», упражнения «Стойкий солдатик» и другие.

Графические упражнения («Корректурная проба», «Графический диктант» и другие), также развивают произвольность поведения, умение выполнять инструкции.

Игры, направленные на развитие воображения

Эти игры можно разделить на 2 группы: вербальные и проективные (рисуночные). Вербальные игры представляют собой либо придумывания детьми окончания к той или иной ситуации, либо подбор различных ассоциаций к какому-либо слову (например, что бывает серого, красного, белого цвета). Проективные методики предполагают рисование детьми по воображению. Например, нарисуйте 10 предметов круглой, квадратной, треугольной формы.

Речевая игра «Таинственная золотая дверь»: «Был в золотой стране один загадочный золотой замок. И была в этом замке таинственная золотая дверь. Никто не знал, что находится за этой дверью, потому что ключ от нее давно утерян. Но однажды появился в Золотой стране таинственный незнакомец, а в руках у него был золотой ключ как раз от этой двери. (Педагог вытаскивает золотой ключ). Открыл Незнакомец золотую дверь и увидел... (Дети передают друг другу золотой ключ и поочередно рассказывают, что мог увидеть Незнакомец за дверью)».

Игры и упражнения, направленные на развитие психических процессов, общей и мелкой моторики

Работы В.М. Бехтерева, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, Н.С. Лейтеса, Б.Н. Анохина, И.М. Сеченова доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Поэтому на занятиях для стимуляции интеллектуального развития применяю различные двигательные упражнения, которые помогают детям лучше усваивать материал и являются профилактикой утомления, например, пальчиковые игры; упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия (выполнение движений попеременно правой и левой рукой, перекрестные дви-

жения, выполнение двумя руками одновременно под любую текстовку): «Три мудреца», «Лезгинка», «Ладушки», «Кулак-ребро-ладонь».

Пальчиковая гимнастика «Петух»: необходимо насыпать горох в крышку от банки. Большим и указательным пальцами ребенок берет горошинку и удерживает ее остальными пальцами (как при сборе ягод), потом берет еще одну, еще одну – и так набирает целую горсть. Можно делать это упражнение двумя руками. Каждая горошина берется на ударный слог.

Пальчиковая гимнастика «Аист и журавль»: необходимо собрать счетные палочки одними и теми же пальцами рук: двумя указательными, двумя указательными, двумя средними – до мизинцев (подушечками). На каждую строчку стихотворения – по одному движению (взятию палочки).

Клювов длиннее
Не выдывал я,
Чем клювы у аиста
И журавля.

Упражнение «Три мудреца» направлено на развитие произвольности, межполушарное взаимодействие, ритмизацию, настраивает детей на совместные действия, умение работать в одном ритме). Дети в такт произносимому тексту должны 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.

На занятиях применяю дидактические игры «Танграм», «Сложи квадрат», «Сложи узор», «Построим город», «Пчелка», «Счетные палочки», «Разрезанные картинки», «Четвертый лишний» и другие.

На занятиях развиваю различные виды памяти: зрительную, слухоречевую, двигательную. Использую игры «Снежный ком», «В саду растут...», «Кто в домике?», «Я положил в чемодан» и другие; упражнения для развития зрительной, зрительно-опосредованной памяти.

Метод песочной терапии

Песок является прекрасным психопрофилактическим средством, имеет замечательные свойства «заземлять», поглощать нега-

тивную психическую энергию, стабилизировать эмоциональные состояния.

Перспективный план занятий в старшей группе

Занятия проводятся в первой половине дня, 1 раз в неделю. Длительность цикла 7 месяцев. Продолжительность каждого занятия – 20-25 минут.

Структура занятий включает следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основную часть, рефлексия, ритуал прощания.

Цель	Содержание
<i>Занятие 1. «Здравствуй группа, здравствуй детский сад!»</i>	
1. Продолжать знакомить детей друг с другом, делать группу сплоченной, обогащать знания детей друг о друге. 2. Способствовать осознанию ребенком своих положительных качеств, совершенствовать умение выступать перед группой. 3. Развивать вербальное и невербальное общение. 4. Снять телесное и эмоциональное напряжение.	1. Приветствие «Как живешь?». 2. П/и «Делай как я». 3. Беседа «Одинаковые или разные». 4. Конкурс хвастунов. 5. П/и «Встаньте те, кто...». 6. Самомассаж рук карандашом «Детский сад». 7. П/и «Автомобили» (в парах). 8. Д/и «Кто позвал?». 9. Игра «Дом моды». 10. Совместное рисование в парах. 11. Рефлексия. Речь с движением «Ты и я».
<i>Занятие 2. «Правила поведения на занятии»</i>	
1. Познакомить с правилами поведения на занятии. 2. Воспитать доброжелательное отношение к сверстникам.	1. Приветствие «Здравствуй, Солнце...». 2. Коммуникативная игра «Давайте поздороваемся» (в парах). 3. Игра «Спина к спине». 4. Игра «Подарок». 5. П/и «Автомобили» (в парах). 6. Игра «Кто кем будет?». 7. Вопрос-ответ. 8. Рефлексия. Упражнение «Доброе тепло».

Занятие 3. «Овощное ассорти»	
1. Формировать умение вслушиваться в речь окружающих, выражать свои эмоции и чувства, снимать эмоциональное и мышечное напряжение. 2. Развивать зрительное и слуховое внимание, память. 3. Развивать координацию и выразительность движений, мимику и пантомимику. 4. Воспитывать произвольное поведение путем развития личностных качеств: выдержки, сосредоточенности, подражательности.	1. Приветствие «Здравствуй, Солнце...». 2. Беседа об овощах «Что в корзинке?». 3. Д/и «Что изменилось». 4. Физминутка «Репка». 5. Коммуникативная игра «Загрузи машину овощами» (передают по кругу 6-8 овощей). 6. Прослушивание стихотворения Б. Заходера «Помидор». 7. Д/и «Загадки». 8. П/и «Салат». 9. Релаксация «Семена». 10. Рефлексия «Эстафета дружбы».
Занятие 4. «Фруктовый сад»	
1. Учить внимательно слушать и точно выполнять словесные задания в указанной последовательности. 2. Развивать внимание, память, произвольность поведения. 3. Формировать социальное доверие, чувство принадлежности к группе, сотрудничество. 4. Стимулировать моторное и эмоциональное самовыражение, снятие мышечных зажимов, закреплять умение напрягать, расслаблять мышцы.	1. Приветствие «Здравствуй, Солнце...». 2. Беседа о фруктах «Что в корзинке». 3. Игра «Улавливай шепот». (выполнение двух-трех-ступенчатых заданий). 4. Дыхательное упражнение «В саду» 5. Упражнение «Ежик и барабан». 6. Игра с массажными мячиками «Слива». 7. Д/и «Сорви фрукт». 8. П/и «Компот». 9. Мимическое упражнение «Фрукты». 10. Психогимнастика «Этюд в саду». 11. Релаксация «Лимон». 12. Рефлексия «Эстафета дружбы».
Занятие 5. «Осенний лес полон чудес»	
1. Формировать умение правильно понимать эмоциональные настроения (сердитое и веселое) 2. Развивать произвольность поведения, мелкую моторику	1. Приветствие «Дружба начинается с улыбки». 2. Упражнение «Здравствуй, ежик, я...» (знакомство с ежиком). 3. Игра «По грибы».

ку рук, воображение. Внимание. 3.Развивать коммуникативные навыки, сплочение детского коллектива.	4. Упражнение «Песенки осенних листьев». 5. П/н «Собери шишки, грибы, желуди». 6. Игра «Кто позвал?» 7. Ритмическое упражнение «Осень» 8. Упражнение «Хорошо-плохо» (Дождь). 9.Самомассаж пластмассовым массажным мячиком «Колючий ежик». 10. Релаксация «Дубы и березы». 11. Рефлексия «Эстафета дружбы».
Занятие 6. «Золотая осень»	
1. Учить внимательно слушать образцы речи и точно выполнять словесные задания. 2. Стимулировать моторное и эмоциональное самовыражение: снятие мышечных зажимов. 3. Обучать решению противоречий, развивать мышление, воображение. 4. Формировать социальное доверие, чувство принадлежности к группе, сотрудничество.	1. Приветствие «Здравствуй, Солнце...». 2. Упражнение «Ассоциации» (слово «Осень»). 3. Упражнение «Что сначала, что потом» 4. Речь с движением «Осень». 5.Самомассаж карандашом «Здравствуй, Осень». 6. Упражнение «Хорошо-плохо» (осень). 7. Ритмическое упражнение «Дождик». 8.Психогимнастика. Этюд «Собираемся на прогулку». 9. Коммуникативная игра «Сапожки». 10. Игра «Ходим в шапках». 11. Релаксация «Прогулка в лес». 12. Рефлексия «Эстафета дружбы».
Занятие 7. «Я человек»	
1. Учить детей любить себя, свое тело, свой организм. Помочь ближе познакомиться друг с другом, создать обстановку психологического комфорта. 2. Воспитывать произвольное поведение (выполнение требований)	1. Приветствие «Мы стоим рука в руке». 2. Упражнение «Свет, мой зеркальце скажи...». 3. Упражнение «Мое тело». 4. Упражнение «Мне нравится в себе». 5. Речь с движением «Ладушки» (работа в парах). 6. Упражнение «Маска».

3. Закрепить умения изображать различные эмоции. 4. Закрепить навыки запоминания словесного задания.	7. «Найдем хозяина». 8. Функциональное упражнение «Ладонь, кулак, ребро». 9. Игра «Улавливай шепот». 10. Релаксация «Тайное слово». 11. Рефлексия «Эстафета дружбы».
Занятие 8. «Моя семья»	
1. Формировать у ребенка чувство принадлежности к своей семье. 2. Формировать позитивные отношения к своей семье. 3. Развивать моторные функции, произвольное поведение, воображение, тактильное восприятие, мышление, речь.	1.Приветствие «Имя». 2.Прослушивание сказки: Д.Непомнящая «Сказка про мамонтенка, который искал маму». 3.Беседа «Семья». 4. Упражнение «Я люблю...». 5. «Расскажи о своей семье». 6. Речь с движением «Мама». 7.Упражнение « Угадай, сколько нас». (на ощупь по трафаретам). 8.Игра по ролям «Беспорядок». 9. Релаксация «Солнечный зайчик». 10. Упражнение «Разбери крупу» (помогаем маме). 11.Ритуал прощания «Улыбка».
Занятие №9 «До свидания, птицы»	
1. Развивать общую и пальчиковую моторику, пантомимику, мимику. 2. Воспитывать произвольное поведение. 3. Развивать внимание, зрительное восприятие, речь. 4. Создавать положительный эмоциональный настрой, атмосферу принятия каждого.	1. Приветствие «Мы стоим рука в руке». 2. Игра «Слушай хлопок». 3. Беседа «Зимующие и перелетные птицы» (две кормушки). 4. Игра «Птичье пианино». 5. Коммуникативная игра «Дрозд». 6. Психогимнастика. Этюд «Спасителя». 7. Массаж рук карандашом «Скворушки». 8. Пальчиковая гимнастика «Аист и журавль» (Клювом длиннее...) со счетными палочками. 9. Дидактическая игра «Собери картинку» (лебедь).

	10. Физкультминутка «Ну-ка, птички, полетели».
Занятие №10 «Мы по городу шагаем»	
1. Развивать моторные функции, произвольное поведение, память, внимание, воображение, зрительное восприятие. 2. Развивать речь, учить подбирать определение к слову. 3. Воспитывать доброжелательное отношение к другим людям.	1. Приветствие «Покатился, поскакал мячик по дорожке...». 2. Упражнение на развитие мелкой моторики «Мы по городу шагаем» (массаж рук карандашом). 3. Речевая игра «Украсть слово» (город, улица, дом). 4. Игра «Что есть в доме?» 5. Познавательная игра «Гром, ураган, землетрясение». 6. Речевая игра «Таинственная дверь». 7. Коммуникативная игра «Ласковые волны». 8. Игра «Танграм» (дом). Построй из счетных палочек домик (по образцу). 9. Анализ занятия.
Занятие №11 «Я и мои друзья»	
1. Расширять и углублять представление о доброжелательном отношении к окружающим людям. Раскрыть значимость моральной поддержки друзей. 2. Воспитывать доброе отношение друг к другу, чувство общности, единения с группой. 3. Развивать коммуникативные навыки (телесный контакт), речь.	1. Приветствие «Добрый день». 2. Беседа «Правила дружбы». 3. Коммуникативная игра «Катушка». 4. Дидактическая игра «Я хочу подружиться». 5. Игры в парах «Здравствуй друг». 6. Массаж рук соседу «Сорока-ворона». 7. Коммуникативная игра «Дрозд». 8. Рисование в парах «Варежки». 9. Упражнение «Я хороший, ты хороший».
Занятие №12 «Зимняя сказка»	
1. Воспитывать умение вслушиваться в речь взрослых и своих товарищей, использовать речевые модели педагога для построения собственных ответов.	1. «Приветствие в разных странах». 2. Речевая игра «Без чего не бывает зимы». 3. Речь с движениями «Мы зимой...». 4. Речевая игра «Украсть слово»(зима,

2. Развивать моторные функции, пантомиму, мимику, коммуникативные умения в процессе взаимодействия детей (умение договариваться, приходить к общему решению, помогать другому, учитывать мнение партнера) 3. Воспитывать личностные качества: активность, самостоятельность, творчество.	снежинка, мороз, сугроб). 5. Функциональное упражнение «Огонь и лед». 6. Выкладывание снежинки из ниток. 7. Релаксация «Снежная перинка». 8. Рефлексия «Улыбка».
Занятие №13 «Наши гости-игрушки»	
1. Учить внимательно слушать и точно выполнять задания в указанной последовательности. 2. Развивать зрительное восприятие, внимание, речь. 3. Стимулировать моторное и эмоциональное самовыражение, снятие мышечных зажимов.	1. Приветствие «Мы стоим рука в руке». 2. Речевая игра «Загружаем машину игрушками». 3. Выполнение двух-трёх ступенчатых заданий с игрушками. 4. Дидактическая игра «Магазин игрушек». 5. Подвижная игра «Роботы». 6. Психогимнастика «Незнайка». 7. Релаксация «Фея сна». 8. Рефлексия «Улыбка».

Конспекты развивающих занятий

Тема занятия «Я - человек»

Задачи:

- 1) Учить детей, любить себя, свое тело, свой организм. Формировать позитивное отношение к своему «Я».
- 2) Развивать групповую сплоченность, коммуникативные навыки, создать обстановку психологического комфорта.
- 3) Воспитывать доброжелательное отношение к другим людям.

Материалы к занятию: зеркало для всех детей

Ход занятия:

1. Приветствие.

Педагог: Чуткие руки..

Что за чудо чудеса!
Раз рука и два рука!
Вот ладошка левая,
Вот ладошка правая
И скажу вам не тая,
Руки всем нужны, друзья,

Педагог: возьмитесь за руки, почувствуйте тепло рук ваших соседей. Ребята, давайте жить дружно! Каждый день мы просыпаемся, умываемся, чистим зубы, идем в детский сад, играем, занимаемся, обедаем, спим. А в это время происходит много событий: растут цветы, деревья, ездят машины, летают птицы, бабочки, самолеты, живут разные люди... Но нигде на планете нет больше ни одного вот такого очаровательного мальчика, вот такой замечательной девочки. Нет такого Илюши, такой Насти. Каждый из вас на свете один единственный, второго такого нет нигде, сколько бы мы не искали... А знаете ли вы что самое дорогое на свете? А хотите, я покажу вам самое дорогое, что есть на свете? Я принесла волшебные зеркала. Посмотрите и вы увидите в них... (кого?) В зеркале вы увидите себя. Вы и есть самое дорогое, что есть на свете. А чтобы вы не забыли этой мудрости, давайте выучим «волшебные» слова, которые будем говорить перед зеркальцем.

2). *Дети смотрят в зеркало и говорят:* Свет мой, зеркальце, скажи

Правду, путь мне укажи
Кто на свете всех дороже
Всех милее и пригоже?
Вижу в зеркальце ответ:
«Пред тобою меркнет свет!
Каждый встречный и прохожий –
Для себя он всех дороже,
Любим мы пап и мам,
Но дороже всех я сам! (3, с.14)

Педагог: сейчас мы себя полюбим и выполним упражнение «Мое тело».

Дети смотрят в зеркало и повторяют за педагогом

- Головушка – солнышко (гладят голову)
- Лобик – бобик (набываются)
- Носик – абрикосик (закрывают глаза и пальчиком дотрагиваются до своего носа)
- Щечки – комочки (мнут пальцами щечки, осторожно трут их ладонями).
- Губки – голубки (вытягивают губы в трубочку)

- Зубки – дубочки (стучат тихонько зубами)
- Бородушка – молодушка (глядят подбородок)
- Глазки – краски (раскрыть глаза пошире, посмотреть на мир, любуясь красотой)
- Реснички – сестрички (моргают глазками)
- Ушки – непослушки (трут тихонько пальчиками свои ушки)
- Шейка – индейка (вытягивают шею)
- Плечики кузнечики (дергают плечами вверх – вниз)
- Ручки – хватушки (имитируют хватательные движения)
- Пальчики – мальчики (шевелият пальцами обеих рук)
- Грудочка – уточка (грудь колесом)
- Пузик – арбузик (выставляют живот вперед)
- Спинка – тростинка (выпрямляют спину)
- Коленки – поленки (сгибают ноги в коленях по очереди)
- Ножки – сапожки (топают ногами)

Педагог: вот из чего состоит наше (ваше) тело.

3) Упражнение «Какой я» (Мне нравится в себе)

Педагог: Каждый человек (ребенок) имеет в себе много хорошего. Давайте похвалим себя и скажем, что же нам нравится в себе? Могут нравиться красивые глаза, волосы, прическа, улыбка, внешность (я такой красивый), а могут нравиться черты характера (я человек добрый, трудолюбивый, старательный, вежливый, внимательный, умный, веселый). Каждый по порядку продолжает предложение «Мне нравится в себе».

Пример: «Мне нравится в себе, что я добροжелательная».

4) Речь с движением «Ладушки»

Вот у нас игра такая:

Хлоп ладошка, хлопок другая!

Правой правую ладошку

Мы похлопаем немножко

А потом ладошкой левой

Ты хлопки погромче делай.

А потом, а потом

Левой правую побьём

Верх ладошки! Хлоп! Хлоп!

По коленкам – шлёп, шлёп!

По плечам теперь похлопай!

По бокам себя пошлёпай!

Можем хлопнуть за спиной,

А теперь перед собой.

5) Игра «Маска». Дети стоят в кругу. Педагог фиксирует на своём лице какое-нибудь выражение (маску), демонстрирует его детям и «передает» его соседу. Сосед должен в точности повторить это выражение и передать соседу. (Эмоции: радость, злость, печаль, удивление).

6) Речевая игра «Найдём хозяина». Педагог начинает предложение, дети заканчивают:

- ресницы нужны... (глазам)
- локти нужны... (рукам)
- пятки нужны... (ногам)
- волосы нужны... (голове)
- лопатки нужны... (спине)
- колени нужны... (ногам).

7) Функциональное упражнение «Кулак - ребро - ладонь»

Детям показывают три положения руки, последовательно сменяющие друг друга. Упражнение выполняется правой рукой, затем левой, затем двумя руками сразу.

8) Игра «Будь внимателен» (Улавливай шёпот). Педагог голосом обычной громкости даёт двух-трёх ступенчатые задания, а затем едва уловимым шёпотом называет имя ребёнка, который должен выполнить это задание.

Пример: «Подойти к Даше, дотронуться до уха, пожать руку и сказать: «привет».

9) Релаксация «Тайное слово»: «А сейчас я приглашаю вас отдохнуть и увидеть «волшебный сон».

Дети ложатся на коврики (или садятся поудобнее). Звучит тихая медитативная музыка.

Педагог: «Закройте глаза и несколько раз произнесите про себя, внутри себя: «Я спокоен», «У меня все хорошо»! Это будут наши тайные магические слова. Когда мы будем злиться или тревожиться, мы станем про себя говорить эти тайные слова: «я спокоен», «у меня все хорошо». Представьте себе, как внутри вас все успокаивается: руки расслабились. Все тело спокойно, расслаблено. Мы говорим себе: «Я спокоен», «У меня все хорошо». Слушаем музыку, слушаем тишину внутри себя. Внутри все спокойно и хорошо. Будто мы лежим на травке, на зеленой мягкой травке...

Греет солнышко сейчас, Вокруг летают бабочки, кругом цветы. Теплый легкий ветерок ласково гладит лицо. Тепло, приятно, слад-

ко пахнет трава и цветы. Над нами медленно плывут облака. Поют птицы. Хорошо и спокойно.

Мы спокойны. Нам хорошо.

Мы спокойно отдыхали.

Сном волшебным засыпали

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем

Подтянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

Тема занятия «Мы по городу шагаем»

Задачи:

1) Развивать моторные функции, произвольное поведение, память, внимание, воображение, зрительное восприятие.

2) Развивать речь, учить подбирать определение к слову.

3) Воспитывать доброжелательное отношение к другим людям.

Материал: мяч надувной, мяч маленький, карандаши по количеству детей, золотой ключ, танграм.

Ход занятия:

1. Приветствие.

Покатился поскакал мячик по дорожке,

Прыг-скок, прыг-скок к ребятам в ладошки.

С добрым утром, Наташенька.

(Я рада тебя видеть, Даша)

Даша берет мяч, передает его своему соседу, приветствуя его по имени.

Тема нашего занятия сегодня «Мы по городу шагаем». Города бывают большие и маленькие. В каждом городе есть чистые улицы, красивые дома, в нашем городе есть бульвар, аллея, бассейн. Я приглашаю вас на прогулку по городу.

2. Упражнение «Мы по городу шагаем».

Ведущий читает стихотворение, дети в такт чтению пальчиками перекатывают карандаш между ладошками (вперед-назад)

Мы по городу шагаем,

Много видим, называем:

Светофоры и машины,

Ярмарки и магазины,

Скверы, улицы, мосты,
И деревья и кусты.

3. Речевая игра «Укрась слово».

Задание: подобрать, как можно больше слов и определений к слову:

город (какой?)

дом (какой?)

улица (какая?)

Проводится с маленьким мячом.

4. Игра с мячом «Что есть в доме».

Первый участник называет предмет. Второй повторяет и добавляет свой. Третий повторяет два предмета и добавляет третий.

В доме есть: комнаты, окна, потолок, двери, пол, ступеньки, лестницы, крыша, труба, балконы, стены, звонок (?).

6. Подвижная игра «Светофор». В больших городах на улицах есть светофоры, регулирующие движение машин и людей.

Педагог показывает цветной кружок. Дети, у которых есть такой цвет в одежде, встают, переходят и меняются местами.

7. Стук, стук, молотком

Строим, строим,

Строим, дом.

На поляне дом стоит

Ну а к дому путь закрыт,

Мы ворота открываем,

Прямо к дому приглашаем.

Я предлагаю вам сыграть в п/игру «Гром, ураган, землетрясение».

Дети разбиваются по три человека (в дома заселяются жильцы).

Дом – два человека, соединяют руки в парах, образуя крышу.

«Гром» - жилец ищет другую крышу,

Ураган – (сносит крышу) – крыша ищет нового хозяина, жильцы стоят на месте.

«Землетрясение» - и крыша, и жильцы ищут новых.

8. Речевая игра «Таинственная золотая дверь»

Педагог: был в одной сказочной стране один загадочный замок. И была в этом замке таинственная золотая дверь. Никто не знал, что находится за этой дверью, потому что ключ от нее давно был утерян. Но однажды в сказочной стране появился таинственный незна-

комец, а в руках у него был золотой ключ от этой двери. Открыл незнакомец золотую дверь и все увидели...

Далее педагог спрашивает: «Как вы думаете, что увидели люди за этой дверью?» Дети передают друг другу золотой ключ и поочередно рассказывают, что увидели люди.

9. Коммуникативное упражнение «Ласковые волны»

Педагог: в нашем городе недавно открылся бассейн, я предлагаю вам его посетить. Хорошо купаться в речке, море, бассейне. Вода, волны приятно, ласково гладят, омывают наше тело. Волны веселые и добрые, и все очень похожи друг на друга. Давайте попробуем искупать друг друга в таких волнах. Дети изображают волны, вслед за ведущим, который следит за тем, чтобы все «волны» были ласковыми.

Правило: лицо трогать нельзя. Кто хочет искупаться?

«Купающийся» становится в центр, а волны ласково поглаживают его. Затем ныряет следующий.

В заключительной части логично предложить детям построить дом из геометрических фигур (д/и «Танграм») или счетных палочек по образцу.

10. Рефлексия. Анализ.

Тема занятия «Я и мои друзья»

Задачи:

1). Расширять и углублять представления о доброжелательном отношении к окружающим его людям.

2). Раскрыть значимость моральной поддержки друзей.

3). Воспитывать доброе отношение друг к другу, чувство общности, единения с группой.

4). Развивать коммуникативные навыки (телесный контакт), речь.

Материал: кассета релаксирующей музыки, иллюстрации, магниты, силуэты варежек, карандаши.

Ход занятия:

1. Приветствие:

Добрый день! Добрый день!

Солнце, свет, земля!

Очень рада видеть вас

Мои друзья!

Повторяйте со мной.
«Добрый день – тебе сказали,
Добрый день – ответил ты.
Как две ниточки связали
Теплоты и доброты.
Покатился, поскакал,
Мячик по дорожке,
Прыг-скок, прыг-скок
К ребятам в ладошки.»

(по кругу передается мяч со словами: «Я рада тебя видеть, имя (Ксюша)...»)

Дети садятся.

2. Психолог предлагает детям прослушать отрывок из песни «Настоящий друг» или «Когда мои друзья со мной» Шаинского и ответить на вопрос «Отгадайте тему нашего занятия, о чем мы с вами сегодня будем говорить?»

Вопросы беседы:

- 1) Поднимите руки те, у кого есть друзья.
- 2) Кто такие друзья? Кого можно назвать настоящим другом?
- 3) Для чего нужны друзья?

Вывод: Друзья – это близкие люди, которые относятся друг к другу по доброму, заботятся, помогают друг другу, радуются за своего друга, волнуются, тревожатся и переживают, а также умеют хранить секреты.

3. Чтобы у вас было много настоящих друзей в детском саду, а затем в школе надо знать секреты (правила) дружбы. Обговариваются правила, способствующие общению без ссор и конфликтов.

Вывод: Без друзей жить скучно и грустно.

Жить на свете очень туго

Без подруги или друга.

А знаете ли вы правила дружбы?

Затем дети рассматривают иллюстрации, а психолог обобщает:

Почаще говори: давай дружить, давай играть.

Если обидел друга, попроси прощения.

Не ссорься, не спорь по пустякам, играй дружно.

Помогай товарищу. Если умеешь что-то – научи и его. Если товарищ попал в беду помоги ему чем сможешь.

Делись с товарищем, не жадничай, играй так, чтобы не стараться взять себе все самое лучшее.

Останови товарища, если он делает что-то плохое. Если друг не прав, скажи ему об этом.

Умей спокойно принять помощь, советы и замечания.

4. Коммуникативная игра «Катушка». Дети берутся за руки. Один ребенок «катушка» стоит в середине. «Дети» (нитка) идут по кругу, «наматываются» на катушку, произносят слова:

«Все мы дружные ребята,

Мы ребята-дошколята.

Никого не обижаем,

Как заботиться мы знаем:

Никого в беде не бросим,

Не отнимем, а попросим.

Пусть всем будет хорошо.

Будет радостно, светло.»

Психолог: «Закройте глаза, почувствуйте тепло и доброту друг друга. Нам хорошо вместе.»

5. Коммуникативная игра «Я хочу с тобой подружиться».

Выбирается водящий, который произносит слова: Я хочу по-дружиться..., а дальше описывает внешний вид, характер одного из детей.

Ребенку нужно узнать себя, подойти к водящему и пожать руку. Далее водит он.

6. Игры в парах.

«Здравствуй, друг»

Здравствуй, друг! (пожали друг другу руки)

Как ты тут? (похлопать по плечу)

Где ты был? (потрепать за ушко)

Я скучал! (прижать руки к груди)

Ты пришел? (развести руки в стороны)

Хорошо! (обнялись).

7. Массаж рук соседа (телесная терапия)

«Сорока-ворона

Кашу варила

Деток кормила

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

А самому маленькому из большой чашки, да большой ложкой.

Всех накормила.

8. Коммуникативная игра «Дрозд»

Я дрозд (показать на себя)

Ты дрозд.(показать на соседа)
У меня нос (пальчиком дотронуться до носа)
У тебя нос.
У меня гладкие,(погладить свои щеки)
У тебя гладкие (погладить щеки соседа).
У меня сладкие (указать на ротик (губки)).
У тебя сладкие.
Я друг – ты друг.
Нам хорошо вместе (обняться)

9. Коммуникативная игра «Варежки».
На дворе мороз и ветер,
На дворе гуляют дети.
Руки, руки растирают,
Руки, руки согревают (дуют).
Детям раздаются по одной варежке. Они ищут пару, садятся и раскрашивают, договариваясь, одинаковые варежки.

10. Упражнение «Я – мы»
Дети встают в круг.
Я хороший.
Ты хороший.
Мы хорошие друзья. Дети повторяют за психологом.
Это мы. Нам хорошо вместе. Это я. Я хороший, добрый. Я люблю себя.
А это мы. Нам хорошо вместе.

11. Анализ занятия.
Мы славно потрудились,
Немало мы узнали,
Чуть-чуть добрее стали
И дружно поиграли.

Тема занятия «Наши гости – игрушки»

Задачи:

- 1). Учить внимательно слушать и точно выполнять словесные задания в указанной последовательности.
- 2). Развивать зрительное восприятие, внимание, речь.
- 3). Стимулировать моторное и эмоциональное самовыражение; снятие мышечных зажимов.

Материал: игрушки в магазин игрушек, шапка «Незнайки», «волшебная палочка» (для Феи), мячик, набор кукольной мебели, посуды, мелкие игрушки.

Ход занятия.

1. Приветствие «Мы стоим рука в руке...»

Дети встают в круг и берутся за руки. Затем приветствуют друг друга:

Мы стоим рука в руке,

Вместе мы – большая лента.

Можем мы большими быть (руки вверх),

Можем маленькими быть (приседают),

Но никто один не будет (исходное положение).

2. Тема нашего занятия «Наши гости – игрушки»

Речевая игра «Загружаем машину»

Дети передают мяч, «грузят» в машину предметы, относящиеся к «игрушкам».

3. Игра «Слушай и выполняй»

Выполнение многоступенчатых инструкций ведущего:

- куклу положи в кровать, мишку посади на стул, кубик положи под стол. Расскажи, что ты сделал.

- на стол поставь две чашки и налей в них из чайника чаю. Расскажи, что ты сделал.

- в каждую чашку положи по две ложки сахара и напои чаем зайку и матрешку. Расскажи, что ты сделал.

- посади куклу на диван, а матрешку в кресло. В вазу (в тарелку) на столе положи пирожок и кусок торта. Расскажи, что ты сделал.

4. Дидактическая игра «Магазин игрушек».

Посмотрите в магазине,

Все игрушки на витрине:

Заводные зайчики,

Куколки и мячики,

Пушистые котят,

Матрешки, медвежата, -

Все на полочках сидят,

С нами поиграть хотят.

На столе расставлены игрушки. Ребенок, желающий купить игрушку, должен описать ее, не называя (например, я хочу купить игрушку: он резиновый, круглый, мягкий и упругий, его можно кидать, пинать, отбивать от пола).

В игре из детей выбирается продавец.

5. Физкультминутка «Робот».

Это чей там слышен топот?

На работу вышел робот,

Мышцы металлические,

Мысли электрические.

Дети двигаются, подражая движениям роботов.

6. Игра «Незнайка».

Выбирается водящий – «Незнайка»

Дети задают «Незнайке» любые вопросы по теме «Игрушки», а тот изображает жестами и мимикой ответ, говорит «Не знаю» (разводит руками, приподнимает плечи, на лице недоумение).

Затем входящий меняется, игра продолжается.

Примеры вопросов:

Мяч резиновый?

Заяц сделан из меха?

Слон бывает розовый?

7. Релаксация «Фея сна».

Психолог: «Вокруг себя повернусь и в Фею сна превращусь...» (волшебная палочка в руке). Дети сидят на стульях. Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (опускает голову и засыпает, закрыв глаза). Фея обходит всех, касаясь их волшебной палочкой. (Звучит релаксационная музыка).

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать,

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем!

Потянулись. Улыбнулись.

Всем открыть глаза. Проснуться.

8. Анализ занятия. Дети по кругу передают мяч и говорят «Что понравилось на занятии».

9. Рефлексия. Упражнение «Улыбка».

Дети становятся в круг, берутся за руки.

Психолог: «С голубого ручейка начинается река, ну а дружба начинается с улыбки!» (Слова можно произнести сначала шепотом, как секрет, а затем громко и весело). Дети дарят друг другу улыбки.

Заключение

Говоря о результатах, хочу сказать: они не всегда проявляются быстро и не бывают такими наглядными, как при обучении чтению, письму. Поэтому не стоит ждать от работы по данной теме быстрого показательного эффекта. Даже если сейчас нет видимых поведенческих изменений, но работа во внутреннем плане идет практически у всех детей.

Библиографический список

1. Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников.- Спб.: речь; М.: Сфера, 2008.
2. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1996.
3. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5-6 лет. СПб.: речь; М.: Сфера, 2011.
5. Полякевич Ю.В., Осинина Г.Н. Формирование коммуникативных навыков у детей 3-7 лет : модели комплексных занятий .- Волгоград : Учитель , 2011.

Татьяна Александровна Алябышева

**ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Методические разработки

Компьютерная верстка Н.В. Гусевой

Гарнитура Тип Таймс. Усл. печ. л. 1,87. Учетно-изд. л. 1,71.