

## Рецензия

**на методическую разработку «Дорогами добра» - профилактика и коррекция агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста через проведение игровых сеансов педагога – психолога МАДОУ Д/С 11 «Василёк» г. Белореченска Немцевой Елены Петровны**

Автор разработки Немцева Елена Петровна отмечает важность и необходимость рассмотрения проблемы профилактики и коррекции агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста, развития у детей коммуникабельности и эмпатии.

Данная разработка актуальна и соответствует требованиям ФОП ДО. Следует отметить, что игровые сеансы по формированию навыков комфортного общения будут являться средством развития эмоционального интеллекта, эмпатии и волевой сферы. Одновременно с этим появятся навыки работы в команде, умение адекватно реагировать в разных ситуациях без ущерба для себя и окружающих, что несомненно пригодится в дальнейшей жизни.

Методическая разработка состоит из целевого, содержательного и организационного разделов. Автор обоснованно и логично выстраивает перспективный план занятий (игровых сеансов), который направлен на решение поставленных задач. Следует отметить, что план построен таким образом, что игровые ситуации и задания для детей постепенно усложняются, всё больше заданий на развитие коммуникации им приходится решать самостоятельно, при минимальном участии взрослого, что даёт им возможность практиковаться, проявлять индивидуальные способности, инициативу. Содержание и тематика заданий разнообразны. Методы и формы их проведения соответствуют возрастным особенностям воспитанников и направлены на достижение конкретных целей.

Данный материал может быть использован педагогами – психологами и воспитателями детских садов. Считаем, что методическая разработка интересна, логически структурирована, включает все аспекты процессуального характера и может быть рекомендована к использованию в образовательном процессе с детьми старшего дошкольного возраста.

09.12.2025 г.

Рецензент:

Заместитель директора по  
Методической работе



В.В.Попова

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 11 «ВАСИЛЁК» ГОРОДА  
БЕЛОРЕЧЕНСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ  
РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
(МАДОУ Д/С 11)

Принята на заседании.  
Методического совета  
МАДОУ Д/С 11  
от «20» 11 2025 г.  
Протокол № 2

Утверждаю:



Заведующий МАДОУ Д/С 11  
О.О. Медяникова  
«20» 11 2025 г.

**Методическая разработка  
психолого - педагогической направленности**

**«ДОРОГАМИ ДОБРА»**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 6 месяцев

**Возрастная категория:** от 5 до 7 лет (старший дошкольный возраст)

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**Автор-составитель:**

*Немцева Елена Петровна,  
педагог - психолог*

## Содержание

<b>1. Нормативно-правовая база</b>	3
<b>2. Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования»</b>	4
2.1. Пояснительная записка	4
2.2. Цель и задачи	9
2.3. Содержание методической разработки	10
2.4. Планируемые результаты	12
<b>3. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»</b>	12
3.1. Условия реализации методической разработки	12
3.2. Формы аттестации	13
3.3. Оценочные материалы	13
3.4. Методические рекомендации	13
<b>4. Воспитание</b>	15
4.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей	15
4.2. Формы и методы воспитания	16
4.3. Условия воспитания, анализ результатов	17
<b>Список литературы</b>	18
<b>Приложение 1. Учебный план</b>	18
<b>Приложение 2. Календарно-тематический учебный план</b>	18
<b>Приложение 3. Учебно- тематический план работы</b>	24
<b>Приложение 4. Перспективный план работы</b>	30
<b>Приложение 5. Конспекты занятий (игровых сеансов)</b>	31

## **1. Нормативно-правовая база**

Методическая разработка «Дорогами добра» для детей старшего дошкольного возраста разработана в соответствии:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- Федеральным Законом «О внесении изменений в Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020г. № 304-ФЗ;
- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...» от 30 сентября 2020г. № 533;
- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022г. № 629;
- Указом Президента Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» от 9 ноября 2022г. № 809;
- Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации «О направлении методических рекомендаций» от 19 марта 2020г. № ГД-39/04;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р.);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» от 28 сентября 2020г. № 28;
- Региональным проектом «Успех каждого ребёнка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019г. № 5, от 18 ноября 2019г. № 12, с изменениями от 20 июня 2019г.;
- Проектированием и экспертированием дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие / И.А. Рыбалёва. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019;
- Уставом МАДОУ Д/С 11;
- Положением о проектировании, утверждении и корректировке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и образовательных проектов МАДОУ Д/С 11.



## **2. Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования»**

### **2.1. Пояснительная записка**

Детский сад – первая ступень общей системы образования, главной целью которой является разностороннее развитие ребенка. Одна из задач дошкольного образования на современном этапе – создание максимально благоприятных условий для гармоничного развития ребенка.

Социально-экономические изменения, происходящие в обществе, неизбежно сказываются и на поведении людей. Но в отличие от взрослых, имеющих опыт выхода из конфликтных ситуаций, дети в таких случаях получают стресс, на них переносится то неблагоприятное эмоциональное состояние, в котором находятся близкие ребенку взрослые, родители. Воспитателям приходится больше времени уделять беспокойным, агрессивным детям. Это, в свою очередь, ведет к ограничению общения педагога с другими детьми. Агрессивное поведение – одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели. Причин появления агрессивных реакций может быть несколько: внутренняя неудовлетворенность ребёнка его статусом в группе сверстников, ощущение тревоги и страха нападения, привлечение внимания окружающих, протест против ограничения каких – либо естественных желаний. В связи с этим актуальной становится проблема поиска эффективных путей коррекции агрессивного и деструктивного поведения.

Научным исследованиям в области коррекции и профилактики агрессивного поведения уделяется достаточно много внимания. Такие авторы, как Широкова Г.А., Жадько Е.Г., Лютова Е.К., Моница Г.Б., Чистякова М. И. разработали множество интересных методик, которые с успехом применяются в работе с дошкольниками.

#### **Актуальность методической разработки.**

Сегодня наше общество ставит перед участниками образовательного пространства задачу - развивать в детях умение общаться, понимать переживания других людей, сочувствовать им, адекватно реагировать в сложных ситуациях, находить выход из конфликтов, т. е. управлять своим поведением.

В старшем дошкольном возрасте изменяется структура самих эмоциональных процессов. Ребёнок начинает печалиться и радоваться не только по поводу того, что он делает в данный момент, но и относительно того, что ему ещё предстоит сделать. В числе ведущих факторов, влияющих на эмоциональное развитие ребёнка, А.В. Запорожец называл детский коллектив. В совместной деятельности, опосредованной эталонами – нравственными нормами, у ребёнка складывается эмоциональное отношение к людям, зарождается эмпатия.

Агрессивный ребёнок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи

взрослых, поскольку его агрессия – это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Такие дети зачастую не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Напротив, им кажется, что, те кто рядом, хотят обидеть именно их. Эмоциональный мир агрессивных детей недостаточно богат, количество реакций даже на стандартные ситуации ограничено и если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и наше общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон.

Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это период, когда закладывается фундамент его физического и психического здоровья. От того, как организовано воспитание и обучение ребёнка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие в последующие годы жизни.

Потребность в общении – одна из наиболее важных потребностей как взрослых, так и детей. Вот почему в наше время стали так популярны занятия по развитию коммуникативных навыков, эмпатии. На занятиях дети учатся не только правильно общаться, но и различать и понимать эмоциональное состояние другого человека, адекватно реагировать на различные проявления эмоций и поступки собеседника, развиваются интеллектуально, приобретают навыки работы в команде, учатся ставить цели и достигать их.

Данная разработка позволит добиться оптимального уровня развития навыков бесконфликтного взаимодействия.

### **Педагогическая целесообразность методической разработки.**

Применение в психолого - педагогической работе ДОО методик развития коммуникативных навыков гарантирует детям правильное развитие эмоционально – волевой сферы, формирует морально-волевые качества, способности к эмпатии, доверию, сопереживанию.

Методическая разработка «Дорогами добра» создана с целью обучения детей старшего дошкольного возраста навыкам бесконфликтного взаимодействия на основе программ и пособий:

- Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду»;
- Ведерникова Т.Н. «Бесконфликтное взаимодействие»;
- Девина И.А., Маштакова И.В. «Учимся понимать людей»;
- Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Шпаргалка для взрослых».

### **Направленность методической разработки.**

Настоящая разработка является программой дополнительного образования для детей старшего дошкольного возраста. Разработка имеет психолого - педагогическую направленность: развитие навыков бесконфликтного общения,

развитие эмоционально – волевой сферы и представляет собой систему комплексных занятий на основе методических рекомендаций психологов – практиков с использованием современных технологий.

Все игры и упражнения носят развивающий характер, проводятся согласно разработанному плану.

**Новизной и отличительной особенностью данной разработки является:**

- использование современного мультимедийного оборудования;
- синтез упражнений, направленных как на снятие напряжения, так и на развитие навыков общения, плюс развитие эмоционально – волевой сферы;
- в программу включены упражнения на расслабление, обучение навыкам релаксации, корректирование поведения при помощи ролевых игр, формирование представления о морали;
- цель каждого занятия - получение положительных эмоций, закрепление понимания того, что жизнь без конфликтов гораздо легче и приятнее, создание положительного образа «Я», обучение выходу из конфликтных ситуаций;
- обучение ведется в форме кружковой, подгрупповой работы, в свободное от основных занятий время;
- материал программы направлен на сохранение и укрепление психического здоровья детей;
- занятия рассчитаны на воспитанников 5-7 лет.

**Адресат разработки. Характеристика обучающихся по разработке.**

Методическая разработка предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста –старшая и подготовительная к школе группы

Возраст 5-7 лет - возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, хотя меняются ее формы и содержание. Развивается инициатива, наблюдательность, умение планировать собственную деятельность, произвольность поведения.

Ребёнок может регулировать поведение на основе усвоенных норм и правил, эмоционально переживает их несоблюдение. Без контроля взрослого может выполнять трудовые обязанности. Поведение становится более сдержанным. Дружно играет, сдерживает агрессивные реакции, делится, помогает.

В этом возрасте ребёнок продолжает активно познавать окружающий мир. Он не только задает много вопросов, но и сам формулирует ответы. Его воображение задействовано почти 24 часа в сутки и помогает ему не только развиваться, но и адаптироваться к миру, который для него пока сложен и малообъясним.

Ребенок 5 - 7 лет желает показать себя миру, часто привлекает к себе внимание, поскольку ему нужен свидетель его самовыражения. Иногда для него негативное внимание важнее никакого, поэтому ребенок может провоцировать взрослого на привлечение внимания «плохими» поступками.

В 5-летнем возрасте характерны преходящие навязчивые повторения "неприличных" слов, в 6-летнем - детей одолевают тревога и сомнения в отношении своего будущего: "А вдруг я не буду красивой?"

Дошкольник с трудом может соизмерять собственные «хочу» с чужими потребностями и возможностями и поэтому все время проверяет прочность выставленных взрослыми границ, с целью заполучить то, что хочет.

В общении со сверстниками ребёнок познает правила взаимодействия с равными себе. Постепенно переходит от сюжетно-ролевых игр к играм по правилам, в которых складывается механизм управления своим поведением, проявляющийся затем и в других видах деятельности. В этом возрасте ребёнку еще нужен внешний контроль — со стороны его товарищей по игре. Дети контролируют сначала друг друга, а потом — каждый самого себя.

В этом возрасте дети очень чувствительны к отношениям в семье. У 6-летних детей уже развито понимание, что кроме хороших и добрых родителей есть и плохие. Плохие это не только несправедливо относящиеся к ребенку, но и те, которые ссорятся и не могут найти согласия между собой.

**Уровень методической разработки – ознакомительный.**

**Объём и сроки реализации работы.**

Методическая разработка рассчитана на 6 месяцев обучения (24 игровых сеанса продолжительностью 25 – 30 минут): с 05.11.2025 года по 29.04.2026 года. Общее количество часов - 22 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Оптимальное количество детей в группе 6 – 8 человек.

**Форма обучения – очная.**

При реализации разработки учитываются индивидуальные особенности детей, их пожелания, состояние здоровья, уровень овладения навыками и умениями.

Во время проведения занятий всячески поддерживается детская инициатива в воплощении замысла и выборе необходимых для этого средств. Проявление инициативы способствует внутреннему раскрепощению детей, уверенности в себе, пониманию своей значимости, заинтересованности, желанию и в дальнейшем проявлять самостоятельность.

**Способы и направления поддержки детской инициативы и самостоятельности:**

- игра,
- импровизация,



- показ,
- объяснение,
- обсуждение,
- наблюдения,
- музыкально-ритмические игры,
- психогимнастические этюды,
- упражнения для релаксации,
- просмотр мультфильмов;
- словесные, настольные, дидактические игры.

### **Формы работы:**

Основной формой организации деятельности является подгрупповое занятие. Для того, чтобы избежать монотонности учебно-воспитательного процесса и для достижения оптимального результата на занятиях используются следующие формы и методы работы с воспитанниками:

- тематическая;
- индивидуальная;
- игры малой подвижности;
- кинезиологическая, пальчиковая и дыхательная гимнастика;
- интегрированная деятельность;
- сюрпризные моменты.

### **Режим занятий.**

Занятия проходят 1 раз в неделю, всего 24 занятия в течение 6 месяцев. Продолжительность каждого занятия:

- для детей 5-6 лет – 25 минут,
- для детей 6-7 лет – 30 минут.

Набор детей проводится после диагностики в начале учебного года, наблюдения в свободной и образовательной деятельности, бесед с воспитателями и родителями (законными представителями), в соответствии с индивидуальными особенностями детей, использования социометрической методики «Выбор в действии» Р.С. Немова, методики определения самооценки «Лесенка» С.Г. Якобсон, В.Г. Щур.

### **Особенности организации образовательного процесса**

В процессе занятий используются различные формы, методы и приёмы.

Занятия включают в себя теоретическую (рассказ, рассказ и одновременный показ игр, упражнений, этюдов, беседы с детьми) и практическую (выполнение упражнений, разучивание движений и слов в гимнастике или игре) деятельность воспитанников.

### **Приёмы.**

В процессе игровых сеансов (занятий), для достижения детьми положительных результатов, мною используются следующие приёмы:

- показ выполнения упражнений детьми (выбор ведущих по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- словесные указания;
- "провокации", то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.

### **Методы:**

Чтобы избежать ошибок в обучении, необходимо проводить образовательный процесс по определенной методике.

- Метод сходства. При подборе нескольких упражнений за основу берется какая-то одна тема.
- Метод усложнения. Определенная логическая последовательность обучения упражнениям, постепенное усложнение упражнений за счет новых деталей: изменение условий выполнения упражнения, изменение роли участника, ввод новых данных.
- Метод повторений.
- Метод блоков. Объединение между собой разных, ранее разученных упражнений
- Метод частично – поисковой деятельности. Решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- Метод исследования. Самостоятельная творческая работа.

### **2.2. Цель и задачи.**

Цель: оказание психолого – педагогической помощи детям 5 – 7 лет в развитии навыков социального поведения, формирование навыков межличностного общения, обучение выходу из конфликтных ситуаций.

Задачи:

#### *1. Обучающие:*

- обучать детей способам управления собственным поведением (снятие напряжения, избавление от злости, раздражительности);
- обучать разнообразным формам общения со сверстниками;
- ознакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку;
- обучить распознаванию эмоций по внешним сигналам (мимике, жестам и т.п.);
- обогащать эмоциональный опыт разнообразными видами упражнений;
- формировать представление о морали;
- тренировать подвижность (лабильность) нервных процессов.

## *2. Развивающие:*

- развивать навыки бесконфликтного взаимодействия (разрешения конфликтных ситуаций);
- развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и умение выразить своё;
- развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление.

## *3. Воспитательные:*

- воспитывать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
- создать благоприятные условия для детского творчества в сотрудничестве;
- воспитывать умение сопереживать другим людям и животным;
- воспитывать умение вести себя в группе во время игровых сеансов;
- повышать самооценку, воспитывать адекватное отношение к себе и другим;
- формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

## *4. Оздоровительные:*

- развивать и укреплять психику дошкольника;
- формировать правильную осанку;
- стимулировать работу дыхательной системы организма;
- приобщать к здоровому образу жизни.

### **2.3. Содержание методической разработки.**

Программное содержание включает в себя следующие разделы:

- раздел «Наше общение» включает в себя формирование у детей представления о нравственных нормах отношениях с окружающими. В нём на практике расширяются представления детей о разных способах общения (вербальное - невербальное). Происходит увеличение словарного запаса воспитанников. Воспитывается культура общения: умение правильно разговаривать друг с другом, со взрослыми. В этом разделе ребята занимаются рассматриванием тематических альбомов, играют в социально – коммуникативные игры, смотрят мультипликационные фильмы, знакомятся с художественной литературой.

У детей формируется устойчивая потребность в общении со сверстниками посредством посткроссинга с соблюдением известных им правил общения, развивается умение высказывать свою точку зрения, рассуждать, составлять рассказы из личного опыта.

Актуализируются представления детей о действиях во время возникновения конфликтных ситуаций, обогащается опыт поведения детей в коллективе. Происходит формирование регулятивных умений: самооценка своего

поведения в конфликте и планирование своих действий при решении разных видов конфликтов. Улучшаются навыки конструктивного разрешения конфликтов: участие в диалоге со сверстниками, соблюдение норм речевого взаимодействия, сотрудничество при групповой работе.

- раздел «Дело мастера боится» является практико – ориентированным, творческим.

В данном разделе даются представления о наличии правил в разных видах деятельности, что способствует развитию навыков работы в команде, воспитанию чувства взаимопомощи. Ребята изготавливают поделки, коллажи, работают с креативными раскрасками, кинетическим песком. Происходит формирование навыков и умений работы с различными материалами, изобразительно-выразительными средствами и инструментами, создаются условия для осуществления выбора детьми самостоятельной деятельности. Воспитанники проявляют инициативу и самостоятельность во время взаимодействия в микрогруппах, обговаривают свои правила общения. Развивается умение самостоятельно объединяться для совместной продуктивной деятельности. Развиваются коммуникативные умения (желание ребёнка вступать в контакт со сверстниками, слушать собеседника, решать конфликтные ситуации, пользоваться речью) при решении совместных задач. Формируется познавательная мотивация и активность, умение детей анализировать работу команды.

- раздел «Дыхательная гимнастика» в программе служит для расслабления мышц, на восстановление организма, дыхания после нагрузки. В раздел входят упражнения дыхательной гимнастики.

- раздел «Кинезиологическая гимнастика» в программе служит для активизации организма, помогает настроить на работу не только тело, но и мозг. Упражнения задействуют весь организм и направлены на улучшение общего состояния ребёнка, снятие телесного и эмоционального напряжения.

- раздел «Игровой самомассаж» с помощью шариков су – джок, является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Применение разнообразных форм, средств, методов развития эмоционально – волевой сферы ребёнка имеют единую целевую направленность – это воспитание здоровой и сильной личности.

При организации работы по программе, нельзя забывать о соблюдении техники безопасности.

**«Правила поведения детей, занимающихся в кабинете»:**

- спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из

кабинета;

- не включать самостоятельно электроосвещение;
- не открывать форточки и окна;
- не передвигать столы и стулья;
- не трогать электрические розетки;
- не приносить на занятия посторонние предметы;
- не менять рабочее место без разрешения педагога;
- внимательно слушать объяснения и указания педагога;
- соблюдать порядок и дисциплину;
- поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте;
- при возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.п.), покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке;
- в случае получения травмы, при плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу;
- выходить из кабинета спокойно, соблюдая дисциплину.

#### **2.4. Планируемые результаты.**

- у детей сформирован навык бесконфликтного взаимодействия;
- развито чувство собственного достоинства, сформирована адекватная самооценка;
- наблюдается снижение уровня агрессии детей, посещающих кружок;
- сформирован стойкий интерес к занятиям;
- сформирован интерес к собственным достижениям;
- сформировано умение и желание понимать других людей.

### **3. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

#### **3.1. Условия реализации методической разработки**

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1. Технические средства обучения</b>	
Мультимедийное оборудование	1
Ноутбук	1
Колонка	1
<b>2. Экранно-звуковые пособия</b>	
Подборка мультимедийных фильмов, презентаций.	
<b>3. Оборудование</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>- демонстрационный материал – карточки «Эмоции», набор картин «Ситуации»;</li><li>- эмоциональные прописи «Аня и Таня»;</li><li>- креативные раскраски;</li><li>- дидактические игры «Портрет», «Покажи эмоцию», домино «Настроение»;</li><li>- принадлежности для рисования (краски, карандаши, кисти, альбомные листы, мелки), пальчиковые краски;</li><li>- фибер – душ;</li></ul>	По количеству детей

### 3.2. Формы аттестации

Формами подведения итогов реализации методической разработки «Дорогами добра» являются: психолого - педагогическое наблюдение за изменением поведения и деятельности детей, их эмоциональное самочувствие, а также оценка положения каждого ребёнка среди сверстников до и после проведённой работы. Её результативность оценивается с помощью стандартизированного комплекса диагностических методик Р.С. Немова, включающего методику определения самооценки «Какой я?» и коммуникативно – личностный опросник для воспитателей и родителей «Каков ребёнок во взаимоотношениях с окружающими людьми?». А также отчёт педагога – психолога на Совете педагогов/ Методическом совете, систематизация работы руководителя кружка и обобщение опыта.

### 3.3. Оценочный материал

В целях отслеживания динамики достижений детей предусмотрена система мониторинга:

- первичная диагностика (выявление уровня самооценки, положения ребёнка в коллективе сверстников) – ноябрь;
- текущий контроль (в процессе освоения программы);
- итоговая диагностика (оценка степени решения поставленных задач) – май.

Для эффективного развития коммуникативных навыков ребенка необходимо отслеживать влияние занятий (игровых сеансов) по программе формирования навыков бесконфликтного общения на ребёнка. Результаты наблюдения позволят педагогу - психологу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование.

**Цель диагностики:** выявление уровня эмоционального развития детей, их положения в коллективе сверстников (начального уровня и динамики развития), эффективности психолог - педагогического воздействия.

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми во время образовательной деятельности в свободное от занятий время, проведение диагностики «Лесенка», «Выбор в действии».

**Форма проведения:** наблюдение, диагностика.

### 3.4. Методические рекомендации.

Игровые сеансы проводятся по определенной схеме и состоят из нескольких этапов: подготовительного, основного и завершающего. На каждом этапе решаются свои диагностические и коррекционные задачи.

В *подготовительный этап* (3-5 мин) включаются упражнения на снятие



речевых и мышечных зажимов, что дает возможность освободиться от напряжения, способствует раскрепощению ребенка, помогает ему вербально выразить свои эмоции. Кроме того, состояние спокойствия и мышечная релаксация повышают внушаемость детей, что делает более успешным обучение их навыкам бесконфликтного взаимодействия.

Задачи *основного этапа* (15-20 мин) — развитие межличностного общения, знакомство с конструктивными способами решения конфликтов, их усвоение для дальнейшего использования в поведении, сплочение детского коллектива. Важная часть на основном этапе — формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе, что влияет на успешность деятельности ребенка, ее признание со стороны сверстников и взрослых.

В основную часть включены упражнения на осознание «языка» собственного тела, проработку невербальных средств общения, упражнения и игры на снятие эмоциональной напряженности, устранение агрессивных проявлений, а также изобразительная деятельность.

Её цели на данном этапе-раскрытие ребенком своего «Я», осознание собственного эмоционального состояния, развитие умения передавать его через художественный образ.

На *завершающем этапе* (2-5 мин) анализируются высказывания детей об удачах и неудачах во время игровых сеансов, отмечаются позитивные изменения и проявления у детей.

Необходимое условие работы во время игрового сеанса - создание теплой, искренней атмосферы, понимание и принятие каждого ребенка.

Оценить эффективность обучения навыкам бесконфликтного взаимодействия воспитатели и родители могут, отслеживая изменения в поведении и деятельности ребенка, его эмоциональном самочувствии, а также сравнивая положение ребенка среди сверстников до и после проведенной работы. Её результативность оценивается также с помощью стандартизированного комплекса диагностических методик Р.С. Немова, включающего:

- методику определения самооценки «Какой я?»,
- коммуникативно - личностный опросник для воспитателей, родителей (законных представителей) ребёнка «Каков ребёнок во взаимоотношениях с окружающими людьми?»

Учитываются также и собственные наблюдения педагога-психолога за детьми во время игровых сеансов и в свободной деятельности.

## **4. Раздел «Воспитание»**

### **4.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных

ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

#### **Задачи:**

- развивать социальные, нравственные, интеллектуальные, качества;
- создавать благоприятные условия для гармоничного развития каждого ребёнка в соответствии с его возрастными, гендерными, индивидуальными особенностями и склонностями;
- формировать общую культуру личности, в том числе ценностей инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции;
- развивать способности и творческий потенциал каждого ребёнка;
- организовывать содержательное взаимодействие ребёнка с другими детьми, взрослыми и окружающим миром на основе гуманистических ценностей и идеалов, принятых в обществе;
- воспитывать любовь к Родине, гордости за её достижения;
- воспитывать чувство собственного достоинства в процессе освоения разных видов социальной культуры, в том числе, умения общаться с разными людьми;
- объединить воспитательные ресурсы семьи и МАДОУ Д/С 11 на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества;
- устанавливать партнёрские взаимоотношения с семьёй, повышать компетентность родителей (законных представителей) в вопросах воспитания.

#### **Целевые ориентиры воспитания детей по методической разработке**

<b>Направления воспитания</b>	<b>Ценности</b>	<b>Показатели</b>
<b>Патриотическое</b>	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
<b>Социальное</b>	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий задатки чувства долга: ответственность за свои действия и поведение; дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный

		взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
<b>Познаватель - ное</b>	Знания	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом, проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании, обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей российского общества.
<b>Физическое и оздоровитель - ное</b>	Здоровье	Стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.
<b>Трудовое</b>	Труд	Уважение к людям труда, результатам их деятельности, проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
<b>Этико- эстетическое</b>	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве, стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности, обладающий зачатками художественно-эстетического вкуса.

#### 4.2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания детей при реализации методической разработки является организация их взаимодействий в коммуникативной деятельности. В ходе учебных занятий в соответствии с содержанием методической разработки обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются коммуникативные навыки, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; участвуют в освоении и формировании среды своего

личностного развития, самореализации.

**Практические занятия** детей способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

В воспитательной деятельности с детьми по разработке используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

#### **4.3. Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в МАДОУ Д/С 11 в соответствии с нормами и правилами работы МАДОУ Д/С 11.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе психолого - педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по разработке проводится путём бесед с воспитателями, родителями (законными представителями) в процессе реализации Программы (отзывы родителей, воспитателей) и после её завершения (итоговый мониторинг реализации Программы за учебный период).

Анализ результатов воспитания по разработке предусматривает не только определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации разработки, продвижения в достижении определённых в разработке целевых ориентиров воспитания, влияния реализации разработки на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, наблюдения — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

#### **Список литературы.**

- Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003. - 88 с.;
- Ведерникова Т.В. Обучение старших дошкольников навыкам бесконфликтного взаимодействия // Справочник педагога-психолога. – 2013. – № 2. – С. 29-38;
- Девина И. А., Маштакова И. В. Учимся понимать людей (4—6). — М.: Ось-89, 2000.;
- Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная

работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми». – М.: Генезис, 2000. – С.191;

- Аня и Таня : эмоциональные прописи : для детей от 5-ти лет : 5+ / [разработка: С. Тетерин ; художник С. Михайлов]. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017.

**Интернет-источники.**

-<https://www.dissercat.com/content/formirovanie-kultury-beskonfliktnogo-vzaimodeistviya-voennosluzhashchikh>;

-<https://www.ya-roditel.ru/parents/base/materials/lyutova-e-k-monina-g-b-shpargalka-dlya-vzroslykh-psikhokorreksionnaya-rabota-s-giperaktivnymi-agres/>

-<https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika/2020/06/26/profilaktika-agressivnogo-povedeniya-i-razvitiye>

**Приложение 1.**

**Учебный план на 2025 – 2026 год**

**Календарно - тематический учебный план занятий по методической разработке «Дорогами добра»**

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
1.	«Здравствуй, это я»	30 мин	05.11.2025г.	1.Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого. 2.Снятие речевых зажимов. 3.Развитие внимания, сочувствия к окружающим людям. 4.Обучение детей «описанию» своего настроения мимикой и жестами. 5.Развитие умения передавать эмоциональные состояния через художественный образ. 6.Помощь в преодолении негативных переживаний детям с плохим настроением.
2.	«Эмоции и этикет»	30 мин	12.11.2025г.	Создание положительного настроения на занятие. Снятие мышечных зажимов. 2.Усвоение правил речевого этикета. Обучение вежливому общению с окружающими людьми. 3.Развитие умения взаимодействовать в игре, управлять своими эмоциями, отработка навыков общения. 4.Воспитание дружелюбного отношения друг к другу, умения проявлять внимание и заботу. 5.Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов –22 ч.	Дата проведения	Цели и задачи
3.	«Что такое конфликт?»	30 мин	19.11.2025г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Снятие мышечных зажимов. 3.Снятие речевых зажимов. 4.Формирование навыков взаимодействия. 5.Выяснение, с какой ситуацией ассоциируется понятие «конфликт» у ребёнка.
4.	«Каким я себя вижу?»	30 мин	26.11.2025г.	1.Создание положительного настроения на занятие. 2.Снятие речевых зажимов. 3.Развитие внимания, «чувства тела» другого человека, понимание логики его движений. 4.Помощь ребенку в осознании чувств, что он может изменить ход конфликта. 5.Развитие социального доверия. 6.Помощь ребенку в осознании своих положительных сторон, в том, что его понимают и ценят другие дети.
5.	«Двое с одним мелком»	30 мин	03.12.2025г.	1.Создание положительного настроения. 2.Развитие умения анализировать поступки, знакомство с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций. 3.Обучение способам бесконфликтного взаимодействия, поиску путей решения общей проблемы. 4.Развитие у детей умения сотрудничать, договариваться на вербальном уровне. 5.Освоение и закрепление навыков вежливого общения.
6.	«Ступеньки к дружбе»	30 мин	10.12.2025г.	1.Настрой на занятие. 2.Снятие речевых зажимов. 3.Использование возможности «примерить» на себя разные роли, оказаться в центре внимания, открыть новые способности в себе. 4.Обучение детей проговаривать собственные действия, прогнозировать реакцию на них другого человека. 5.Снятие эмоционального напряжения, исправление негативного настроения. 6.Обучение детей взаимодействию, сплочение детского коллектива.



№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения	Цели и задачи
7.	«Сиамские близнецы»	30 мин	17.12.2025г.	1.Настрой на занятие. Развитие вежливых форм обращения. 2.Развитие коммуникабельности, уверенности в себе. 3.Осознание языка собственного тела. Снятие эмоционального, мышечного напряжения. 4.Развитие навыков взаимодействия, необходимого при тесном сотрудничестве. 5.Создание образа достижения бесконфликтного общения. 6.Разъяснение нравственных аспектов художественных произведений, обучение конструктивным способам решения конфликтов. 7.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя и черт своего характера.
8.	«Возьмём себя в руки»	30 мин	24.12.2025г.	1.Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие. 2.Снижение вербальной агрессии, перевод её в шутивное русло, развитие чувства юмора. 3.Обучение детей сравнению отрицательных и положительных последствий своих поступков. 4.Снятие мышечного и эмоционального напряжения, снижение агрессивных проявлений. 5.Развитие саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения. Развитие умения взаимодействовать со сверстниками, снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.
9.	«Смелые ребята»	30 мин	14.01.2026г.	1.Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие. 2.Снятие речевых зажимов. 3.Осознание языка собственного тела. 4.Развитие умения выстраивать линию своего поведения, находить выход из создавшейся ситуации. 5.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности. 6.Преодоление негативных переживаний, повышение уверенности в себе.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов –22 ч.	Дата проведения	Цели и задачи
10.	«Я умею хорошо...»	30 мин	21.01.2026г.	1. Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие. 2. Повышение уверенности в себе 3. Снятие мышечного напряжения, развитие доверия к окружающим, сплочение детей. 4. Обучение решению небольших проблем путем переговоров, концентрации на принятии совместного решения и отказу от быстрого решения проблемы в свою пользу. 5. Отреагирование положительных черт характера. 6. Обучение передаче эмоционального состояния через художественный образ.
11.	«Я в трёх зеркалах»	30 мин	28.01.2026г.	1. Настрой на занятие. 2. Снятие мышечных зажимов, уменьшение чувства тревожности. 3. Развитие сочувствия, внимания, взаимоуважения. 4. Обучение анализу своего поведения, построению логической цепи отрицательных последствий, развитие навыков рассуждения: «Если А, то Б, если Б, то С, и т.д.». 5. Двигательная и эмоциональная разминка. 6. Раскрытие своего «Я», стимулирование стремления к самосовершенствованию. Сохранение положительного настроя.
12.	«Ковёр мира»	30 мин	04.02.2026г.	1. Создание положительного эмоционального настроя на занятие. 2. Выявление индивидуальных особенностей каждого ребенка, воспитание уважения к другой личности. 3. Развитие умения разрешать конфликты путем переговоров и дискуссий, отказ от вербальной и физической форм выражения агрессии. 4. Прощание, игра «Смешинки».

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов –22 ч.	Дата проведения	Цели и задачи
13.	«Различные чувства»	30 мин	11.02.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Закрепление умения различать эмоциональное состояние. 3.Развитие внимания, умения слышать и слушать. 4.Развитие умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ. 5.Рефлексия.
14.	«Случаи из жизни»	30 мин	18.02.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние. 3.Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию. 4.Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению. 5.Прощание.
15.	«Дружные ребята»	30 мин	25.02.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние. 3.Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию. 4.Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению. 5.Прощание.
16.	«Встреча с другом»	30 мин	04.03.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование положительного отношения к сверстникам. 3.Развитие умения договариваться на невербальном уровне. 4.Закрепление позитивного командного настроения.
17.	«Это Я»	30 мин	11.03.2026г.	1.Создание положительного настроения. 2.Обучение определению эмоционального состояния по телесным проявлениям. 3.Снятие телесных зажимов, развитие умения общаться. 4.Развитие понимания своего настроения, внутреннего состояния. 5.Закрепление умения передавать своё эмоциональное состояние в рисунке.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов –22 ч.	Дата проведения	Цели и задачи
18.	«Азбука эмоций»	30 мин	18.03.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Продолжение ознакомления с чувствами злости и гнева. 3.Снятие эмоционального напряжения. 4.Обучение умению контролировать свои эмоции. 5. Снятие эмоционального напряжения. 6.Сплочение коллектива.
19.	«Расскажи и покажи»	30 мин	25.03.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Закрепление умения распознавать настроение. 3.Обучение способам преодоления негативного настроения. 4.Обучение умению проявлять сочувствие, понимание. 5.Сплочение коллектива.
20.	«Я твой друг»	30 мин	01.04.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Закрепление умения контролировать свои эмоции, поведение. 3.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя, черт своего характера. 4.Рефлексия.
21.	«Секрет»	30 мин	08.04.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности. 3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других людей. 4. Преодоление негативных переживаний. 5.Повышение уверенности в себе.
22.	«Фокусники»	30 мин	15.04.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности. 3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других людей. 4. Преодоление негативных переживаний. 5.Повышение уверенности в себе.

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов –22 ч.	Дата проведения	Цели и задачи
23.	«Ритм по кругу»	30 мин	22.04.2026г.	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование положительного отношения к сверстникам. 3.Снижение тревожности при общении. 4.Развитие умения совместно переживать общие эмоции. 5.Сохранение положительного эмоционального настроения.
24.	«Повтори за мной»	30 мин	29.04.2026г.	1.Настрой на занятие. 2.Снятие мышечных зажимов, эмоционального напряжения. 3.Развитие умения разрешать конфликты путём переговоров и дискуссий. 4.Сохранение положительного эмоционального настроения.

### Приложение 3.

#### Учебно-тематический план

№ игрового сеанса	Цели и задачи	Содержание
1	1.Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого. 2.Снятие речевых зажимов. 3.Развитие внимания, сочувствия к окружающим людям. 4.Обучение детей «описанию» своего настроения мимикой и жестами. 5.Развитие умения передавать эмоциональные состояния через художественный образ. 6.Создание положительного настроения, помощь в преодолении негативных переживаний детям с плохим настроением.	Приветствие (знакомство, 2-3 мин) Упр. «Радость» (2-3 мин) Упр. «Тише, Танечка, не плачь» (5 мин) Упр. «Погода моего настроения» (5-7 мин) Рисование «Мое настроение» (10-15 мин) Упр. «Цветочный дождь» (5 мин). Упр.- прощание «Подари другу улыбку» (1-2 мин)
2	1.Создание положительного настроения на занятие. Снятие мышечных зажимов. 2.Усвоение правил речевого этикета. Обучение вежливому общению с окружающими людьми.	Приветствие (1 мин) Игра «Медвежата и пчела» (3-5 мин) Игра «По кочкам» (5 мин) Игра «Волшебная палочка» (5 мин) Упр. «Танец» (5 мин) Обсуждение занятия (5 мин)

	<p>3. Развитие умения взаимодействовать в игре, управлять своими эмоциями, отработка навыков доброжелательного поведения, снятие мышечного напряжения.</p> <p>4. Воспитание дружелюбного отношения друг к другу, умения проявлять внимание и заботу.</p> <p>5. Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.</p>	
3	<p>1. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2. Снятие мышечных зажимов.</p> <p>3. Снятие речевых зажимов.</p> <p>4. Формирование навыков взаимодействия.</p> <p>5. Выяснение, с какой ситуацией ассоциируется понятие «конфликт» у ребёнка.</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Упр. «Штанга» (1 мин)</p> <p>Игра «Два барана» (5 мин)</p> <p>Беседа «Что такое конфликт?» (5 мин)</p> <p>Просмотр мультфильма «Мост» компании «Pixar» (2 мин)</p> <p>Рисование на тему «Конфликт» (16 мин)</p> <p>Индивидуальная беседа с каждым ребенком (с целью возможного раскрытия личной проблемы).</p>
4	<p>1. Создание положительного настроения на занятие.</p> <p>2. Снятие речевых зажимов.</p> <p>3. Развитие внимания, «чувства тела» другого человека, понимание логики его движений.</p> <p>4. Помощь ребенку в осознании чувств, что он может изменить ход конфликта.</p> <p>5. Развитие социального доверия, внимания друг к другу.</p> <p>6. Помощь ребенку в осознании своих положительных сторон, в том, что его понимают и ценят другие дети.</p>	<p>Приветствие (1-2 мин)</p> <p>Упр. «Повтори за мной» (1 мин)</p> <p>Дыхательная гимнастика «Ветерок» (1 мин)</p> <p>Игра «Зеркало» (2-3 мин)</p> <p>Упр. «Сочиняем сказку» (10-15)</p> <p>Игра «Слепой и поводырь» (5 мин)</p> <p>Упр. «Комплименты» (5 мин)</p> <p>Обсуждение занятия, прощание (5 мин)</p>
5	<p>1. Создание положительного настроения.</p> <p>2. Снятие речевых зажимов, развитие умения анализировать поступки, знакомство с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций.</p> <p>3. Обучение способам бесконфликтного взаимодействия, поиску путей решения общей проблемы.</p> <p>4. Развитие у детей умения сотрудничать, договариваться на вербальном уровне.</p> <p>5. Освоение и закрепление навыков вежливого общения со взрослыми и сверстниками.</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Упр. «Поссорились» (5 мин)</p> <p>Упр. «Мостик». Обсуждение способов взаимодействия (10 мин)</p> <p>Самомассаж су-джок «Ёжик» (1 мин)</p> <p>Игра «Двое с одним мелком» (5-10 мин)</p> <p>Игра «Вежливые слова» (1 мин)</p> <p>Обсуждение занятия (2 мин)</p>
6	<p>1. Настрой на занятие.</p> <p>2. Снятие речевых зажимов.</p> <p>3. Использование возможности</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Упр. «Повтори по-разному» (2 мин)</p> <p>Игра «Король» (10 мин)</p>



	<p>«примерить» на себя разные роли, оказаться в центре внимания, открыть новые способности в себе.</p> <p>4.Обучение детей проговаривать собственные действия, прогнозировать реакцию на них другого человека, последствия своих «шагов».</p> <p>5.Снятие эмоционального напряжения, исправление негативного настроения.</p> <p>6.Обучение детей взаимодействию со сверстниками, сплочение детского коллектива.</p>	<p>Упр. «Ступеньки».</p> <p>Обсуждение способов взаимодействия (7 мин)</p> <p>Игра «Сороконожка» (5 мин)</p> <p>Обсуждение занятия: что понравилось, получилось. Прослушивание спокойной музыки. Упражнение «Подари другу улыбку» (5 мин)</p>
7	<p>1.Настрой на занятие. Развитие вежливых форм обращения.</p> <p>2.Развитие коммуникабельности, уверенности в себе.</p> <p>3.Осознание языка собственного тела. Снятие эмоционального, мышечного напряжения, установление положительного настроя в группе.</p> <p>4.Развитие навыков взаимодействия, необходимого при тесном сотрудничестве.</p> <p>5.Создание образа достижения бесконфликтного общения.</p> <p>6.Разъяснение нравственных аспектов художественных произведений, обучение конструктивным способам решения конфликтов.</p> <p>7.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя и черт своего характера.</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Упр. «Ветер дует на...» (2 мин)</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Апельсин» (1 мин)</p> <p>Упр. «Сиамские близнецы» (5 мин)</p> <p>Игра «Что ты видишь?» (5 мин)</p> <p>Чтение рассказа Ю. Ермолаева «Лучший друг» (2 мин)</p> <p>Рисование «Я и мои друзья в группе» (10-15 мин)</p>
8	<p>1.Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.</p> <p>2.Снижение вербальной агрессии, перевод её в шутовское русло, развитие чувства юмора.</p> <p>3.Обучение детей сравнению отрицательных и положительных последствий своих поступков.</p> <p>4.Снятие мышечного и эмоционального напряжения, снижение агрессивных проявлений.</p> <p>5.Развитие саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения. Развитие умения взаимодействовать со сверстниками, снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.</p>	<p>Приветствие (1-2 мин)</p> <p>Игра «Ругаемся овощами» (3 мин)</p> <p>Проектирование проблемных ситуаций «Две гири». Ситуации:</p> <p>«Меня пригласили в гости, но надо помочь бабушке»;</p> <p>«Угощу конфетой только своего друга»;</p> <p>«Дать игрушку или нет?» (10 мин)</p> <p>Игра «Уходи, злость» (5 мин)</p> <p>Упр. «Возьми себя в руки» (2-3 мин)</p> <p>Релаксация, обсуждение занятия (5 мин)</p>
9	<p>1.Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.</p> <p>2.Снятие речевых зажимов.</p> <p>3.Осознание языка собственного тела.</p>	<p>Приветствие (1-2 мин)</p> <p>Упр. «Повторяй за мной» (3 мин)</p> <p>Игра «Скульптор и глина» (5-7 мин)</p> <p>Упр. «Туча» (10 мин)</p>

	<p>4. Развитие умения выстраивать стратегию и тактику своего поведения, находить выход из создавшейся ситуации.</p> <p>5. Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности.</p> <p>6. Преодоление негативных переживаний, повышение уверенности в себе.</p>	<p>Игра «Царевна-несмеяна» (5 мин)</p> <p>Игра «Смелые ребята» (5 мин)</p> <p>Обсуждение занятия, подведение итогов (5 мин).</p>
10	<p>1. Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.</p> <p>2. Повышение уверенности в себе</p> <p>3. Снятие мышечного напряжения, развитие доверия к окружающим, сплочение детей.</p> <p>4. Обучение решению небольших проблем путем переговоров, концентрации на принятии совместного решения и отказу от быстрого решения проблемы в свою пользу.</p> <p>5. Отреагирование положительных черт характера.</p> <p>6. Обучение передаче эмоционального состояния через художественный образ.</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Игра «Я умею хорошо...» (3-4 мин)</p> <p>Дыхательная гимнастика «Ивушка».</p> <p>Игра «Серебряное копытце» (3-4 мин)</p> <p>Игра «Сладкая проблема» (10 мин)</p> <p>Упр. «Так будет справедливо» (5 мин)</p> <p>Рисование на тему «Я хороший» (10-15 мин)</p>
11	<p>1. Настрой на занятие.</p> <p>2. Снятие мышечных зажимов, уменьшение чувства тревожности, снижение эмоционального напряжения.</p> <p>3. Развитие сочувствия, внимания, взаимоуважения.</p> <p>4. Обучение анализу своего поведения, построению логической цепи отрицательных последствий, развитие навыков рассуждения: «Если А, то Б, если Б, то С, и т.д.».</p> <p>5. Двигательная и эмоциональная разминка.</p> <p>6. Раскрытие своего «Я», стимулирование стремления к самосовершенствованию. Сохранение положительного эмоционального настроя.</p>	<p>Приветствие (1 мин)</p> <p>Игра «Настроение и походка» (3-4 мин)</p> <p>Упр. «Лужа» (5 мин)</p> <p>Упр. «Отрицательная ветвь»</p> <p>Проектирование проблемных ситуаций (10 мин)</p> <p>Игра «Прогулка» (5 мин)</p> <p>Рисование на тему «Я в трёх зеркалах» (10-15 мин), обсуждение рисунков, беседа.</p> <p>Расставание, пожелание друг другу хорошего настроения (1-2 мин)</p>
12	<p>1. Создание положительного эмоционального настроя на занятие.</p> <p>2. Выявление индивидуальных</p>	<p>Приветствие (1-2 мин)</p> <p>Игра «Путешествие» (10-15 мин)</p> <p>Игра «Ковер мира» (15-20 мин)</p> <p>Разучивание «Мирной считалки»</p>

	<p>особенностей каждого ребенка, воспитание уважения к другой личности.</p> <p>3. Развитие умения разрешать конфликты путем переговоров и дискуссий, отказ от вербальной и физической форм выражения агрессии.</p> <p>4. Прощание, игра «Смешинки».</p>	<p>М.Д. Яснова.</p> <p>Обсуждение занятия, подведение итогов (3 мин).</p>
13	<p>1. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2. Закрепление умения различать эмоциональное состояние.</p> <p>3. Развитие внимания, умения слышать и слушать.</p> <p>4. Развитие умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ.</p> <p>5. Рефлексия.</p>	<p>1. Приветствие (1-2 мин)</p> <p>2. Упр. «Различные чувства» (2-3 мин).</p> <p>3. Чтение и обсуждение сказки «Про чувства» (5-7 мин).</p> <p>4. Коллективный рисунок на ватмане (10-12 мин).</p> <p>5. Прощание (2-3 мин).</p>
14	<p>1. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2. Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние.</p> <p>3. Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию.</p> <p>4. Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.</p> <p>5. Прощание.</p>	<p>1. Приветствие (1-2 мин).</p> <p>2. Игра-беседа «Знакомство с гномами» (3-5 мин).</p> <p>3. Создание мини – книжки «Сказочная история». (15 мин)</p> <p>4. Упр. «Случаи из жизни» (7-10 мин).</p> <p>5. До свидания (2-3 мин).</p>
15	<p>1. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2. Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние.</p> <p>3. Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию.</p> <p>4. Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.</p> <p>5. Прощание.</p>	<p>1. Приветствие «Поделись улыбкой» (1 мин).</p> <p>2. Дидактическая игра «Портрет» (5 – 7 мин).</p> <p>3. Кинезиологическая гимнастика «Секретный замок» (2 – 3 мин).</p> <p>4. Эмоциональные прописи «Аня и Таня» (15 мин)</p> <p>5. Рефлексия, прощание.</p>
16	<p>1. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2. Формирование положительного отношения к сверстникам.</p> <p>3. Развитие умения сотрудничать, договариваться на невербальном уровне.</p> <p>4. Закрепление позитивного командного настроения.</p>	<p>1. Приветствие «Я рад тебя видеть!». (2 мин).</p> <p>2. Игра - инсценировка «Сердитый котёнок» (7 - 8 мин).</p> <p>3. Этюд в парах «Бука и бяка» (5 мин).</p> <p>4. Песочная терапия «Встреча» (15 мин).</p> <p>5. Прощание «Мы друзья» (1 мин).</p>

17	<p>1.Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2.Обучение определению эмоционального состояния по телесным проявлениям – через мимику, пантомимику.</p> <p>3.Снятие телесных зажимов, развитие умения общаться.</p> <p>4.Развитие понимания своего настроения, внутреннего состояния.</p> <p>5.Закрепление умения передавать своё эмоциональное состояние в рисунке.</p> <p>6.Прощание.</p>	<p>1.Приветствие (1-2 мин).</p> <p>2.Упр. «Танцы» (5-7 мин).</p> <p>3.Этюд «Встреча с другом» (5-7 мин).</p> <p>4.Игра «Медведи и пчёлы» (3-5 мин).</p> <p>5.Рисование «Радость и грусть» (5-7 мин).</p> <p>6.Прощание «Мы друзья» (1 мин).</p>
18	<p>1.Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2.Продолжение ознакомления с чувствами злости и гнева.</p> <p>3.Снятие эмоционального напряжения.</p> <p>4.Обучение умению контролировать свои эмоции.</p> <p>5. Снятие эмоционального напряжения.</p> <p>6.Сплочение коллектива.</p>	<p>1.Упр. «Приветствие» (1-2 мин).</p> <p>2.Упр. «Определи и изобрази эмоцию» (3-5 мин).</p> <p>3.Этюд «Гневная гиена» (3-5 мин).</p> <p>4.Игра «Построй башню». (10 мин)</p> <p>5. Упражнение «Похвали друга». (5 – 7 мин).</p> <p>6.Рефлексия, прощание «Это я» (1 мин).</p>
19	<p>1.Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2.Закрепление умения распознавать настроение.</p> <p>3.Обучение способам преодоления негативного настроения.</p> <p>4.Обучение умению проявлять сочувствие, понимание.</p> <p>5.Сплочение коллектива.</p>	<p>1.Приветствие (1-2 мин).</p> <p>2.Игра «Азбука эмоций» (3-5 мин).</p> <p>3.Упр. «Злость пришла, злость ушла» (7-10 мин).</p> <p>4.Игра-драматизация «Ваза» (7-10 мин).</p> <p>5.Прощание «Это я» (1-2 мин).</p>
20	<p>1.Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2.Закрепление умения контролировать свои эмоции, поведение.</p> <p>3.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя, черт своего характера.</p> <p>4.Рефлексия.</p>	<p>1.Приветствие «Передай привет» (2 – 3 мин).</p> <p>2.Упражнение «Ритм по кругу» (3 -4 мин).</p> <p>3.Игра «Атомы» (4 -5 мин).</p> <p>4.Рисование «Нарисуй солнышко» (10 мин).</p> <p>5.Рефлексия, прощание «Это я» (2 мин).</p>
21	<p>1.Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности.</p> <p>3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других.</p> <p>4. Преодоление негативных переживаний.</p> <p>5.Повышение уверенности в себе.</p>	<p>1.Приветствие (1-2 мин).</p> <p>2.Упр «Шарики» (5-7 мин).</p> <p>3.Чтение и обсуждение сказки «Мальчик Петя» (7-10мин).</p> <p>4.Рисование «Моя закаляка» (5-7 мин).</p> <p>5.Прощание «Я твой друг» (1 мин).</p>

22	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности. 3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других людей. 4. Преодоление негативных переживаний. 5.Повышение уверенности в себе.	1 Приветствие «Цветочный дождь» (1 - 2 мин). 2.Упражнение «Хищники» (4 – 5 мин) 3. Релаксация «Мягкий и пушистый» (5 – 6 мин). 4.Рисование с элементами аппликации «Мой пушистый друг» (15 мин). 5.Релаксация – прощание «Моё солнышко» (1 -2 мин).
23	1.Создание положительного эмоционального настроения. 2.Формирование положительного отношения к сверстникам. 3.Снижение тревожности при общении. 4.Развитие умения совместно переживать общие эмоции. 5.Сохранение положительного эмоционального настроения.	1.Приветствие (1-2 мин). 2.Упр «Переходы» (3-5 мин). 3.Игра «Секрет» (7-10 мин). 4.Рис «Цветок радости» (10-15 мин). 5.Прощание «Я твой друг» (1 мин).
24	1.Настрой на занятие. 2.Снятие мышечных зажимов, эмоционального напряжения. 3.Развитие умения разрешать конфликты путём переговоров и дискуссий. 4.Сохранение положительного эмоционального настроения.	1.Упр «Приветствие» (1-2 мин). 2.Упр «Фокусник» (5-7 мин). 3.Игра «Ковёр мира» (10 мин). 4. Песочная терапия «Наша группа» (10 мин). 5.Прощание «Я твой друг» (1 – 2 мин).

#### Приложение 4.

#### Перспективный план работы по методической разработке

№ п/п	Тема	Дата	Примечания
1	"Здравствуйте, это я»		
2	" Этикет и эмоции»		
3	"Что такое конфликт?»		
4	"Каким я себя вижу?»		
5	"Двое с одним мелком»		
6	"Ступеньки к дружбе»		
7	"Сиамские близнецы»		
8	"Возьмём себя в руки»		
9	"Смелые ребята»		
10	"Я умею хорошо...»		

11	"Я в трёх зеркалах»		
12	"Ковёр мира»		
13	«Про чувства»		
14	«Сказочная история»		
15	«Поделись улыбкой»		
16	«Бука и Бяка»		
17	«Встреча с другом»		
18	«Похвали друга»		
19	«Мы рядом»		
20	«Солнышко»		
21	«Ёжики»		
22	«Мягкие и пушистые »		
23	«Цветок радости»		
24	«Наша группа»		

## Приложение 5.

### Конспекты занятий (игровые сеансы).

#### Игровой сеанс 1. «Здравствуйте, это я»

##### Цели и задачи:

- 1.Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого.
  - 2.Снятие речевых зажимов.
  - 3.Развитие внимания, сочувствия к окружающим людям.
  - 4.Обучение детей «описанию» своего настроения мимикой и жестами.
  - 5.Развитие умения передавать эмоциональные состояния через художественный образ.
  - 6.Создание положительного настроения, помощь в преодолении негативных переживаний детям с плохим настроением.
1. **Приветствие (знакомство).** По кругу, начиная с педагога – психолога, передаётся весёлое солнышко. Тому, кому оно попадает в руки, предлагается назвать себя ласковым именем. Когда круг завершён, все берутся за руки и хором приветствуют друг друга: «Доброе утро!»
  2. **Упражнение «Радость».** Детям предлагается улыбнуться и радостно, с выражением прочитать, повторяя за педагогом – психологом:

Рады, рады, рады белые берёзы, И на них от радости вырастают розы.  
Рады, рады, рады тонкие осины, и на них от радости растут апельсины.

(К.И. Чуковский)

**3. Упражнение «Тише, Танечка, не плачь».** Предлагается ситуация: девочка упала, разбила коленку, ей больно. Нужно найти ласковые слова, чтобы её успокоить. Одной из девочек предлагается с помощью жестов и мимики изобразить пострадавшую. Остальные дети по очереди выражают ей своё сочувствие.

**4. Упражнение «Погода моего настроения».** Дети рассматривают картинки с изображением эмоций, называя каждую из них. Затем им предлагается выразить своё настроение с помощью мимики и жестов, после чего происходит обсуждение. Также можно предложить участникам представить на какую погоду похоже их настроение.

**5. Рисование «Моё настроение».** Детям предлагается нарисовать погоду своего настроения. После завершения работы проходит выставка и обсуждение рисунков.

**6. Упражнение «Цветочный дождь».**

**Примечание.** Прежде чем выполнять упражнение, ведущий должен спросить у ребёнка (детей), переживающего неприятности, согласен ли он принять от детей что-то, что могло бы улучшить его настроение. Упражнение проводится в том случае, если ребёнок дал своё согласие.

**Инструкция.** У Маши сегодня плохое настроение. Мы можем помочь ей стать снова бодрой и весёлой. Маша, встань, пожалуйста, в круг. Мы встанем вокруг тебя. Опустим руки и закроем глаза. Посмотрим на Машу и представим, что на неё падает дождь из сотен невидимых цветов: незабудок, фиалок, ландышей. Представьте себе всю их красоту, аромат, нежность (30 – 60 с). Пусть они падают медленно, чтобы Маша успела нарадоваться. А теперь остановим цветочный дождь. Маша, тебе понравился цветочный дождь? Достаточно ли цветов подарили тебе ребята? Отлично, всем большое спасибо.

**7. Упражнение «Подари другу улыбку».** Дети, стоя в кругу, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и, улыбаясь, прощаются.

## **Игровой сеанс 2.**

### **«Этикет и эмоции»**

#### **Цели и задачи:**

1. Создание положительного настроения на занятие. Снятие мышечных зажимов.
2. Усвоение правил речевого этикета. Обучение вежливому общению с окружающими людьми.
3. Развитие умения взаимодействовать в игре, управлять своими эмоциями, отработка навыков доброжелательного поведения, снятие мышечного напряжения.
4. Воспитание дружелюбного отношения друг к другу, умения проявлять внимание

и заботу.

5. Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.

**1. Приветствие «Этикет».** Дети стоят в кругу, взявшись за руки, поворачиваясь к соседу, по очереди дарят друг другу улыбку и приветствуют по имени.

Затем вступает педагог – психолог:

«Всех приветствую, друзья, рада встрече с вами я.

Как сидеть за партой надо? Надо ли нам ногти стричь?

Постригаться, умываться, надо ль за собой следить?

Мыть ботинки, убираться, вещи класть все на места?

Всех дразнить, не улыбаться, бегать, прыгать без конца?

На любой вопрос ответ даст нам личный этикет».

Сегодня мы с вами будем говорить об этикете, о правилах поведения.

Присаживайтесь на места и встречайте кота Чистюлю. Чистюля рассказывает о себе, как он ухаживает за собой. Дети в ответ рассказывают о себе, как они заботятся о своём внешнем виде. Педагог – психолог подводит итог, как важно опрятно выглядеть и как приятно общаться с аккуратным, вежливым человеком.

**2. Игра «Медвежата и пчела» (движения по тексту):**

Мы проснулись рано утром. Потянулись бодро, шумно.

Чтобы сон ушёл, зевнули, головой слегка встряхнули.

Разбудил нас бег на месте, к ванне побежали вместе.

Умывались и плескались, зубы чистили, старались.

Причесались аккуратно и оделись все опрятно.

Прилетела к нам пчела, мёда много принесла.

Ей «Спасибо!» говорим, ласково благодарим.

К столу приглашаем, чаем угощаем.

**3. Игра «По кочкам».** Дети разбиваются на пары, каждая из которых по очереди должна «пройти через болото» (прыгать по нарисованным кочкам), помогая партнёру, не толкаясь, умещааясь на одной кочке. Партнёры меняются. Двигаться, пока звучит музыка.

**4. Игра «Волшебная палочка».** Педагог – психолог называет действия. Если так можно поступать культурному человеку, дети делают взмах рукой вверх, если нельзя – отрицательный жест. Затем берут воображаемую палочку, делают ею волшебный взмах и говорят, как поступать правильно.

*Примеры:* мыть руки, надевать грязную одежду, носить с собой носовой платок, умываться, приветствовать людей с улыбкой, общаться вежливо и т.п.

**5. Упражнение «Танец».** Дети танцуют под весёлую музыку так, как хочется. Педагог – психолог может подсказывать движения тем, кто не может сам придумать, как танцевать. Затем происходит обсуждение занятия. Дети



рассказывают, что больше всего понравилось, запомнилось, что вызвало затруднения.

### **Игровой сеанс 3. «Что такое конфликт?»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
  - 2.Снятие мышечных зажимов.
  - 3.Снятие речевых зажимов.
  - 4.Формирование навыков взаимодействия.
  - 5.Выяснение, с какой ситуацией ассоциируется понятие «конфликт» у ребёнка.
  - 1.**Приветствие «Здравствуй, это я!».** Педагог – психолог протягивает каждому участнику руки ладонями вверх и здоровается по имени. Ребёнок кладёт ладони на ладони взрослого и отвечает на приветствие.
  - 2.**Упражнение «Штанга».** Дети имитируют поднятие штанги, напрягают мышцы, надувают щёки. Затем расслабляют мышцы, выдыхают.
  - 3.**Игра «Два барана».** Педагог – психолог читает стихотворение «Два барана», затем, при повторном прочтении дети в парах инсценируют встречу.
  - 4.**Беседа «Что такое конфликт?»** Педагог – психолог даёт определение слова «конфликт», развивает тему беседы в вопросно – ответной форме, побуждая детей выражать своё мнение, отношение к конфликтным ситуациям. Предлагает найти решение конфликтных ситуаций.
  - 5.**Просмотр мультфильма «Мост» компании «Pixar», обсуждение.**
  - 6.**Рисование на тему «Конфликт»**
- Индивидуальная беседа с каждым ребёнком с целью возможного раскрытия личной проблемы.

### **Игровой сеанс 4. «Каким я себя вижу?»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного настроения на занятие.
- 2.Снятие речевых зажимов.
- 3.Развитие внимания, «чувства тела» другого человека, понимание логики его движений.
- 4.Помощь ребенку в осознании чувств, что он может изменить ход конфликта.
- 5.Развитие социального доверия, внимания друг к другу.
- 6.Помощь ребенку в осознании своих положительных сторон, в том, что его понимают и ценят другие дети.
- 1.**Приветствие «Поделись улыбкой».** Педагог – психолог предлагает детям поприветствовать друг друга улыбкой и лёгким пожатием руки. Приветствие передаётся по кругу.

**2.Упражнение «Повтори за мной».** Педагог – психолог по очереди бросает детям мяч и говорит: «Солнце, повтори за мной!». Называет разные слова и фразы забавные и добрые. Затем назначает ведущих кого – либо из детей.

**3.Дыхательная гимнастика «Ветерок».** Дети за педагогом – психологом повторяют слова и движения:

Светит солнышко с утра (*поднимают руки вверх, глубоко вдыхают и выдыхают*),

В детский сад идти пора (*шагают, ритмично вдыхая и выдыхая*).

Дует лёгкий ветерок (*губы трубочкой, сильный выдох, вдох через нос*),

Прямо на большой цветок (*ладони лодочкой, дуем на ладошки*),

Цветочек качается, солнцу открывается (*раскрываем ладошки, покачиваем, дуем*).

**4.Игра «Зеркало».** Работа в парах. Дети копируют движения и мимику друг друга. Первые показывают, вторые повторяют. Затем меняются ролями. Педагог – психолог задаёт темы показа (например, обида, злость, грусть, восторг и т.п.).

**5.Упражнение «Сочиняем сказку».** Дети и педагог – психолог усаживаются на паласе в круг. Передают по кругу клубочек и, по очереди, продолжают сказку, начало которой даёт педагог – психолог. Обязательно развить сюжет так, чтобы каждый почувствовал, что он может изменить ход конфликта и решить его справедливо.

**6.Игра «Слепой и поводырь».** Дети делятся на пары, одному завязывают глаза, второй должен аккуратно провести его по комнате, поддерживая и оберегая.

**7.Упражнение «Комплименты».** Обсуждение занятия, прощание. Дети дарят друг другу комплименты, глядя в глаза и держась за руки.

### **Игровой сеанс 5.**

#### **«Двое с одним мелком»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного настроения.
- 2.Снятие речевых зажимов, развитие умения анализировать поступки, знакомство с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций.
- 3.Обучение способам бесконфликтного взаимодействия, поиску путей решения общей проблемы.
- 4.Развитие у детей умения сотрудничать, договариваться на вербальном уровне.
- 5.Освоение и закрепление навыков вежливого общения со взрослыми и сверстниками.

**1.Приветствие «Я рад тебя видеть».** Педагог – психолог обращается к детям: «Здравствуйте, я рада вас видеть! А вы рады видеть друг друга? Скажите об этом. Дети по кругу приветствуют друг друга.

**2.Упражнение «Поссорились».** Под руководством педагога – психолога дети имитируют конфликт и сообща находят выход из него. Педагог – психолог

выслушивает высказывания, направляя и, если нужно, подсказывая новые способы. Подаёт темы для обсуждения и проигрывания.

**3. Упражнение «Мостик».** Дети в парах создают «мостик дружбы», соприкасаясь коленями, лбами, локтями. При создании мостика нужно обсудить каким он будет, суметь договориться, выслушать напарника, предложить что-то своё. Учить действовать мягко, договариваться, не навязывать.

**4. Самомассаж су-джок «Ёжик».** Дети массируют ладошки шариком су-джок и проговаривают считалку: «Раз, два, три, четыре, пять. Вышел ёжик погулять. Вышел не один, а с другом. Вместе бегают по кругу.»

**5. Рисование «Двое с одним мелком».** Дети рисуют каждый свою картину на тему дружбы. У каждого только два карандаша. Нужно суметь договориться с соседями по столу, вежливо попросить карандаш, убедить, поблагодарить.

**6. Игра «Вежливые слова».** Дети перебрасывают друг другу мяч, называя вежливые слова, которые они знают. Победитель – тот, кто назовёт наибольшее количество слов.

### **Игровой сеанс 6. «Ступеньки к дружбе»**

#### **Цели и задачи:**

1. Настрой на занятие.
2. Снятие речевых зажимов.
3. Использование возможности «примерить» на себя разные роли, оказаться в центре внимания, открыть новые способности в себе.
4. Обучение детей проговаривать собственные действия, прогнозировать реакцию на них другого человека, последствия своих «шагов».
5. Снятие эмоционального напряжения, исправление негативного настроения.
6. Обучение детей взаимодействию со сверстниками, сплочение детского коллектива.

**1. Приветствие «Здравствуйте, все!».** Дети здороваются друг с другом по кругу, потом хором произносят: «Здравствуй, небо! Здравствуй, небо! Здравствуй, солнце! Здравствуйте, все!».

**2. Упражнение «Повтори по-разному».** Педагог – психолог: «Скажите, я рад вас видеть!», как тучка, как солнышко, как травка и т.п.

**3. Игра «Король».** Одного из детей выбирают на роль короля, а остальные – свита. Король капризничает, а свита придумывает развлечения - пантомимы, изображая сказочных героев.

**4. Упражнение «Ступеньки».** Педагог – психолог организует беседу при помощи нарисованной лестницы. Начинает рассказывать историю из своей жизни, «шагая», по ступенькам, выстраивает последовательность событий, прогнозирует

реакцию другого человека, участника событий. На последней ступеньке говорит о последствиях своих шагов. Затем продолжает ребёнок.

**5.Игра «Сороконожка».** Дети выстраиваются в колонну и медленно двигаются друг за другом, синхронно шагая левой и правой ногой. Педагог – психолог через равные промежутки меняет ведущего в колонне. Игра проводится под ритмичную весёлую музыку.

**6.Прощание.** Обсуждение занятия: что понравилось, получилось, вызвало затруднения. Прослушивание спокойной мелодии. Упражнение «Подари улыбку друг другу».

### **Игровой сеанс 7. «Сиамские близнецы»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Настрой на занятие. Развитие вежливых форм обращения.
- 2.Развитие коммуникабельности, уверенности в себе.
- 3.Осознание языка собственного тела. Снятие эмоционального, мышечного напряжения, установление положительного настроения в группе.
- 4.Развитие навыков взаимодействия, необходимого при тесном сотрудничестве.
- 5.Создание образа достижения бесконфликтного общения.
- 6.Разъяснение нравственных аспектов художественных произведений, обучение конструктивным способам решения конфликтов.
- 7.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя и черт своего характера.

**1.Приветствие «Эхо».** Каждый ребёнок проговаривает и прохлопывает своё имя, а все остальные, как эхо, его повторяют.

**2.Упражнение «Ветер дует на...».** Педагог – психолог произносит фразу: «Ветер дует на...кареглазых, тех, кто любит конфеты, тех у кого есть кошка и т.п.». Те, на кого подул ветер, встают со своих мест.

**3.Пальчиковая гимнастика «Апельсин».** Дети проговаривают стихотворение – считалку и загибают под ритм пальчики в кулак.

**4.Упражнение «Сиамские близнецы».** Дети работают в парах, обняв друг друга, выполняют задания: зашнуровать что-нибудь, собрать пирамидку и т.д. Договариваются, учатся сотрудничеству.

**5.Чтение рассказа Ю. Ермолаева «Лучший друг».** Беседа о нравственных аспектах, конструктивных способах решения конфликта.

**6.Рисование «Я и мой друг в группе».** Дети сами выбирают технику рисования: карандаши, мелки, краски. Во время работы звучит релаксационная музыка, ведётся тихая беседа: почему со мной дружит этот ребёнок, чем я ему интересен, как мы играем, как играть, чтобы не ссориться.

**7.Прощание. Выставка детских работ.** Дети обсуждают работы, хвалят, отмечают особенно удачные. Прощаются, передавая лёгким пожатием по кругу «искорку добра».

### **Игровой сеанс 8. «Возьмём себя в руки»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.
  - 2.Снижение вербальной агрессии, перевод её в шутливое русло, развитие чувства юмора.
  - 3.Обучение детей сравнению отрицательных и положительных последствий своих поступков.
  - 4.Снятие мышечного и эмоционального напряжения, снижение агрессивных проявлений.
  - 5.Развитие саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения.
- Развитие умения взаимодействовать со сверстниками, снятие мышечного напряжения, сплочение детской группы.

**1.Приветствие «Назови цветком».** Дети по очереди называют друг друга каким-либо цветком. Например, «Здравствуй, Настя, ты сегодня – ромашка».

**2.Игра «Ругаемся овощами».** Дети разбиваются на пары и начинают ругать друг друга названиями овощей, соблюдая правило: нельзя прикасаться, подходить слишком близко, можно использовать только названия овощей. Через некоторое время педагог – психолог объявляет «Цветочный душ» - дети осыпают друг друга «цветочными комплиментами».

**3. Проектирование проблемных ситуаций «Две гири».** Ситуации:

- меня пригласили в гости, но надо помочь брату;
- угощу конфетой только своего друга;
- поделиться игрушкой, или нет?

Педагог направляет обсуждение, обучает детей сравнению отрицательных и положительных последствий своих поступков.

**4.Упражнение «Возьми себя в руки».** Педагог – психолог предлагает вспомнить конфликтную ситуацию, чувства, которые тогда испытал, разозлиться (тело напряжено, руки в кулаки, брови нахмурены). Затем глубоко вдохнуть, выдохнуть несколько раз, расслабить постепенно мышцы тела и лица. Вспомнить правило, всё, что сказано со злостью, может быть сказано спокойно.

**5.Игра «Уходи, злость».** Дети прогоняют свою злость сначала на «коврике злости», затем боксируют в воздухе с криком «Хэй!» и, напоследок, рвут бумагу и подбрасывают в воздух. Затем объявляется конкурс «Самый быстрый уборщик».

**6.Релаксация. Прощание.** Дети расслабляются под фидер – душем, обсуждают занятие.

## **Игровой сеанс 9.**

### **«Смелые ребята»**

#### **Цели и задачи:**

1. Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.
2. Снятие речевых зажимов.
3. Осознание языка собственного тела.
4. Развитие умения выстраивать стратегию и тактику своего поведения, находить выход из создавшейся ситуации.
5. Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности.
6. Преодоление негативных переживаний, повышение уверенности в себе.

**1. Приветствие «Путаница имён».** Педагог – психолог называет имена детей намеренно путая их. Если имя названо правильно, дети хлопают в ладоши, если неправильно, топают ногами.

**2. Упражнение «Повторяй за мной».** Педагог – психолог произносит какую – либо фразу, ребёнок повторяет за ним, затем следующий и так, пока все не проговорят.

**3. Игра «Скульптор и глина».** Дети делятся на пары. Скульптор «лепит» заданную фигуру. Например, «радостный слон», «поющее дерево» и т.д. Ребёнок – «глина» послушно двигается в руках «скульптора». Затем пары меняются ролями. Педагог – психолог отмечает мастерство, фантазию, умение работать в паре.

**4. Упражнение «Туча».** Педагог – психолог делит детей на две группы: «туча» и «молния». Рассказывает сказку, как поссорились однажды туча и молния. Дети инсценируют сказку. Затем предлагается найти выход из конфликтной ситуации.

**5. Игра Царевна Несмеяна.** Ребёнок сидит на стуле, изображая грусть. Остальные стараются его развеселить: поют, танцуют, жалеют, говорят ласковые слова и т. п.

**6. Игра «Смелые ребята».** Дети двигаются по кругу со словами: «Мы весёлые ребята, мы ребята – дошколята! Нас ничем не испугать, мы идём сейчас гулять!». Останавливаются и говорят: «Ой, что это?». Один из детей изображает что-то страшное, пугает детей. Те сначала пугаются, а потом говорят: «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь превращусь!» и копируют действия пугающего.

**7. Релаксация фибер – душ. Обсуждение занятия, подведение итогов.**

## **Игровой сеанс 10.**

### **«Я умею хорошо...»**

#### **Цели и задачи:**

1. Воспитание вежливого обращения, настрой на занятие.
2. Повышение уверенности в себе

3. Снятие мышечного напряжения, развитие доверия к окружающим, сплочение детей.
4. Обучение решению небольших проблем путем переговоров, концентрации на принятии совместного решения и отказу от быстрого решения проблемы в свою пользу.
5. Отреагирование положительных черт характера.
6. Обучение передаче эмоционального состояния через художественный образ.
1. **Приветствие «Комплимент».** Дети передают по кругу мяч и говорят друг другу комплименты – приятные, добрые слова.
2. **Дыхательная гимнастика «Ивушка».** Дети изображают как ива колышет длинными ветвями под дуновение ветерка. Звучит песня «Ивушка».
3. **Игра «Я умею хорошо...».** Дети перебрасывают мяч со словами: «Я умею хорошо...А ты?» (бегать, танцевать, играть в прятки и т.п.). Бросают мяч тому, с кем хотят подружиться. Педагог – психолог следит за тем, чтобы каждый ребёнок высказался.
4. **Игра «Серебряное копытце».** Дети одаривают друг друга счастливыми самоцветами (камешками марблс), учатся принимать и дарить подарки. Потом, для снятия мышечного напряжения, скачут, как козлики, смеются, как Даренка, мурлыкают, выгибают спинку, как Муренка.
5. **Игра «Сладкая проблема».** Педагог озвучивает проблемную ситуацию: принесли вкусные конфеты трёх видов, но поровну на всех не хватит. Что сделать, чтобы никого не обидеть. Дети прорабатывают способы выхода из ситуации. Учатся решать проблемы путём переговоров, концентрироваться на принятии совместного решения.
6. **Рисование на тему «Я хороший».** Дети передают своё эмоциональное состояние через художественный образ».
7. **Прощание. Обсуждение занятия, выставка детских работ.**

### **Игровой сеанс 11.**

#### **«Я в трёх зеркалах»**

##### **Цели и задачи:**

1. Настрой на занятие.
2. Снятие мышечных зажимов, уменьшение чувства тревожности, снижение эмоционального напряжения.
3. Развитие сочувствия, внимания, взаимоуважения.
4. Обучение анализу своего поведения, построению логической цепи отрицательных последствий, развитие навыков рассуждения: «Если А, то Б, если Б, то С, и т.д.».
5. Двигательная и эмоциональная разминка.

6. Раскрытие своего «Я», стимулирование стремления к самосовершенствованию. Сохранение положительного эмоционального настроения.

1. **Приветствие «Доброе пожелание».** Дети встают в круг и желают друг другу чего – то приятного, доброго.

2. **Игра «Настроение и походка».** Педагог – психолог ведёт беседу и показ. Дети активно участвуют в обсуждении: как выглядит, ходит, двигается радостный человек? (грустный, злой и т.п.).

3. **Психогимнастический этюд «Лужа».** Один из детей изображает падение в лужу, делает вид, что плачет. Другие дети жалеют его, предлагают свою помощь. В роли упавшего должны побывать все дети.

4. **Упражнение «Отрицательная ветвь».** Проектирование проблемных ситуаций. Обучение анализу своего поведения, построению логической цепи отрицательных последствий, развитие навыков рассуждения: «Если А, то Б, то С и т.д.

5. **Игра «Прогулка».** Двигательная и эмоциональная разминка. Дети под музыку гуляют по группе. Как только музыка смолкла, нужно быстро найти себе пару и замереть, пока не возобновится песенка.

6. **Рисование на тему «Я в трёх зеркалах».** Раскрытие своего «Я», стимулирование стремления к самосовершенствованию. Сохранение положительного эмоционального настроения. Обсуждение рисунков и беседа.

7. **Прощание. Релаксация фибер – душ.**

## **Игровой сеанс 12.**

### **«Ковёр мира»**

#### **Цели и задачи:**

1. Создание положительного настроения на занятие.

2. Выявление индивидуальных особенностей каждого ребёнка, воспитание уважения к другой личности.

3. Развитие умения разрешать конфликты путём переговоров и дискуссий, отказ от вербальной и физической агрессии.

1. **Приветствие «Ласковое имя».** Дети стоят в кругу и, по очереди, приветствуют друг друга ласковыми именами.

2. **Игра «Путешествие».** Дети садятся в круг, закрывают глаза и представляют, что они собираются в путешествие. Они размышляют, кого и что возьмут с собой. Затем педагог – психолог вслух начинает планировать путешествие, рассказывая о своих личных желаниях и мечтах, после чего предлагает сделать то же самое детям, задавая им наводящие вопросы.

3. **Игра «Ковёр мира».** *Примечание:* для игры нужна ткань 90\*150 см, фломастеры, клей, стразы, пуговицы и т.п.

Детям предлагается сесть в круг и ответить на вопросы:



- Можете вы сказать, что иногда спорите с друг другом?
- Ссоритесь ли вы с братом или сестрой?
- О чём вы спорите в группе?
- Как вы себя чувствуете после ссоры?
- Что может произойти, если в споре сталкиваются различные мнения?

Затем педагог-психолог говорит, что у него есть небольшой кусок ткани, который станет ковром мира. Как только возникнет спор, противники могут сесть на него и поговорить, чтобы найти мирное решение, компромисс. На ковёр кладётся красивая игрушка или книжка. Детям предлагается разрешить ситуацию, когда два ребёнка хотят получить эту игрушку. После дискуссии детям предлагается украсить ковёр мира и написать на нём имена детей.

### ***5. Прощание. Подведение итогов.***

## **Игровой сеанс 13.**

### **«Про чувства»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Закрепление умения различать эмоциональное состояние.
- 3.Развитие внимания, умения слышать и слушать.
- 4.Развитие умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ.
- 5.Рефлексия.

**1.Приветствие «Здравствуй!».** Педагог – психолог протягивает каждому участнику руки ладонями вверх и здоровается с ними по имени. Ребёнок кладёт свои ладони на ладони взрослого и в ответ здоровается.

**2.Упражнение «Различные чувства».** Педагог – психолог включает музыкальные композиции с разной эмоциональной окраской. После прослушивания каждой композиции, предлагает детям отгадать, какое настроение, чувство, передаёт та, или иная музыка.

#### **3.Чтение и обсуждение сказки «Про чувства».**

В одном волшебном лесу жил лисёнок, рыжий, пушистый, очень живой, добрый и искренний. И был он совершенно особенный, ведь внутри его, в самом-самом его сердечке каждую минуту рождались ЧУВСТВА. Чувства радости, нежности, благодарности, любви, добра. Это были солнечные чувства. Когда лисенок выпускал их на свободу, Все вокруг становилось теплым, красивым, радостным и солнечным.

Но иногда в его сердечке рождались дождливые чувства. Это были чувства обиды, злости, зависти и вины. Они были как маленькие дождливые тучки и,

когда, лисенок выпускал их на свободу, они улетали на небо, а если чувство было очень сильное, то из тучки капала капелька дождя. И вот однажды, когда лисенок гулял по своему волшебному лесу, он встретил СОМНЕНИЕ и разговорился с ним. И сказал СОМНЕНИЕ лисенку, что, если он хочет быть хорошим, и чтобы его все любили, лисенок не должен проявлять свои дождливые чувства и тогда он станет самым хорошим и любимым. И правда, подумал Лисенок, какая всем польза от моих тучек... и решил не выпускать их. И стали эти тучки оставаться жить в его сердце. И стало там темно, грустно и сыро. И не осталось в сердце лисенка места для солнечных чувств. Загрустил лисенок... Стал думать, кто ему может помочь и вспомнил, что по соседству живут тетушки ДОВЕРИЕ и ПРИНЯТИЕ. Поделился он своей историей с тетушками ДОВЕРИЕМ И ПРИНЯТИЕМ. Внимательно выслушали его тетушки и рассказали, что есть у лисенка ПРАВА, их много, и среди этих прав, Есть ПРАВО на ЧУВСТВА. Это значит, сказал ПРИНЯТИЕ, что любое чувство, которое в тебе рождается, имеет ПРАВО на жизнь и на свободу. А ДОВЕРИЕ сказала, что все любят лисенка просто так, за то, что он просто есть. Хорошо, сказал лисенок, но сейчас у меня так много маленьких дождливых туч, что, если я их выпущу, начнется ураган и потоп, и может быть, даже, цунами. Я боюсь. - Попробуй, сказала ему тетушка ДОВЕРИЕ. Отпускай по одной маленькой тучке и говори ей вслепую: "Мне обидно. Другой - Мне больно, ещё одной - Я злюсь". А мы будем рядом с тобой. И отпустил на свободу лисенок все тучки. И на месте каждой тучки сразу рождались солнечное чувство. И стало лисенку радостно и тепло, поблагодарил он ДОВЕРИЕ и ПРИНЯТИЕ и отправился дарить тепло и любовь своим близким, ведь теперь он знал, что ДОВЕРИЕ и ПРИНЯТИЕ живут рядом с ним и ЛЮБОВЬ просто есть и его любят просто так, за то, что он есть.

Аграпонова Мария

**4. Коллективный рисунок на ватмане «Волшебный лес».** Дети совместно рисуют иллюстрацию к сказке «Про чувства», выбирая любые изобразительные материалы. Во время рисования обсуждают, договариваются о сотрудничестве

**5. Рефлексия, прощание «Салют».**

#### **Игровой сеанс 14. «Сказочная история»**

##### **Цели и задачи:**

1. Создание положительного эмоционального настроения.
2. Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние.
3. Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию.
4. Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.
5. Рефлексия, прощание.

**1.Приветствие «Солнышко».** Дети стоят в кругу, поднимают руки вверх, разводят в стороны, проговаривая слова: «Здравствуй, солнце золотое, здравствуй, небо голубое. Здравствуй, друг! Здравствуй, я! Здравствуй, Родина моя!»

**2.Игра-беседа «Знакомство с гномами».** На доске размещены картинки с гномами (грусть, радость, злость, обида, спокойствие, удивление). Педагог – психолог предлагает ребятам игровую ситуацию: придумать имена гномам и сочинить коллективную сказку про один день из их жизни. Во время сочинения сказки ненавязчиво помогает выстроить сюжетную линию так, чтобы в сказке звучала тема доброты, понимания, взаимовыручки. Можно раздать детям колпачки гномов для лучшего погружения в сказку.

**3. Создание мини – книжки «Сказочная история».** Каждый ребёнок рисует один фрагмент из придуманной сказки (какой именно решают сообща). Затем книга собирается и прошивается.

**4.Упражнение «Случаи из жизни».** Каждый ребёнок получает карточку с изображением сказочного персонажа, оценивает его эмоциональное состояние, рассказывает, что могло произойти с его героем, отчего он в таком настроении, как ему можно помочь (если в этом есть необходимость).

**5.Рефлексия, прощание «Салют».**

## **Игровой сеанс 15. «Поделись улыбкой»**

### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Развивать умение совместно переживать и распознавать эмоциональное состояние.
- 3.Закрепление умения различать эмоциональное состояние по описанию.
- 4.Тренировка психомоторных функций, обучение самовыражению.
- 5.Рефлексия, прощание.

**1.Приветствие «Поделись улыбкой».** Педагог – психолог предлагает детям приветствовать друг друга улыбкой, передавая её по кругу.

**2. Дидактическая игра «Портрет».** Дети собирают портрет своего настроения и рассказывают о нём. Педагог – психолог предлагает обсудить портреты, рассказать о том, какое настроение у ребёнка и почему. Дети, по желанию, помогают друг другу улучшить настроение, придумывают для этого разные способы.

**3. Кинезиологическая гимнастика «Секретный замок».** Две ладошки хлопают, затем они поссорились, одна отвернулась тыльной стороной, вторая говорит:

«Давай дружить!» и накрывает другую, переплетая пальцы в замок. Носом делаем глубокий вдох, ртом – выдох.

4. **Эмоциональные прописи «Аня и Таня».** Педагог – психолог рассказывает детям историю о двух подружках Ане и Тане и, по ходу рассказа, предлагает детям выполнить задания к рассказу – дорисовать лица (эмоции), подходящие по смыслу сюжета.

5. **Рефлексия, прощание, фибер-душ.**

### **Игровой сеанс 16.**

#### **«Бука и Бяка»**

##### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Формирование положительного отношения к сверстникам.
- 3.Развитие умения сотрудничать, договариваться на невербальном уровне.
- 4.Закрепление позитивного командного настроения.

1.**Приветствие «Я рад тебя видеть!».** Педагог – психолог обращается к детям: «Здравствуйте, я рада вас видеть! А вы рады друг друга видеть? Скажите об этом все вместе».

2.**Игра - инсценировка «Сердитый котёнок».** Дети распределяются на пары по своему выбору. Один – котёнок, другой – его хозяин. Первый игрок должен показать, как сердится котёнок 9шипит, выпускает когти, царапается0. Хозяину котёнка необходимо успокоить его, приласкать, погладить. Тогда котёнок успокаивается, начинает мурлыкать, ластиться. Затем участники меняются ролями, и игра на взаимодействие повторяется. Далее происходит обсуждение способов избавления от гнева (пожалеть, приласкать, подбодрить и т.д.).

3. **Этюд в парах «Бука и бяка».** Педагог – психолог читает стихотворение Б. Заходера «Приятная встреча»:

Встретились Бяка и Бука.

Никто не издал и звука,

Никто не подал и знака –

Молчали Бука и Бяка.

И Бука думал со скукой:

«Чего он так смотрит букой?»

А Бяка думал:

«Однако какой он ужасный Бяка!»

Дети инсценируют ситуацию, описанную в стихотворении. Вместе с педагогом – с психологом обсуждают эмоциональное состояние героев, рассуждают, что нужно сделать, чтобы герои не сердились.

4. **Песочная терапия «Встреча».** Дети в парах проигрывают в песочнице встречу двух игрушечных друзей, произносят диалоги. Затем ситуация меняется: встречаются незнакомые дети (игрушки) – отыгрывается тема знакомства, налаживания контакта.

5. **Рефлексия, прощание «Мы друзья».**

### **Игровой сеанс 17. «Встреча с другом»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроя.
- 2.Обучение определению эмоционального состояния по телесным проявлениям – через мимику, пантомимику.
- 3.Снятие телесных зажимов, развитие умения общаться.
- 4.Развитие понимания своего настроения, внутреннего состояния.
- 5.Закрепление умения передавать своё эмоциональное состояние в рисунке.
- 6.Прощание.

1.**Приветствие «Поделись улыбкой».** Педагог – психолог предлагает детям поприветствовать друг друга улыбкой.

2.**Упражнение «Танцы».** Для игры понадобятся воздушные шары по количеству пар детей. При помощи разделения на первого и второго дети разбиваются на пары. Педагог – психолог раздаёт парам по одному воздушному шару. Дети танцуют, стараясь удержать шары между собой без помощи рук (животами, лбами, коленями).

3.**Этюд «Встреча с другом».** Детям даются роли друзей, встретившихся после долгой разлуки. Эмоции считывают с карточек, переворачивая их лицевой стороной. Например, выпали карточки: радость и грусть. Проигрывают этюд, обсуждают.

4.**Подвижная игра «Медведи и пчёлы».** Дети делятся на две команды. Пчёлы – охраняют мёд, медведи сначала пытаются его украсть, затем, по подсказке педагога- психолога, находят другие способы взаимодействия.

5.**Рисование «Радость и грусть».** Каждый сам выбирает эмоцию и рисует смайлик на общей картине.

6.**Рефлексия, прощание «Мы друзья».**

### **Игровой сеанс 18. «Похвали друга»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.

- 2.Продолжение ознакомления с чувствами злости и гнева.
- 3.Снятие эмоционального напряжения.
- 4.Обучение умению контролировать свои эмоции.
5. Снятие эмоционального напряжения.
- 6.Сплочение коллектива.

1.**Упражнение «Приветствие».** Педагог – психолог предлагает детям поздороваться нетрадиционным способом: пропеть своё имя и показать какое-нибудь танцевальное движение, которое повторяют все участники группы.

2.**Упражнение «Определи и изобрази эмоцию».** Дети получают фишки домино «Эмоции», выкладывают их, определяют эмоцию и изображают её.

3.**Этюд «Гневная гиена».** Выбирается ребёнок на роль гневной гиены, он изображает гнев и произносит слова: «Я страшная гиена. Я злобная гиена. От злости на моих губах вскипает пена». Остальные участники помогают ему избавиться от гнева (развеселить, успокоить, приласкать). Игра продолжается до тех пор, пока каждый желающий не побывает в роли гневной гиены.

4.**Игра - сотрудничество «Построй башню».** Дети произвольно разбиваются на пары. Одному партнёру завязывают глаза, другой встаёт рядом. Участники вдвоём должны построить башню из кубиков. Тот, кто видит, берёт кубики руками партнёра и ставит их поочерёдно друг на друга. Затем дети меняются ролями, и игра повторяется.

5. **Упражнение «Похвали друга».** Педагог – психолог предлагает детям похвалить любого участника группы. Например, «Я хочу похвалить Таню за то, что она добрая (милая, хорошая подруга и т.п.). При затруднениях педагог – психолог помогает подобрать слова похвалы.

6.**Рефлексия, прощание «Это я».**

## **Игровой сеанс 19.**

### **«Мы рядом»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Закрепление умения распознавать настроение.
- 3.Обучение способам преодоления негативного настроения.
- 4.Обучение умению проявлять сочувствие, понимание.
- 5.Сплочение коллектива.

1.**Приветствие «Встаньте те, кто любит...».** Педагог – психолог говорит о том, что все люди разные, но, в то же время у нас много общего. Предлагает

убедиться в этом с помощью игры. Просит: «Встаньте те, кто любит мороженое (море, кино, прогулки и т.д.). Те, кто согласен с утверждением, встают. После игры дети делают вывод, что у них действительно много общего.

**2.Игра с кубиком «Азбука эмоций».** Дети по очереди бросают кубик, называют и показывают эмоции.

**3.Упражнение «Злость пришла, злость ушла».** Дети вспоминают ситуации, когда они испытывали чувство злости, рассказывают и показывают, как выглядит (смотрит, ходит) человек в гневе (напрягают мышцы, сжимают кулаки, зубы, хмурят брови). Затем хором кричат: «Уходи, злость!», расслабляют мышцы, улыбаются.

**4.Игра-драматизация «Ваза».** Педагог – психолог предлагает детям изобразить ситуацию: вы несёте в руках хрупкую вазу (осторожно, нежно, внимательно). Ваза падает, разбивается (показываем эмоции: испуг, злость, грусть). Показать реакцию других людей на происшествие. Подумать, как можно помочь.

**5.Рефлексия, прощание «Это я».**

## **Игровой сеанс 20.**

### **«Солнышко»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Закрепление умения контролировать свои эмоции, поведение.
- 3.Выяснение взаимоотношений детей в группе, помощь при осознании себя, черт своего характера.
- 4.Рефлексия.

**1.Приветствие «Передай привет».** Дети стоят в кругу, передают друг другу воображаемый предмет (машинку, куклу, конфетку) и говорят: «Тебе привет и подарок».

**2.Упражнение «Ритм по кругу».** Педагог – психолог задаёт любой ритм, а дети передают его по очереди по кругу. Затем все вместе начинают отбивать заданный ритм до тех пор, пока не добьются согласованности.

**3.Игра «Атомы».** Участники в роли атомов врассыпную бегают по комнате. Ведущий называет определённое число. Играющие должны быстро составить группы (встать, взявшись за руки), в каждой из которых столько атомов, сколько назвал ведущий.

**4.Рисование «Нарисуй солнышко».** Дети парами садятся за столы. Там лежат лист бумаги и жёлтый фломастер. Одному партнёру завязывают глаза и дают в руки фломастер. Другому необходимо, взяв руку товарища, нарисовать солнышко. Затем дети меняются местами и снова рисуют. Педагог – психолог

задаёт детям вопросы: «Получилось ли у вас солнышко?», «Смог ли ты доверить свою руку?». Дети делают вывод, что друзья друг другу доверяют.

#### **5.Рефлексия, прощание «Это я».**

### **Игровой сеанс 21.**

#### **«Ёжики»**

##### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности.
- 3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других.
4. Преодоление негативных переживаний.
- 5.Повышение уверенности в себе.

1.**Приветствие «Комплимент».** Педагог – психолог предлагает детям поприветствовать друг друга с комплиментом. Например, «Привет, Оля, ты красивая».

2.**Упражнение «Ёжики».** Педагог – психолог предлагает детям мысленно представить себя ёжиками, которые приготовились встретить опасность. Для этого им нужно «защищаться иголками» и сильно «сжиматься в клубочек». А когда опасность минует, враг уйдёт, ёжики соберутся в круг и возьмутся за лапки. Вместе с ведущим медленно потянутся к солнышку, чтобы согреться. Игра сопровождается песенками о дружбе.

3.**Чтение и обсуждение сказки «Мальчик Петя».** Во время чтения педагог – психолог предлагает показывать мимикой и пантомимой события в сказке. Затем предлагает обсудить события, помочь героям, сочинить свою сказку.

4.**Рисование «Моя закаляка».** Педагог – психолог предлагает детям пофантазировать и нарисовать свой страх, а потом победить его при помощи средств художественной выразительности: изменить цвет, закрасить, добавить позитивные элементы, узоры, приклеить что-то на рисунок и т.п.

#### **5.Релаксация, прощание «Я твой друг».**

### **Игровой сеанс 22.**

#### **«Мягкие и пушистые»**

##### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Формирование адекватной самооценки, развитие доброжелательности.
- 3.Способствовать пониманию эмоционального состояния других людей.
4. Преодоление негативных переживаний.
- 5.Повышение уверенности в себе.



1.**Приветствие «Цветочный дождь».** Дети стоят в кругу, представляют, что у них в руках охапки цветов, посыпают ими друг друга и говорят слова приветствия.

2.**Упражнение «Хищники».** Педагог – психолог предлагает детям представить себя хищником (тигром, львом и т.д.), расположиться на безопасном расстоянии друг от друга. Затем «хищники» начинают показывать друг другу свою силу и храбрость. Показав все свои возможности, хищники успокаиваются, уважая силу и достоинство каждого.

3. **Релаксация «Мягкий и пушистый».** Включается тихая, спокойная музыка. Педагог – психолог предлагает детям удобно улечься на ковре и представить, что рядом с ними есть кто-то мягкий, добрый и пушистый, кого можно погладить, чтобы успокоиться и расслабиться.

4.**Рисование с элементами аппликации «Мой пушистый друг».** Дети выбирают изобразительные материалы по своему вкусу и создают мини – открытки, делятся впечатлениями, обмениваются мнениями, хвалят работы друг друга, делятся идеями.

5.**Релаксация – прощание «Моё солнышко».**

## **Игровой сеанс 23.**

### **«Цветок радости»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Создание положительного эмоционального настроения.
- 2.Формирование положительного отношения к сверстникам.
- 3.Снижение тревожности при общении.
- 4.Развитие умения совместно переживать общие эмоции.
- 5.Сохранение положительного эмоционального настроения.

1.**Приветствие «Я твой друг».** Дети приветствуют друг друга фразой: «Привет, Вера, я твой друг!» (называют имя ребёнка, с которым здороваются).

2.**Упражнение «Переходы».** Педагог – психолог предлагает поменяться местами тем детям, у которых найдётся сходство. Например, поменяться местами тем, у кого серые глаза, есть в одежде красный цвет, чьё имя начинается на одну и ту же букву и т.п.

3.**Игра «Секрет».** Выбирается ведущий, он садится отдельно и придумывает, какой у него будет секрет. Остальные игроки должны узнать его секрет, используя добрые, ласковые слова, уговаривая. Игроки сменяют друг друга до тех пор, пока кому-либо не удастся узнать секрет.

4.**Рисование «Цветок радости».** Дети рассказывают друг другу о радостных событиях в своей жизни, делятся впечатлениями, учатся слушать каждого,

запоминать, что он рассказывал, не повторять истории друг друга. Затем рисуют свою радость в виде волшебного цветка, который затем размещают на общей выставке. Рисование проходит под весёлую музыку.

**5.Рефлексия. Прощание «Я твой друг».**

## **Игровой сеанс 24.**

### **«Наша группа»**

#### **Цели и задачи:**

- 1.Настрой на занятие.
- 2.Снятие мышечных зажимов, эмоционального напряжения.
- 3.Развитие умения разрешать конфликты путём переговоров и дискуссий.
- 4.Сохранение положительного эмоционального настроения.

**1.Приветствие «Продолжи фразу».** Дети по кругу продолжают фразу: «Я рад вас видеть, потому что...» (вы весёлые, дружная команда, с вами интересно и т.п.)

**2.Упражнение «Фокусник».** Педагог – психолог с помощью считалочки выбирает ведущего – фокусника, выдаёт ему шляпу и волшебную палочку. Дети разыгрывают этюды: ссора, обида, драка и т.п., фокусник, взмахом волшебной палочки исправляет ситуацию, и игроки показывают примирение.

**3.Игра «Ковёр мира».** Дети размещаются на ковре мира по очереди парами и отправляются в путешествие в страну Дружбы. Придумывают себе новые, сказочные имена, рассказывают о том, как они умеют дружить.

**4. Песочная терапия «Наша группа».** Итоговое мероприятие – создание композиции «Наша группа» в песочнице с кинетическим песком и игрушками. Звучит лёгкая, приятная музыка, дети обмениваются впечатлениями о занятиях. Вспоминают, что больше всего понравилось, а что вызвало затруднения.

**5.Прощание «Я твой друг».**

