

**УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ БІЛОЦЕРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ
НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР
ДОШКІЛЬНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД (ЯСЛА-САДОК) КОМБІНОВАНОГО
ТИПУ № 2 «БЕРЕГІНЯ»**

«РАДІСТЬ СПІЛКУВАННЯ»

**ПРОГРАМА РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ,
НАВИЧОК ЕФЕКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА
ПОЗИТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ
(для дітей 5-7 років)**

Автор:
Слободянюк Інна Миколаївна,
практичний психолог
дошкільного навчального закладу
(ясел-садка) комбінованого типу
№ 2 «Берегиня»

Біла Церква

2020

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА	3
1.1. Причини та умови створення програми	3
1.2. Мета програми	5
1.3. Завдання програми	6
1.4. Принципи побудови програми	6
1.5. Етапи реалізації програми	6
1.6. Організація роботи	8
1.7. Структура програми	8
1.8. Очікувані результати	8
РОЗДІЛ ІІ. ЗМІСТОВА ЧАСТИНА ПРОГРАМИ	9
2.1. Орієнтовне перспективне планування	10
2.2. Цикл занять	11
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	100
ДОДАТКИ	102

Додаток А

Діагностичний інструментарій дослідження комунікативних навичок та здібностей. Запитання бесіди з вихователем про статус дітей у групі... 103

Додаток Б

Тест для батьків «Ви і ваша дитина»..... 104

Додаток В

Діагностичний інструментарій дослідження існуючих у дітей комунікативних навичок та здібностей..... 105

Додаток Г

Матеріали консультацій батькам щодо формування у дітей необхідних вмін та навичок для ефективного спілкування.....	108
---	-----

РОЗДІЛ І. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Динамічний характер життя в сучасних умовах вимагає від дитини вміння швидко входити в дитячий колектив, творчо мислити, комфортно почувати себе в соціумі, бути готовим адаптуватися до нових умов. Особливо ця проблема стосується дітей старшого дошкільного віку, які через певний час мають змінити дитячий колектив у дошкільному навчальному закладі на новий – учнівський колектив у початковій школі. А невід’ємною частиною цього є вміння спілкуватися.

Ще Екзюпері сказав: «Найбільша розкіш – це розкіш спілкування».

Стрімкі зміни в соціальній сфері сучасного життя вимагають розвитку цілої низки умінь та навичок, формування яких необхідно починати вже в дошкільному віці.

Порушення спілкування дитини з дорослими та однолітками призводить до втрати емоційних контактів з ними, недорозвинення комунікативної функції мовлення, нездатності до правильного встановлення взаємовідносин, несформованості навичок спілкування.

Сучасна педагогічна практика спирається на психолого-педагогічні дослідження, які теоретично обґрунтовують важливість формування комунікативних умінь і навичок у дітей старшого дошкільного віку.

Вітчизняні вчені вказували на проблеми спілкування та міжособистісних відносин дітей. На думку А.С. Макаренка, тільки в спілкуванні формується і вдосконалюється особистість вихованця.

Л.С. Виговський зазначає, що міжособистісні відносини розвивають та зміцнюють стосунки дітей, а І.С. Кон зауважує: «У шестирічному віці дитина виявляє усвідомлену потребу в спілкуванні саме з однолітками».

У Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні завдання мовленнєвого та комунікативного розвитку дітей зазначені серед пріоритетних. Та, намагаючись їх реалізувати, педагоги, зазвичай, приділяють основну увагу розвитку саме розмовного мовлення, оминаючи його головну – комунікативну функцію, тобто не ставлять перед собою завдання розвитку в дітей саме комунікативних здібностей.

На жаль, і батьки, і педагоги часто недооцінюють величезне значення для розвитку дитини своєчасного набуття нею комунікативної компетенції, яка є запорукою соціалізації особистості та успішності в житті.

Спілкування дитини – це не лише вміння вступати в контакт і вести бесіду, але й уміння уважно й активно слухати і чути, використовувати міміку і жести для більш експресивного вираження своїх думок, налагоджувати тісний емоційний контакт, в результаті якого кожен учасник спілкування проявляє почуття і емоції.

Порушення в цій сфері можуть призводити до підвищення конфлікту, непорозуміння, сварок, низької успішності і труднощів у навчанні.

Актуальність даного питання і обумовила створення розвивальної програми з розвитку комунікативних умінь та формування навичок ефективної взаємодії та позитивного спілкування для дітей 5-7 років «Радість спілкування».

Використані в програмі ігри-вправи усувають «затиски», скутість поведінки, недовіру, страх нових контактів, страх самовираження, сприяють розвитку емоційності, розкнутості, волі рухів, природності спілкування. Розширення невербальних і мовних засобів допомагає виділити й усвідомити значення засобів спілкування, які допомагають встановлювати контакти. Поступово діти зрозуміють, що всі засоби, які мають емоційно позитивне забарвлення, допомагають зрозуміти іншу людину, домовитися (це їх посмішки, рухи, слова і «те, як вони звучать»).

Мета програми: розвиток комунікативних навичок у старших дошкільників через створення середовища, що сприяє розвитку довіри та почуття безпеки, корекції тривожності, агресивності, імпульсивності, сором'язливості, надмірних страхів, замкненості у дітей, позитивної самооцінки виховання співчутливості, доброзичливості, взаємодопомоги та інших позитивних рис характеру; формування соціального та мотиваційного компонента психологічної готовності дітей до навчання в школі.

Завдання програми

1. Навчання дітей конструктивних навичок міжособистісної взаємодії поведінки та основ комунікації.
2. Розвиток емоційної сфери (вміння розуміти свій емоційний стан та розпізнавати почуття оточуючих людей).
3. Нейтралізація негативних особистісних проявів: неорганізованості, агресивності, конфліктності, образливості, тривожності, імпульсивності.
4. Розвиток комунікативних вмінь і навичок, необхідних для успішного спілкування та спільної діяльності в колективі.
5. Розвиток вольової сфери, навичок саморегуляції, позитивного самоконтролю.
6. Формування вміння встановлювати і підтримувати позитивні стосунки з однолітками.
7. Виховання стійкого позитивного ставлення до товаришів.
8. Забезпечення емоційного комфорту, зниження психоемоційної та м'язової напруги, тілесних зажимів.

Етапи реалізації програми

Підготовці і проведенню занять передують ретельна психодіагностична (див. Додаток А) та підготовча робота.

1. Психодіагностична робота з дітьми, батьками, педагогами. Ознайомлення з результатами психодіагностичної роботи вихователів груп та батьків.
2. Індивідуальні консультації батьків та надання рекомендацій.
3. Проведення розвивальних занять.
4. Вихідна психодіагностика дітей.

Організація роботи

Програма розрахована на 30 занять (з жовтня по травень), які проводяться один раз на тиждень у формі міні-тренінгів в другу половину дня, в кабінеті практичного психолога, з дітьми віком 5-7 років, які мають низький рівень розвитку навичок спілкування.

Група дітей кількістю 8-10 чоловік.

Тривалість занять 30-35 хвилин (за умови максимального навантаження).

Форма проведення занять: групова.

Можливі зміни програми: кількість годин може бути збільшена або зменшена залежно від потреб дітей.

Під час занять діти сидять в колі – на стільчиках або на підлозі, що надає гармонію відношенням дітей, дозволяє їм відчувати особливу спільність, полегшує взаєморозуміння і взаємодію.

Структура занять

Структура занять розроблена з урахуванням вікових особливостей дітей, виходячи з мети і завдань програми.

Заняття мають загальну гнучку структуру, наповнену різним змістом і складаються із кількох частин.

Вступна частина - привітання, створення позитивно-емоційної атмосфери, налаштування на роботу.

Основна частина - ігри-перевтілення або ігри-бесіди з обговоренням та аналізом ситуації; етичні казки, пластичні етюди, ігри з елементами музичної терапії, елементи психогімнастики.

Заключна частина - рефлексія заняття, прощання, психологічне завершення групової роботи.

Залучати дітей до активного процесу слід лише за їхнім бажанням.

Очікувані результати

1. Дитина соціально адаптована, переносить набуті навички в соціум.
2. Уміє визначати своє місце в колективі.

3. Адекватно реагує на помилки та невдачі, вміє приймати компромісні рішення.
4. Усвідомлює свої переживання та розуміє почуття оточуючих.
5. Має сформовані навички позитивного самоконтролю, міжособистісної взаємодії поведінки та основ комунікації.
6. З довірою та повагою відноситься до оточуючих та до себе – розуміє свою соціальну відповідальність у партнерських стосунках з однолітками.
7. Здатна будувати морально-етичні взаємовідносини з однолітками.
8. Позитивно сприймає інших дітей, бажає спілкуватися з ними.
9. Має адекватну самооцінку.
10. Спостерігається зниження емоційної напруги, нейтралізація негативних особистісних проявів: неорганізованості, агресивності, конфліктності, образливості, тривожності, імпульсивності.

Порівняльний аналіз даних діагностичних блоків на початковому етапі реалізації програми та повторній психодіагностичній роботі з дітьми, батьками та педагогами дає можливість зробити висновок, що після проведення розвивальних занять дошкільники стали більш відкритими, у них налагодилася колективна взаємодія з ровесниками та дорослими; розвинулась довільна поведінка, елементарна здатність поводитись морально за відсутності контролю з боку дорослого; сформувались навички культури спілкування, уміння встановлювати контакти з людьми і діяти в різноманітних комунікативних ситуаціях, що дозволяють дитині самореалізуватися.

РОЗДІЛ II. ЗМІСТОВА ЧАСТИНА ПРОГРАМИ

Запропонована програма містить наступні блоки, завдання та відповідні частини:

1. Навчальний блок спрямований на формування й виховання гармонійно розвиненої, соціально активної особистості та складається з наступних частин:

- частина I «Я та Я» - формування і підтримка позитивного відношення дитини до самої себе, уявлень та знань про свою особистість; сприяння посиленню уваги дитини до образу «Я», до своїх відчуттів і переживань.

- частина II «Я та інші» - формування навичок спільної діяльності, розуміння індивідуальних особливостей інших людей, уважного і доброзичливого ставлення до людей і одне до одного.

- частина III «Мій емоційний світ» - формування усвідомлення адекватного вираження своїх емоцій; розвиток вміння розпізнавати емоційні реакції інших людей.

- частина IV «Я вчуся спілкуватися» - вдосконалення культури поведінки; розвиток почуттів товарищескості, взаємодопомоги, вміння дітей вести вербальні і невербальні діалоги, використовуючи мову жестів, міміки і пантоміміки.

- частина V «Я вдивляюся у себе» - формування вмінь регулювати свою поведінку.

- частина VI «У злагоді разом живемо» - формування навичок культурної поведінки; виховування дружніх стосунків між дітьми.

2. Діагностичний блок спрямований на вивчення соціально-емоційного розвитку дошкільників, статусу дітей в групі, оцінювання дитячо-батьківських відносин.

3. Блок «Робота з батьками» спрямований на співпрацю дитсадка та сім'ї у розв'язанні завдань розвитку комунікативних умінь і навичок, необхідних для успішного спілкування та спільної діяльності старших дошкільників через організацію психолого-педагогічного консультування батьків з метою підвищення ролі родинного виховання, поширення знань серед батьків про необхідність формування соціальних навичок ефективної взаємодії та позитивного спілкування старших дошкільників.

2.1. Орієнтовне перспективне планування

Частина	Тема занять	Мета вправ, ігор, бесід, етюдів
Я та Я	А ось і я	- сприяти посиленню уваги дитини до себе, до своїх відчуттів і переживань; - вчити дітей знайомитись одне з одним, звикати, пристосовуватися в новому середовищі; - розвивати впевненість у собі; - формувати позитивний образ «Я», уявлення та знання про себе.
	Все про мене	
	Я не такий як усі	
	Дитина як перлина	
	Кожна дитина - особлива	
Я та інші	Ми різні та однакові водночас	- вчити з розумінням ставитися до індивідуальних особливостей інших людей і відмінностей між ними; - розвивати у дітей навички спільної діяльності; - формувати уважне і доброзичливе ставлення до людей і одне до одного; - виховувати співчутливість, доброзичливість, взаємодопомогу та інші позитивні риси характеру.
	Я, ти, ми – добрі друзі	
	Ми вміємо діяти разом	
	Дружні діти мов квіти	
	Разом об'єднатися – веселіше гратися	
Мій емоційний світ	Абетка настрою	- сприяти створенню комфортної атмосфери для кожного учасника; - ознайомлювати дітей з емоціями людини; - учити усвідомлювати адекватно виражати свої емоції; - розвивати вміння розпізнавати емоційні реакції інших людей.
	Світ моїх емоцій	
	Мова почуттів	
	Відчувати радість від усмішки	
	Школа милосердя та доброти	
Я вчуся спілкуватися	Гарних манер набувати і ввічливим ставати	- учити розповідати свої почуття, переживання; - розвивати вміння дітей вести вербальні і невербальні діалоги, використовуючи мову жестів, міміки і пантоміміки; - формувати свою думку («Я відчуваю...», «Мене турбує...», «Я вважаю...»).
	У злагоді бути – про образи забути	
	Чарівна сила слова	
	Я прагну живого спілкування	
	Дружба починається з усмішки	

Я вдивляюся у себе	Себе оцінити і кращим зробити	- покращувати у дошкільників позитивний емоційний настрій і вміння звільнятися від напруги, скутості; - вчити встановлювати і підтримувати позитивні стосунки з дітьми; - формувати вміння регулювати свою поведінку.
	Діти ввічливі та чемні всім навколишнім приємні	
	Мій внутрішній світ	
	Я вчуся розуміти іншого	
	Я мислю і розмовляю	
У злагоді разом живемо	Чемним зростати	- вправляти дітей у ввічливому спілкуванні з дорослими й однолітками; - розвивати почуття поваги до себе та до інших людей; - формувати навички культурної поведінки; - виховувати дружні стосунки між дітьми.
	Усім допомагати – вірних друзів мати	
	Ми приходимо у світ творити добро	
	Добрі справи робити і їм радіти	
	З усіма дружно жити і їх розуміти	

2.2. ЦИКЛ ЗАНЯТЬ

Частина I «Я ТА Я»

Заняття 1. Тема: «А ось і Я»

Мета:

- вчити дітей приймати себе та усвідомлювати своє «Я»;
- розвивати комунікативно-мовленнєві навички, увагу, уяву, вміння проявляти позитивні емоції;
- формувати повагу та доброзичливе ставлення до себе; уявлення та знання про себе; свою думку;
- сприяти розвитку індивідуальності, доброзичливості дитини; зняттю емоційної напруги; формуванню адекватної позитивної самооцінки дитини, почуття власної гідності;
- допомагати усвідомлювати свої можливості та успіхи.

Обладнання: м'ячик із вовни; коробка, всередині якої заховане люстерко.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Треба дружно привітатись»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Треба дружно привітатись: «Добрий день!»

Дружно й голосно сказати: «Добрий день!»

Тож усміхніться у відповідь діти,

І вашим успіхам я буду радіти.

Вправа «Знайомство»

Психолог пропонує дітям використати у розмові між собою мовні звернення:

- Як тебе звати?
- Як твоє ім'я?
- Дуже приємно!
- Я радий тебе бачити!
- Я радий з тобою познайомитися.

Гра «Ім'я»

Перший гравець називає своє ім'я, його сусід називає ім'я першого і своє, далі наступний називає перше ім'я, друге і своє, і так по ланцюжку повторюються всі раніше названі імена і своє.

Гра «Секрет»

Дітям пропонується подивитися в коробку (в якій розміщено люстерко) зазначивши, що дивитися треба, зберігаючи секрет, там є портрет

найголовнішої людини. Запитання до дітей: хто найголовніша, найрозумніша, найсміливіша людина на землі для кожного з вас?

Обговорення: Хто найголовніший на землі? Кожен з нас дуже важливий не тільки для себе, для своїх батьків і т.д, а й для всього світу.

Вправа «Зазирни у дзеркало»

Кожен з учасників, дивлячись у маленьке дзеркальце, каже собі лагідні, привітні, добрі слова.

Гра «Розкажи про себе»

Психолог кидає м'яч дітям по черзі і ставить запитання:

- Чим ти любиш гратися?
- Яка твоя улюблена страва?
- Який улюблений колір?
- Хто твої друзі?
- Яка улюблена казка?
- Який улюблений мультфільм?

Вправа «За що мене любить мама?»

Діти, стоячи у колі по черзі розповідають за що їх любить мама. Якщо дитина не може відповісти, психолог чи діти можуть допомогти. Після цієї вправи слід наголосити дітям, що всі мами люблять своїх дітей, бо вони для них найважливіші люди на землі.

Вправа «Доповнити речення»

Психолог кидає дітям по черзі м'яч, промовляючи незакінчене речення, а ті в свою чергу продовжують речення: «Мені весело, коли ...», «Я люблю ...», «Я хочу...», «Мені сумно, коли ...», «Мені соромно, коли ...», «Мені цікаво, коли ...».

Вправа-релаксація «Політ птаха»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Давайте спробуємо перетворитися на пташку. Ми зможемо пізнавати красу і легкість польоту. Злетимо над землею в ясне блакитне небо, бо небо – це царство птахів. Один з найчарівніших птахів – лебідь: білий, як сніг, з довгою, гнучкою шиєю. Підніміть підборіддя вгору. Закрийте очі і подихайте, як птахи. Вдих – видих. Після видиху говорити про себе «Я лебідь». Шия витягнута, напружена. Спина пряма. Широко розкиньте руки-«крила». Ми летимо, тіло – легке, як пір'їнка, ми зовсім його не відчуваємо. Як радісно і вільно! Чисте небо навколо, прохолода, тиша, спокій. Вдих – видих. Перед нами, як дзеркало блищить озеро. Можна придивитися і побачити там себе – найкращого птаха. Вдих – видих. Ми плавно летимо. Нам подобається і зовсім не страшно. Спускаємося все нижче та нижче і ось ми торкнулися землі... Чудовий політ. Хай у когось трохи не вийшло, не біда.

Адже і лебідь-красень не одразу полетів. Спочатку він був бридким каченям. Але він мріяв стати лебедем і мрія здійснилась. Все прекрасне коли-небудь збувається, треба лише повірити в себе».

Рефлексія. Вправа «Мені було..., тому що...»

Психолог: Ваше завдання – пригадати все. Що ми сьогодні робили, пригадати свої відчуття і доповнити фразу «Мені було..., тому що...».

Ритуал прощання Вправа «Прощання»

Дітям пропонують використати мовні звернення:

- До зустрічі!
- До завтра!
- На все добре!
- Всього найкращого!
- Будьте здорові!
- Хай щастить!
- Прощайте!

Заняття 2. Тема: «Все про мене»

Мета:

- створити позитивний емоційний настрій в групі;
- вчити розповідати про свої почуття, переживання;
- розвивати комунікативні навички; групову взаємодію, почуття єдності;
- знижувати емоційну напругу;
- формувати позитивний образ «Я», уявлення та знання про себе, свою думку;
- пробуджувати потребу самоповаги до себе, як особистості;

Обладнання: м'ячик, паперова квітка.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Добрі слова»

Доброго ранку! – мовлю за звичаєм.

Доброго ранку, – кожному зичу я.

Доброго ранку вам, людям, бажаю.

І посміхаються у відповідь люди:

Добрі слова ж бо для кожного любі!

Вправа «Посмішка по колу»

Всі беруться за руки і «передають» посмішку по колу: кожна дитина повертається до свого сусіда праворуч чи ліворуч і, побажавши щось хороше та приємне, посміхається йому. При цьому можна образно «взяти посмішку» в долоні і обережно передавати її по колу, з рук у руки. Така форма вітання може стати традиційним ритуалом за час роботи групи.

Вправа «Презентація себе»

По колу передається м'ячик, діти називають своє ім'я в тій формі, яка їм подобається, так як вони хочуть, щоб їх називали, вітаються один із одним.

Вправа «Компліменти»

Діти сидять чи стоять у колі. Дивлячись в очі сусідові, треба передати йому паперову квітку, говорячи при цьому кілька добрих слів, за щось похвалити. Дитина, якій зробили комплімент, киває головою й говорить: «Дякую, мені дуже приємно!» Потім вона говорить комплімент своєму сусідові. Коли виникають труднощі, психолог може зробити комплімент або запропонувати сказати щось «смачне», «солодке», «квіткове». Протягом гри, психолог в колі разом з дітьми, показує приклад, підказує, підбадьорює, налаштовує дітей на позитив.

Гра «Який Я?»

Діти сидять у колі, психолог з м'ячем у центрі. До кого покотиться й кого торкнеться м'яч, той розповідає про себе: як звати, скільки років, уподобання, інтереси. Зразок опису дає дорослий.

Вправа «Моя особливість»

Усі гравці сідають по колу. Кожний по черзі називає себе на ім'я та додає слово, що відрізняє його від решти дітей. Можна повідомити про свою індивідуальність 2-3 реченнями. Естафету гравці передають питанням: «А ти хто?» та торканням.

Вправа «Похвалинки»

Кожен по черзі говорить про свій добрий вчинок, починаючи речення словами: «Одного разу я...». Розпочинає психолог. Якщо дитина не може відповісти, психолог чи діти можуть допомогти.

Вправа-релаксація «Осінній сон»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Лягайте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Уявляємо себе на м'якому килимі із осіннього барвистого листя. Сниться нам осінній сон. Птахи відлітають у вирій. Звірі готуються до зими, люди збирають осінні дари лісу, саду, городу. Природа готується теж до сну. Ледь-ледь пробиваються крізь хмарки останні сонячні промінчики. Насуплені висять осінні хмари, от-от капнуть своїми сльозами – дощовими краплинками. Осінь – спокійна, тиха пора року. Приємно спиться під легкий шелест вітру та теплий дотик сонечка (пауза). Хоч, як приємно, але час прокидатися».

Вправа «Башточка дружби»

Діти стискають міцно кулачки та будують «башточку», ставлячи кулачки один на одний.

Рефлексія. Вправа «Закінчи речення»

Діти роблять аналіз своєї роботи, продовжують речення:

- Сьогодні я дізнався...
- Мені було цікаво...
- Я виконував завдання...
- Я зрозумів, що...
- Тепер я можу...
- Я відчув, що...
- Я навчився...
- У мене вийшло...
- Я спробую...

- Мене здивувало...

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Дітям пропонують попрощатися словами:

Ось скінчилась наша гра.
Все, прощатись нам пора.
Будемо завтра зустрічатись,
В нові ігри будемо гратись.

Заняття 3. Тема: «Я не такий як усі»

Мета:

- створювати позитивний емоційний настрій в групі;
- вчити дітей визначати та підвищувати самооцінку;
- розвивати тактильно-кінестетичну чутливість, навички спілкування;
- підводити дітей до розуміння неповторності кожної людини;
- знайомити дітей з невербальними формами спілкування;
- допомагати долати замкненість, скутість;
- розширювати поняття єдності та спільності;
- формувати вміння висловлювати власні думки;
- знімати внутрішню напругу.

Обладнання: маленьке люстерко; велике дзеркало, іграшкове сердечко.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Доброго ранку, сонце ясне!»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго ранку, сонце ясне!

Доброго ранку, сонце красне!

Доброго ранку, сонце-друзе,

Ми один одного дуже всі любим!

Вправа «Привіт, друже!»

Діти по колу вітаються один з одним, називаючи ім'я сусіда, який у свою чергу відповідає на привітання і звертається до наступного, додаючи при цьому добрі побажання та передаючи іграшкове сердечко. Дивитися треба прямо у вічі тому, до кого звертаєшся і говорити лагідним тоном.

Казка «Хто кращий?»

В одній Чарівній країні на зеленому лужку росли собі чарівні квіти. А чому вони були чарівними? Тому що вмili розмовляти і гралися, мов діти. Квіточки були всі різні: і червоні, немов жар; і жовті, як сонечко; і білі, мов хмаринки; і блакитні, як весняне небо. Жили вони дружно й весело, аж ось сталася одна подія. Пробігала тим самим лужком із квітами маленька дівчинка Яринка та й загубила дзеркальце. Воно закотилося в травичку й зупинилося біля наших квіточок. Першою дзеркальце помітила червона квітка. Зазирнула в нього, побачила себе та й запишалася. «Ой, яка я гарна, всі інші не такі, як я! Не буду з ними дружити!» — сказала квітка. Але й інші квіточки подивились у дзеркальце й подумали так само: я біла — найкраща, я жовта — найкраща, я блакитна — найкраща, а решта не такі, тому вони гірші.

Почалися між квіточками суперечки, вони припинили гратися і стало сумно на лужку. Тим часом Яринка прийшла на чарівну галявинку шукати загублене дзеркальце. Доки вона його шукала, то почала плести собі віночок. Взяла червоних квіточок, але віночок був, хоч і гарний, та все-таки в ньому бракувало кольорів. Тоді Яринка набрала різних квітів: і білих, і жовтих, і блакитних. Тож віночок вийшов барвистий, яскравий, дуже гарний.

Аж тут і дзеркальце знайшлося. Наділа Яринка віночок, глянула в дзеркальце, й усі квіточки побачили, яка то краса, коли різні квіти, різні барви збираються разом у веселий віночок. І зрозуміли квіточки: хоч усі вони різні, але однаково привабливі, однаково важливі для інших, та й перестали сваритися, і вже жодна квіточка не вважала іншу, не таку, як вона сама, гіршою за себе.

Запитання до казки:

1. Якщо хто-небудь чимось відрізняється від інших, то чи гірший він? *(варіанти відповідей дітей).*
2. Як дзеркальце нашкодило квіточкам? *(варіанти відповідей дітей).*
3. Що допомогло квіточкам знову подружитися? *(варіанти відповідей дітей).*
4. Чому віночок такий гарний? *(варіанти відповідей дітей).*
5. Що значить бути дружними? *(варіанти відповідей дітей).* **що**

Гра-бесіда «Чи знаєш ти себе?»

Психолог: Усі люди різні. Чим вони відрізняються один від одного? Чому людей не плутають? Чи знаєте ви себе? Кожен хто отримає м'яч дасть відповідь на питання:

- Хто ти – хлопчик чи дівчинка?
- Скільки тобі років?
- Якого кольору в тебе волосся?
- Якого кольору очі?
- Чи є у тебе веснянки на носі?
- Якщо порівняти тебе з іншими дітьми, який ти на зріст?
- Чи є у тебе родимки, за якими тебе можна впізнати?
- Який одяг ти любиш носити?
- Що у твоїй зовнішності подобається тобі, твоїм батькам, оточуючим?

Вправа «Чарівні дзеркала»

Діти, узявшись за руки, утворюють півколо, передають люстерко один одному. Педагог пропонує кожній дитині подивитись у люстерко і розповісти, що вона там побачила. Потім діти всі разом дивляться у велике дзеркало й порівнюють зображення.

Психолог акцентує увагу на тому, що в маленькому дзеркалі кожен побачив себе окремо, а у великому – всіх разом. Запитує чи є схожі зображення у великому дзеркалі?

Поступово дорослий підводить дітей до висновку, що зображення різні, але кожне по-своєму чимось приваблює, налаштовує на розмову.

Гра «Ручки»

Психолог говорить фразу, а діти виконують рухи:

- руки знайомляться;
- руки вітаються;
- руки сваряться;
- руки миряться;
- руки прощаються.

Гра «Впізнай себе чи товариша»

Психолог пропонує за словесним портретом відгадати, про кого йдеться. Починає гру дорослий, закінчують діти.

Гра «Ми з тобою схожі...»

Учасники утворюють два кола — внутрішнє та зовнішнє, обличчям одне до одного. Кількість учасників в обох колах однакова. Учасники зовнішнього кола кажуть своїм партнерам напроти фразу, що починається зі слів: «Ми з тобою схожі тим, що...». Наприклад: «Живемо на одній планеті, ходимо в одну групу» і т. ін. Учасники внутрішнього кола відповідають: «Ми з тобою відрізняємось тим, що...». Наприклад: «У нас різний колір очей, різна довжина волосся» і т. ін. Потім за командою ведучого учасники внутрішнього кола пересуваються, змінюючи партнера (за годинниковою стрілкою). Процедура повторюється, поки кожний учасник внутрішнього кола не зустрінеється з кожним учасником зовнішнього кола.

Вправа «Пересядьте всі, хто. . .»

Ведучий говорить, що всі ми дуже різні і водночас чимось схожі один на одного. Пропонує переконатися в цьому. Потім каже: «Пересядьте всі, хто любить морозиво, плавати в ріці, лягати спати вчасно, прибирати іграшки тощо». Діти спочатку просто граються, а потім роблять висновок, що, справді, в них є багато спільного.

Вправа-релаксація «Подорож на хмарі»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Лягайте зручно на хмаринку і заплющіть очі...Глибоко вдихніть і видихніть. Ще раз... Ви лежите на білій пухнастій хмаринці. Відчуйте, як ваші ноги, спина, все тіло зручно розташувалися на цій м'якій великій подушці. Починається подорож.

Ваша хмаринка піднімається в блакитне небо. Ви відчуваєте, як вітер легко дмухає на ваше обличчя. Тут, високо в небі, все спокійно і тихо. Ми пропливаємо повз ласкаве сонечко, яке торкається до нас своїми теплими промінчиками. Сонечко лоскоче наші носики, очі й вушка. Відчуйте, як воно грається вашим волоссям. Але хмаринка несе нас далі. Посміхніться сонечку на прощання.

Ну, ось і скінчилась наша подорож на хмаринці. Повільно піднімаємося і дякуємо їй».

Рефлексія. Вправа «Поділись думками»

Психолог пропонує дітям відповісти на запитання: Що сподобалося на занятті?

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Дітям пропонують попрощатися словами:

Ми сьогодні гралися,
Багато нового дізнавалися,
Всі на славу потрудилися,
І трохи повеселилися.
Було весело нам з вами!
Друзі, дякую!!! До побачення махаєм!

Заняття 4. Тема: «Дитина як перлина»

Мета:

- вчити встановлювати і підтримувати позитивні стосунки з дітьми;
- розвивати комунікабельність, навички соціального спілкування, довільну пам'ять, впевненість у собі;
- виховувати стійке позитивне ставлення до товаришів;
- створювати доброзичливу невимушену атмосферу;
- формувати соціальні зв'язки; вміння проявляти симпатії до однолітків, регулювати свою поведінку;
- гармонізувати внутрішній стан;
- тренувати вміння слухати інших, висловлювати свою думку.

Обладнання: клубочок яскравих ниток.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Добрий ранок!»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Добрий ранок!

Добрий день!

Нашу зустріч розпочнем!

Я усіх дітей гукаю,

Та до себе закликаю!

Будемо ми разом грати,

Заняття час вже починати.

Вправа «Привітання»

Діти стоять у колі. Психолог присідає по черзі перед кожною дитиною, дивлячись їй у вічі, з'єднує підняті вгору свої долоні з долоньками дитини і говорить слова: «Добрий день, Іринко». Дитина відповідає: «Добрий день, Інна Миколаївна».

Вправа «Вітання незвичним способом»

Психолог: Вітаю вас! І ви, діти, привітайте одне одного, але не звичайним привітанням, а так, як я вам покажу.

Діти вільно пересуваються кімнатою, постійно змінюючи партнерів для вітання. А вітатися з дітьми вони повинні так, як говорить психолог. Приклади: руками, носами, ногами, усмішками тощо.

Вправа «Калейдоскоп імен»

Психолог по черзі називає літери алфавіту. Діти, чиє ім'я починається з цієї літери, мають встати та назвати своє ім'я.

Вправа «Павутинка дружби»

Діти стоять у колі і передають клубочок яскравих ниток кому захочуть, при цьому говорять добрі побажання або комплімент. В ході гри сплітається «павутинка», яка з'єднує справжніх друзів.

Вправа «Хто Я?»

Діти по черзі намагаються назвати якомога більше відповідей на запитання «Хто Я?». З метою опису себе вони використовують характеристики, риси, інтереси й почуття, і кожне речення починається із займенника «Я». Наприклад: «Я — дівчинка», «Я — спортсмен», «Я — хороша людина» тощо.

Психолог стежить за тим, щоб діти не повторювали те, про що говорили попередні діти, а описували саме себе.

Вправа «Опишіть одне одного»

Дві дитини стоять або сидять спиною одна до одної й по черзі описують зачіску, обличчя, одяг іншого. Потім з'ясовують, чиє описання друга було точнішим.

Вправа «Казковий вітерець»

Діти сидять по колу повернувшись один до одного спиною. Психолог ніжно і акуратно погладжує по спині дитину, яка сидить попереду. вона — наступного і так далі.

Вправа «Торбинка сміху»

Психолог читає вірша О. Пархоменко, діти виконують дії, про які йдеться у вірші:

За смішинкою смішинку
Знов складаю я в торбинку.
До торбинки поспішіть —
Хай торбинка посмішить!
Сміх — здоров'я, сміх — для всіх,
Посміятися не гріх.
Регочіть собі завзято,
Тільки, чур, не на занятті!...

Вправа-релаксація «Сонячний зайчик»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Сонячний зайчик зазирнув вам у вічі. Заплющіть їх. Зайчик побіг повільно по вашому обличчю, ніжно, ласкаво погладив своїми теплими долоньками: побував спочатку на лобику, потім перемістився на носик, а тепер до ротика. Вам стало тепло, приємно. Посміхніться сонячному зайчику, а він вам у відповідь. Сонячний зайчик притулився то до правої, то до лівої щічки, потім до підборіддя, пробіг по животику, ручках, ніжках. Він

дуже любить вас, ніжно, ласкаво погладжує своїми теплими долоньками. Спробуйте подружитися із сонячним зайчиком».

Рефлексія. Вправа «Що я отримав на цьому занятті?»

Учасники по черзі продовжують незакінчене речення: «Для мене сьогодні було нове й цікаве те, що ...»

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів - глянь навколо.
Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будем.

Заняття 5. Тема: «Кожна дитина — особлива»

Мета:

- розширювати уявлення про себе;
- розвивати почуття єдності, впевненість в собі, комунікативні навички, емпатію, вміння проявляти позитивні емоції;
- відпрацьовувати навички вміння короткої самопрезентації та досягнення стану розкнутості, відкритості, згуртованості членів групи;
- тренувати вміння слухати інших, висловлювати свою думку;
- давати дітям можливість поглянути на себе ніби з різних боків;
- формувати почуття розкнутості, позитивного емоційного ставлення до членів групи.

Обладнання: м'ячик, люстерко.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Друзі»

Стоячи в колі, взявшись за руки, діти виконують рухи і промовляють слова:

Я – твій друг! Ти – мій друг! І навколо – друзі!

В мене – ніс, і в тебе – ніс. Плеснемо в долоні!

В мене – щічки, в тебе – щічки. Гарні та гладенькі!

Я – твій друг! Ти – мій друг! Друзі веселенькі!

Вправа «Іскорка доброти»

Психолог: Давайте зігріємо свої руки теплим диханням, ніби вкладемо в них свою теплу душу. Уявіть собі, що від вашого теплового подиху у ваших долоньках загорілась тепла маленька іскорка, ніби сонячна краплинка – тепла і лагідна. А тепер простягніть свої руки до всіх, посміхніться і подаруйте їм свою доброту. *(Діти здувають уявну іскорку зі своїх долонь).*

Вправа «Як мене звати?»

Психолог: Діти, ви знаєте, що в кожного з нас є ім'я. Цим іменем вас називають мама, тато, бабуся, дідусь, інші люди. Кожне ім'я наділяє людину й різними відмітними рисами характеру. Наприклад, ім'я... означає...

Але людину можна називати не тільки іменем, а улюбленим ласкавим словом (сонечко, зайчик, рибка...). Може бути, когось з вас теж називають не вашим іменем, а таким от ласкавим словом? Якими словами? А як можна назвати себе? Послухайте, як я буду називати Олену: Оленка, Оленочка... *(Запитати дітей їх варіанти.)* Ви знаєте, що імена дають, коли людина народжується. Коли вона маленька, її називають дуже ласкаво

й ніжно — Оленька, Олюшка (*запитати дітей, як ще*), а коли людина підростає, її називають по-іншому - Олена, Ольга.

А мене звати: Інна Миколаївна. Чому мене так називають? Як звати вашого тата? Дорослих людей частіше називають на ім'я й по батькові. От які цікаві імена в наших дітей. (*Діти називають своє ім'я: коротке, повне, ласкаве, найулюбленіше*).

Гра «Розкажи мені про себе»

Варіант 1. Психолог кидає м'яч кожній дитині у колі. Той, хто впіймав, має відповісти на запитання: «Що ти любиш найбільше?», «Що тобі найбільше подобається?», «Що ти любиш робити?», «Чого ти найбільше боїшся?».

Варіант 2. Діти ставлять аналогічні запитання по колу одне одному.

Вправа «Емоційний ланцюжок»

Учасникам стають у коло, кладуть руку на плече учасника, який стоїть поруч. Завдання полягає в тому, що необхідно побажати йому щось приємне, подякувати за хорошу роботу, за позитивні емоції.

Психологічне пестування «Як треба себе любити?»

Психолог: Уявіть себе на білому кораблі. Навкруги тепле, ласкаве, блакитне небо. Світить яскраве сонце. Яка краса! Подивіться у люстерка лагідно посміхніться собі, погладьте себе, зробіть собі приємний комплімент («Я красивий», «Я привітний», «Я розумний», «Я кмітливий»)

Правила, з якими варто ознайомити старших дошкільників:

- іди до людей з добром: добро породжує добро, а зло - зло;
- ніколи не втрачай надії на успіх;
- не бійся помилитися, не докоряй собі за недоліки: вони - крок до перемоги;
- знаходь у житті хороші сторони, не зосереджуйся на поганому;
- переключай свою увагу з труднощів на красу природи, відпочинок, приємне спілкування;
- не заздри успіхам інших, приймай це як належне, порадій за них;
- спробуй розповісти про свої переживання близькій людині, тварині, улюбленій іграшці.

Вправа «Римуємо імена»

Учасникам необхідно скласти дворядковий вірш про своє ім'я, що починається словами: «Мене звать...». Наприклад:

- Мене звать Ніна, я вийшла з магазину.
- Мене звать Саша, в мене згоріла каша.
- Мене звать Ваня, в мене яблуко в кармані.

Гра «Я хороший тому, що...»

Психолог: Кожен із вас скаже по одному реченню, яке починається словами «Я хороший тому, що...», і так по колу, доки кожен із групи висловиться. Ми уважно слухатимемо, а далі говоритимемо про сусіда ліворуч, починаючи речення словами: «Ти хороший тому, що...». А тепер продовжуйте речення «Ми хороші тому, що...» (*Психолог може підказками допомагати дітям висловитися, але не говорити за них*).

Казка «Про повітряну кульку» А.Кох

Бавилась одного разу дівчинка з повітряною кулькою.

– Ходімо в піжмурки гратися! – гукнула її подруга. Дівчинка прив'язала кульку до лавки й побігла. Довго сиділа кулька на ниточці. Дуже сердилася, що дівчинка її залишила.

– Мені надокучила ця коротка нитка! Я хочу літати! – смикалася, смикалася, поки не відірвалася. Але злетіти не змогла і тому сердилася ще дужче, підстрибуючи по доріжці. Враз зупинилася біля галявини.

– Гей ви, лінюхи! – гукнула до кульбабок.

– Скільки можна триматися за стебельця! Давайте разом літати!

– Ми не можемо з тобою мандрувати. Наше коріння в землі, – відповідали хором кульбабки.

– Ну то й що? – роздула боки кулька.

– Я також ніколи не літала. Завжди гралася з дівчинкою. Вона прив'язала мене за ниточку до лавки. Я смикалася, поки не відірвалася. Тепер шукаю, з ким мені політати. Кульбабки дружно почали вовтузитись, аж погубили біленькі шапочки. Над галявиною піднялася пухнаста хмаринка.

– От з ким я полечу! — закричала кулька. Але щось не пускало її злетіти. Пухнаста хмаринка була вже далеко і високо, а кулька все ще бігала по галявині, галасувала, сердилася. Вона ледве не збила з ніг вітерець, що прогулювався стежкою.

– Ти чого лементуєш? – отямившись, запитав він.

– Я не можу злетіти! – відповіла кулька.

– Тебе тягне до землі тітонька злість, – сказав вітерець.

– Для того щоб полетіти, треба бути веселим, як я. Вітерець почав стрибати, крутитися, перевертатися. Врешті він розбігся і... полетів. Привітався до хмаринки, вклонився сонечку. Вітерець був дуже кумедний, і кулька дзвінко розсміялася. У ту ж мить стала зовсім легкою і полетіла у небо.

Бесіда

Чому кулька не змогла злетіти?

Яким був вітерець?

Яких правил поведінки дотримуєшся ти?

Хто може сказати про себе:

- я дотримуюся розпорядку дня;
- у транспорті не штовхаюся;
- поступаюся місцем старшим і дівчаткам;
- вживаю ввічливі слова під час розмови;
- люблю й оберігаю природу;
- відповідаю за кожен свій вчинок;
- думаю не лише про себе, а й про інших;
- до чужої біди я не байдужий;
- не засмічую вулиці різними речами;
- радію успіхам товариша, разом із ним переживаю невдачі.

Гра «Склади віршик»

Психолог пропонує розпочати фразу, а діти мають її закінчувати:

Мав Сашко гарненьку книжку,
 Кинув враз її під ... (ліжко).
 Де лежала бідна книжка,
 Пробігала сіра ... (мишка).
 Стала мишка книжку гризти,
 Стала мишка книжку ... (їсти).
 Звідкісь взявся їжачок,
 Він був весь із ... (голочок).
 Він прогнав зубасту ... (мишку).
 Врятував нещасну ... (книжку).
 Слава, слава їжачкові,
 Сором же кому? (Сашкові)

Гра-руханка «Подарунок»

Діти стоять у колі. Кожен із них придумує, який подарунок він хотів би вручити сусідові ліворуч. По черзі за допомогою міміки та жестів пояснює тому, кому дарує. Допускається підказка, але така, в якій не міститься назви цього предмета, а тільки його опис.

Вправа «Секрет»

Діти передають один одному м'ячик і по «секрету» розповідають із ким вони дружать, хто їм подобається, кого вони люблять.

Підсумок

Кожна дитина в цьому світі заслуговує на любов, кожна дитина — хороша, й корисні навички теплих взаємовідносин допомагають кожному з вас розкрити та розвинути свої здібності. Тож будьмо, діти, лагідними та привітними одне до одного, учімося мирно жити, знаючи, що кожен із нас

заслуговує на добре ставлення до себе і сам повинен гарно ставитися до інших

Вправа-релаксація «Сон»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова:

«Віїки опускаються, повіки закриваються...

Повіки спати хочуть, заплющуються очі..

Сном чарівним засинаємо і у сні відпочиваємо...

Ми тихо засинаємо, в сон ми поринаємо.

Гріє сонечко в цей час, ручки й ніжки теплі в нас...

Гріє сонечко сильніше, відпочинемо у тиші.

Добре нам відпочивати, але час уже вставати,

Всіх нас огортає спокій, і ласкавий, і глибокий

Потягнімося, усміхнімося!»

Рефлексія. Вправа «Цінності заняття»

Діти по ланцюжку висловлюються про свої відкриття на занятті:

Я дізнався ...

Я навчився ...

Я зрозумів, що можу ...

Мені сподобалося ...

Для мене стало новим ...

Мене здивувало ...

У мене вийшло ...

Я придбав ...

Мені захотілося ...

Мене надихнуло ...

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Ось скінчилась наша гра.

Все, прощатись нам пора.

Будемо завтра зустрічатись,

В нові ігри будемо гратись.

ЧАСТИНА II «Я ТА ІНШІ»

Заняття 6. Тема: «Ми різні та однакові водночас»

Мета:

- сприяти встановленню у групі атмосфери згуртованості, довіри і безпеки;
- вчити дітей поважати свою стать та стать інших дітей;
- закріплювати знання дітей про найближче оточення, відмінність людського соціуму від інших;
- розвивати почуття ідентифікації, самоприйняття та підвищення самооцінки; бажання спілкуватись з іншими людьми;
- формувати емпатію, здатність до розуміння ближнього і співпереживання йому.

Обладнання: апельсин (іграшку, м'ячик), свічка, музичний супровід.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Добрий ранок!»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Тільки сонечко зійде,
Зазирає в вікно світанок,
До вікна ми підійдемо
І промовим: «Добрий ранок!»

Вправа «Навчимося вітатися»

Діти утворюють коло. Промовляють слова:

Вліво – вправо, вліво – вправо,
Оберніться – подивіться,
Один – одному всміхніться.

Психолог: Подивіться будь-ласка, на свого сусіда, посміхніться йому, вклоніться і скажіть: «Вітаю», а зараз зробіть те саме із сусідом із другого боку.

Згодом діти утворюють коло, вихователь пропонує торкнутися плечем сусіда з одного боку, а потім — із другого; те саме можна зробити носиками, долоньками. Це ще один вид вітання - невербальне (тактильне).

Гра «Знайомство»

Учасники сідають у коло. Кожен учасник повинен представитися. Для цього він називає своє ім'я, Далі для більш детального розкриття своєї особистості він називає з ким він хотів би себе асоціювати. Наприклад, відносно:

- епітетів (веселий, жартівливий...);
- кольору (червоний, жовтий...);
- стихій (вогонь, вода, земля, повітря...);
- пори року (весна, осінь, зима, літо...);
- тварини (кіт, собака, тигр, кріль...).

Завершення роботи: кожному по черзі чи бажаючим пропонується сказати, що нового дізналися вони про своїх однокласників.

Правила, з якими варто ознайомити старших дошкільників:

- бути готовим до того, що всі люди - різні, не кращі й гірші, а просто різні;
- навчитися сприймати людей такими, якими вони є, не намагаючись змінити в них те, що нам не подобається;
- цінувати в кожній людині особистість і поважати її думки, почуття, переконання незалежно від того, чи збігаються вони з нашими;
- зберігати «власне обличчя», знайти себе і за будь-яких обставин залишатися собою.

Вправа «Я радий, що я – хлопчик. Я щаслива, що я – дівчинка»

Психолог пропонує дітям утворити коло, узятися за руки і по черзі розповісти:

«Я радий, що я – хлопчик, тому що я майбутній захисник, сильний і сміливий!» Або: «Я щаслива, що я – дівчинка, тому, що я лагідна, ніжна, добра, майбутня матуся!». Психолог допомагає тим дітям, яким важко розповісти про себе.

Вправа «Чим схожі?»

Учасники по одному виходять, утворюючи коло. Кожен викликає колегу, знаходячи щось спільне між ними («така весела як я»; «має сині очі, як у мене»). Психолог наприкінці гри робить висновок, що всі ми різні, але маємо щось і спільне. Тому у спілкуванні також можна знайти спільне рішення, компроміс, не доходячи до конфлікту. Якщо вже виник конфлікт, то пам'ятайте: завжди є розв'язання конфлікту.

Вправа «Передай апельсин»

Учасники об'єднуються у дві команди, стають одне навпроти одного. Гравці у кожній команді від першого до останнього повинні передати одне одному якусь круглу річ: апельсин, іграшку, м'ячик. Можна використовувати тільки підборіддя чи плече. Руками допомагати заборонено. Якщо річ падає на підлогу, усе починається спочатку.

Та команда, яка швидше зможе передати річ, користуючись лише підборіддям та плечима, – виграє.

Вправа-релаксація «Іскорка доброти»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Закрийте очки і уявіть. Що від тепла вашого подиху у ваших долоньках з'явилася маленька, тепла і лагідна іскорка доброти... Ви хочете поділитися нею зі своїми друзями. І ось сталося чудо: чим більше ви ділитеся іскоркою доброти з друзями – тим більшою вона стає. Вона зігріває вас, інших дітей у групі, вихователів. Вона вже не вміщається у долоні. Дмухніть на неї, нехай іскорка доброти зігріє всіх людей у місті. А тепер розплющіть очі і посміхніться».

Вправа «Дякую»

Діти стають у коло і, передаючи одне одному запалену свічку, промовляють слова: «Дякую, (ім'я дитини, яка стоїть праворуч), мені було цікаво грати з тобою сьогодні!»

Рефлексія

Вправа «Що найбільше сподобалось на занятті?»

Ввести «правило м'ячика» (в кого в руках м'яч, той і говорить). Діти передаючи м'ячик по колу розповідають, що їм сподобалось на занятті.

Ритуал прощання. Вправа «До завтра»

Діти стають у коло і разом промовляють віршовані слова:

Раз, два, три, чотири, п'ять,
Ми закінчуємо грати,
Попрощатись вже нам час,
Завтра знов приходь до нас.

Заняття 7. Тема: «Я, ти, ми – добрі друзі»

Мета:

- вчити дітей розуміти такі поняття як «друг», «дружити», взаємодіяти не тільки «поруч» а й «разом»;
- отримувати досвід самостійного вирішення конфліктів, спільного подолання труднощів;
- привчати дітей до моральної саморегуляції поведінки;
- формувати доброзичливе ставлення до однолітків;
- виховувати толерантність і стриманість;
- прищеплювати навички культури поведінки, доброзичливості у взаєминах з друзями, дорослими.

Обладнання: клубочок, мікрофон, рюкзак (картинку рюкзака, іграшковий наплічник).

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Найщиріші побажання»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго ранку!

Доброго дня!

Від серця до серця

Лунають вітання.

Прийми найщиріші мої побажання.

Вправа «Нитка, яка пов'язує»

Психолог: У мене є клубочок «доброти», сьогодні він нам допоможе привітатися. *(Діти передають по колу клубочок і вітаються. Коли клубок обходить все коло, утворюється коло з нитки, яке діти тримають в руках).* Діти, за допомогою ниточки ви передали один одному часточку своєї душі, тепла, любові. Тепер ви єдине ціле, так має бути завжди.

Метод мікрофону. Етична бесіда «Кого ми називаємо другом?»

Діти, передаючи по колу мікрофон, відповідають на запитання: кого можна назвати другом? Хто є твоїм другом? А ти – справжній друг? Психолог разом із дітьми закріплює знання про риси справжнього друга:

- добрий, вірний, ніколи не образить;
- не залишить у біді, прийде на допомогу;
- завжди вислухає, підтримає.

Психологічний етюд «Відвідування хворого друга»

Одна дитина грає роль «хворого» друга. Решта дітей прийшли його провідати, принесли з собою гостинці; вкривають хворого ковдрою, наливають теплого чаю, жаліють його, поглядають на нього зі співчуттям, лагідно посміхаються. Психолог наголошує на тому, що коли люди піклуються одне про одного, тоді хворим легше перебороти хворобу, знайти в собі сили швидше одужати.

Вправа «Будь ласка»

Усі учасники гри разом із ведучим утворюють коло. Ведучий демонструє різні рухи (фізкультурні, танцювальні, жартівні), а учасники повинні їх повторювати лише за умови, якщо він до показу додає слова «будь ласка». Хто помилився, залишає гру.

Вправа «Відгадайте хто це?»

Психолог загадує конкретну дитину групи. Інші діти ставлять запитання дорослому, щоб здогадатися, кого він загадав. Але відповіді на запитання повинні бути тільки «Так» або «Ні». Наприклад:

- Це дівчинка?
- Так.
- У неї темне волосся?
- Ні.
- У неї руде волосся?
- Так.
- Її звуть Аня?
- Ні.
- Її звуть Катя?
- Так.

Вправа «Я буду вдячний...»

Психолог проводить з дітьми попередню бесіду: «Діти, дуже добре, коли між усіма є справжня дружба. Проте часто буває так, що інтереси та захоплення у дітей різняться.

- Чим ви займаєтесь зазвичай разом?
- Які заняття вам до вподоби?
- Які ігри та іграшки вам подобаються?
- Як ви гадаєте, коли деякі діти сваряться між собою, ображають один одного поганими словами та вчинками, чи весело і радісно від цього всім іншим?
- Як ви гадаєте чи повинні ми звертати увагу на тих, хто потребує нашого співчуття та допомоги?
- Якщо хтось поряд плаче, засмучений, що відчуваєте ви?

- З якими дітьми вам приємніше спілкуватися: з веселими та приязними чи з похмурими та непривітними, жадібними?

Отже, якщо діти в групі дружитимуть між собою, допомагатимуть одне одному, то кожному буде приємно та радісно.

Психолог пропонує визначити, що є доброго у всіх дітей групи. Для цього кожен гравець має починати свою розповідь зі слів: «Я буду вдячний за те, що...» (називає ім'я дитини і прогнозовану ним моральну поведінку).

Вправа-релаксація «Поплавок»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Заплющіть очі і уявіть, що ви поплавок, який плаває на морських хвилях... Ви рухаєтеся туди, куди несе вас вітер, морські хвилі... Сонячні промені граються з вами, а шум моря і крик чайок заколискують... Вам так приємно плавати на хвилях, ні про що не думати... Ви відчуваєте спокій... Але час вже повертатися. На рахунок «три» відкривайте оченята і посміхайтесь один одному. 1, 2, 3. Час вставати».

Рефлексія. Вправа «Рюкзак»

Наприкінці заняття всі стають в коло. Психолог тримає в руках рюкзак (можна картинку або іграшковий наплічник) і говорить: «В рюкзак кладуть тільки необхідні речі, потрібні для подорожі в далеку мандрівку. Давайте і ми з вами покладемо в нього ті важливі знання та уміння, які ви отримали на занятті сьогодні». Діти по черзі висловлюють свої думки і відповіді уявно складають у рюкзак.

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів – глянь навколо.
Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будем.

Заняття 8. Тема: «Ми вміємо діяти разом»

Мета:

- вчити дітей гратися поруч; усвідомлювати значення моральної поведінки серед однолітків;
- розвивати почуття спільності та сприяти встановленню у групі атмосфери довіри і безпеки;
- виховувати дружелюбність, доброзичливе ставлення, симпатію один до одного;
- спонукати до вияву позитивних почуттів (чесності, справедливості, безкорисливості тощо) до них.

Обладнання: паперову посмішку, м'яч.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Доброго дня вам, любі малята»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго дня вам, любі малята,
Хлопчики милі мої і дівчата.
Щирою посмішкою я вас вітаю,
Доброго настрою на весь день бажаю.
Хай на милих ваших личках
Привітні розцвітуть усмішки.

Вправа «Посмішка по колу»

Діти утворюють коло. Вихователь пропонує дітям передати паперову посмішку з рук у руки по колу, посміхаючись одне одному і промовляючи до свого сусіда що-небудь приємне і хороше.

Вправа «Побажання на сьогодні»

Вправу починають із того, що гравці щось бажають одне одному на сьогоднішній день. Побажання повинні бути короткими, бажано однослівними. Один з учасників кидає м'яч тому, кому адресує побажання, і водночас вимовляє його. Той, кому кинули м'яч, у свою чергу, кидає його наступному учасникові і бажає йому щось на сьогодні. Необхідно уважно стежити, щоб м'яч опинився у всіх.

Народна мудрість

- Одна бджола меду не наносить.
- Дерево міцне корінням, а людина – друзями.
- Нових друзів наживай, старих не забувай.
- Дружба – найбільший скарб.
- Чоловік без друзів мов їжа без солі.

Казка «Батькова наука»

В одного чоловіка було троє синів. Помирелів синам принести віник і по черзі переламати його. Проте ніхто із синів не зміг виконати такого завдання. Тоді батько звелів розв'язати віника, взяти кожному синові по пруту і переламати. Сини без труднощів впоралися. На це їм батько сказав: «Сини мої, ось так легко, як ви переламали прутуки, зможуть і вас збороти вороги, якщо ви будете поодинокі. А разом вас не здолає ніяка сила».

Чого навчав батько своїх синів?

– Чому, коли ми разом, то стаємо набагато сильнішими? *(Варіанти відповідей дітей).*

Програвання ситуації

Психолог пропонує дітям розіграти різні ситуації. Це можуть бути ситуації з реального життя, наприклад, конфлікт, що виник у грі, або запропоновані ситуації, але також наближені до реальних, наприклад:

- «Ти посварився з другом, а тепер хочеш помиритися»;
- «Ти приніс до дитячого садка апельсин, а твій друг сьогодні не має нічого смачненького»;
- «Ти завітав на дитяче свято, де нікого не знаєш. Познайомся з дітьми» тощо.

Вправа «Ланцюжок»

Діти стоять у колі, передаючи м'яч одне одному. Вони мають назвати добру ознаку (моральної поведінки) свого сусіда, наприклад:

- Ти добрий.
- Ти подільчивий.
- Ти не обманюєш.
- Ти добре граєшся з дітьми. Тощо.

Психолог звертає увагу на «міцність ланцюжка», щоб не було затримок під час передачі м'яча.

Вправа-релаксація «Барвиста осінь»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Лягайте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Ви зустрілися з барвистою осінню. Яка вона красива. Виграє золотими листочками на деревах, шелестить ними під ногами. Навіває хмаринки, проливає дощові краплинки, ніжить нас поодинокими сонячними промінчиками. Ми відчуваємо осінню прохолоду, вдихаємо аромат осінніх фруктів, насолоджуємося красою осінніх квітів. Приємна зустріч з осінню закінчується і ми повертаємось».

Відкриваємо очі. Що найбільше сподобалося вам при зустрічі з осінньою порою року».

Рефлексія. Вправа «Назви одним словом»

Кожен з учасників має підсумувати хід заняття одним словом:

- сонячно;
- цікаво;
- весело;
- захопливо;
- клас.

Ритуал прощання. Вправа «Усім, усім, до побачення»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів - глянь навколо.
Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будем.

Заняття 9. Тема: «Дружні діти – мов квіти»

Мета:

- вчити розуміти почуття інших, надавати їм підтримку і співпереживати;
- розвивати комунікативні навички, увагу до однолітків; здатність до співпраці;
- прищеплювати бажання перебувати в колективі;
- знімати тілесні зажими;
- формувати в дітей навички спільної діяльності; уявлення про важливість дружнього ставлення до оточуючих, способи толерантної взаємодії.

Обладнання: м'ячик, іграшкове сердечко, клубок ниток, «чарівні» окуляри.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Станем разом ми у коло»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів, глянь навколо.
Руку дружби простягну,
З другом сварку не почну.
Будемо всі дружно грати,
Правил гри не забувати

Вправа «Привітаємося долоньками»

Психолог пропонує привітатися незвичним способом – долоньками (*діти по колу торкаються долоньками один одного*). З'єднаємо долоньки з долоньками сусіда і ласкаво скажемо один одному: «Добрий день»!

Гра «Поділися любов'ю»

Психолог пропонує дітям зарядити своєю любов'ю іграшкове сердечко. Для цього вони всі разом кладуть на нього свої долоньки і подумки заряджають його. Після цього діти передають іграшкове сердечко один одному. І кожного, хто отримав цю іграшку, вони запитують: «Ти відчуваєш мою любов?». І, коли вони почують відповідь «Так!», просять передати його далі по колу.

Вправа «Знайди друга»

Вправа виконується серед дітей. групу об'єднують в дві однакові за кількістю дітей підгрупи. Одній половині дітей психолог зав'язує очі, дає можливість походити приміщенням і пропонуючи знайти та впізнати решту.

Дитину можна впізнати, обмацуючи волосся, одяг, руки. Потім, коли друга знайдено, гравці міняються ролями.

Вправа «Чарівні окуляри»

Психолог: Я хочу показати вам «чарівні» окуляри. Той, хто їх надіне, бачить тільки гарне в інших, навіть те, що людина приховує від інших. Ось зараз я поміряю ці окуляри... Ой, які ви всі гарні, веселі, розумні!

Підходячи до кожного учасника, ведучий називає якусь його гарну якість.

А тепер хочу, щоб ви по черзі приміряли ці окуляри та ретельно розглянули свого сусіда. Можливо, ви помітите те, чого ви раніше не помічали.

Вправа «Про друга»

Психолог пропонує дітям поговорити про те, що таке дружба і хто такий друг.

- Що таке дружба?
- Навіщо людині друзі?
- Які почуття виникають у тебе до людини, з якою дружиш?
- Що робити, якщо посварився з другом?
- Як підтримати друга, якщо в нього трапилось лихо? (Підійти до нього, сісти поруч, подивитися йому в очі, посумувати разом з ним, покласти руку на його плече, погладити по руці, по спині, по голові, притулитися, а може, спробувати розвеселити його, усміхнутися).

- Дружба – це надовго?

Психолог пропонує дітям послухати висловлювання і стверджувати (плескати в долоні) або заперечувати (тупотіти ногами) їх:

- Друг – це той, з ким завжди весело.
- Друг грається тільки зі мною.
- Друг ніколи не свариться.
- Друг має віддавати мені все, що в нього є.
- Друг завжди все робить правильно.
- Не треба дружити з тим, хто не гарний. Вибирай друга за красу.
- Друг має бути сильним і захищати мене.

Обговорюють, що зі сказаного «так», а що - «ні».

Гра «Добре серце»

Психолог розташовує дітей у формі уявного серця, пропонуючи дітям по черзі передавати клубок ниток і говорячи при цьому компліменти одне одному. Під час гри ниточка з'єднується і кладеться на підлогу. Психолог пропонує поглянути на фігуру і відповісти, що вона їм нагадує, що вони відчують.

Правила «Кодекс дружби»:

- Завжди ділися з другом гостинцем та іграшками.

- Допомагай другові у скруті.
- Ніколи не сварися зі своїми друзями, намагайся гратися дружно.
- Якщо хтось плаче, підійди та втіш його.
- Зупини іншого, якщо він робить щось погане.

Вправа «Якщо я серед друзів»

Психолог починає говорити фразу, а діти мають продовжити її:

- Якщо до мене хтось звернеться із проханням допомогти, ... *я йому завжди допоможу.*
- Якщо я ненавмисно когось ображу, ... *я одразу попрошу вибачення.*
- Якщо зі мною приязно вітаються, ... *я привітно відповідаю.*
- Якщо мене друзі запрошують до гри, ... *я охоче приєднуюся до них.*
- Якщо товариш поділиться зі мною секретом, ... *я його нікому не розповім.*

Психолог запитує у дітей, як саме вони це будуть робити та допомагає з відповіддю тому хто задумався.

Казка «Хто кращий?»

В одній Чарівній країні на зеленому лужку росли собі чарівні квіти. А чому вони були чарівними? Тому що вміли розмовляти і гралися, мов діти. Квіточки були всі різні: і червоні, немов жар; і жовті, як сонечко; і білі, мов хмаринки; і блакитні, як весняне небо. Жили вони дружно й весело, аж ось сталася одна подія. Пробігала тим самим лушком із квітами маленька дівчинка Яринка та й загубила дзеркальце. Воно закотилося в травичку й зупинилося біля наших квіточок. Першою дзеркальце помітила червона квітка. Зазирнула в нього, побачила себе та й запишалася. «Ой, яка я гарна, всі інші не такі, як я! Не буду з ними дружити!» – сказала квітка. Але й інші квіточки подивились у дзеркальце й подумали так само: я біла – найкраща, я жовта – найкраща, я блакитна – найкраща, а решта не такі, тому вони гірші. Почалися між квіточками суперечки, вони припинили гратися і стало сумно на лужку. Тим часом Яринка прийшла на чарівну галявинку шукати загублене дзеркальце. Доки вона його шукала, то почала плести собі віночок. Взяла червоних квіточок, але віночок був, хоч і гарний, та все-таки в ньому бракувало кольорів. Тоді Яринка набрала різних квітів: і білих, і жовтих, і блакитних. Тож віночок вийшов барвистий, яскравий, дуже гарний. Аж тут і дзеркальце знайшлося. Наділа Яринка віночок, глянула в дзеркальце, й усі квіточки побачили, яка то краса, коли різні квіти, різні барви збираються разом у веселий віночок. І зрозуміли квіточки: хоч усі вони різні, але однаково привабливі, однаково важливі для інших, та й перестали сваритися, і вже жодна квіточка не вважала іншу, не таку, як вона сама, гіршою за себе.

Запитання до казки:

1. Якщо хто-небудь чимось відрізняється від інших, то чи гірший він? (варіанти відповідей дітей)
2. Як дзеркальце нашкодило квіточкам? (варіанти відповідей дітей)
3. Що допомогло квіточкам знову подружитися? (варіанти відповідей дітей)
4. Чому віночок такий гарний? (варіанти відповідей дітей)
5. Що значить бути дружними? (варіанти відповідей дітей)

Вправа-релаксація «Листочок»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Сядьте зручно, закрийте очки, розслабте руки, ніжки, голівку, плечі. Ви маленький, золотий осінній листочок. Вам весело, вас гойдає вітерець, ніби кличе із собою. І ось ви відірвалися від гілочки й летите, навколо багато різнобарвних листочків. Як хороше кружляти над землею. Вам подобається цей таночок осінніх листочків. А тепер стисніть ручки в кулачки, потягніться, розплющіть очі».

Рефлексія. Вправа «Продовжи фразу»

Діти по черзі ланцюжком висловлюються про значущі для них цінності заняття:

Сьогодні я дізнався...

Було цікаво...

Було складно...

Я зрозумів, що...

Тепер я зможу...

Я навчився...

У мене вийшло ...

Я зміг...

Мені сподобалося ...

Для мене стало новим ...

Мене здивувало ...

Мені захотілося ...

Мене надихнуло ...

Я виконав завдання...

Ритуал прощання. Вправа «До завтра»

Діти стають у коло і разом промовляють віршовані слова:

Раз, два, три, чотири, п'ять,

Ми закінчуємо грати,

Попрощатись вже нам час,

Завтра знов приходить до нас.

Заняття 10. Тема: «Разом об'єднатися – веселіше гратися»

Мета:

- вчити дітей дотримуватися загальноприйнятих моральних норм поведінки;
- розвивати здібність до співпраці;
- прищеплювати дітям корисні звички чемного поводження, вживання ввічливих слів; бажання перебувати в колективі;
- формувати в дітях усвідомлену потребу доброзичливої та толерантної взаємодії з іншими людьми, показувати переваги такої поведінки;
- сприяти психологічному розвантаженню.

Обладнання: м'ячик, покривало.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Сонечко»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Сонечко прокинулось, гарно потягнулося.

В різні боки повернулося. Потім весело всміхнулося.

Кругом себе повернулося. Стали квіти оживати.

Пташки весело співати. Діти стали танцювати.

Любе сонечко вітати.

Діти сідають у коло, лунає весела музика.

Вправа «Розкажи про себе приємне»

Психолог: Любі діти! Вітаю вас! Привітайтеся і ви одне з одним. Діти, даю вам веселий м'ячик і хочу, щоб кожен із вас розповів будь-що приємне, що трапилося з ним учора, сьогодні (або цього тижня). Доки ви говорите, ви тримаєте м'ячик у руках. Коли ви закінчите розповідати, передайте естафету гарних новин, тобто передайте м'ячик сусіду, й так по колу.

Гра «Кого не вистачає?»

Психолог: Діти, чи помічаєте ви, коли у групі когось із дітей не вистачає? Я хочу пограти з вами в таку гру: один із вас ховатиметься, а решта – відгадуватиме, хто саме сховався. Спочатку я попрошу всіх заплющити очі і, доки ніхто не бачить, тихенько торкнутися плеча одного з вас. Той, кого я оберу, має розплющити очі, тихо вийти на середину кола і сховатися під цим покривалом. Після того, як він сховається, я попрошу всіх розплющити очі й відгадати, кого не вистачає. А тепер заплющуймо очі й починаймо гру.

Вправа «Сонечко»

Діти утворюють коло. Усі вони – «сонячні зайченята». Одна дитина – «сонечко». «Сонечко» по черзі торкається «сонячних зайчиків» своїми

руками-«промінчиками», і кожен «зайчик» каже йому будь-яке лагідне слово. Після того, як «сонечко» торкнеться всіх «зайченят», воно пригадує все хороше, що казали про нього «зайченята». Гра повторюється, доки у ролі «сонечка» не побувають усі діти. Найуважнішим є те «сонечко», яке пригадає добрі слова всіх «зайченят».

Вправа «Добре – погано»

У доступній формі діти пізнають закони діалектики. Ця вправа навчає бачити протиріччя у предметах, явищах. Діти об'єднуються у дві команди: «Добре» і «Погано». Наприклад: *дощ*.

Добре, що пішов дощ, – це означає прихід весни.

Погано, що він холодний.

Добре, що дощ змиває весь пил з вулиць.

Погано, що розмокне земля.

Добре, що почне рости травичка.

Погано, що не йдеш на прогулянку.

Вправа «Будь ласка»

Усі учасники гри разом із ведучим утворюють коло. Психолог демонструє різні рухи (фізкультурні, танцювальні, жартівні), а учасники повинні їх повторювати лише за умови, якщо він до показу додає слова «будь ласка». Хто помилився, виходить на середину і виконує яке-небудь завдання (наприклад, пострибати на одній нозі).

Гра «Передай м'яч»

Діти об'єднуються у дві рівні підгрупи, стають у дві колони і за сигналом передають м'яч. Останній, хто стоїть в кожній колоні, отримавши м'яч, біжить, стає попереду колони і знову передає м'яч. Гра закінчується, коли з м'ячем попереду виявляється провідний ланки.

Вправа-релаксація «Напруга відлетіла»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова:

«Напруга відлетіла, розслаблене все тіло.

Наче лежимо на травці... На зеленій м'якій травці...

Дихаємо легко, глибоко... Сонце гріє, з нами грає,

Рученята зігріває... Сонце гріє, з нами грає,

Наші ніжки зігріває... Дихається легко, глибоко...»

Рефлексія. Вправа «Вершина успіху»

Діти вказують, якими якостями успішної людини вони оволоділи за час навчання.

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Дітям пропонують використати мовні звернення:

- До зустрічі!
- До завтра!
- На все добре!
- Всього найкращого!
- Будьте здорові!
- Хай щастить!
- Прощайте!

ЧАСТИНА III «МІЙ ЕМОЦІЙНИЙ СВІТ»

Заняття 11. Тема: «Абетка настрою»

Мета:

- вчити дітей знімати внутрішню напругу;
- розвивати тактильно-кінестетичну чутливість та емоційно-чуттєвий компонент психіки; навички спілкування, групової взаємодії, почуття єдності, поваги; відчуття настрою співрозмовника;
- гармонізувати внутрішній стан;
- встановлювати позитивний емоційний настрій в групі; вербальні та невербальні (міміка, жести) засоби комунікації.

Обладнання: «чарівний» мішечок, м'яч, піктограми.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправа-вітання «Коло вітання»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Здрастуй, друже! – діти вітаються з сусідами зліва і справа.

Як ми раді всім навколо! – розводять руки в сторони.

Світ прекрасний, я – у світі! – руки складають на грудях.

А це – всі мої друзі! – кладуть руки один одному на плечі або беруться за руки.

Вправа-гра «Веселі та сумні фрази»

Діти розташовуються зручно на килимку. Психолог пропонує пограти в гру таким чином: коли звучить фраза, яка викликає радісне відчуття, діти плещуть в долоні, а коли фраза, – що погіршує настрій, діти в долоні не плескають.

- На небі після дощу з'явилася веселка.
- Друзі посварилися.
- Дитина в подарунок отримала іграшку.
- Нас зненацька застав холодний дощ.
- Навколо сонячно і ясно.
- Хлопчик штовхнув дівчинку.
- Діти не поділили іграшку.
- Ми послушали цікаву казку.
- На квітці сидів яскравий метелик.
- Діти весело плескались у воді.

Після гри психолог запитує дітей про їхні емоції. Можна запропонувати на бажання дітей відтворити емоції радості та суму.

Гра «Чарівний мішечок»

Перед грою потрібно обговорити з дитиною який у неї настрій, що вона відчуває, може ображена на когось. Далі дитині пропонують скласти у «чарівний» мішечок всі негативні емоції: злість, образу, сум. Цей мішечок з усім поганим, що в ньому є, викидається. Добре, якщо дорослий теж покладе в цей мішечок свої негативні емоції.

Можна використати ще один «чарівний» мішечок, з якого дитина дістане ті позитивні емоції, які вона хоче.

Вправа-тренінг «Загальний настрій»

Оголошується конкурс на краще зображення радості, страху, гніву, горя (*потім набір емоцій можна розширити*).

Настрій зображується за допомогою міміки і жестів. Коли вираження емоцій знайдене, психолог просить придумати й видати звук, що асоціюється в кожної дитини із цим станом.

Якщо завдання виконувати важко, то можна пов'язати настрій із ситуацією з конкретного життєвого досвіду дітей: «Згадай себе, коли ти радів, коли в тебе була якась приємна подія тощо».

Якщо діти починають копіювати рухи один одного, то завдання можна виконувати із закритими очима й відкривати їх тільки тоді, коли потрібний стан буде передано.

Бесіда «Настрій»

- Що означає «гарно себе почувати».
- Як ти дізнаєшся який в тебе настрій?
- Коли в тебе буває гарний настрій?
- Від чого твій гарний настрій стає поганим?
- Як зараз себе відчуваєш? Чому?
- Як ти можеш покращити свій настрій?

Бесіда «Як можна довідатися про настрій людини?»

У мене сьогодні хороший настрій. А у вас? Чи завжди у вас буває гарний настрій?

Розгляньте ці фотографії й скажіть, чим вони відрізняються?

- Чому буває сумно?
- Якщо тобі сумно, погано, як ти поводишся?
- А якщо у твого друга, мами поганий настрій, як ти це помітиш?
- Яким буває обличчя в такої людини?
- Як ви можете підняти настрій?
- Як можна запитати про причину поганого настрою?
- Якщо людині просто хочеться побути одній?
- Як ви довідаєтеся, що в людини гарний настрій?
- Як погода діє на настрій людини?

- Якщо в будинку гості, усі веселі, свято, а в тебе поганий настрій, чи будеш ти його показувати іншим? Як ти думаєш, їх це засмутить?

Давайте візьмемо один одного за руки й заглянемо один одному в очі, скажемо один одному ласкаві слова. Нехай в усіх буде гарний настрій.

Пояснити дітям, як важливо вміти визначати настрій людини, бути уважним, добрим, спостережливим.

Запропонувати дітям щодня, коли вони приходять в садочок, обов'язково подивитися в очі іншому.

Гра «Настрій»

Діти сидять в колі і перекидають один одному м'яч. Психолог кидає його одному з дітей і називає будь-який настрій або емоцію. Дитина повертає м'яч і називає протилежний настрій. Наприклад:

- Веселий – сумний
- Добрий – злий
- Теплий – холодний
- Ясний – темний

Гра «На що схожий настрій?»

Діти по черзі говорять, на яку пору року, природне явище, погоду схожий їх сьогоднішній настрій. Почати краще психологу спогадом «Мій настрій схожий на білу пухнату хмарину в спокійному блакитному небі, а твій?» Наприкінці психолог узагальнює – який же сьогодні у всієї групи настрій: сумний, веселий, смішний, злий і т.д.

Треба враховувати, що погана погода, холод, дощ, хмуре небо, агресивні елементи свідчать про емоційне неблагополуччя.

Гра «Тренуємо емоції»

Психолог просить дітей:

1. Насупитися, як осіння хмара; розсерджена людина; зла чарівниця.
2. Посміхнутися, як кіт на сонце; саме сонце; Буратіно; хитра лисиця; радісна дитина; начебто ти побачив чудо.
2. Позлитися, як дитина, у якої відняли морозиво; два барани на мосту; людей, яких штовхнули.
3. Злякатися, як дитина, що загубилася в лісі; заєць, що побачив вовка; кошеня, на яке гавкає собака.
4. Утомитися, як тато після роботи; людей, що підняли важкий вантаж; мураха, що притягла велику гілочку.
5. Відпочити, як дитина, яка багато потрудилася, але допомогла мамі; кінь, який привіз великий вантаж; мама після роботи.

(Вибрати варіанти).

Гра «Зустріч настроїв»

Психолог розкладає дві групи карток із зображеннями емоцій (пиктограми) і просить дітей представити, як зустрічаються різні емоції: та, яка подобається, і та, яка не подобається. Психолог зображує «хорошу», а дитина «погану», потім міняються купками карток. Іде обговорення, як можна помирити емоції.

Вправа-релаксація «Ми – маленькі зайченята»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова:

«Ми маленькі зайченята, ми гуляємо в долині...

Плечі рівно слід тримати, ну а руки – на коліна.

Дихаємо рівно, глибоко, спокійно...

А тепер одну хвилину, зайченятко відпочине.

Ручки в нас легкі та вільні...

Так, дівчатка і хлоп'ятка, слід нам всі відпочивати.

Дихаємо рівно, глибоко, спокійно...»

Рефлексія. Вправа «Світлофор»

Психолог домовляється з дітьми про те, що вони, оберуть кольори світлофора: якщо під час виконання завдання все зрозуміло - зелений; якщо мають якусь перешкоду чи сумнів – жовтий; якщо не зрозуміли – червоний.

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Психолог зачитує дітям вірш, потім повторюють всі разом:

На занятті діти всі працювали.

Молодці!

Нам сподобалось займатись та пора уже прощатись!

До зустрічі, малята!

Буду знову вас чекати!

Заняття 12. Тема: «Світ моїх емоцій»

Мета:

- вчити вмінню встановлювати контакт з однолітками; знаходити внутрішній ресурс;
- розвивати емоційну сферу; відчуття настрою співрозмовника;
- виховувати співчутливість, доброзичливість, взаємодопомогу та інші позитивні риси характеру;
- усвідомлювати те, за що можна любити і поважати, бачити не тільки вади, а й позитивні риси дітей;
- формувати позитивні взаємини у колективі дітей; вміння використовувати вербальні та невербальні (міміка, жести) засоби комунікації.

Обладнання: свічка, картинки із зображенням емоцій, квітка «настрою», обруч, паперові сердечка, зображення сонечка, сонечка і хмаринки, хмаринки на кількість дітей.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Добрий ранок»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Добрий ранок, добрий ранок, будемо співать співанок.

Станемо скоріш у круг, ти мій друг і я твій друг!

Вправа «Свічка побажань»

Діти передають один одному свічку і бажають один одному щось приємне на цілий день: щастя, добра, веселих свят, чудового настрою, посмішок, сонячного дня, доброго здоров'я...

Вправа «Зображення емоції»

Психолог показує дітям картинки із зображенням емоцій: радість, сум, подив, злість, страх, сором, цікавість.

Завдання дітей – визначити, яке почуття виражає картинка. Потім психолог пропонує зобразити дітям кожну з емоцій.

Вправа «Який (яка) я?»

Психолог пропонує дітям висловити свій емоційний стан, своє самопочуття за допомогою епітетів та порівнянь.

Наприклад:

- я веселий та грайливий, як літній дощик;
- я задоволена, як кішечка на сонечку.

Вправа-тренінг «Загальний настрій»

Робота в парах. Вибирається кілька базових емоцій, наприклад. Переляк, подив, радість, горе. Діти стоять спиною один до одного, на рахунок один-два-три показують той самий стан, не домовляючись. Важливо якнайкраще навчитися відчувати один одного. Добре, коли вибори стану в парі збігаються 2-3 рази поспіль.

Вправа «Квітка настрою»

Психолог: Я бачу, що у вас сьогодні хороший настрій. Ви задоволені і спокійні. Але ж так буває не завжди. Іноді буває сумно і гірко.

І ви мабуть помітили, що в житті людей завжди поряд – радість і сум, добро і зло, щастя і сльози, приємне і неприємне.

А тепер подумайте і скажіть від чого залежить наш настрій і розкажіть усім, коли вам буває приємно. А розповідати вам буде допомагати наш талісман – квітка «настрою». І говорити буде тільки той, у кого в руках цей чарівний талісман.

Вправа «Чарівний обруч»

Психолог пропонує дітям стати в коло, у центрі якого лежить обруч. Пояснює, що цей обруч чарівний і кожен, хто стане в нього перетворюється на веселого цуцика (злу пантеру, сумного зайчика, здивовану кізочку).

Вправа «Коли Я ...»

Діти продовжують вислів:

- мама засмучується, коли Я ...
- тато сердиться, коли Я ...
- брат чи сестра скаржаться, коли Я ...
- товариш ображається, коли Я...
- вихователь незадоволений, коли Я...

Вправа «За що я люблю тебе»

Психолог роздає дітям вирізані сердечка. Обирається будь яка дитина (можливо сором'язлива чи та, яка в даний момент ображена, чи має поганий настрій). Всі діти дарують їй сердечка та говорять при цьому, за що вони її люблять, чим вона їм подобається, чим вона може пишатися. Психолог починає обов'язково першим.

Вправа-релаксація «Відпочинок»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова:

«Діти вміють танцювати, швидко бігати, стрибати.

Та не кожен добре вміє після гри відпочивати.

Є розвага в нас така – і корисна і легка.

Дихаємо вільно, тихо... Відпочити – просто втіха!»

Рефлексія. Вправа «Моє сонечко»

Діти вибирають одне з трьох зображень:

- 1) сонце – «у мене все вийшло»;
- 2) сонце і хмаринка – «все вийшло, але були труднощі»;
- 3) хмаринка – «сьогодні у мене не вийшло нічого».

Ритуал прощання Вправа «Прощання»

Дітям пропонують попрощатися словами:

Ми сьогодні гралися,
Багато нового дізнавалися,
Всі на славу потрудилися,
І трохи повеселилися.
Було весело нам з вами!
Друзі, дякую!!! До побачення махаєм!

Заняття 13. Тема: «Мова почуттів»

Мета:

- учити дітей розповідати про свої почуття, переживання, інтереси;
- виховувати взаємодопомогу, чуйність;
- допомагати дітям відчувати повагу та шану до своєї особи, оцінювати свою значущість у колективі;
- формувати позитивне ставлення один до одного, адекватну самооцінку дитини, вміння усвідомлювати свої позитивні риси характеру.

Обладнання: малюнки різних предметів: вікно, дерево, будинок тощо, свічка.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Доброго ранку, сонце привітне»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго ранку, сонце привітне.

Доброго ранку, небо блакитне.

Доброго ранку, маленькі дубки.

Я вас ВІТАЮ, ЛЮБЛЮ, ПОВАЖАЮ.

Бо живемо ми у рідному краї.

Доброго ранку всім: і дорослим і малим.

Після привітання діти обговорюють, що для них означає «добрий ранок».

Вправа «Знайомство»

Усі учасники сідають по колу. Перший каже: «Вітаю, мене звуть...». Другий говорить: «Вітаю, мене звуть... Я познайомився з...» – та називає ім'я першого. Третій називає своє ім'я, першого та другого. І так кожний за ланцюжком, доки всі учасники не назвуть свої імена.

Гра «Молекула»

Діти виходять на середину кімнати. Ведучий дає команду: «Молекули, об'єднайтеся по 2» Діти шукають собі пару, потім по 3, по 5, по 4 тощо.

Вправа «Щасливі предмети»

Психолог об'єднує дітей у групи і роздає їм картинки з малюнками різних предметів: вікон, дерев, будинків тощо. Кожна група повинна придумати історію про те, як зробити, щоб той чи інший предмет був щасливим.

Наприклад, щоб вікно стало щасливим, його потрібно помити, дерево – полити тощо.

Діти повинні показати свої сценки за допомогою міміки і жестів. Решта відгадують, які предмети зображують їх товариші та що було зроблено, щоб ці предмети почувалися щасливими.

Бесіда «Як можна поспівчувати?»

Психолог: Діти, вам завжди буває весело? Іноді вам буває сумно, погано. Буває, що вас хтось образив, або вдарились, і, напевне, бажаєте, щоб вам хтось поспівчував. Так і іншій дитині чи дорослому, коли їм зле, хочеться, щоб хтось їх утішив. Давайте подумаємо, як можна поспівчувати іншому, втішити його?

- Як вас жаліє мама?
- Що можна сказати людині, щоб вона заспокоїлася?
- Як слід поводитися, якщо у мами болить голова?
- Якщо сестричка чи братик вдарились?
- Якщо захворіла собачка чи кішечка:
- Через що людині може бути зле?
- Чи у всіх випадках слід співчувати однаково?

Навіть, якщо ви поспішаєте, обов'язково пожалійте того, кому погано, боляче. Чиніть із людьми так, як бив и хотіли, щоб чинили з вами. Робіть людям добро, і воно повернеться до вас.

Вправа «Дош любові»

Психолог пропонує дітям провести емоційне погладження один одного з промовлянням добрих, лагідних слів.

Вправа «Свічка подяки»

Діти передають один одному маленьку свічку зі словами вдячності («Мені приємно з тобою дружити...»). Діти відчують тепло свічки і таке ж тепло своїх сердець віддають один одному.

Вправа-релаксація «Фея сну»

Малята сидять на килимку, психолог виконує роль Феї Сну. До кого вона доторкнеться чарівною паличкою, той засинає. Так поступово повинні заснути всі діти. Коли Фея Сну плескає в долоні – всі просинаються.

Рефлексія. Вправа «Покажи палець»

Дітям пропонують показати великий палець, направлений вниз або вгору:

- при позитивної оцінки емоційного стану дитина направляє великий палець вгору;
- при негативній – вниз.

Ритуал прощання. Вправа «Усім, усім, до побачення»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів - глянь навколо.

Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будем.

Заняття 14. Тема: «Відчувати радість від усмішки»

Мета:

- збагачувати емоційну культуру дошкільників;
- створювати доброзичливу атмосферу, налаштовувати на заняття;
- розвивати комунікативні навички, емпатію; увагу, пов'язану з координацією слухового і рухового аналізатору;
- усувати викривлення емоційного реагування та стереотипів поведінки;
- допомагати долати негативні переживання;
- гармонізувати внутрішній стан.

Обладнання: м'яке іграшкове сердечко, м'яч, жовте коло-«сонечко», смужки-промінчики, мікрофон.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Я вітаю сонечко»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Я вітаю сонечко, здрастуй, золоте.

Я вітаю квіточку, хай вона цвіте.

Я вітаю дощик, лийся мов з відра

Я вітаю друзів, зичу їм добра.

Психолог: Зараз я кожному з вас подарую частинку своєї усмішки, щоб ваш настрій став ще кращий. Після цього ви усміхнетесь один одному й передасте частинку своєї усмішки друзям.

Психолог передає дітям м'яке сердечко по черзі зі словами:

Посміхнись, подивись

Світ який чудовий.

Сяє сонечко вгорі,

День почався новий.

Психолог: Подаруйте частинку своєї усмішки один одному.

Психолог звертає увагу дітей на те, що настрої в усіх покращився.

Вправа «Асоціації»

Діти стоять у колі, психолог називає будь яке слово і кидає м'яч дитині, яка у свою чергу повинна назвати слово, що асоціюється у неї з почутим словом. Наприклад:

- Сум – образа, плач, дощ, бійка, розлука.
- Весело – ігри, розваги, прогулянка, цирк, зоопарк, морозиво.
- Страх – темрява, злодії, собака, хвороба, пожежа.

Гра «Сонечко»

Діти стають у коло. Посередині кола слід покласти сонечко (жовте коло), кожна дитина отримує промінчики (смужки).

Завдання для дітей: свій промінчик можна прикласти до сонечка тільки після того, як дитина придумає побажання для всієї групи й озвучить його.

Питання для обговорення:

- Чи легко було придумати побажання?
- Що люди бажають одне одному?
- Чи можна поліпшити настрій іншому за допомогою побажань?
- Чи можна сказати, що наше сонечко вийшло дуже гарним саме тому,
- що ми були привітними та доброзичливими одне до одного?
- Чи сподобалося вам таке ставлення одне до одного?
- Що означає слово «мир»?

Вправа «Створення дива»

Діти стають у пари. В одного з них – чарівна паличка. Торкаючись партнера по грі, дитина запитує: «Чим я можу тобі допомогти?», «Що я можу для тебе зробити?».

Відповіді: заспівай, покажи, розкажи тощо.

Примітка: акцентувати увагу на тому, що увага до людини має більшу цінність, ніж вартість подарунка чи гостинця.

Гра «Завмири»

Дітям пропонується пограти в гру, в якій вони активно рухаються, але за сигналом психолога всі діти завмирають в тій позі, в якій були у момент сигналу. Той, хто порушиться або не почув – програє і вибуває з гри. Виграє той, хто залишається останнім.

Вправа «Гарні діти»

Діти стають у коло і беруться за руки. Психолог пропонує їм разом промовити слова: «Ми дуже гарні діти!». Спочатку це потрібно зробити пошепки, потім голосно, а потім закричати.

Вправа-релаксація «Хмаринка»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Спробуйте уявити собі хмаринку, яка повільно пливе по небу. Доторкніться до неї у своїй уяві. Вона приємна, пухнаста, м'якенька. Уявіть, як ви лежите на ній ніби на перинці. Дихання у вас вільне, рівномірне. Хмаринка захищає вас від палючого сонця, огортаючи вас прохолодою. Ви – задоволені, розслаблені. Погляньте довкола, як гарно, затишно. А зараз повертаємося з нашої подорожі, відкриваємо очі, прокидаємося.

Рефлексія. Метод «Мікрофон»

Діти по черзі в мікрофон розповідають:

Що сьогодні я дізнався?

Мені було важко чи ні?

Я зрозумів матеріал або були труднощі?

Я навчився чогось нового?

Я зміг добитися результату?

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Діти використовують різні форми прощання.

Наприклад:

- До побачення!
- Всього доброго!
- До зустрічі!
- Бувайте здорові!
- На все добре!
- Добрий ранок!
- Добрий час.

Заняття 15. Тема: «Школа милосердя та доброти»

Мета:

- вчити самостійно закінчувати висловлену думку за аналогією до відповіді дорослого;
- виховувати почуття гуманності, повагу до людей; дружні взаємини, вміння і бажання прийти на допомогу дорослим і одноліткам;
- сприяти знайомству учасників, розвитку комунікативних навичок;
- формувати позитивний світогляд; уявлення про толерантність як уміння робити хороші, добрі вчинки;
- систематизувати уявлення дітей про добро, добрі вчинки.

Обладнання: червоні і зелені кружечки на кількість дітей.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Привітання один одного»

Діти, стоячи у колі, повертаються один до одного, посміхаючись промовляють:

Треба гарно привітатись: добрий день.

Дружно й голосно сказати: добрий день.

Я у боки повернуся: добрий день.

Гарно кожному всміхнуся: добрий день.

Вправа «Передай тепло свого сердечка»

Сьогодні на вулиці холодно, але світить сонечко, коли ми знаходимося в теплій кімнаті, відчуваємо на собі його промінчики. Простягніть рученята до сонечка і візьміть від нього якомога більше тепла. А тепер поділіться ним зі своїм сусідом.

Казки «Їжачиха-кравчиня»

Жила собі в лісі їжачиха-кравчиня. Не було в неї жодної вільної хвилини: то зайці просили нові шубки на зиму пошити; то в білки вушка мерзли, і вона вирішила шапочкою обзавестися. Навіть квітам, кущам і деревам їжачиха допомагала. Обдере хтось кору, обірве листя, – плачуть дерева і кущі, кличуть їжачиху. Вона пришиє кору і листя на місце, і все миттєво приросте. Мабуть, голки та нитки в їжачихи були чарівні. Справа в тому, що голки вона в себе брала, а нитки їй павучки лісові виготовляли. Одного дня замовлень у їжачихи було так багато, що вона з ніг збилася. Уже смеркло, коли їжачиха поспішила до яру, де її олениця з оленям чекали. Оленятко порвало свою гарну шкурку. Мама олениця дуже хвилювалася за синочка і, побачивши їжачиху, промовила: – Йди відсінь, невідомий звір, тут мій синочок лежить, у нього шкурка подерта. Ми їжачиху чекаємо. – Ти що,

оленице, я – їжачиха, – здивувалася їжачиха. – Ой, перепрошую, обізналась я. Та це й не дивно, я звикла до їжаків із голками, а в тебе одна тільки голка із павутинням посеред спини стирчить. Тоді зрозуміла їжачиха, що всі свої голки витратила, але перейматися цим було ніколи: оленятко лежало, закривши очі. Їжачиха висмикнула останню голку, затигнула в неї павутинку, і через хвилину шкурка оленяти була акуратно зашита. Мама олениця облизала рану теплим язиком, і оленя відкрило очі. – Матусю, – сказало воно, – у мене більше не болять бік. А потім уп'ялося в їжачиху: – Мамо, це хто: хом'як чи ховрашок? Олениця сердито шикнула на нього: – Це їжачиха. Вона тобі шкурку зашила. Замість того, щоб дурниці питати, краще подякуй їй. – Мамо, я ж не знав, що їжачихи голі бувають, я вважав – вони в голках. Далі їжачиха не слухала. Сумна, вона вибралася з яру, сховалася під високою ялиною і тихо заплакала. Красуня ялина похитала пухнастими вітами: – Тебе хтось скривдив, їжачихо? – Ні, я сама себе скривдила.

Усі голки витратила на шиття і перетворилася на голого звіра. А ти, ялино, як здогадалася, що я – їжачиха? – У нас, дерев, особливе чуття, тому я тебе ніколи ні з ким не сплутаю. А біді твоїй нескладно зарадити, – не тільки в тебе однієї голки ростуть, – ласкаво додала ялина і сильно струснула своїм гіллям. Їжачиха відчула поколювання і помацала себе лапкою. Густі ялинкові голки обліпили її, і їжачиха стала ще гарніша, ніж колись. Вона подякувала ялині й радо побігла додому вечеряти. Зайчєня, яке трапилося їй назустріч, захоплено вигукнуло: – Ой, їжачихо, яка в тебе гарна шубка стала! А шили нові голки навіть краще, ніж колишні.

Обговорення

– Сподобалась казка?

– На якого героя хотілося бути схожим? Чому?

– Якою була їжачиха?

– Що з нею сталося?

– Чим закінчилася казка?

(Їжачиха віддала свої голки щоб допомогти іншим, та від того стала ще гарнішою. Так завжди буває – чим більше добра віддаєш, тим більше його повертається до тебе. Не дарма в народі кажуть «Як сам добрий то й тобі добром відповідатимуть»).

Гра «Добре - погано»

Психолог читає речення, а діти показують кружечки: зелений, якщо вчинок дитини добрий, червоний, – якщо поганий.

Хлопчик ударив котика. (Червоний)

Посварилися друзі. (Червоний)

Михайлик допоміг своєму братикові. (Зелений)

Тимур відібрав іграшку в Іванка. (Червоний)

Іра поділилася цукеркою. (Зелений)

Народна мудрість

- Добре роби, добре й буде.
- Добро добром згадують.
- Доброму скрізь добре.
- Добро плодить добро. А зло плодить зло.
- Лиш до доброї криниці йдуть люди води напиться.
- Хочеш собі добра, не роби нікому зла.

Гра «Це чудово!»

Діти стоять півколом. Психолог пропонує кожному по черзі вийти в центр півкола і розповісти про якусь свою якість, уміння чи талант (наприклад, «я люблю танцювати», «я вмію гарно малювати» тощо). У відповідь на кожне таке висловлювання всі, хто стоїть у півколі, мають хором відповісти: «Це чудово!» і підняти одночасно вгору великий палець руки.

Гра «Як покращити настрій?»

Діти сидять кружка. Вони по черзі пропонують, як можна поліпшити настрій. Наприклад, зробити добру справу, поговорити з другом, погратися з домашніми тваринами, переглянути улюблений мультфільм, помалювати, усміхнутися собі в дзеркалі, подарувати усмішку другові.

Етюд «Подаруй доброту»

Психолог: Уявіть собі, що від вашого теплого подиху в ваших долоньках з'явилась маленька тепла і лагідна іскорка доброти. Вона зростає і стає більшою і більшою, як квіточка на чарівній галявині. І всяк, хто її торкається стає добрим. *Запитання:*

- Якого вона може бути кольору?
- Яка вона на дотик?
- Яка вона могла б бути на смак?
- На запах?
- Як вона звучить?

Добрі слова – як різнокольорові кульки. Це завжди свято. Вони схожі на красу, на квіти, на сонечко. Це тепло і ласка. Це найкраща в світі музика. Від неї стають спокійними і сильними. Давайте подаруємо її один одному.

Вправа-релаксація «Казковий замок»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Заплющіть очі, розслабте ніжки, ручки, голівку. Вам легко і приємно дихається. Ви знаходитесь у казковому замку, де раніше проводилися різні бали. Уявіть себе принцями та принцесами. Ви повільно кружляєте в таночку, слухаєте приємну, спокійну музику. У вас чудовий

настрій. Вам весело і радісно. Ви одягнені в красиве, дороге вбрання. Ви пишаєтеся собою. Навколо вас все яскраво сяє, виблискує золотом та сріблом. Святково прибранна зала приваблює вас своєю красою. Вам хочеться туди знову і знову. А зараз повертаємося з нашої подорожі, відкриваємо очі, прокидаємося».

Вправа «Заверши речення» (підвищення самооцінки)

- Я хочу...
- Я вмію...
- Я зможу...

Рефлексія. Вправа «Що сподобалося?»

Психолог пропонує дітям поспілкуватися між собою протягом 5-7 хвилин і розпитати одне одного про те, які ігри запам'яталися і що найбільше сподобалося.

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Діти в колі на завершення промовляють позитивні слова:

Хай кожен день для вас

Приносить радість.

І рідко десь блукає сум,

А настроїв буде тільки гарним,

А серце добрим і ясним.

Отже, будьте завжди дружніми, любіть одне одного, даруйте одне одному добро.

ЧАСТИНА IV «Я ВЧУСЯ СПІЛКУВАТИСЯ»

Заняття 16. Тема: «Гарних манер набувати і ввічливим ставати»

Мета:

- вчити усвідомлювати зв'язок між емоційним станом, настроєм і особливостями взаємин;
- розвивати ініціативність; товариські взаємини з однолітками та бажання зробити їм приємними;
- підвищувати самооцінку дітей;
- поглиблювати і розширювати знання дітей про «добро» як моральну категорію;
- збагачувати внутрішній світ дитини позитивними емоціями.

Обладнання: «чарівний» клубочок, рюкзак.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Що значить Здрастуй»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Що значить «здрастуй»? Наймиліше слово.

Це тому, що «здрастуй» означає «Будь здоровим!»

Діти розповідають, як вони розуміють вислів «бути здоровим»

Вправа «Чарівний клубочок»

Діти стоять у колі. Педагог заохочує дітей віршем (*автор Л. Забашта*):

Лиш той, хто вміє інших поважати,

Дружити прагне, товаришувати,

Той зможе у житті порядним стати,

Добро творити й іншим передати.

Психолог пропонує дітям передавати один одному «чарівний» клубочок, що допомагає робити добрі справи. Правило гри: «Той кому клубочок в руки попаде, добре слово всім назве». Діти почергово називають «добре» слово, яке дарують усім присутнім, і намотують нитку на палець, утворюючи кільце із нитки.

Психолог звертає увагу на те, що утворився ланцюжок добрих, щирих слів. Запитує чи змінився у дітей настрій від цих слів, чи подивились вони один на одного по-іншому? Акцентує увагу на тому, що коли комусь стане сумно чи будуть потрібні щирі слова, той може потримати клубочок у руках – і відразу згадати їх.

Гра «Хто він (вона)?»

Діти стоять у колі. В центрі стає одна дитина, всі інші повинні по черзі сказати, щось приємне про неї. Бажано, щоб компліменти дітей не

повторювались. І так в центр кола по черзі стають всі діти. В кінці гри дітям пропонують потанцювати під веселу музику.

Запитання до групи

1. Прокинувшись уранці, які слова ти скажеш мамі, татові, бабусі, дідусеві та іншим, кого зустрінеш? *(варіанти відповідей дітей)*
2. Які слова скажеш мамі, яка допомогла тобі одягнутися, приготувала сніданок? *(варіанти відповідей дітей)*
3. Якщо ненавмисне розлив чай або молоко, що скажеш мамі? *(варіанти відповідей дітей)*
4. Якщо тобі пропонують у гостях пообідати, а ти не хочеш, як зробити так, щоб господарі не образилися? *(варіанти відповідей дітей)*
5. Хто назве більше слів-привітань? *(варіанти відповідей дітей)*
6. Які ще ввічливі слова ви знаєте? Назвіть їх. *(варіанти відповідей дітей)*

Вправа «Плутанина»

Якось у сутінках Ворона-Каркарона зустріла Зайчика-Побігайчика, який вкладався спати і вирішила сказати йому приємні слова. І сказала: «Будь ласка».

Запитання до дітей

- Чи була Ворона-Каркарона чемною?
- Чи чемно вживати слова ввічливості недоречно?
- Які слова говорять, бажаючи доброї ночі? *(На добраніч, доброї ночі, приємних сновидінь...)*
- Що мала б сказати Ворона-Каркарона Зайчикові?
- Що мав би відповісти Зайчик?
- Чому ситуація називається «Плутанина»?

Вправа «Подарунок»

Вовк-Панібрат на свій день народження отримав від лісових друзів розкішний подарунок. Вовк-Панібрат дуже зрадів і вклоняючись друзям ввічливо промовив: «Вибачте».

Запитання до дітей

- Чи приємно отримувати подарунки?
- Чи ви завжди радієте, коли отримуєте подарунок?
- Як ви поведетесь, коли подарунок не подобається?
- Які слова вдячності ви знаєте? *(Дякую, спасибі, дуже вдячний...)*
- Які слова мусив би сказати Вовк-Панібрат друзям?
- Коли говорять: «Вибачте»?

Вправа «Несподівана зустріч»

Одного сонячного літнього ранку каченятко Кря гуляло у дворі. Раптом воно побачило зайчика Вуханчика який гірко плакав, бо його образила Лисичка. Каченятко пожаліло Вуханчика і чемно сказало: «Прошу».

Запитання до дітей

- Чи можна навмисно ображати кого-небудь?
- Коли ненароком когось образиш, що треба сказати, зробити?
- Якими словами каченятко може втішити Вуханчика?
- Як можна втішити без слів?

Вправа «Добери слово»

Психолог пропонує дітям пограти у гру-вікторину . Завдання: сказати слова, що означають таке:

- слова вибачення (*вибачте, перепрошую*);
- слова привітання (*здрастуйте, доброго ранку, дня, вечора*);
- слова прощання (*до побачення, на все добре, бувай, прощай*);
- слова подяки (*дякую, спасибі, щиро вдячний*);
- «чарівне» слово (*будь ласка*);
- слова, які говорять перед дорогою (*хай щастить, щасливої, доброї дороги*);
- слова, які бажають перед сном (*на добраніч*)

Народна мудрість

Ввічливий та чемний – усім приємний

Правила ввічливості

Психолог: Ти живеш на світі не один. Навколо тебе твої товариші, твої друзі. Чи приємно тобі, якщо вони тебе поважають? Отже, і ти мусиш їх поважати. А поважаючи навколишніх, ти повинен поводитися так, щоб жити і працювати поряд з тобою їм також було зручно і приємно. Поважай людей, які оточують тебе:

- Зустрівши знайомих, вітайся першим.
- Якщо назустріч іде старший від тебе – дай дорогу.
- Нерозумно перебивати один одного у розмові.

Казка про ввічливість (Д. Цвек)

Над берегом річки різ Біб, а в річці плавала маленька Рибка. Побачила вона Боба й згадала, що слід привітатися, та й сказала: «Як ся маєш, старечий Хлібе?» Біб розсердився і не залишився в боргу, а відповів уїдлимо: «А ти як ся маєш, Розплійхлібе?»

Образилася маленька Рибка зі слізьми попливла до мами пожалітися на дошкульні слова Боба. Вислухала її мама і вирішила повчити доньку ввічливості. Попливли вони двоє до берега річки, і звернулася старша Рибка до Боба: «Як ся маєш, Ситий Столе?»

Тоді Біб усміхнувся й шанобливо відповів: «Здоровенька була, Панський Столе!»

Овернулася Рибка до здивованої доньки і сказала: «Як ти привіталася, так тобі і відповіли. Який «добридень», таке й «доброго здоров'я».

Вправа «Перевір себе сам, який ти»

- Чому ввічливі слова називаються чарівними?
- Які чарівні слова ти знаєш?
- Якими словами можна висловити вдячність за послугу, надану допомогу тощо?
- Яку дитину називають ввічливою?
- Що треба робити, щоб тебе вважали ввічливим?
- Як ти оцінюєш свою поведінку?
- Чи задоволений ти собою?
- Яким би ти хотів бути?
- Що треба зробити самому, щоб тебе називали ввічливим та вихованим?

Вправа-релаксація «Ведмежа сплячка»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Ви маленькі ведмежата, які сплять у теплому барлозі під м'якеньким маминим бочком. На вулиці зима, вітер свище, хуга злиться, а маленьким ведмежатам тепло і затишно біля матусі. Вони бачать солодкі сни, як граються влітку на галявині, бігають за метеликами, достають лапкою із дупла медок, ловлять у ставу рибку. Їм приємно від того і затишно. Уві сні вони ласкаво посміхаються і ще більше пригортаються до своєї мами. А ось вже весна розбудила ведмедиків, прокидайтеся і поділіться з нами своїми сновидіннями».

Рефлексія. Вправа «Рюкзак»

Кожен з дітей стисло дає відповідь на запитання: «Які з тих знань, умінь, способів дій, що отримали на занятті, візьмете із собою для використання на інших заняттях, у житті, для спілкування з домашніми, друзями тощо?». І умовно складають ці відповіді в рюкзак (це може бути картинка чи справжній).

Ритуал прощання. Вправа «Ми веселі дошкільнята»

Ми веселі дошкільнята.

Дружно всі ми граємо,

Як спілкуватися, ми знаємо.

Нікого не ображаємо.
Нікого в біді не залишаємо.
Разом ми хороші діти.
Хай усім щаститиме,
Сонце всім світитиме!-

Заняття 17. Тема: «У злагоді бути – про образи забути...»

Мета:

- розвивати уміння невербального спілкування, взаєморозуміння, соціальні емоції;
- розширювати уявлення дітей про коло людей, які заслуговують шанобливого ставлення;
- переконувати дітей у чеснотах їхніх однолітків;
- допомогти дітям долати хвилювання, які перешкоджають їх гарному емоційному самопочуттю і спілкуванню з однолітками;
- знімати стан емоційного дискомфорту.

Обладнання: м'яч.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Ясне сонце»

Психолог говорить слова й показує жести, а діти за ним повторюють:

Рано-рано встало сонце,
Ми до нього потяглися,
За промінчики взялися.
А тепер присядем трішки:
Раз, два, три, чотири
Посміхнулись і сонце
Ми розвеселили.

Вправа «Кинь іграшку»

Діти стають у коло. Психолог бере в руки м'яч, знаходить очима будь яку дитину і кидає їй м'яч. Те ж повинен зробити учасник, який отримав м'яча.

Вправа-гра «Допоможи собі сам»

Дітям пропонують вислови. Завдання: самостійно знайти вихід із ситуації.

- Якщо я посварюся з другом (подругою), я...
- Якщо почнеться дощ, а я буду без парасольки...
- Якщо мама зробить зауваження...
- Якщо в мене буде лише одна цукерка...
- Якщо мене хтось штовхне, я не буду...
- Якщо раптово здійметься вітер...

Вправа «Без кого я не можу обійтися»

Діти сидять у колі, перекидаючи один одному м'яч промовляють:
«Я не можу обійтися без...(називають ім'я дитини, якій кинуто м'яч), тому що вона...(самостійна, старанна, добра, розумна, гарна, весела...)».

Вправа «Відчуй настрій»

Утворюється коло. Учасники тримаються за руки, заплющують очі, по черзі повинні розповісти, що за настрої вони відчували у свого сусіда ліворуч.

Ігри-ситуації

Дітям пропонують самостійно вирішити вигадану ситуацію:

- Дві дівчинки посварилися – спробуй помирити їх.
- Ти прийшов в новий дитячий садок – познайомся з усіма.
- Ти знайшов кошеня – пожалій його.
- У тебе вдома друзі – познайом їх зі своїми батьками, покажи свій будинок.

Вправа «Коло друзів»

Стоячи або сидячи у колі, всім узятися за руки, потиснути їх, подивитися по черзі одне на одного.

Гра «Заборонений рух»

Психолог використовує команди «карлик» або «велетень». Дітям слід присісти або встати за вказівкою. Реагувати тільки на словесні команди, ведучий може виконувати все навпаки.

Вправа-релаксація «В засніженому лісі»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. А ось і ліс. Зимовий, засніжений, ніби одяглися дерева в теплі шуби і шапки. Тепло йому під теплою сніжною ковдрою. Все біло навкруги. Тиша, спокій. Сніжок іскриться на сонці, виграє сріблом. Відчутно снігову прохолоду, морозне повітря. Гарно в засніженому лісі. Лише зайчик промчить, ховаючись під кущик, та поодинокі птахи пролетять. Приємно там бути, але потрібно прокидатися. Поділіться з нами фотографіями засніженого лісу» (*діти розповідають, кому, що уявлялось*)

Рефлексія Вправа «Вітер дме для того, хто...»

Психолог: Я зачитуватиму фразу, яка починається словами: «Вітер дме для того, хто...». Ті з вас, хто може відповісти на висловлювання «так», підводяться, решта залишаються сидіти.

Психолог читає речення:

Вітер дме для того, хто задоволений сьогоднішньою роботою;

Вітер дме для того, хто втомився;

Вітер дме для того, хто хоче працювати;

Вітер дме для того, хто працював творчо;

Вітер дме для того, хто не міг дочекатися кінця заняття.

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Ось скінчилась наша гра.
Все, прощатись нам пора.
Будемо завтра зустрічатись,
В нові ігри будемо гратись.

Заняття 18. Тема: «Чарівна сила слова»

Мета:

- вчити дітей запам'ятовувати та відтворювати інформацію; більше дізнатися про інтереси один одного; вживати слова вітання та подяки, проявляти співчуття;
- розвивати вміння підтримувати розмову;
- виховувати бажання дарувати добре слово щодня;
- сприяти встановленню контакту між дітьми; формуванню процесу творення особистої думки;
- викликати бажання допомогти, проявляючи при цьому радість і доброзичливість.

Обладнання: квітка; м'яч; червоний, зелений, жовтий листочки на кількість дітей.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Ввічливі слова творять дива»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

«Доброго ранку!» — мовлю я звичаєм,

«Доброго ранку!» — кожному зичу я.

«Доброго дня вам!» — людям бажаю.

«Вечором добрим!» — стрічних вітаю.

І посміхаються в відповідь люди,

Добрі слова ж бо для кожного любі!

Вправа «Знайомство»

Всі діти сідають у коло. Психолог, в руках, якого знаходиться квітка розповідає, про себе і свої інтереси, задаючи тим самим характер гри. Гравець, який отримав квітку, представляє себе: називає своє ім'я і улюблене заняття, хобі, захоплення. Квітка передається по колу.

Вправа «Ланцюжок компліментів»

Діти сидять у колі. Передаючи м'яч один одному, говорять компліменти: «Ти добрий», «Ти красивий», «Ти чесний»...

Вправа «Я почну, а ти продовжуй»

Дітям пропонується закінчити рядки з вірша:

- Ліні ти не потурай, лиш прокинешся ... (вставай)
- Квітоньку роса умила, а тебе вода і ... (мило)
- Час до школи, треба йти, вчись хвилини ... (берегти)

- Стареньких завжди поважай і малят не ... (ображай)
- «Ні» даремно не кажи, коли можеш ... (поможи)
- Щоб тебе любили люди, добрим, чемним будь ... (усюди)

Вправа «Ми – фантазери»

Дітям пропонують пофантазувати:

- Про що мріє бурулька?
- Про що сперечаються вітер із сонечком? А зима з весною?
- Що можна побачити в калюжі?
- Ти опинився у країні Ліліпутії. Що ти робитимеш?
- Ти зустрів іноземця. Поспілкуйся з ним.

Вправа «Скажи чарівне слово»

Діти сидять у колі й по черзі один одного торкаються долоньками, передаючи свою повагу і говорять ввічливі слова.

(Спасибі, дякую, прошу вас, будь ласка, вибачте, дозвольте, перепрошую, будьте добрі...)

Народна мудрість

Лагідне слово ласкаве вухо любить.

Ласкаві слова, що весняний дощ.

Добре слово солодше за цукор і мед.

За добре слово не платять, а скажеш його, і усім приємно.

Одне приємне слово наче сад цвіте.

Вправа «Привітання в особливий спосіб»

Педагог: Доброго дня, діти! Я вас усіх дуже поважаю. Бажаю вам усього найкращого! Які у вас чудові, усміхнені обличчя! Ви, мабуть, помітили, що сьогодні я з вами вітаюсь у незвичний спосіб. Мені дуже хочеться, щоб ви відчували, наскільки я всіх вас люблю. Як ви думаєте, за допомогою чого я змогла донести до вас своє ставлення? *(Відповіді дітей)*. Звичайно, за допомогою слів, але не простих, а чарівних.

- Чому людям приємно слухати добрі слова?
- Що з людиною відбувається, коли вона чує погані слова?
- Назвіть, будь ласка, які ви знаєте хороші слова. *(Відповіді дітей)*.

Хороші слова йдуть від щирого серця. Тому в народі кажуть: «Живіть серцем, слухай своє серце».

Вправа «Ласкавинки»

Психолог називає слово, а діти повинні промовити його ласкаво, пестливо: гриб – грибочок; син – синочок; ніч – ніченька; зима – зимонька; хмара – хмаринка; сніг – сніжок; Наталка – Наталонька; мати – матінка; ялина – ялиночка.

Вправа «Кухарі»

Всі діти стають у коло – це «каструля» та «миска». Діти домовляються, що «готуватимуть»: суп, компот, салат абощо. Кожен вигадує, ким він буде – картоплею, ягідкою, цибулькою та ін. Психолог по черзі вигукує назви інгредієнтів. Хто себе почув – стає в коло, наступний стає в коло та бере за руку свого товариша. Коли всі опиняються в колі, гра починається знову – можна починати готувати нову «страву». Примітка: ведучий може допомагати готувати – «посолити», «поперчити», «перемішати» інгредієнти.

Вправа «Найщиріше побажання»

Учасники по колу бажають одне одному щось хороше, але тільки за допомогою жестів та міміки, рухів.

Підсумок

Сьогодні ми згадали багато ввічливих слів і зрозуміли, що їх обов'язково потрібно вживати. Якщо людина вживає такі слова, вона підкреслює повагу до оточуючих, намагається зробити щось приємне. Тож треба бути ввічливими й не забувати, що не тільки слово важливе, а й те, як його промовляють.

Вправа-релаксація «Чарівна кулька»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Уявіть себе повітряною кулькою. Ви легкі, вітерець несе вас все вище і вище у височінь. Ви споглядаєте навкруги себе. Який чарівний світ навколо. Ви відчуваєте легкий подих вітру, приємні теплі сонячні промінчики на собі. Вам приємно, затишно. Ви задоволені собою. Вам приємно бути кулькою, такою легкою, прозорою. Ви кружляєте в повітрі, наспівуючи собі веселеньку, радісну пісеньку. Настрій ваш покращується, ви стаєте спокійними. Хоч, як приємно відчувати себе кулькою, а все ж таки слід повертатися назад, у нашу кімнату, знову ставати звичайними дітками».

Рефлексія. Вправа «Дерево успіху»

Зелений лист – справився із завданнями, жовтий лист – не всі завдання виконав, червоний лист – не справився.

Ритуал прощання. Вправа «Чемні слова»

Сію дитині в серденько ласку,
Сійся-родися ніжне «Будь ласка»,
Вдячне «Спасибі», «Вибач» тремтливе,
Слово у серці, як зернятко у ниві.

«Доброго ранку», «Світлої днини»
Щедро даруй ти людям, дитино.

Заняття 19. Тема: «Я прагну живого спілкування»

Мета:

- забезпечувати позитивну психологічну атмосферу у групі;
- вчити дітей ефективно взаємодіяти між собою в конфліктних ситуаціях;
- розвивати здібності невербального спілкування дітей, увагу, уяву, мислення, вміння добирати асоціації;
- виховувати бажання гратися разом, викликати почуття симпатії до однолітків;
- формувати у дітей потребу в спілкуванні; толерантне спілкування; соціальну довіру.

Обладнання: клубок ниток, мікрофон.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Доброго здоров'я, діти»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго здоров'я, діти, доброго дня!

Хай вам ясно сонце світить у вікно щодня.

Хай сміється мирне небо і дивує світ,

А земля нехай дарує вам барвистий цвіт.

Бо здоров'я, любі діти, в світі – головне,

А здоровий і веселий – щастя не мине!

Гра «Знайомство»

Кожен називає своє ім'я та якесь слово, яке характеризує його, це слово має починатися на першу літеру імені. *Наприклад:* Віра – весела, Тетяна – трудолюбива, Ольга – оптиміст тощо.

Вправа «Клубочок»

Діти сідають півколом, психолог – навпроти. Намотує нитку на палець, кидає клубочок комусь із дітей та ставить запитання (Як тебе звати? Який твій улюблений колір? У що ти найбільше любиш гратися? та ін.). Дитина відповідає на запитання, намотує нитку на пальчик (не туго) та ставить своє запитання іншій дитині. Якщо дитина не може дати відповідь, вона повертає клубочок ведучому. Примітка: ведучим може бути й дитина. Гра триває доти, доки ниточка всіх «об'єднає» або доки дітям цікаво. Гра має діагностичний характер – відразу можна виявити дітей, які мають труднощі у спілкуванні.

Вправ-гра «Луна»

Психолог: Діти, я вам співатиму пісеньку, а ви повторюватимете останній звук по закінченні фрази:

Почалась весела гра – а-а-а.
 Гучно поїзд наш гуде – е-е-е.
 Дуже раді дітлахи – и-и-и.
 Усім їм дуже весело – о-о-о.
 Їдуть дітоньки малі – і-і-і.
 Їдуть на прогулянку – у-у-у.

Діти, ми з вами не просто грались, а ще й спілкувались. Я називала зміст завдань, а ви їх виконували.

Гра «Ситуації»

Дуже ефективна гра, в якій необхідно пропонувати різні ситуації, що вимагають втручання. Так дитина навчиться вступати в розмову і керувати емоціями. *Діти програють ситуації.*

Ситуації

- Два твоїх одного сильно посварилися. Тобі необхідно їх помирити.
- До тебе додому прийшли гості. Що ти будеш робити?
- У тебе загубився кошеня на вулиці. Підійди до перехожих і запитай, чи не бачили вони його.
- Ти заблукав по дорозі в магазин. Що ти будеш робити? Що запитаєш?
- Ти образив бабусю. Попроси у неї вибачення.

Секрети ефективного спілкування (які допоможуть зрозуміти іншого)

- Говори так, щоб тебе почули.
- Слухай так, щоб зрозуміти, про що йдеться.
- Будь терплячим співрозмовником.
- Будь люб'язним, лояльним.
- Будь стриманим.
- Будь розумним.
- Будь розважливим.
- Будь акуратним.

Гра «Гра слів»

Психолог: Діти, я приготувала для вас цікаве завдання. Пригадайте, які ви знаєте:

- «Смачні» слова (мандарин, торт, цукерка..)
- «Залізні» слова (цвях, ножиці, ключ...)
- «Слова, які кусаються» (собака, крокодил, вовк...)
- «Шарудливі» слова (фантик, газета, пакет...)
- «Мокрі» слова (дощ, калюжа, річка...)
- «Слова, в які одягаються» (шапка, пальто, штани...)
- «Казкові» слова (принц, чаклунка, королева...)
- «Мамині» слова (сукня, поцілунок, парфуми...)

- «Магазинні» слова (продавець, морозиво, ваги...)

Вправа «Зоопарк»

Діти діляться на дві команди. Перша команда зображує різних тварин, пташок. Друга команда – глядачі. Вони гуляють зоопарком, «фотографують», спостерігають. Їхнє завдання – відгадати, хто кого зображує. Коли всіх відгадали, команди міняються ролями.

Гра «Який, яка, яке...»

Учасники гри поперемінне називають хороші та погані властивості якого-небудь явища, предмета. *Наприклад*: весна. Перший учасник говорить: «прекрасна», другий – «холодна», третій – «тепла», четвертий – «дощова» та ін. по черзі.

Слова: весна, зима, дитина, кішка, літо, борщ тощо.

Вправа «Дзеркало»

Дітям пропонується об'єднатися в пари. У кожній парі вибирається ведучий, його партнер – його «дзеркало». Завдання ведучого – здійснення спонтанних рухів руками. Другий учасник повинен синхронно повторювати ці рухи як би в реальному відображенні. Потім учасники міняються ролями – ведучий стає «дзеркалом», а «дзеркало» – ведучим. Психолог звертає увагу дітей на те, щоб кожен член групи на своєму досвіді відчув, які індивідуально-динамічні відмінності існують між людьми, і як важливо налаштуватися на свого партнера по спілкуванню, щоб його правильно зрозуміти і відчувати.

Вправа «Попроси іграшку»

Діти об'єднуються в пари. Один учасник з пари бере в руки іграшку. Інший учасник має попросити її. *Інструкція першому учаснику*: «Ти тримаєш в руках іграшку, яка дуже потрібна тобі, але вона потрібна і твоєму приятелеві. Він буде в тебе її просити. Постарайся залишити іграшку в себе і віддати її лише в тому випадку, якщо тобі дійсно захочеться це зробити». *Інструкція другому учаснику*: «Добираючи потрібні слова, намагайся попросити іграшку так, щоб тобі її віддали». Потім учасники міняються ролями.

Гра «Зображення предметів»

Дитина мімікою, жестами зображає предмет, інші діти його відгадують. Хто правильно назвав предмет, стає ведучим.

Вправа «Естафета успіху»

Діти розташовуються на килимку в колі так, щоб було зручно бачити один одного. Психолог пропонує їм подумати, що вони можуть робити найкраще, і поділитись секретом успіху з друзями. Першим починає психолог, і так по колу через дотик долоньок діти передають естафету успіху.

Після закінчення гри психолог запитує в дітей, хто чого хоче навчитися у друзів.

Вправа «Інтерв'ю»

Дорослий пропонує дітям погратися у кореспондентів, які беруть інтерв'ю. Для цього кожен, хто буде кореспондентом, продумує, у кого він хоче взяти інтерв'ю і які запитання поставити. Першим починає психолог, демонструючи дітям приклад, використовуючи мікрофон.

Орієнтовні запитання:

- Як тебе звати?
- Де ти мешкаєш?
- Хто проживає разом з тобою?
- Як звати твоїх батьків?
- Як звати твоїх друзів?
- Яку справу ти любиш робити?
- Що в тебе виходить найкраще?
- Чим любиш займатися у вільний час?

Етюд «Новенька дитина»

Новий хлопчик (дівчинка) прийшов у групу, а всі діти проходять повз нього і не помічають. Хлопчику сумно, він сидить один, іноді озирається, шукає очима того, хто з ним потоваришував би. До нього підходить хлопчик (дівчинка) і говорить: «Як тебе звати? Давай гратися разом. Ти мені подобаєшся.»

У ролі нової дитини має побути кожен учасник гри.

Гра «Склади оповідання»

Дитині пропонується скласти оповідання за темами: «Я люблю, коли...», «Мене турбує...», «Коли мене ображають...» та ін. Важливо, щоб дитина давала не лаконічну відповідь, а повну, розгорнуту. Потім ці оповідання можна програти і разом із дітьми придумати шляхи виходу з цих ситуацій.

Вправа-гра «Листочки»

Діти виконують певні рухи відповідно до тексту, уявляючи себе листочками:

Ми – листочки, ми – листочки *(діти стоять вільно, руки підняті)*,
 Ми на гілочці сиділи *(погойдують ручками)*
 Дмхнув вітер – полетіли *(розбігаються)*
 Ми літали, веселились *(кружляють)*
 На світанку всі стомились *(присідають)*
 Вітер-пустун дмхнув *(знову розбігаються, помахуючи руками)*
 Всі листочки знову здув!

Ми всі разом полетіли (*повертаючись на місце*)
І на землю тихо сіли.

Вправа-релаксація «Зимовий сон»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.
Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслабляються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Зима... Природа ніби заснула зимовим сном. Все біло навкруги, спокійно. І разом з природою заснули ми. І ось нам сниться зимовий сон. Ми милуємося красунею зимою, її засніженими деревами і кущами, вдихаємо її прохолоду, відчуваємо на собі її морозне повітря. Холодно... Хочеться зігрітися біля вогнища. Ось струснули гілочку засніженого дерева і на нас посипався сніжний «дощ». Весело, радісно, приємно. Хоч який приємний зимовий сон, але слід прокидатися. Відкриваємо очі і повертаємося в теплу кімнату».

Рефлексія. Вправа «Коло»

Учасникам стають у коло, кладуть руку на плече учасника, який стоїть поруч. Завдання полягає в тому, що необхідно побажати йому щось приємне, подякувати за хорошу роботу, за позитивні емоції, продовживши речення: «Я хочу сказати тобі...»

Ритуал прощання. Вправа «Дитяча молитва»

Діти, узявшись за руки, читають напам'ять «Дитячу Молитву» Катерини Перелісної:

Пошли нам, Боже, маленьким дітям,
Щастя, здоров'я на довгі літа!
Щоб виростили розумні й сильні,
Душею чисті і серцем вільні!
Щоб нам світила зіронька волі,
Щоб ми не знали лиха ніколи.

Заняття 20. Тема: «Дружба починається з усмішки»

Мета:

- розвивати уміння самостійно вирішувати власні проблеми; вміння планувати подумки свою відповідь; здатність розуміти емоційний стан іншої людини й уміння адекватно висловлювати свій;
- виховувати впевненість у власних поглядах;
- формувати уявлення дітей про важливість толерантної взаємодії;
- викликати в дітей позитивні емоції від особистої участі в спілкуванні;
- сприяти згуртованості групи;
- реконструювати повноцінні контакти дитини з однолітками.

Обладнання: м'яч.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Гляньте у віконечко»

Діти, промовляючи разом з психологом слова, виконують рухи:

Гляньте у віконечко. (Діти протягують руку).

Чомусь сховалось сонечко. (Знижують плечима).

А ми засвіtimo сонечко. (Показують на себе).

Таке велике сонечко. (Руки в сторони).

Таке веселе сонечко. (Посміхаються один одному).

Я – сонечко! (Показують на себе).

Ти – сонечко! (Показують один на одного).

Ми – сонечка! (Беруться за руки).

Ми – світимося всі!

Вправа «Ми всі – велика красива чашка»

Учасники беруться за руки і стають у коло. Психолог говорить: «Ми всі – велика красива чашка. Давайте уявимо, як у чашку потихеньку господиня наливає воду. Спочатку води трішки-трішки. *(Діти присідають)*. Потім її стає все більше й більше, нарешті чашка зовсім повна. *(Діти потихеньку піднімаються в міру того, як «наповнюється» чашка)*».

Вправа «Естафета дружби»

Узятись за руки і передавати, як естафету, рукостискання. Починає психолог: «Я передам вам свою дружбу, і вона йде від мене до Маші, від Маші до Саші (тощо) і, нарешті, знову повертається до мене. Я відчуваю, що дружби стало більше, оскільки кожний з нас додав частинку своєї дружби. Хай же вона вас не покидає і гріє».

Вправа-гра «Веселий м'яч»

Психолог: Діти, зараз ми будемо говорити один одному компліменти. Той, у кого в руках м'яч, кидаючи його наступній дитині, говорить їй щось приємне.

Дитина, приймаючи м'яч, дякує за комплімент, але без слова «спасибі» (*мені дуже приємно, від твоїх слів стало так тепло, я дуже вдячна(ий), мені дуже сподобались твої слова, як красиво ти сказав(ла), я рада(ий) був(ла) це від тебе почути, взаємно*).

Етюд «Зустріч з другом»

Психолог переказує дітям оповідання: «У хлопчика був друг. Але прийшло літо і їм довелося розійтися. Хлопчик залишився в місті, а його друг поїхав із батьками на південь. Сумно в місті без друга. Минув місяць. Якось іде хлопчик вулицею і раптом бачить, що на зупинці з автобуса виходить його товариш. Як же зраділи вони один одному!»

За бажанням діти розігрують цю сценку.

Виразні рухи: обійми, усмішка, сумм, емоція радості.

Вправа «Скажи щось хороше про друга»

За бажанням обирається дитина, вона сідає в коло. Кожен говорить, що йому подобається в цій дитині. Треба звернути увагу дітей на те, щоб вони не повторювали сказаного (психолог дає зразок). Доцільно, щоб у своїх висловлюваннях діти відзначали не лише зовнішні риси, а й внутрішні якості, про які розповідають. Бажано, щоб під час заняття кожна дитина мала змогу побути в колі.

Гра «Дихай і думай про приємне»

Психолог: Коли ти хвилюєшся, спробуй спокійно й глибоко дихати. Закрий очі, глибоко вдихни й скажи про себе: «Я – лев» – видихни, вдихни; «Я – птах» – видихни, вдихни; «Я – квітка» – видихни, вдихни; «Я – спокійний» – видихни, вдихни. Ти дійсно заспокоїшся.

Можна запитати у дітей, яким птахом, якою квіткою вони себе уявляли.

Вправа-релаксація «Сонячний зайчик»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Сонячний зайчик зазирнув вам у вічі. Заплющіть їх. Зайчик побіг повільно по вашому обличчю, ніжно, ласкаво погладив своїми теплими долоньками: побував спочатку на лобику, потім перемістився на носик, а тепер до ротика. Вам стало тепло, приємно. Посміхніться сонячному зайчику, а він вам у відповідь. Сонячний зайчик притулився то до правої, то до лівої щічки, потім до підборіддя, пробіг по животику, ручках, ніжках. Він дуже любить вас, ніжно, ласкаво погладжує своїми теплими долоньками. Спробуйте подружитися із сонячним зайчиком».

Рефлексія. Вправа «Потяг вражень»

Психолог: Діти, ми з вами дуже добре грали сьогодні, але вже час закінчувати наше заняття. Я пропоную вам повернутись із цієї ігрової кімнати, у якій так весело і цікаво, потягом. Але цей потяг такий же

незвичайний, як і наша ігрова, кімната. Вагончиками в ньому будемо ми з вами, а. пасажирами – ваші враження від спільної діяльності. Отже, зараз кожен із вас (вагончики) по черзі підійде і стане після мене (локомотив). Кожен вагончик (дитина) повинен сказати, яких пасажирів він бере із собою (те, що сподобалося і запам'яталося сьогодні найбільше).

Ритуал прощання. Вправа «Прощання»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів - глянь навколо.
Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будем.

ЧАСТИНА V «Я ВДИВЛЯЮСЬ У СЕБЕ»

Заняття 21. Тема: «Себе оцінити і кращим зробити»

Мета:

- привчати дітей до усвідомлення і визначення власних моральних «досягнень» і порушень;
- розвивати вияви сили волі, почуття взаємодопомоги, взаємоповаги;
- пробуджувати почуття сорому за негідні дії;
- формувати конструктивні форми спілкування, навички самоконтролю і самопізнання.

Обладнання: іграшка-сердечко, стілець, смайлики з різними емоціями на кількість дітей.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Доброго ранку! Доброго дня!»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Доброго ранку! Доброго дня!

Хай плещуть долоньки, тупають ніжки,

Працюють голівки та сяють усмішки.

Доброго ранку! Доброго дня!

Бажаєте ви, бажаю вам я!

Вправа «Сонячні промінці»

Простягнути руки вперед і з'єднати їх в центрі кола. Тихо постояти у такій позі, намагаючись відчувати себе теплим сонячним промінцем.

Вправа «Сердечко по колу»

Діти передають по колу м'яку іграшку-сердечко, посміхаючись і промовляючи при цьому слова вітання:

- Я радий тебе бачити.
- Мені приємно з тобою зустрітись.
- Щиро тебе вітаю.

Вправа «Який я?»

Діти за зразком з допомогою психолога складають розповідь про себе. Наприклад: «Познайомимось, я Данилко. Я часто усміхаюся, з дітьми граюся дружно, але іноді можу розсердитися, посваритися з другом. Бо не можемо поділитися іграшкою. Одного разу... Тоді я попросив вибачення. Я хочу бути схожим на Котигорошка, бо він був сміливим і допомагав людям».

Гра «Мої сильні сторони»

Діти сідають у коло. Кожна дитина по черзі повинна розповісти про свої сильні сторони, про те, що вона любить, цінує в собі, що дає їй сили бути впевненим. Важливо, щоб дитина не критикувала себе, свої помилки й недоліки, а позитивно думала про себе.

Гра «Про мене сказали б...»

Учасники сидять у колі, кожен по черзі говорить фразу, яка розпочинається зі слів: «Мій (хтось) сказав би про мене, що ...»

Гра «Чарівний стілець»

Діти утворюють коло, всередині ставлять стілець. Діти йдуть по колу та співають:

Хто найкращий з нас сьогодні,
Найщасливіший сьогодні,
Той скоріше вибігай
І на цей стілець сідай.

Коли пісенька закінчується, будь хто з дітей сідає на нього. Кожен по черзі говорять хороші і добрі слова тому, хто сидить на стільці.

Вправа «Конкурс хвальків»

Учасники сідають у коло.

Психолог: Сьогодні ми проводимо конкурс хвальків. Виграє той, хто краще похваляється. Але хвалитися потрібно не собою, а своїм сусідом. Це так приємно мати найкращого сусіда! Подивіться уважно на того, хто сидить поруч із вами. Подумайте, що в ньому є гарного, які добрі вчинки він здійснив, чим може сподобатися. Не забувайте, що це конкурс, і виграє той, хто знайде у своєму сусідові більше достоїнств.

Бесіда «Як ми розуміємо один одного»

Діти відповідають на запитання:

- Що допомагає нам розуміти один одного? (*Мова*).
- Як потрібно звертатися до інших людей?
- Яким тоном потрібно спілкуватися з іншими людьми?
- Що ще, крім мови, допомагає нам розуміти один одного? (*Міміка, жести*).
- Які ви знаєте емоції?

Правила ввічливості

Психолог: Щоб справляти на оточуючих приємне враження слід засвоїти правила ввічливості:

- Поводься так, щоб іншим було приємно з тобою.
- Будь завжди привітний: вітайся при зустрічі, дякуй за допомогу, прощайся.
- Не капризуй, не бурчи.

Вправа «Розпускання бутона»

Учасники стоять в колі, взявшись за руки. За командою психолога всі рухаються всередину кола, де присідають.

Психолог: Уявіть, що ми всі один бутон квітки, яка повільно починає розквітати з початком дня. *(Діти піднімаються і розходяться)*. Кожен з вас пелюстка цієї єдиної квітки. Квіти приносять людям радість і щастя. Я сподіваюся і ви будите радувати своїх рідних і друзів.

Вправа-релаксація «Чарівне місце на землі»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Усе тіло розслаблене. Уявіть місце на землі, де вам дуже добре... Можливо це цирк, де виступають клоуни, дресировані тварини, а може це пляж на морі, де ви лежите і слухаєте шум хвиль, вітру; це може бути квітучий весняний садок у бабусі в селі чи ігровий майданчик з багатьма спортивними спорудами. Ви уявляєте себе в цьому місці. Ви наповнюєтеся сміхом, коли вас розважають клоуни, вдихаєте аромат цвіту фруктових дерев у саду, заспокоюєтесь під шум хвиль на морі чи набираєтесь сил під час гри на спортивному майданчику. Вам приємно від цих занять, затишно. Вас переповнює хороший веселий настрій. Поділіться з нами своїми уявленнями. Хто яке чарівне місце відвідав у своїй уяві?»

Рефлексія. Вправа «Смайлик»

Психолог роздає дітям готові смайлики, і вони обирають той, який відповідає їх настрою під кінець заняття.

- У кого сьогодні на занятті все вийшло, для кого заняття пройшло легко і цікаво, покажіть веселий смайлик.
- У кого на занятті не все вийшло, але заняття сподобалося, покажіть спокійний смайлик.
- У кого нічого не вийшло, заняття не викликало інтересу, покажіть сумний смайлик.

Завдання дітей показати ті емоції, які характерні для них в даний момент часу.

Ритуал прощання. Вправа «До завтра»

Діти стають у коло і разом промовляють віршовані слова:

Кожен погляд, кожне слово мають значення.

Попрощаємося з вами. До побачення!

Раз, два, три, чотири, п'ять, ми закінчуємо грати, Попрощатись вже нам час, завтра знов приходить до нас. *А сьогодні - усім, усім до побачення!*

Заняття 22. Тема: «Діти ввічливі та чемні всім навколишнім приємні»

Мета:

- вчити правил культурної поведінки; розслаблюватись, розуміти свої почуття та почуття оточуючих;
- розвивати комунікативні навички, навички активного мовлення, вміння вступати в діалог; розпізнавати мову міміки та жестів;
- прищеплювати дітям корисні звички чемного поводження, вживання ввічливих слів;
- формувати в дітях усвідомлену потребу доброзичливої та толерантної взаємодії з іншими людьми, показати переваги такої поведінки.

Обладнання: м'яч, свічка.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Добрий день, весняний ранок!»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Добрий день, весняний ранок!

Добрий день, весняний день!

Ми прийшли в садочок всі,

Тільки сонечко зійшло.

Один одному всміхнемось,

Гарним настроєм проймемось.

До роботи, до розваг.

Кожен з нас готовий? Так!

Вправа «Я радий тебе бачити...»

Діти сідають у коло. Потім кожен по черзі говорить своєму сусідові, чому він радий його бачити. Якщо дитина не може дати відповідь на це запитання, психолог або інші діти можуть допомогти.

Дидактична гра «Що ти скажеш, коли...»

Що ти скажеш, коли:

- зустрінеш друга у дворі (*Вітаю, привіт, добрий день*).
- прийдеш у дитячий садок (*Усім доброго ранку*).
- побачиш увечері маму (*Добрий вечір*);
- наступиш комусь на ногу (*Вибачте, будь ласка, перепрошую*);
- з ким-небудь прощаєшся (*До побачення, до зустрічі, хай щастить, на все добре*);
- висловлюєш подяку за щось (*Дякую, спасибі*).

Казка «Сини Феї Ввічливості»

У однієї Феї було троє синів. Перший син прокидався разом зі сходом сонця, будив пташок і ті своїм співом звіщали, що настав добрий ранок. Люди вставали, снідали і готувалися до трудового дня.

А як сонце висувало росу, на зміну братові приходив середущий брат. Він був ввічливим людям весь добрий день, аж доки сонце не ховалося за обрій. Тоді естафету підхоплював старший брат. Він зустрічав перехожих на добрих вечірніх вулицях, дарував приязні слова й усмішки. Матуся гордилася своїми синами, бо вони несли радість людям, без них не обходилася жодна чемна людина.

- Хто здогадався, як звали синів? *(Вітальні слова: Добрий ранок, Добрий день, Добрий вечір).*

Зберемо «Скриньку ввічливих слів». Назвіть якнайбільше чарівних слів і ам'ятайте, діти, що чарівні слова завжди промовляються з посмішкою.

Яка важка скринька. Розкриємо її, нехай ваші слова розлетяться по всій нашій групі.

Гра «Ввічливі слова»

Гра проводиться з м'ячем у колі. Діти кидають один одному м'яч, називаючи ввічливі слова. Потім вправа ускладнюється:

- треба називати тільки слова вітання *(добрий день, привіт, здрастуй);*
- подяки *(спасибі, дякую, будь ласка);*
- вибачення *(вибачте, перепрошую, мені жаль);*
- прощання *(до побачення, до зустрічі, на добраніч).*

Наприкінці вправи – обговорення, які почуття викликали ввічливі слова в того, хто їх говорить, і в того, кому вони були адресовані.

Пізнавально-етичне бесіда

«Як можна щось попросити іншу людину?»

Психолог: Бачите, діти, скільки є чарівних слів, що допомагають нам спілкуватися, піднімають настрій. Хочете навчитися правильно й чесно звертатися з проханням?

Уявімо, що ви звертаєтеся з проханням до знайомої людини, вам, звичайно ж, не хочеться, щоб вам відмовили. Як краще попросити? Як це краще зробити?

Обов'язково назвати на ім'я, подивитися в очі, не забути сказати слово «будь ласка», «будь така добра», «якщо тобі не важко».

Спробуємо?

– «Дмитрику, дай мені , будь ласка, іграшку!», « Тобі не важко допомогти мені скласти книжки?»;

– «Наталю, будь така добра, поправ мені комір».

А тепер уявімо, що вам потрібно звернутися до незнайомої людини на вулиці, щоб довідатися, як знайти магазин. Можна сказати так:

- Будьте ласкаві.
- Будьте люб'язні.
- Якщо Вам не важко.
- Допоможіть мені будь ласка.
- Зробіть мені послугу.

А якщо вам потрібно звернутися до вихователя, мами або ще когось із дорослих, а він у цей час розмовляє з ким-небудь?

- Вибачте, будь ласка, що турбую, можна до Вас звернутися?
- Вибачте, я Вам не заважаю? Можна запитати?
- Перепрошую, можна до Вас звернутися?

Скажу вам чесно, якщо ви не забудете про наш «урок» ввічливості, то принесете навколишнім тільки радість від спілкування з вами.

Вправа «Пригостив»

Добрий горобчик Цвірінь вирішив пригостити шматочком сиру свого друга папугу Кешу і пригощаючи сказав: «На добраніч!».

Запитання до дітей:

- Як називають того, хто завжди поділиться?
- Чи приємно мати справу із жадібним?
- Яке обличчя у жадібних?
- Як потрібно пригостити, щоб це було приємно?
- Які слова потрібно вживати, пригощаючи когось? (*Пригощайся, візьми, будь ласка, їж на здоров'я, приємного апетиту, смачного, хай смакує...*)

Вправа «Якщо «так» - плескай у долоні, якщо «ні» - стрибай»

Психолог говорить речення, а діти мають оцінити їх та продемонструвати своє ставлення: якщо погоджуються – оплесками, якщо – ні або якщо щось у реченні є неправильним – підстрибнути. *Приклади речень:*

- Рома завітав до бабусі й так зрадив, що образився на неї.
- Сашко забрав іграшку в Андрійка й побився з ним, Андрійко образився.
- Оленці дуже подобається Денис, тому вона його побила.

Вправа «На містку»

На підлозі крейдою психолог малює місток (завширшки 30–40 см, завдовжки близько 100 см). За умовами гри учасники мають «розминутися» на містку. Пара дітей починає йти з одного берега на інший одночасно — по одному не можна — місток перевернеться. Команди вболівають за своїх учасників.

Вправа «Дражнилки»

Діти стають у коло, передають м'яч одне одному, звертаються на ім'я і дражняться необразливими словами (наприклад, назвами овочів чи фруктів). *Умова така:* ображатися не можна, оскільки це – гра. Закінчувати гру слід добрими словами – компліментами. *Примітка:* м'яч потрібно передавати швидко, довго не замислюватися. Напередодні можна провести бесіду на тему образливих слів.

Підсумок

Ввічливість і чемність – це обов'язкові риси вихованої дитини, приємні всім, хто її оточує. Ввічливе прохання, подяка, привітання роблять наше повсякденне життя кращим, зігрівають серце й душу, дарують людям тепло і добрий настрій, і світ навколо нас забарвлюється у всі кольори веселки.

Вправа-релаксація «Джерельце»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Спробуйте уявити собі джерельце, яке б'є з під землі. Розгляньте його в своїй уяві. Якого воно кольору, форми, розміру? Доторкніться до нього. Яке воно на дотик? Роздивіться, де знаходиться джерельце. Що ви бачите, дивлячись у прозору, чисту воду? Сонячне проміння зігріває його поверхню. Легенький вітерець погойдує його. Подивіться на глибину. Яка вона? Попийте із джерела водичку. Вона прохолодна, приємна, корисна. Запам'ятайте її колір, аромат, смак. Візьміть із собою тепло цього цілющого джерела. А зараз повертаємося з нашої подорожі, відкриваємо очі, прокидаємося. А зараз повертаємося з нашої подорожі, відкриваємо очі, прокидаємося».

Вправа «Вогник доброти»

Діти по колу передають запалену свічку - «вогник доброти».

Психолог: Діти зараз я запалю «Вогник доброти» і ми будемо обережно передавати його по колу. Маленьке сонечко, воно не пече, воно зігріває, світиться у ваших очах. Добро живе у вашому сердечку, воно теплою хвилею розлилося у вашій душі. Доброта буде з вами завжди. Подаруйте вогники доброти один одному зі словами: «Я дарую тобі вогник своєї доброти».

Рефлексія. Вправа «Рефлексивне коло»

Діти стають в коло, психолог передаючи квітку дитині, дає запитання, діти відповідають по черзі:

- розкажіть про свій емоційний стан;
- що нового ви дізналися?
- чого навчилися?

Ритуал прощання. Вправа «Прощавайте, дітвора»

Психолог звертається до дітей:

Разом весело нам гратись,
Але час вже повертатись.
Бажаю щастя і добра,
Прощавайте, дітвора!
Ми закінчуємо грати!

Заняття 23. Тема: «Мій внутрішній світ»

Мета:

- вчити дітей прийомам само релаксації; вміння згуртовуватися, слухати і чути іншого;
- розвивати пізнавальну активність до себе, як особистості; пам'ять, спостережливість, мислення;
- формувати у дітей узагальнений образ внутрішнього «Я»; оцінні судження свого стану та поведінки за загальноприйнятими еталонами;
- знімати психофізичне напруження;
- підвищувати самооцінку дітей.

Обладнання: «чарівний» мішечок; люстерко; жовтий круг-«сонечко», смужки-промінчики, хмаринки на кількість дітей.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Встаньте, дітки, всі рівненько»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Встаньте, дітки, всі рівненько,

Посміхніться всі гарненько.

Посміхніться всі до мене,

Посміхніться і до себе.

Привітайтеся: Добрий день!

Хай гарно розпочнеться новий день!

Вправа «Вітання за сигналом»

Діти стоять у парах і вітаються за вказівкою психолога:

- один раз плесну в долоні – вітаємося за руку;
- два рази – плечиками;
- три рази – спинками;
- ваші руки – сваряться, миряться, знайомляться, жаліють одна одну.

Вправа «Чарівний мішечок»

З дітьми обговорюють їх настрій, що вони відчують, може когось чи їх образили. Потім дітям пропонують скласти в «чарівний» мішечок всі негативні емоції: злобу, образу, сум тощо. Цей мішечок психолог обіцяє викинути. А з іншого «чарівного» мішечка витягують позитивні емоції, які дитина захоче.

Гра «Відгадай, де ти?»

Діти сидять у колі. Психолог звертає їхню увагу на те, що під час прогулянки кожен по-різному реагував на певний предмет, звуки. Пропонує уважно подивитися на зображення окремих виразів обличчя й знайти

зображення, яке відповідало б стану здивування, милування природою, мрійливості, реакції на несподівану зустріч та ін..

Уважно вислухавши кожну відповідь, психолог підводить дітей до думки, що на одну й ту саму інформацію кожна людина реагує по-своєму. У кожного з нас є внутрішній світ, який говорить емоціями.

Психолог: Людина весь час не може бути однаковою: одного вважають надто непосидючим, іншого – впертим, когось – завжди веселим, отже, у кожній людині одночасно живуть радість, смуток, переживання, інтерес. А живуть вони ось тут, біля серця.

Пропонує дітям покласти долоньку на серце й послухати свій внутрішній голос.

Вправа «Квіти і дощ»

Психолог: Які чудові квіти! *(Діти піднімають руки, зображують долонями «тюльпан» - м'язи напружені).* Давно не було дощу, і квіти зів'яли. спочатку похилилися їхні голівки *(діти опускають руки, схиляють голови, плечі розслаблені),* потім листя *(розслаблені опущені руки),* ось і стебельця квітів зігнулися *(нахил із розслабленими руками).*

Але тут закрапав дощ, і квіти помалу почали оживати. *(Повторюють рухи в зворотному порядку).*

Стебельце випрямляється,

Листочки піднімаються.

Пелюстки розкриваються

І з дощиком вітаються.

Гра «Хто який?»

Психолог запитує, діти відповідають на запитання:

Швидкий, як...(кінь),

хитрий, як...(лисиця),

мовчазний, як...(риба),

неповороткий, як... (ведмідь),

працьовитий, як...(бджола),

впертий, як...(осел),

вірний, як...(собака),

боязкий, як...(заєць),

писклявий, як...(комар),

голосистий, як...(соловейко).

Гра «Люстерко»

Психолог пропонує дітям подивитися в люстерко і розповісти про себе щось цікаве: інтереси, вподобання, промовляючи слова:

Я у дзеркало дивлюся І сама собі хвалюся

Ось історія така Послухайте, я така...

Гра-імітація «Пролісок»

1. У лісі під сніжною периною сховалася ніжна квіточка. Вона склала свої пелюстки, щоб не загинути від холоду. Заснула до весни (*діти присідають і обхоплюють руками коліна*).

2. Сонечко почало пригрівати сильніше. Промінчики поступово будять квіточку. Вона повільно росте, пробиваючись скрізь сніг (*діти повільно підводяться, піднімаючись навшпиньки*).

3. Ось пролісок виріс і зміцнів (*діти стають на повну стопу*). Пелюстки почали розкриватися. Квіточка радіє теплому весняному сонечку. Вона говорить: «Це я! Перша весняна квіточка. Моє ім'я – пролісок!»

Вправа-релаксація «Весняний луг»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Уявляємо прекрасну весну зі своїми чарівними перетвореннями. Розтанув останній сніжок на лужку, пригріло тепліше сонечко, розпустило свої промінчики. Розквітли перші весняні квіточки – підсніжники. Радують нас своєю ніжністю, тендітністю, красою. Весна продовжує свої чарівні перетворення. Ось з'являються проліски, ряст, зірочки жовті. Раптом весна застелила луг трав'яним килимом. Ми лягли на цю соковиту перину. Нам м'яко, приємно. Ми вдихаємо приємний аромат квітів, травиці. Наповнюємося здоров'ям, сонячним теплом, відмінним настроєм. Ми чудово відпочили. А зараз слід повертатися в нашу кімнату, залишаючи весняний луг весні».

Рефлексія. Вправа «Сонечко»

На столі психолог викладає жовтий круг-«сонечко». Дітям пропонують викласти поряд промені, якщо заняття їм сподобалося і хмаринки, якщо нічого корисного для себе вони з нього не витягли.

Ритуал прощання. Вправа «Долоньки до долоньок»

Діти стають у коло, розставляють руки в сторони і розвертають долоні так, щоб можна було їх з'єднати з долонями сусідніх дітей. При цьому всі разом промовляють:

Ми долоньками з'єднались,
Одне одному всміхались,
Нам не важко разом стати,
Завтра знову будем грати!

Заняття 24. Тема: «Я вчуся розуміти іншого»

Мета:

- вчити дітей розуміти один одного, звертати увагу на емоційний стан інших людей;
- виховувати доброзичливе ставлення один до одного;
- формувати морально-етичні уявлення та адекватні форми поведінки; вміння співпрацювати в парі; навички самоконтролю і самопізнання;
- збагачувати внутрішній світ дитини позитивними емоціями;
- відпрацьовувати навички спілкування в можливих конфліктних ситуаціях.

Обладнання: стілець, рушник, м'яч.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання « Встало вранці ясне сонце»

Дітям пропонується стати в коло і разом з психологом промовити слова-вітання:

Встало вранці ясне сонце,

Зазирнуло у віконце.

Ми до нього потяглися,

За промінчики взялися.

Будем дружно присідати,

Сонечко розвеселяти.

Вправа-гра «Правило великих пальчиків»

Психолог пропонує дітям скласти руки в замок, поворушити пальчиками.

Психолог: Діти, який пальчик зверху? Це і є ви. Вам зручно? (*Відповіді дітей*). Тепер змініть положення пальчиків, щоб пальчик іншої руки знаходився зверху. Зручно? (*Відповіді дітей*). Так, не зовсім. Те, що зручно тобі, може бути не зручно для того, хто знаходиться поряд із тобою. Про це я вас закликаю постійно пам'ятати. Слід навчитися пристосовуватися один до одного, завжди думати про те, а чи зручно моєму товаришеві, мамі, тим, хто поряд. Згадайте, чи завжди ви дотримували цього правила? Спочатку подумайте кожен про себе, а потім по черзі озвучте свою думку. (*Відповіді дітей*).

Етюд «Очі в очі»

Психолог говорить про те, що потрібно бути дуже уважним до оточуючих людей. Пропонує повправлятися в розумінні вираження обличчя, очей один одного. Діти об'єднуються в пари, беруться за руки.

Психолог пропонує: дивлячись тільки в очі, й почуваючи руки один одного, спробувати мовчки передати різні емоції: «Я сумую, допоможи мені!», «Мені весело, давай пограємо!», «Я прагну з тобою дружити!».

Етюд діти виконують у парах. Потім діти розказують, коли яка емоція передавалася й сприймалася.

Розважальна гра «Пантоміма»

Одна дитина виходить вперед. Психолог промовляє фразу, а дитина пробує відобразити її зміст за допомогою міміки і жестів. Наприклад:

- Щиро дякую! (Права рука на ліве плече, уклін, усмішка);
- Раді вас бачити! (Приязна усмішка, руки розведені в сторони, легкий уклін);
- Я більше так не буду. (Руки схрещені на грудях, заперечливий помах голови, сумний вираз обличчя);
- Ходи до мене, маленька! (Усмішка, руки простягнуті вперед, рухи пальцями обох рук);
- Не хочу з тобою гратися! (Посуплене обличчя, руки схрещені на грудях);
- Дозвольте запросити вас на танець. (Усмішка, рука простягнута вперед, легкий уклін головою) і т.д.

Вправа «Гарячий стілець»

Дитина сидить в центрі кола на стільці, а інші підходять до неї і промовляють:

- Найбільше мені подобається в тобі те, що...

Вправа «Добрі чарівники»

Учасники сідають у коло.

Психолог: В одній країні жив злий чарівник-грубіян. Він міг зачаклувати будь-яку дитину, назвавши її поганим словом. І всі, кого він називав грубим словом, переставали сміятися і не могли бути добрими. Розчаклувати таку нещасну дитину можна було лише добрими, ласкавими іменами. Подивимося, чи є в нас такі зачакловані діти?

Психолог обирає агресивних дітей і просить інших допомогти їм.

Психолог: Хто може стати добрим чарівником і розчаклувати їх, назвавши ласкавим ім'ям? *Учасники по черзі підходять до агресивних дітей і називають їх добрими іменами.*

Вправа «Жужа»

«Жужа» сидить на стільці з рушником в руках. Всі інші бігають навколо неї, кривляються, дражняться, торкаються її. «Жужа» терпить, але коли усе це їй набридає, ганяється за кривдниками, намагаючись когось зловити.

Пійманий стає «Жужею». Психолог повинен стежити, щоб «дражнили» не були занадто образливими.

Вправа-релаксація «Чарівна квітка»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Розслаблене все тіло. Кожен уявляє себе чарівною квіткою, яка росте і тягнеться до сонця. Ваше тіло – стебло, руки – листя, ваша голова, цвіт квітки. Ви ростете назустріч сонцю... Ваше листя ворухиться під подихом вітру. На листочки падає сонячне проміння. Воно зігріває їх, наповнює енергією життя. Відчуйте це тепло в собі. Запам'ятайте цей стан. Візьміть цю енергію з собою. Вона підтримає вас протягом дня. Відкриваємо очі, повертаємось з нашої уяви».

Рефлексія. Вправа «Рефлексивне коло»

Діти стають в коло, психолог дає запитання, діти відповідають по черзі:

- розкажіть про свій емоційний стан;
- що нового ви дізналися?
- чого навчилися?

Ритуал прощання. Вправа «До побачення!»

Діти стають у коло. Педагог прощається з кожною дитиною по черзі, кидаючи м'яч і промовляючи слова:

М'ячик стрибав тут і там,

Але час прощатися.

- До побачення! - сказав.

- Час вже повертатися!

Заняття 25. Тема: «Я мислю і розмовляю»

Мета:

- вчити дітей розуміти самих себе та інших людей, будувати стосунки з ровесниками на основі довільної саморегуляції поведінки та діяльності;
- виховувати позитивні моральні риси характеру та емпатію;
- сприяти згуртованості групи, покращенню емоційного стану;
- формувати адекватні способи реагування; конструктивні форми спілкування; навички самоконтролю власного емоційного стану;
- забезпечувати відчуття сили та цінності власного «Я» кожною дитиною.

Обладнання: стілець, м'яч.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Візьмемося за руки»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Візьмемося за руки

Та станемо у коло.

Радість та усмішки

Хай сяють навколо.

У мене гарний настрій, дуже.

Посміхнись і ти, мій друже!

Гра «Снігова куля!»

Всі діти стають в коло. Перший називає своє ім'я, другий – ім'я першого і своє, третій – перші 2 імені, потім своє. Таким чином, сніжний ком стає все більше, і діти запам'ятовують імена своїх однолітків.

Програвання ситуацій

- З тобою не хочуть гратися. А ти хочеш. Що ти зробиш для того, щоб показати своє бажання й щоб тебе взяли в гру?

- Б'ють твого маленького сусіда. Що ти зробиш, скажеш?

- У тебе навмисно влучили м'ячем. Тобі боляче. Що ти зробиш?

Наголосити дітям, що вони не повинні соромитися, боятися сказати про своє бажання, почуття, відчуття.

Вправа «Неймовірні ситуації»

Дітям пропонують пофантазувати і відповісти на запитання «Що було б якби?...»:

- Діти перестали ходити до дитячого садочка.
- Машини та автобуси літали у повітрі.
- На землі перестали рости рослини.
- Сонце перестало світити.
- Тварини почали розмовляти як люди.

- Стільці в групі були б живими.

Правила культурної поведінки

Психолог: Пропоную вам, діти, запам'ятати деякі правила культурної поведінки та завжди дотримуватися їх.

- Не поспішай першим сісти за стіл.
- Не розмовляй під час вживання їжі.
- Не перебивай того, хто говорить.
- Не показуй пальцями на інших.
- Не забудь вибачитися, якщо ти когось штовхнув.
- Поступайся місцем людям похилого віку.

Психолог:

Якщо хочеш, друже, щоб тебе любили,
Чемним і привітним, добрим, чесним будь
Не роби другому, що тобі не мило!
Друже, не забудь! Правило це мудре.

Діти стоять у колі, притуляють долоньки до грудей. Умовно беруть частинку любові, доброти і передають один одному. Потім складають долоні, дмухають на них і дарують один одному краплинку своєї ніжності.

Гра «Впізнай за голосом»

Дорослий обирає дитину, яка буде «котиком», і запрошує присісти в центрі кола із зав'язаними очима. Діти ходять по колу, промовляючи слова:

Ми по колу йдемо, тихо котика звемо:

«Котику, не підглядай, хто покликав – відгадай».

Дитина, на яку вказав ведучий, голосно промовляє: «*Няв!*». Дитина в колі повинна відгадати, хто з дітей покликав.

Вправа «Машина на мийці»

Учасники групи шикуються у дві шеренги, обличчям одне до одного. Один учасник – на початку – «машина», інший – у кінці – «сушилка». «Машина» проходить повз шеренгами, усі її «миють»: погладжують, потирають і т. ін., роблячи це обережно та акуратно. «Сушилка» повинна її «висушити»: обняти. Потім «сушилка» стає в шеренгу, а той, кого «мили», стає «сушилкою», а спочатку шеренги йде наступна «машина».

Гра «Чарівний стілець»

Хід вправи: психолог, говорить дітям, що у кожної людини є позитивні якості, про які іноді не знає і сама людина. Тому дуже важливо про них говорити їй. По середині кола ставиться стілець і по черзі кожен з учасників сідає на нього і всі інші говорять йому хороші слова, про якості цієї людини, висловлюють свої побажання.

Гра «Мої секрети»

Діти стоять у колі. Дорослий кидає м'яч кожному із гравців і пропонує розповісти про свої секрети. Гра починається зі слів: «Ніхто не знає про те, що...» (я їздив до моря, я маю вдома kota...)

Вправа-релаксація «Дерево»

Діти стають в коло на деякій відстані один від одного. Кожен сильно надавлює п'ятками на підлогу, руки стискає в кулачки, міцно стискає зуби. Психолог говорить, звертаючись до кожного: «Ти – могутнє, міцне дерево, у тебе сильне коріння, і ніякі вітри тобі не страшні. В складних життєвих ситуаціях, коли хочеться плакати або битися, – стань сильним і могутнім «деревом», скажи собі, що ти сильний, у тебе все здійсниться, і все буде добре. Ти – впевнена людина.» Потім діти беруться за руки, підіймають їх догори, продовжуючи надавлювати п'ятками на підлогу. «Ми разом велика сила. Самотньому дереву важко, разом ми цілий ліс.

Разом нам не страшні ніякі негоди.» Після цього керівник пропонує дітям розслабитися, перестати надавлювати п'ятками на підлогу, помахати руками, розслабити м'язи обличчя, виконуючи ритуал прощання.

Рефлексія. Вправа «Скажи одним реченням»

- Було цікаво...
- Було важко...
- Мене здивувало...
- Я спробую...
- Тепер я можу...
- Я дізналася (дізнався)...

Ритуал прощання. Вправа «До побачення!»

Діти стають у коло і разом промовляють віршовані слова:
 Разом грали і стрибали,
 Весело ми танцювали,
 Але вийшов вже наш час,
 До побачення! Все, клас!

ЧАСТИНА VI «ЖИВЕМО РАЗОМ У ЗЛАГОДІ»

Заняття 26. Тема: «Чемним зростати»

Мета:

- вчити дітей з повагою ставитись до людей навколо, допомагати їм своїми добрими вчинками;
- виховувати бажання творити добро;
- формувати образ «Я» - морального; навички зниження негативних реакцій;
- сприяти згуртованості групи;
- знімати нервово-психічне напруження.

Обладнання: велике паперове сонце, маленькі «сонечка милосердя» для кожної дитини, рюкзак.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Сонечко встало»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Сонечко встало, іде новий день.

Любі малята, усім: «Добрий день!»

Пташечка в небі співає пісень.

Ніби вітає усіх: «Добрий день!»

Психолог із паперовим сонцем у руках обходить коло, у якому стоять діти, торкнувшись усіх дітей почергово говорить, що сонечко дарує кожному з них якийсь сонячний дарунок (наприклад: сонячного зайчика, сонячного промінчика, сонячного бантика, теплий день, соняшника, добру казку, променисту усмішку тощо) .

Діти мають розповісти, як за допомогою того чи іншого сонячного подарунка вони допоможуть кому-небудь. Як варіант: променистою усмішкою можна потішити маму; за допомогою соняшника можна нагодувати насінням голодних пташок узимку; доброю казкою можна заспокоїти молодшу сестричку тощо.

На завершення гри психолог роздає дітям «сонечко милосердя» (маленькі паперові сонечка)

Вправа «На зупинці»

Психолог: Тигрик Р-Р-Р хотів бути чемним і, коли пропускав Черепашку в автобус, сказав: «Дякую»...

Запитання до дітей

- Чи доречно сказав Тигрик «Дякую»?
- В яких випадках вживають це слово?
- Чи доречно дякувати за хороші слова, компліменти?

- Що таке комплімент?
- Які слова мав би сказати Тигрик Р-Р-Р Черепащі?
- Яку відповідь почув Тигрик від Черепашки?
 - а) якщо вона чемна;
 - б) якщо вона нечемна.

Вправа «Неприємність»

Психолог: Тигрик Р-Р-Р поспішав у дитсадок і ненароком наступив на хвіст Крокодилу. Крокодил здивовано глянув на Тигрика, а той, бажаючи бути ввічливим, сказав «До побачення!».

Запитання до дітей

- Чому ситуація називається «Неприємність»?
- Як потрібно ставитися до інших, щоб не образити нікого?
- Які слова не сказав Тигрик Р-Р-Р Крокодилу?
- Які слова вибачення ви знаєте? (Вибачте, пробачте, перепрошую, даруйте, дуже шкода, мені жаль).
- Як би міг відповісти Крокодил на слова вибачення?

Бесіда «Як можна привітатися?»

Психолог:

- Діти, давайте з вами подумаємо, що ми говоримо, коли зустрічаємо знайомих людей чи приходимо у гості?

- А чи з усіма ми однаково вітаємося? Як, наприклад, ви привітаєтесь зі своїм другом? (*Привіт, як справи, здоров*).

- А як ви вважаєте, чи можна дорослим казати так само? (*Hi*). Так дорослим краще говорити «Вітаю», але своїм батькам можна казати так, як друзів.

- Коли ми вітаємося то бажаємо людині, з якою привіталися, здоров'я.

- Скажіть, чи можна сказати незнайомій людині «Привіт»? (*Hi*). Так, це буде виглядати неввічливо. «Привіт» - слово тільки для найближчих друзів, знайомих.

- Скажіть, які слова ви говорите, коли вітаєтесь вранці? А ввечері? Вдень?

- Говорячи людині «Доброго ранку», ми бажаємо їй, щоб ранок пройшов добре, щоб день був успішним.

- Як потрібно поводитися, коли вітаєшся? (*Посміхатися, дивитися в очі тому, з ким вітаєшся, хитнути головою*).

- Як потрібно говорити, коли вітаєшся з людиною похилого віку? (*Голосніше*). Так, бо дехто погано чує. А ще хитання головою може бути сигналом, що з ними вітаються.

Рухлива хвилинка

Неповторний ти і я *(показують один на одного)*
 Разом ми одна сім'я. *(обнімають себе за плечі)*
 Будемо у мирі жити, *(піднімають руки до гори)*
 Гарно вчитись і дружити, *(нахили тулуба в сторони)*
 Щоб батьки могли радіти, *(стрибки на 2-х ногах)*
 Що такі в них добрі діти. *(показують двома руками «добре»)*
 А тепер пограємо в Я буду вам говорити

Конфліктна ситуація

Дітям пропонують програти в парах конфліктну ситуацію: «Ти дав свою іграшку своєму другові погратись, а він її зламав». Потім діти міняються ролями.

Обговорення гри:

- Як ти вважаєш, чи навмисно твій друг зламав твою іграшку?
- Що ти відчував, коли дізнався про те, що твою іграшку зламали?
- Що ти відчував, коли зламав цю іграшку?
- Як ти пояснив другу свій учинок? Тощо.

Гра «Додай чарівне слово»

Розтопить серце всякого сердечне слово*(Дякую)*
 Зазеленіє древній пень, коли почує*(Добрий день)*
 Коли мене сварять, я намагаюсь завжди казати чемно ...*(Вибачте)*
 Щоб знов зустрітись у годину призначену, кажу щиро завжди ... *(Будь ласка)*

Вправа-релаксація «Чарівне місце на землі»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.
 Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Усе тіло розслаблене. Уявіть місце на землі, де вам дуже добре... Можливо це цирк, де виступають клоуни, дресировані тварини, а може це пляж на морі, де ви лежите і слухаєте шум хвиль, вітру; це може бути квітучий весняний садок у бабусі в селі чи ігровий майданчик з багатьма спортивними спорудами. Ви уявляєте себе в цьому місці. Ви наповнюєтесь сміхом, коли вас розважають клоуни, вдихаєте аромат цвіту фруктових дерев у саду, заспокоюєтесь під шум хвиль на морі чи набираєтесь сил під час гри на спортивному майданчику. Вам приємно від цих занять, затишно. Вас переповнює хороший веселий настрій. Поділіться з нами своїми уявленнями. Хто яке чарівне місце відвідав у своїй уяві?».

Рефлексія. Вправа «Рюкзак»

Кожен з дітей стисло дає відповідь на запитання: «Які з тих знань, умінь, способів дій, що отримали на занятті, візьмете із собою для використання на інших заняттях, у житті, для спілкування з домашніми, друзями тощо?». І умовно складають ці відповіді в рюкзак (це може бути картинка чи справжній).

Ритуал прощання. Вправа «Обійми»

Нумо всі встали в коло.

Всі взяли за руки раптово.

Будемо стояти.

Один одного обіймати.

Досить довго ми займалися.

І трішки балувалися.

А тепер дітвора.

Відпочивати вам пора!

Психолог пропонує малюкам підійти до кожної дитини з групи і обійняти її, дякуючи за спільну роботу під час ігор.

Заняття 27. Тема: «Усім допомагати – вірних друзів мати»

Мета:

- сприяти згуртованості групи, покращенню настрою дітей;
- розвивати повагу у спілкуванні, звичку користуватися ввічливими словами;
- поповнювати словниковий запас дітей словами ввічливості;
- виховувати дружні взаємини, вміння і бажання прийти на допомогу дорослим і одноліткам; почуття емпатії та повагу до оточуючих;
- зміцнювати соціальне здоров'я, сприяти згуртуванню групи, активізувати учасників.

Обладнання: м'яч, серветки.

Хід заняття:

Ритуал привітання

Психогімнастична вправи-вітання «Промінь падає в долоні»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Промінь падає в долоні –

Другу посміхнись.

Очі у небес бездонні –

За руки візьмись.

Шелестить над нами листя –

Весело стрибай.

Хвиля мружиться іскристо –

Тож і ти моргай!

Правила поведінки на занятті

Бути чемними.

Бути добрими.

Поважати інших.

Слухати інших.

Допомагати іншим.

Пробачати іншим

Гра дружньої взаємодії «Акваріум»

Психолог: Діти, уявіть, що наша кімната – це великий акваріум. Зараз я наллю сюди приємну теплу воду, щоб в акваріумі змогли плавати різнокольорові рибки. (Наповніть кімнату уявною водою.) Ви тепер – рибки, котрі повільно пливуть в акваріумі і з цікавістю все роздивляються. При цьому кожен має тримати на голові кольорову серветку. Рухайтесь так, щоб серветка не впала. Рибка, в котрої серветка впаде, залишається на місці й не може плисти далі. Але їй може допомогти інша рибка – вона набере більше повітря, пірне вглиб акваріума, дістане серветку й покладе її на голову рибки,

яка її загубила. Тепер візьміть кожний по кольоровій серветці й покладіть її на голову. Зробіть пару разів глибокі вдих і видих, щоб трохи розслабитися, і можете красиво та спокійно плисти по акваріуму. (Лунає спокійна музика або звуки морських хвиль на вибір.) А тепер настав час вилити воду з акваріума. Я відкриваю стічний отвір, і вода витікає. А ми разом із водою дедалі ближче пливемо до стоку, доки всі не зберемося до купи... Тепер ви не рибки, а знову діти, давайте мені ваші серветки, я зберу їх у коробочку.

Вправа «Загубилася дитина»

Діти стають у коло. Психолог, імітуючи радіо, голосно промовляє: «Увага! Увага! Загубилася дитина, п'яти років, висока, з темним волоссям, весела, привітна, охайна». (Називають тільки позитивні особисті якості кожної дитини). Діти повинні відгадати про кого йде мова.

Вправа «Скажи, який?»

Психолог пропонує дітям назвати риси:

Мама – добра, ніжна, ласкава, лагідна...

Тато – сильний, сміливий, працьовитий...

Бабуся – лагідна, добра, роботяща, старенька...

Дівчинка, хлопчик...

Гра «Закінчи речення»

Психолог пропонує дітям незакінчені речення, діти продовжують їх.

Добрі діти батьків радують, а погані...

Марійка бабусі допомагала, а Сергій...

Данилко з друзями ділиться, а Тарас...

Вправа «Що буває...?»

Психолог пропонує дітям подумати:

Добрим... (серце, бабуся, робота...)

Гарним... (очі, квіти, мама...)

Милим... (кошеня, дитя, іграшка...)

Поганим... (робота, вчинок, слова...)

Сумним... (розповідь, казка, фільм...)

Вправа «Коли? Якщо?»

Діти стають в коло. Психолог кидає кожному по черзі м'яч і дає запитання, на які діти мають відповісти:

Якщо мама стомилася,... (слід гратися тихо).

Коли завершив гру,... (необхідно прибрати іграшки).

Якщо другові сумно,... (потрібно розважити його).

Підсумок.

Немає нічого важливішого за дружні стосунки, допомогу товаришеві, приязне ставлення до оточуючих. Дружнім дітям і сонечко всміхається, і труднощі долаються, і веселіше грається. Будьмо дружніми!

Вправа-релаксація «Веселка»

Діти сідають чи лягають зручно на килимок на спинку, заплющують очі і протягом 1-2 хвилин уявляють легку, прекрасну веселку, гру кольорів і себе в спокійному, приємному, розслабленому стані. Психолог налаштовує дітей на відчуття спокою, розслабленості. По закінченні вправи обговорюється, що відчували діти під час її виконання, хто «бачив» щось незвичайне. Закінчується вправа тим, що діти встають, потягаються та рухами рук над головою зображують веселку.

Рефлексія. Вправа « Це було весело!»

Психолог: Наше заняття було цікавим та захоплюючим. Я пропоную пригадати вам найвеселіші моменти, розповісти про них і вигукнути: «Це було весело!».

Ритуал прощання. Вправа «Слова подяки»

Діти стають у коло, а одна дитина – всередині кола. Кожна дитина з кола по черзі підходить до дитини, яка стоїть усередині, тисне їй руку і промовляє: «Дякую за цікаве спілкування!». Та у відповідь робить так само, і обидва залишаються всередині кола, тримаючись за руки. Потім підходить третя дитина тощо.

Заняття 28. Тема: «Ми приходимо у світ творити добро»

Мета:

- вчити демонструвати зв'язок між особистим вибором і впливом цього вибору на інших людей; розуміти поняття «добро», «доброта»;
- виховувати доброзичливе ставлення один до одного;
- підводити до усвідомлення того, що кожна людина приходить у цей світ творити добро;
- формувати в дітей бажання бути добрими, милосердними, лагідними та привітними до оточуючих, показувати переваги мирного співіснування з іншими людьми.

Обладнання: жовте коло-«сонечко»; смужки-промінчики на кожну дитину; дві склянки з водою.

Хід заняття:

Психогімнастична вправи-вітання «Ми Вас раді тут вітати»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Ми Вас раді тут вітати.

Наберем в долоні сміху і розсиплем всім на втіху.

Нашорошим швидше вуха,

Щоб могли усе-все слухать.

Ми потremo оченята,

Щоб могли спостерігати.

Вправа «Сонячні побажання»

Діти стають у коло. Посередині кола слід покласти сонечко (жовте коло), кожна дитина отримує промінчики (смужки). Завдання для дітей: свій промінчик можна прикласти до сонечка тільки після того, як дитина придумав побажання для всієї групи й озвучить його.

Питання для обговорення:

- Чи легко було придумати побажання?
- Що люди бажають одне одному?
- Чи можна поліпшити настрій іншому за допомогою побажань?
- Чи можна сказати, що наше сонечко вийшло дуже гарним саме тому, що ми були привітними та доброзичливими одне до одного?
- Чи сподобалося вам таке ставлення одне до одного?
- Що означає слово «мир»?

Психолог: Сьогодні, діти, ми з вами поговоримо про добро і зло, про те, якими нам потрібно бути.

Доброта – найбільша цінність нашого життя. Її не можна купити ні за які гроші, вона по краплиночці виховується змалечку. Діти спробуймо разом поміркувати, на що схожа доброта?

Дослід з двома склянками з водою

Психолог: Переді мною дві склянки з водою.

- Яка вода?

- Уявімо собі, що одна склянка в мене, – це ніби добрі вчинки. Які добрі вчинки роблять люди?

- Інша склянка – недобрі, злі вчинки. Які нехороші вчинки ви знаєте? Яким кольором можна зафарбувати воду?

- Зверніть свою увагу на склянки з водою, вони ніби наша душа. Коли ми творимо добро – душа наша чиста, а коли – зло, погані вчинки, – душа наша темна, непривітна, сумна.

- Яка склянка вам більше до вподоби?

- Які вчинки будете робити?

Старайтесь робити добро

День і ніч, і у кожную хвилину,

Щоб серденько, як сонце цвіло,

Це хорошою робить людину!

Мовна гра «Встав чарівне слово»

1. Розтопить серце всякого сердечне слово... (Дякую).
2. Якщо ти їсти вже не в силах, то скажемо мамі що? (Спасибі).
3. Зазеленіє старий пень, коли почує...(Добрий день).
4. Коли згасає сонце і зоря лягає на плечі серед знайомих голосів ми чуємо... (Добрий вечір).
5. Розстає навіть крига від слова теплого...(Спасибі).
6. Щоб зустрітися знову в годину призначену, кажу щиро і завжди я всім... (До побачення).

Вправа «Розберемо вчинки»

Психолог дітям пропонує розібрати добрі та недобрі вчинки. Із запропонованих варіантів діти мають визначити добрий вчинок і плеснути в долоні, вчинок недобрий – тупають ногами.

1. Допомогати другові в біді.
2. Когось ображати.
3. Захищати слабкого.
4. Когось обдурювати.
5. Поважати людей.
6. Ділитися тим, що маєш.
7. Не слухатися батьків.
8. Оберігати природу.
9. Вихвалитися перед кимось.
10. Поступатися місцем в транспорті.

11. Любити і поважати свою родину.

Казка « Намисто з чотирма променями» (В. Сухомлинський)

Побачило Сонечко хвору Дівчинку в ліжку. Дівчинка лежала, очі її були закриті. Вона тихо стогнала. Жаль стало Сонечкові Дівчинку. Нахилилося воно над її голівкою й тихо прошепотіло: – Візьми, Дівчинко, чарівне намисто з чотирма променями. Чотирьох нещасних ти можеш зробити щасливими. На кого спрямуєш промінь, той і стане щасливим. Відкрила очі Дівчинка, бачить – лежить на постелі чарівне намисто, чотири промені грають на стіні. «На кого ж направити щасливі промені? – думає Дівчинка. – Хто у нас нещасливий?» Подумала і важко зітхнула: нещасними були бабуся, дідусь, тато й мама. У бабусі зуб болить, у дідуся ліжко скрипить, у татка нога зламана, мама сльози ллє. Спрямувала дівчинка чарівний промінь на бабусю – і зуб у неї відразу перестав боліти, спрямувала промінь на дідуся – ліжко перестало скрипіти. Спрямувала промінь на тата – нога зцілилася. Спрямувала промінь на маму – перестала мама сльози лити, радісно посміхається. Про себе, про свою хворобу Дівчинка забула. А коли всі стали щасливими, вона стала найщасливішою, і хвороба залишила її.

Бесіда

- Що Сонечко подарувало Дівчинці?
- Чому саме Дівчинці, а не комусь іншому зробило воно подарунок?
- Яким було Сонечко у ставленні до дівчинки?
- Як скористалася Дівчинка дарунком Сонечка?
- Добери слова, які характеризували б дівчинку. (Дівчинка яка?)

Народну мудрість

- Хочеш собі добра, не роби нікому зла.
- Про добре серце треба змалку дбати.
- Добре серце утримає від негідного та необачного вчинку.
- Хто людям добра бажає, той і собі має.

Вправа «Загадковий подарунок»

Діти стають у коло. Педагог звертається до дітей: «Усі ми дуже любимо отримувати і дарувати подарунки. Уявімо, що ми можемо все що завгодно. Подаруйте, будь ласка, будь-яку річ (умовно) своєму сусідові праворуч. Але намагайтеся дарувати те, що обов'язково сподобається іншій дитині. Нехай ті, хто приймає подарунки, не забувають дякувати».

Вправа-релаксація «Весняний луг»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Уявляємо прекрасну весну зі

своїми чарівними перетвореннями. Розтанув останній сніжок на лужку, пригріло тепліше сонечко, розпустило свої промінчики. Розпустились перші весняні квіточки – підсніжники. Радують нас своєю ніжністю, тендітністю, красою. Весна продовжує свої чарівні перетворення. Ось з'являються проліски, ряс, зірочки жовті. Раптом весна застелила луг трав'яним килимом. Ми лягли на цю соковиту перину. Нам м'яко, приємно. Ми вдихаємо приємний аромат квітів, травиці. Наповнюємося здоров'ям, сонячним теплом, відмінним настроєм. Нам приємно. Ми чудово відпочили. А зараз нам слід повертатися в нашу кімнату, залишаючи весняний луг весні красуні».

Рефлексія. Вправа «Вітер дме для того, хто...»

Психолог: Я зачитуватиму фразу, яка починається словами: «Вітер дме для того, хто...». Ті з вас, хто може відповісти на висловлювання «так», підводяться, решта залишаються сидіти.

Психолог читає речення:

Вітер дме для того, хто задоволений сьогоднішньою роботою;

Вітер дме для того, хто втомився;

Вітер дме для того, хто хоче працювати;

Вітер дме для того, хто працював творчо;

Вітер дме для того, хто не міг дочекатися кінця заняття.

Ритуал прощання. Вправа «До завтра»

Діти стають у коло і разом промовляють віршовані слова:

Раз, два, три, чотири, п'ять,

Ми закінчуємо грати,

Попрощатись вже нам час,

Завтра знов приходить до нас.

Заняття 29. Тема: «Добрі справи робити і їм радіти»

Мета:

- навчати розрізняти емоції за зовнішніми ознаками;
- виховувати впевненість у собі; уважне ставлення до інших;
- формувати довіру, позитивне ставлення до однолітків; морально-етичні норми поведінки, емпатію, толерантність;
- створювати доброзичливу невимушену атмосферу;
- знімати м'язову скутість, напруження, надавати можливість самовиражатись.

Обладнання: картки з хмаринками і сонечками на кожну дитину; кошик; штучні квіти на кожну дитину.

Хід заняття:

Психогімнастична вправи-вітання «При зустрічі вітатися!»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Придумано кимось просто і мудро

При зустрічі вітатися!

- Добрий ранок!

- Доброго ранку

Сонцю і птахам!

- Добрий ранок!

Привітним особам!

І кожен стає

Добрим, довірливим!

Доброго ранку триває до вечора!

Дидактична гра «В якому вчинку живе добро»

Діти визначають вчинок і піднімають картку з хмаринкою або сонечком.

- Якщо я називаю поганий вчинок, ви піднімаєте картку з хмаринкою, якщо добрий – з сонечком.
- Допомогати друзеві в біді.
- Когось образити.
- Захистити слабкого.
- Когось обдурити.
- Ділитись тим, що маєш.
- Не слухатися старших.
- Вихвалитися перед кимось.
- Радіти з чужої бід.
- Співчувати, якщо з кимось сталося нещастя.
- Дразнитись.
- Ображатись через дрібниці

- Пробачати і просити пробачення, якщо когось образив.
- Поважати інших.
- Ви справились із цим завданням. Ще одна пелюстка з'явилась на квітці.

Дидактична гра «Кошик добрих справ»

Пригадайте, яку добру справу ви зробили вчора, сьогодні чи кілька днів тому назад. Розкажіть про неї. Діти розповідають і кидають квітку в кошик добрих справ.

У нас тепер новий кошик добрих справ. (Додаємо ще одну пелюстку). Ми добрались до галявинки, давайте відпочинемо.

Гра «Як вчинити?»

Дітей ознайомлюють із ситуацією:

Хлопчик без дозволу взяв чужу іграшку.

Варіанти поведінки	Наслідки:
штовхнути, забрати іграшку	хлопчик теж штовхне у відповідь
вдарити і забрати	хлопчик теж вдарить
забрати свою іграшку і ще щось у дитини	діти посваряться і поб'ються
сказати виховательці	
ввічливо попросити дитину повернути іграшку	

Аналіз з дітьми кожної ситуації і наслідків.

Вибір правильного варіанта дії, її закріплення.

Золоте правило

До інших треба ставитися так, як ти хочеш, щоб ставилися до тебе

Вправа «Давай миритися»

Психолог: Сьогодні ми з вами поговоримо про дуже цікаві речі - про доброту, прояви людських якостей і характер людини. Ви знаєте, діти, що людина живе не сама в суспільстві, а поруч з іншими людьми. Як рослинка у полі не може існувати сама, так і людина не може жити самотньо, а серед інших людей і всі вони різні - одні добрі, а інші не зовсім такі. - Що ви можете сказати про добру людину, яка вона? (чесна, ввічлива, скромна, працьовита, чемна, доброзичлива, дружелюбна, щедра, справедлива, миролюбна, щира, милосердна та ін.)

Дидактична гра «Скажи навпаки»

Психолог називає хороші моральні якості людини, а діти - їм протилежні.

- Дружелюбний - недружелюбний;
- чемний - нечемний;
- ввічливий - неввічливий;

- чесний - нечесний;
- скромний - нескромний;
- працьовитий - непрацьовитий (лінивий);
- доброзичливий - недоброзичливий;
- щедрий - нещедрий (жадібний);
- справедливий - несправедливий;
- мирлюбний - немирлюбний;
- щирий - нещирий;
- милосердний - немилосердний;
- добрий - недобрий (злий) та ін.

Вправа «Мирилочка»

Психолог пропонує двом дітям удавати неслухняних дітей, які сваряться (сердиті, повернуті спинами один до одного, нахиливши голови). Інші мирять їх. Промовляючи мирилочку:

Мир миром, пироги з сиром.

Варенички в маслі.

Ми дружечки красні.

Поцілуймося!

«Посварені» думають, думають, а потім поцілюються, обіймуться, візьмуться за руки.

Вправа-релаксація «На березі»

Діти зручно лягають на килимку на спинку і заплющують очі.

Психолог промовляє слова: «Ляжте зручно, розслабтеся, відчуйте, як вам стає тепліше. Тепло опускається в руки, й ноги. Вони розслаблюються, стають важкі й теплі. Вам дихається легко й приємно. Уявіть, що ви лежите на березі моря. Ви відчуваєте прохолоду вітру, теплі промені сонця на собі. Чуєте, як приємно шумить море, викидаючи свої хвилі на берег. Поряд кричать чайки. Ви вдивляєтесь вдалечінь і бачите, як за обрій сідає спати сонце. Воно вже майже сховалося, залишаючи нас наодинці з вечором. На березі тихо. Нас закутує спокій. Нам приємно, але потрібно прокидатися».

Рефлексія. Вправа «Мені було..., тому що...»

Психолог: Ваше завдання — пригадати все. Що ми сьогодні робили, пригадати свої відчуття і доповнити фразу «Мені було..., тому що...».

Ритуал прощання. Вправа «Людина починається з добра»

Живи, добро звершай,

Та нагород за це не вимагай.

Лиш в добро і вищу правду віра.

Людину відрізня від звіра.

Хай оживає істина проста:

Людина починається з добра.

Заняття 30. Тема: «З усіма дружно жити і їх розуміти»

Мета:

- вчити дітей усвідомлювати значення лагідного звертання одне до одного;
- виховувати бажання проявляти доброзичливість, доброту;
- формувати навички роботи в команді, групової злагодженості дітей, відчуття радості від співпраці; комунікативні навички, звичку до доброзичливості;
- допомагати дітям подолати негативні переживання, які перешкоджають їх гарному емоційному самопочуттю і спілкуванню з однолітками.

Обладнання: середина квітки (жовтий круг); пелюсточки квітки із зображеними на них правилами дружби; іграшкове сердечко; мікрофон.

Хід заняття:

Психогімнастична вправи-вітання «Краплинка ніжності»

Психолог пропонує дітям стати в коло і разом промовити слова:

Ми вітаємось,

Одне одному посміхаємось!

Усміхнімось всім довкола:

Небу, сонцю, квітам, людям.

І тоді обов'язково

День до нас привітним буде.

Діти, давайте одне одному подаруємо посмішку.

Діти з рук у руки передають по колу уявну усмішку, при цьому всміхаючись.

Психолог: Діти, чи є у вас друзі? Хто такий друг? Як ви гадаєте чому кожна людина хоче знайти собі друга?

Вправа «Квітка Дружби»

Психолог: Давайте разом з вами складемо «Квітку Дружби». Ось у нас є середина квітки (жовтий круг-«сонечко»), яке символізує тепло, доброту. Щоб скласти квітку ви повинні взяти пелюсточки квітки із зображеним на ній малюнком –правилом дружби, розповісти про нього прикладаючи пелюстку до середини квітки-«сонечка».

Діти по черзі називають правила дружби і викладають квітку:

- Допомагати другові у скруті.
- Пробачати помилки іншим.
- Не бути жадібним.
- Не заздрити.
- Завжди ділитися з другом іграшками
- Зупини іншого якщо він робить щось погане

- Заспокоїти того, хто плаче
- Допомогти другові, якщо у нього щось не виходить.

Ось, яка гарна й пишна вийшла у нас «Квітка Дружби»! В народі кажуть: «Не все можна продати і не все можна купити. Можна купити черевики, а дружбу – ні!». Діти, як ви розумієте ці слова? Чому дружбу купити не можна? Які прислів'я про дружбу ви знаєте?

Прислів'я про дружбу

- Дружба дорожча за золото.
- Друзі пізнаються в біді.
- Дружба все переможе.
- Дружбу дружбою шукають.

Гра «Так чи ні»

Психолог пропонує дітям висловлювання, а вони стверджують (плескають у долоні) або заперечують (тупотять ногами) їх.

Як краще спілкуватися з друзями?:

- Називати друга на ім'я чи вживати прізвисько?
- Розповідати про себе чи слухати свого друга?
- Розмовляти про те, що цікавить друга, чи про те що цікавить тебе?
- Поводиться так, як хочеться тобі чи так, як би ти хотів, щоб товариш повівся із тобою?
- Посміхатися чи бути сердитими?

Гра «Продовж речення»

- «Мені весело, коли.....»
- «Мені сумно, коли.....»
- «Я сердитий, коли.....»

Так, у нас, у наших друзів, у всіх людей бувають такі ситуації в житті, коли наші почуття керують нами: ми не спокійні, роздратовані, когось можемо образити грубим словом чи своїм вчинком, розповісти чийсь секрет, образитись через будь-яку дрібницю, і тоді так неприємно стає на серці. Але ми повинні вчитись стримувати свої негативні емоції, почуття, вміти взяти себе в руки, тобто заспокоїтись.

Поради щодо стримання своїх емоцій:

- Якщо відчуваєте, що так і не терпиться когось обізвати, штовхнути, викрикнути, коли треба помовчати, треба довести свою силу: обхватити долонями лікті і сильно притиснути руку до грудей – поза стриманої людини. Давайте спробуємо.

- Коли відчуваєте, що назовні рветься викрикування, а треба змусити себе стримувати, промовчати, подивись на щось зовсім маленьке, захвати язичка за зубами (показую). Спробуємо.

- Коли роздратовані – вдихніть повітря глибоко-глибоко і тихенько повільно видихніть, щоб самі не чули свого видиху. Спробуємо.

Гра «Знайди друга»

Дітей об'єднують у дві групи, одній з яких зав'язують очі й дають можливість походити по приміщенню. Їм пропонують підійти й знайти один одного. Знайти можна за допомогою рук, обмацуючи волосся, одяг, руки. Потім, коли друг знайдений, гравці міняються ролями.

Вправа «Скажи хороші слова про свого друга»

За бажанням вибирається дитина, її саджають у коло, і кожний говорить про те, що йому подобається в цій дитині. Психолог звертає увагу дітей на те, щоб вони не повторювалися, дає зразок. У своїх висловленнях діти відзначають зовнішні й внутрішні риси дитини, приводять приклади будь-яких життєвих ситуацій.

На одному занятті вибирати не більше, ніж двох дітей.

Правила дружби

- Дружба – це правда і чесність кожного.
- Що вимагаєш від друга, насамперед вимагай від себе.
- Ніколи нікого не обманюй, не ображай.
- Ні до кого не чіпляйся, грай чесно, не дражнись.
- Поважай тих, із ким дружиш.
- Будь терплячим, не засмучуйся через невдачу.
- Ти не кращий за всіх, але й не гірший!
- Якщо вмієш добре грати, то навчи іншого.
- Успіху можна досягти тільки разом, у колективі. Частіше кажи: один за всіх – всі за одного.
- Ходи до школи з радістю. Щиро дякуй долі, що вчишся в школі!

Естафета дружби

Всі повинні взятися за руки й передавати, як естафету, рукостискання. Починає психолог: «Я передам вам свою дружбу, і вона йде від мене до Оленки, від Оленки до Сашка і т.д. і, нарешті, знову вертається до мене. Я відчуваю, що дружби стало більше, тому що кожний з вас додав часточку своєї дружби. Нехай же вона вас не залишає.

Вправа «Тепле сердечко»

Психолог читає дітям прислів'я та приказки:
«Пташка маленька, а й та серце має»,

«Хто у біді дав, той двічі дав»,
«Тепле словечко, мов лагідне сердечко».

Психолог звертається до дітей, щоб вони назвали лагідні слова, якими їх називають у родині (пестливі форми). Потім діти стають у коло і по чергові звертаються одне до одного лагідними словами (наприклад: тепле сонечко, маленька зірочка, пухнаста хмаринка, веселий зайчик тощо). При цьому кожна дитина повторює лагідне слово, сказане їй перед цим сусідом, а потім звертається до наступної дитини зі своїми ласкавими словами, передаючи при цьому іграшкове сердечко. Наприкінці гри психолог обговорює з дітьми, що вони відчували у своєму серці, коли вони самі та їм дарували ласкаві слова.

Вправа-релаксація. «Обличчя на сонці»

Діти сідають зручно або лягають на килимку на спинку і заплющують очі. Їм пропонується уявити себе на теплому літньому пляжі: «Сонце приємно торкається обличчя, розправляючи зморшки лоба, очей. Воно гріє губи, щоки, підборіддя». Діти уявляють собі дотики ласкавих сонячних променів, можуть повторити їх шлях кінчиками пальців, погладжуючи обличчя.

Рефлексія. Вправа «Мікрофон»

Діти, передаючи один одному мікрофон, розповідають:
Що сьогодні я дізнався?
Мені було важко чи ні?
Я зрозумів матеріал або були труднощі?
Я навчився чогось нового?
Я зміг добитися результату?

Ритуал прощання. Вправа «Усім, усім, до побачення»

Станем разом ми у коло,
Скільки друзів – глянь навколо.
Попрощатись не забудем,
Дружно гратися ми будемо.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) /
2. наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол.: А. М. Богуш, Г. В. Беленька,
3. О. Л. Богініч та ін. – К., 2012. – Спецвип. журн. «Вихователь-
4. методист дошкільного закладу». – 30 с.
5. Богуш А.М. Шлях до милосердя і любові / Алла Михайлівна Богуш // Дошкільне виховання. — 2001. — № 2. — С. 3.
6. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 1968.
7. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання [Текст] : науково-метод. посібник / І.Д.Бех. – К. : ІЗМН, 1998. – 204 с.
8. Виховання духовності особистості : навчально-методичний посібник / [М.Й. Боришевський, Л.І. Пилипенко, О.І. Пенькова та ін.]; за заг. ред. М.Й. Боришевського. — Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. — 104 с.
9. Головаха Е.Й., Панина Н.В. Психология человеческого понимания. -К., 1989.
10. Дитина у сучасному соціопросторі : навчальний посібник / Т.О. Піроженко, С.О. Ладивір, К.В. Карасьова [та ін.]; за ред. Т.О. Піроженко. — К. — Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. — 272 с.
11. Діти і соціум: особливості соціалізації дітей дошкільного та молодшого шкільного віку : монографія / Богуш А.М., Гавриш Н.В. та ін. — Луганськ: Альма-матер, 2006. — 368 с.
12. Еколого-психологічне забезпечення якості життя : науково-методичні рекомендації / за заг. ред. Ю.М. Швалба. — Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. — 98 с.
13. Ильин Г.Л. Некоторые вопросы психологии общения // Вопросы психологии. – 1986. - №5. – С.23-45.
14. Ильяшенко В.М. Воспитание речевого общения в дошкольном детстве : учебно-методическое пособие / В. М. Ильяшенко, О. С. Ушакова. – Елец:ЕГУ им. И.А.Бунина, 2003. – 122 с.
15. Ильяшенко М.В. Развитие культуры речи дошкольников / М. В. Ильяшенко // Педагогика творчества : развитие языковых и творческих способностей дошкольников. – М. : Институт развития дошкольного образования РАО, 2007. – 208 с.
16. Калмикова Л.О. Формування мовленнєвих умінь і навичок у дітей: психолінгвістичний та лінгвометодичний аспекти : навч.посіб. для студ. ВНЗ Калмикова Л. О. – К. : НМЦВО, 2003. – 300 с.
17. Кизилова В.В. Основы культуры й техніки мовлення : навчальний посібник / В. В. Кизилова. – Луганськ: Знання, 2007. – 126с.

18. Коломинский Я.Л. Психология детского коллектива. – Мн., 1984.
19. Ладивір С. Радість розвитку. Взаємодія дорослого з дитиною / Світлана Ладивір. — К.: Редакції газет з дошкільної та початкової освіти, 2013. — 128 с.
20. Обозов М.Н. Психология межличностных отношений. -К., 1990.
21. Павелків Р.В. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості у дитячому віці : монографія / Роман Володимирович Павелків. — Рівне: Волинські обереги, 2004. — 248 с.
22. Піроженко Т.О. Виховуємо дитину — зростаємо як батьки : навчальнометодичний посібник / Т.О. Піроженко, О.Ю. Хартман. — Тернопіль: Мандрівець, 2014. — 168 с.
23. Сіданіч І.Л. Культура взаємин батьків і дітей // Відкритий урок. Дошкільна освіта. — 2005. — № 5/6. — С. 147–166. 31
24. Смирнова Е. О., Холмогорова В. М. Межличностные отношения дошкольников. Диагностика, проблемы, коррекция. Москва, 2005г.
25. Сухомлинський В.О. Сто порад учителям // Вибрані твори: В 5-ти т. – Т.2. / В.О.Сухомлинський - К. : Рад. школа, 1976. – С. 419-654.
26. Сучасні діти — відображення цінностей дорослого світу : методичні рекомендації / Т.О. Піроженко, С.О. Ладивір, К.В. Карасьова та ін.; за ред. Т.О. Піроженко. — К. — Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. — 120 с.
27. Терещук Р. К. Общение и избирательное взаимоотношение дошкольников. Кишинев, 1989.
28. Трунова В.А. Мовленнєві ситуації як засіб формування комунікативних умінь // Поч. шкала. – 1988. - № 8. – С. 26-29.
29. Формуємо у старших дошкільників цілісне світобачення : навчальнометодичний посібник / Авт. кол-в: Кононко О.Л., Луценко В.О., Нечай С.П., Плохій З.П., Сидельникова О.Д., Старченко В.А., Терещенко О.П., Шелестова Л.В., Якименко Л.Ю. — К.: Імекс-ЛТД, 2013. — 260 с

ДОДАТКИ

ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК ТА ЗДІБНОСТЕЙ

Діагностичне дослідження проводиться на початковому етапі реалізації програми та повторній психодіагностичній роботі з дітьми, батьками та педагогами. Необхідно оцінити існуючі у дітей комунікативні навички та здібності. Для цього використаємо:

- вхідне та вихідне анкетування вихователів;
- вхідне та вихідне тестування батьків; (Додаток Б)
- спостереження практичним психологом ДНЗ за дитиною в групі, за її відносинами під час різних видів діяльності: як вона грається, чи з радістю працює, чи вміє гратися разом з іншими дітьми, чи входять у якісь мікрогрупи, які в неї стосунки з дітьми;
- діагностичне дослідження існуючих у дітей комунікативних навичок та здібностей (метод соціометрії: методика «Секрет» на визначення статусу дитини в групі за Я.Л. Коломінським; методика «Драбинка» на визначення самооцінки (В.Г.Щур); (Додаток В)

Психодіагностика батьків дітей дошкільного віку проводиться за допомогою методики «Опитувальник для батьків «Ви і ваша дитина»

ЗАПИТАННЯ БЕСІДИ З ВИХОВАТЕЛЕМ ПРО СТАТУС ДІТЕЙ В ГРУПІ

1. Хто з дітей найбільше хоче йти до дитячого садочку?
2. З ким найбільше люблять гратися діти? Чому?
3. З ким не хочуть гратися ? Чому?
4. З ким з дітей хочуть чергувати? Чому?
5. З ким з дітей не хочуть чергувати? Чому?
6. З ким з дітей хочуть сидіти за столом? Чому?
7. З ким з дітей не хочуть сидіти за столом? Чому?
8. Хто з дітей найчастіше свариться? Чому?
9. Хто з дітей вміє мирити посварених?

10. Хто з дітей най краще вміє спілкуватися з однолітками?
11. Хто з дітей най краще грається у мікрогрупах?
12. Хто з дітей найчастіше придумує цікаві ігри?
13. Хто з дітей полюбляє і майже завжди грається на одинці?

Додаток Б

**ТЕСТ ДЛЯ БАТЬКІВ «ВИ І ВАША ДИТИНА», ЯКИЙ ДОПОМОЖЕ
ПОКРАЩИТИ ВЗАЄМОСТОСУНКИ У СІМ'Ї**

Кінець форми

Відповідь «так» оцінюється в 2 бали, «інколи» — 1 бал, «ні» — 0 балів.

1. Чи вважаєте ви, що у вашій родині є взаєморозуміння з дитиною (дітьми)?
2. Чи говорить з вами дитина по щирості, чи радиться з «особистих питань»?
3. Чи цікавиться дитина вашою роботою?
4. Чи знаєте ви друзів своєї дитини?
5. Чи бувають вони у вас вдома?
6. Чи бере участь дитина разом із вами у господарчих справах?
7. Чи перевіряєте ви, як вона вчить уроки?

8. Чи є у вас спільні з дитиною заняття та захоплення?
9. Чи бере участь дитина у підготовці до родинних свят?
10. Чи подобається вашій дитині відзначати власний день народження у родинному колі?
11. Чи обговорюєте ви з дітьми прочитані книги?
12. Чи говорите ви з дитиною про телевізійні передачі, фільми?
13. Ви часто буваєте разом з дітьми на природі, у місті тощо?
14. Чи буваєте ви разом з дітьми у театрах, цирку, на концертах, виставках, у музеях?
15. Ви любите проводити відпустку разом з дітьми чи ні?

Результати тестування:

Більше 20 балів. Ваші відносини з дитиною можна вважати щирими і доброзичливими.

20-10 балів. Ваші відносини з дитиною можна оцінити як задовільні, але недостатньо багатогранні та глибокі.

Менше 10 балів. Ваші відносини з дитиною ґрунтуються на формальному піклуванні про неї. Необхідно шукати взаєморозуміння, інакше ризикуєте втратити духовний зв'язок із дитиною.

ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДОСЛІДЖЕННЯ ІСНУЮЧИХ У ДІТЕЙ КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК ТА ЗДІБНОСТЕЙ

Метод соціометрії: методика «Секрет» на визначення статусу дитини в групі за Я.Л. Коломінським

Мета: учити дітей робити право вибору.

Хід:

Випробовуваний дає трьом дітям з групи у відповідності зі своїм бажанням подарунки (ховає у шафки), заздалегідь визначивши міру їх привабливості. Після того, як дитина розкладає подарунки по шафах, її просять обґрунтувати свій перший вибір і висловити припущення про очікувані вибори. «Якби я дала тобі багато картинок для трьох дітей з вашої групи. Кому б ти не дав картинки?».

Рекомендації до гри:

Я.Л. Коломінський прийняв наступну шкалу, укріпивши статусні підгрупи:

- 1) підгрупа – (зірки – 6 і більше за вибори);
- 2) підгрупа – (прийняті – 3-5, яким передається перевага виборів);
- 3) підгрупа – (неприйняті – 2-2 вибори);
- 4) підгрупа – (ізолювані – 0).

Чим більше найбільш привабливих предметів отримала дитина в процесі експерименту, тим ближче її взаємовідносини з ровесниками, тим вищий її статус в групі.

Методика «Драбинка» на визначення самооцінки дітей (В.Г.Щур)

Мета: визначити особливості самооцінки дитини (як загального ставлення до себе) і уявлень дитини про те, як її оцінюють інші люди.

Матеріали та обладнання: малюємо на аркуші паперу сходи з 10 сходинок.

Інструкція: показуємо дитині драбинку і говоримо, що на найнижчій сходинці стоять найгірші хлопчики і дівчатка. На другий - трохи кращі, а ось на верхній сходинці стоять хороші, добрі і розумні хлопчики і дівчатка. На яку сходинку поставив би ти себе? Намалюй себе на цій сходинці. Можна намалювати 0, якщо дитині важко намалювати чоловічка. А на яку тебе поставлять мама, вихователь?»

Обробка та аналіз результатів:

Звертається увага, на яку сходинку дитина сама себе поставила.

Вважається нормою, якщо діти ставлять себе на сходинку «дуже хороші» і навіть «найкращі» діти. Положення на будь-який з нижніх сходинок (а тим

більше на найнижчій) говорить не про адекватну оцінку, а про негативне ставлення до себе, невпевненість у власних силах. Це серйозне порушення вікової структури особистості, яке може привести до депресії, асоціальності.

Про ставлення батьків до дитини і їх вимоги говорять відповіді на питання, куди їх поставлять дорослі. Для відчуття почуття захищеності дитини важливо, щоб хтось поставив його на найвищу сходинку. Ознакою неблагополуччя, як в структурі особистості дитини, так і в його відносинах з близькими дорослими є відповіді, в яких вони ставлять його на нижні сходинки. Однак при відповіді на питання: «Куди тебе поставити вихователька?» - переміщення на одну з нижніх ступенів нормально і може служити доказом адекватної, правильної самооцінки, особливо в тому випадку, якщо дитина дійсно погано себе веде і часто отримує зауваження від вихователя.

У старшому дошкільному і молодшому шкільному віці переважна більшість дітей вважають себе «хорошими» і поміщають себе на верхні сходинки драбинки. При цьому, як показують дані В.Г.Щур, діти, які поставили себе на найвищу сходинку (тобто зарахувати себе до найкращих), практично ніколи не можуть обґрунтувати таку самооцінку. Діти ж, які вважають себе найкращими, підходили до оцінки себе більш об'єктивно і критично і пояснювали свій вибір різними причинами, наприклад: «Я все-таки іноді зловживаю», «Я дуже багато питань задаю»...

Як правило, відношення інших людей до дитини сприймається ним досить диференційовано: діти вважають, що близькі дорослі (мама, тато, дідусь, бабуся, а також вихователь) по-різному ставляться до них.

Найбільш важливим для розуміння ситуації, у дитини самооцінки є співвідношення оцінок «за себе» і «за маму». Благополучним є варіант, коли діти вважають, що мама поставити їх на самий верх драбинки, а самі себе ставлять трохи нижче - на другу-третю сходинку зверху. Такі діти, відчуючи тверду підтримку з боку найбільш значущих дорослих, вже виробили здатність досить критично підходити до оцінки себе як особистості. Їх автор методики називає «найбільш благополучними».

Інший варіант - висока думка дитини про себе збігається з думкою мами. Така ситуація може бути характерна для дітей:

- дійсно благополучних;
- інфантильних (всі оцінки розміщуються на самій верхній сходинці, але при цьому немає обґрунтованих, розгорнутих формулювань, що пояснюють таке приписування);
- «компенсуючих» (видають бажане за дійсне).

І ще один варіант - діти ставлять себе вище, ніж, як вони вважають, поставила б їх мама. Автор методики вважає таку ситуацію неблагополучною для розвитку особистості дитини, так як розбіжність оцінок помічено дитиною і несе для нього страшний зміст - його не люблять. За даними В.Г.Щур, прогнозована дитиною низька оцінка з боку матері в багатьох випадках буває пов'язана з наявністю в сім'ї менших дітей, які, на переконання випробовуваних, будуть поміщені мамою на найвищу сходинку.

Разом з тим саме для таких дітей надзвичайно важливо, щоб їхня позиція на верхній сходинці була підкріплена кимось із дорослих. У цій ситуації доцільно поставити запитання: «А хто з близьких все-таки поставить тебе на найвищу сходинку?» І, як правило, у кожної дитини знаходиться хтось з оточуючих людей, для кого він «найкращий». Найчастіше це тато чи бабуся і дідусь, навіть якщо дитина зустрічається з ними досить рідко. Якщо ж діти не очікують високої оцінки ні від кого з близьких дорослих, вони заявляють, що на найвищу сходинку їх поставить друг чи подруга. Для старших дошкільників важливо також з'ясувати прогнозовану дитиною оцінку з боку вихователя і проаналізувати пояснення дитини з цього приводу.

1-4 сходинка - низький рівень самооцінки (занижена);
 5-7 сходинка - середній рівень самооцінки (адекватна);
 8-10 сходинка - високий рівень самооцінки (завищена).

МАТЕРІАЛИ КОНСУЛЬТАЦІЙ БАТЬКАМ ЩОДО ФОРМУВАННЯ У ДІТЕЙ НЕОБХІДНИХ ВМІНЬ ТА НАВИЧОК ДЛЯ ЕФЕКТИВНОГО ВХОДЖЕННЯ В СОЦІАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

Вчимо дітей спілкуватись

Для повноцінного і всебічного розвитку особистості дитині необхідно вміти спілкуватися з однолітками і з дорослими. Дитині легше навчитися спілкуванню, якщо відносини в сім'ї склалися довірчі і відкриті. Коли дитина навчиться спілкуванню з батьками, їй легше буде спілкуватися з оточуючими людьми.

Під час спілкування кожна людина навчається регулювати як власну поведінку; так і поведінку тих, із ким контактує. Вона може діяти власним прикладом, заохочувати, стимулювати до співпраці, а може маніпулювати партнером. Спілкуючись, люди поступово взаємно змінюють одне одного.

Маленький дошкільник також проходить певні етапи розвитку комунікації, учиться спілкуватися та жити у навколишньому світі.

Але досить часто дорослі не помічають того, що спілкування може пригнічувати дитину, знижувати її самооцінку, викликати конфлікти. Потрібно виважено добирати висловлювання щодо діяльності дитини, не принижувати її, пояснювати про наслідки певних учинків. У цьому допоможе перехід від «Ти — повідомлень», коли дитина відчуває образу, смуток («Який ти незграба!», «Яка ти завжди роззява!» та ін.) до «Я -повідомлення», коли засуджується вчинок дитини, а не дитина («Я дуже втомилась. Мені хотілося б, щоб удома панувала тиша», а не: «Як ти мене втомила. Скільки від тебе шуму та галасу!»).

Для формування вміння спілкування батькам необхідно прийняти свою дитину повністю, з усіма її слухняностями і примхами, і не забувати говорити їй про те, як ви її любите. З дитиною завжди потрібно говорити на рівних, тоді вона буде прагнути до спілкування. Перед сном проаналізуйте, скільки разів ви сьогодні повчали і критикували малюка, а скільки разів розповіли йому що-небудь цікавого, поділилися своїми думками, і хвалили його. І який результат? А доброзичливих звернень має бути набагато більше!

Дитина весь час потребує підтримки батьків. Навіть у випадку, коли вона сама карає себе за погану оцінку або вчинок, називаючи себе «дурною», «бараном», і т.д., ви повинні переконати її в протилежному. Дитина підсвідомо сподівається, що батьки бачать її іншою, і спеціально провокує їх,

щоб почути у відповідь: «Ти розумний і добрий, наступного разу в тебе обов'язково вийде».

Завжди відкрито говоріть з дитиною про свої почуття, тільки тоді вона навчиться їх розуміти, а, отже, і говорити про них. Для того, щоб дитина могла навчитися виражати почуття, з нею потрібно розмовляти, читати книги і займатися спільною діяльністю.

Дітей дошкільного віку можна вчити спілкуванню з допомогою рухливих ігор. Дорослий в цих іграх виступає в ролі учасника гри та ведучого. Це дозволить йому краще оцінювати дії інших учасників гри і стежити за дотриманням правил. Дитина буде вчитися орієнтуватися на партнера, і гідно програвати, не ображаючись. Після рухливої гри можна завести розмову з дитиною на пізнавальні теми. Наприклад, якщо в грі у вас «брали участь» якісь тварини, то дитині буде цікаво дізнатися про їхнє життя. Під час розмови краще використовувати картинки із зображенням тварин або зоологічне лото.

Намагайтеся не просто повідомляти дитині цікаві відомості, а втягуйте її в розмову, щоб вона ставала повноправним учасником бесіди.

Є діти, які мають природжений талант знаходити спільну мову з ким завгодно, де завгодно, коли завгодно. А є діти, яким це складно дається. Та спілкуватися краще можна навчити будь-яку дитину!

Спілкування має величезне значення для загального психологічного розвитку дітей, для становлення дитини як особистості. До старшого дошкільного віку, тобто до 5-ти, а тим більше до 6-ти років у дітей повинні бути наступні комунікативні уміння:

- уміння слухати і чути іншого;
- уміння брати участь у вільній бесіді;
- уміння бути уважним до самого себе і до оточуючих;
- уміння розуміти відчуття і настрої іншого;
- уміння осмислювати свої вчинки і вчинки іншого.

Для того, щоб розвивати ці вміння, розкажіть дитині про «Секрети спілкування»:

1. Називай друга по імені, і він звертатиметься до тебе так само.
2. Будь уважний до тим, хто тебе оточує, і люди поважатимуть тебе.
3. Будь ввічливий, і у тебе буде багато друзів.
4. Умій уважно слухати іншого, і ти зможеш дізнатися багато нового.

Розкажіть про ці правила дитині якби «проміж іншим», у відповідь на якесь запитання дитини про спілкування чи просто у відповідній ситуації. Тоді ефект буде максимальним.

Розвиток комунікативних навичок у дітей старшого дошкільного віку

В ході соціально-комунікативного розвитку дитина засвоює норми спілкування з оточуючими людьми, долучається до традицій і культури суспільства, вчиться правильно поводитися в певних ситуаціях.

Відповідальність за виховання в дитині вищевказаних якостей покладається на сім'ю і освітні установи. Особистісні якості людини закладаються в перші роки життя. І наскільки позитивними будуть результати, залежить від батьків, вихователів.

Найперший наочний досвід спілкування діти набувають в сім'ї. Дитина вчиться розуміти, як можна і не можна чинити.

При цьому процес є неусвідомленим не тільки для малюка, але і для дорослих членів сім'ї. Сім'я просто реалізує своє щоденне спілкування з дитиною, таким чином показуючи йому приклад. Спілкуючись з членами своєї сім'ї, дитина стає схожою на них в манері спілкування, жестах, міміці, поведінці.

Існує дві моделі поведінки в сім'ї:

1. Якщо батьки спілкуються між собою з повагою, добротою, то це позитивно позначиться в майбутньому на світосприйнятті дитини. Чудово, коли батьки та інші члени сім'ї піклуються одне про одного, ласкаво розмовляють, допомагають, мають спільні інтереси. Не стане один фізичного догляду за малюком. Від батьків потрібно також емоційне участь в житті малюка – ласкаве спілкування, підтримка, добра гра, довіру
2. На жаль, в деяких сім'ях панує агресивна або нещира атмосфера. Занадто стриманий емоційний стиль спілкування також негативно впливає на подальшу позитивну адаптацію дитини. Погано, коли батьки розмовляють з дитиною в сухому або різкому тоні, кричать на нього, лають за помилки, постійно зупиняють, ставляться байдуже до його успіхам. Часто батьки замінюють живе спілкування дорогими іграшками, комп'ютером, подарунками. Такий підхід також несе негативні наслідки

У першому випадку виростає благополучно соціалізована дитина. Він рідко стає винуватцем конфлікту. А якщо раптом і потрапляє в конфліктні ситуації, то з легкістю знаходить рішення. Крім доброзичливого спілкування з оточуючими, дитина здатна справлятися зі своїми внутрішніми переживаннями.

У другому випадку виростає особистість, не здатна до налагодження контакту з іншими людьми. Дитина починає проявляти агресію, насторожено ставитися до інших дітей, вчиться брехати і хитрувати. Це доставляє йому масу психологічних переживань, з якими він не вміє справлятися.

Довірливі стосунки в сім'ї – запорука успіху дитини в майбутньому

Знання правил і норм при спілкуванні

Поки дитина не відвідує дошкільний заклад, труднощі в манері спілкування можуть не здаватися істотними. Але коли дитина починає ходити в дитячий сад, виявляються труднощі. Конфлікти з однолітками можуть вирішуватися із застосуванням сили, нехороших слів.

Бажано, щоб до моменту відвідування дитячого садка батьки прищепили дитині знання правил спілкування і поведінки. Вихователі в саду також ведуть активну роботу з дітьми.

З дитинства привчайте дитину до загальноприйнятих правил спілкування

1. Використовувати слова ввічливості, коли це необхідно. Слова ввічливості: спасибі, будь ласка, вибач. Вживати їх потрібно не тільки при спілкуванні з дорослими, але і при спілкуванні з однолітками
2. Вітатися зі знайомими при зустрічі і прощатися. Контакт очей, посмішка, ввічливе вітання – обов'язкова частина етикету. Без слів вітання і прощання неможливо побудувати ввічливі взаємини. Навчіть дитину цим основам
3. Не чіпати чужі речі. Якщо дитина хоче взяти чужу іграшку, він повинен запитати дозволу у господаря. Також привчіть дитини спокійно сприймати відмову
4. Чи не скупитися. Привчайте дитину ділитися іграшками, солодощами, якщо він грає (їсть) в колективі. При цьому потрібно зробити так, щоб дитина ділився не на шкоду собі
5. Не казати про людей погано в їх присутності. Діти повинні розуміти, що негарно висміювати фізичні недоліки інших людей, а також принижувати своїх однолітків

Як пробудити в дитині бажання спілкуватися?

Всі діти різні. Поспостерігайте за ними на дитячому майданчику і ви самі зможете побачити, наскільки можуть бути різними діти одного віку. Є діти конфліктні, є сором'язливі, замкнуті, неспокійні. Характер дитини визначається його темпераментом.

Щоб не позбавити дитину бажання спілкуватися з іншими дітьми, потрібно враховувати його темперамент. При цьому потрібно організувати спілкування таким чином, щоб дитина і навколишні почували себе максимально комфортно.

Як спонукати бажання до спілкування у дітей з різними характерами?

Сором'язлива дитина

- Розширюйте коло його знайомств
- Запрошуйте знайомих дітей в гості
- Не намагайтеся зробити самі все замість дитини
- Залучайте його до завдань, де він повинен буде сам запитати щось, дати, взяти
- Постарайтеся прищепити малюкові впевненість в собі і в своїх силах

Конфліктна дитина

- Стримуйте дитини в прагненні «влаштувати бурю»
- Не потрібно звинувачувати іншу дитину, а свого виправдовувати
- Після того, що сталося інциденту поговоріть зі своєю дитиною, вкажіть на неправильні вчинки
- Не завжди потрібно втручатися в конфлікти. Бувають такі ситуації, коли діти самі повинні навчитися поступитися один одному

Неспокійна дитина

- Чи не потурайте всім примхам малюка, проте не позбавляйте його повністю свободи дій
- Показуйте хороший приклад власним стриманим поведінням
- Не дайте дитині відчувати себе забутим, в той же самий час навчіть його розуміти, що не завжди він повинен знаходитися в центрі уваги

Замкнута дитина

- Покажіть приклад активного спілкування на своєму досвіді. Нехай дитина бачить, що спілкуватися з іншими – це здорово, весело
- Запрошуйте до себе гостей, заводите нові знайомства з дітьми
- Розкажіть малюкові, що спілкування приносить багато цікавого і корисного

Як навчити дитину вмінню організувати спілкування?

Діти перших років життя відіграють поруч, але не разом. До 3-4 років з'являється загальна організована гра. Щоб іншим дітям було цікаво грати з вашою дитиною, вона повинна володіти такими якостями:

1. Вміти чути співрозмовника.
2. Співчувати, підтримувати, допомагати.
3. Вміти вирішувати конфлікти.

Підтримуйте бажання дитини спілкуватися і дружити з дітьми, з огляду на його темперамент. Направляйте його, пояснюйте правила гри і ситуації. Найчастіше грайте самі зі своїми дітьми вдома.

Поради батькам

Якщо:

- Дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти;
- Дитину висміюють, вона стає замкнутою;
- Дитину хвалять, вона вчиться бути шляхетною;
- Дитину підтримують, вона вчиться цінувати себе;
- Дитина росте в докорах, вона вчиться жити з почуттям провини;
- Дитина росте в терпимості, вона вчиться розуміти інших;
- Дитина росте в чесності, вона вчиться бути справедливою;
- Дитина росте в безпеці, вона вчиться вірити в людей;
- Дитина росте у ворожнечі, вона вчиться бути агресивною;
- Дитина росте в розумінні і дружелюбності, вона вчиться знаходити любов у цьому світі.

Кілька коротких правил

1. Показуйте дитині , що її люблять такою , якою вона є , а не за якісь досягнення.
2. Не можна ніколи (навіть у пориві гніву)говорити дитині ,що вона гірша за інших.
- 3.Треба чесно й терпляче відповідати на будь-які її запитання .
4. Намагайтесь щодня знаходити час ,щоб побути наодинці зі своєю дитиною.
- 5.Учіть дитину вільно спілкуватися не тільки зі своїми однолітками ,але й із дорослими.
6. Не соромтесь підкреслювати,що ви пишаєтесь своїм малюком .
7. Будьте чесні в оцінках своїх почуттів до дитини .
8. Завжди говоріть дитині правду ,навіть коли вам це не вигідно.
9. Оцінюйте тільки вчинки,а не її саму.
10. Не домагайтесь успіху силою . Примус – найгірший варіант морального виховання . Примус у сім'ї порушує особистість дитини .
11. Визнайте право дитини на помилку .
12. Думайте про дитячий «банк» щасливих спогадів .
13. Дитина ставиться до себе так , як ставляться до неї дорослі .
14. І взагалі ,хоч інколи ставте себе на місце своєї дитини ,і тоді ви краще зрозумієте ,як її виховувати .

Рекомендації батькам гіперактивних дітей

- У своїх відносинах із дитиною дотримуйтеся «позитивної моделі». Хваліть її в кожному випадку ,коли вона цього заслужила ,підкреслюйте успіхи . Це допоможе зміцнити в дитини впевненість у власних силах .
- Уникайте повторень слів «ні» і «не можна» .
- Говоріть стримано ,спокійно і м'яко .
- Давайте дитині тільки одне завдання на певний відрізок часу ,щоб вона

могла його завершити.

- Для підкріплення усних інструкцій використовуйте зорову стимуляцію.
- Заохочуйте дитину до всіх видів діяльності ,що вимагають концентрації уваги.
- Підтримуйте вдома чіткий розпорядок дня . Час прийому їжі ,виконання домашніх завдань і сну повинний відповідати цьому розпорядкові .
- Уникайте по можливості скупчень людей. Перебування у великих магазинах ,на ринках ,у ресторанах тощо чинить на дитину надмірно стимулюючий вплив .
- Під час ігор обмежуйте дитину тільки одним партнером . Уникайте неспокійних , гучних приятелів . Оберегайте дитину від стомлення ,оскільки воно призводить до зниження самоконтролю і наростання , гіперактивності .
Давайте дитині можливість витратити надлишкову енергію . Корисна щоденна фізична активність на свіжому повітрі :тривалі прогулянки ,біг ,спортивні заняття.

Рекомендації батькам по корекції тривожності дітей

У роботі з дітьми з тривожністю необхідно:

- Постійно підбадьорювати ,заохочувати демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях.
- Виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності,уміння правильно оцінити їх ,опосередковано ставитися до власних успіхів ,невдач ,не боятися помилок ,використовувати їх для розвитку діяльності.
- Формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей;
- Розвивати орієнтацію на спосіб діяльності.
- Розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й однолітками , розвивати адекватне ставлення до оцінок і думок інших людей;
- Щоб перебороти скутість, потрібно допомагати дитині розслаблятися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних вправ; допоможе інсценізація етюдів на прямих сміливості, рішучості, що потребує від дитини психоемоційного отождолення себе з персонажем; ігри, що виражають тривожність занепокоєння учасників, дають змогу емоційно відкинути пригніченість і страх, оцінити їх як характеристики ігрових персонажів, а не даної дитини.
- Не сваріть дитину за те,що вона посміла гніватися на вас.
Навпаки,поставтеся до неї,до її обурення з розумінням і повагою :допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до вас.
- Тільки тоді, коли емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви

переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею владу форму висловлювання претензій.

- Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити, а просто виявити своє незадоволення.

Кілька порад батькам із формування в дітей адекватної самооцінки

- Не оберігайте дитину від повсякденних справ, не прагніть вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажуйте її тим, що їй непосильно. Нехай дитина виконує доступні їй завдання і одержує задоволення від зробленого.
- Не перехвалюйте дитини, але їй не забувайте заохочувати її, коли вона цього заслуговує.
- Заохочуйте в дитині ініціативу. Нехай вона буде лідером усіх починань, але також покажіть, що інші можуть бути краще її.
- Не забувайте заохочувати інших у присутності дитини. підкресліть достоїнства іншого і покажіть, що ваша дитина також може досягти цього.
- Показуйте своїм прикладом адекватність ставлення до успіхів і невдач. Оцінюйте у голос свої можливості й результати справи.
- Не порівнюйте дитини з іншими дітьми. Порівнюйте її із самою собою (тією, якою вона була вчора чи, можливо, буде завтра).

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- Розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей.
- Не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, запобігти новим ускладненням, дайте їй певну міру волі і відкритих дій.
- Постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах.
- Залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелося б вступити в контакт з «чужим» дорослим. Наприклад: «Треба довідатися, про що ця цікава з чудовими картинками. Давайте запитаємо в бібліотекаря і попросимо дати їй нам подивитися». Звичайно в такій ситуації «вимушеного спілкування дитина спочатку на стільки, що вітається тільки пошепки, відводячи очі, і не відриваючись від руки матері. Зате, ідучи, прощається голосно й чітко, іноді навіть посміхається.

Кілька порад батькам замкнених дітей:

- Розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми.

- Підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви довідалися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.
- Прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

Принципи спілкування з агресивними дітьми:

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу – найнеефективніші способи подолання агресивності. Тільки зрозумівши причини агресивності і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.
- Дайте можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність у даний момент знизилася.
- Показуйте дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву.
- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити або пожаліти. Нехай вона бачить, що потрібна й важлива для вас.

Поради батькам конфліктних дітей

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недоброзичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бурі».
- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.
- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.
- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.

