



Пояснювальна записка

1. Актуальність програми:

Відповідно до Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі», проблема емоційного розвитку дошкільника є однією із змістових ліній.

У сучасній соціокультурній ситуації все більшого значення набуває цінність розвитку особистості дитини в системі дошкільної освіти.

«Головною метою дошкільної освіти є виховання зрілої особистості, у якої сформовані дитячий світогляд, прагнення досягти успіху, впевненість у собі, почуття власної гідності, емоційна сприйнятливості та вольові риси характеру».

Серед семи ліній розвитку дошкільника, виділених у Базовій програмі (фізичний, соціально – моральний, емоційно – ціннісний, пізнавальний, мовленнєвий, художньо – естетичний, креативний), важливо звернути особливу увагу на реалізацію емоційно – ціннісного розвитку дошкільника. Емоції відіграють визначну роль у долученні дитини дошкільного віку до загальнолюдських цінностей, установленні перших взаємин із людьми в розумовому та загальному її розвитку.

Крім того, в складних умовах сьогодення, які швидко змінюються, щороку збільшується кількість дітей з емоційними проблемами, агресивних, тривожних, не впевнених у собі та ін.

Саме емоції відіграють важливу роль у житті дітей, вони допомагають сприймати навколишній світ і реагувати на нього, у результаті визначають усе подальше життя людини, її успішність і місце в соціумі.

Для дитини розпізнавання і передача емоцій – достатньо складний процес, що потребує від неї певних знань, певного рівня розвитку. Вміння володіти своїми емоціями дає дітям можливість в подальшому стати господарями свого життя і не дозволяти емоціям, особливо негативним, управляти словами, думками, вчинками, почуттями вже дорослої людини, і, найголовніше, правильно спілкуватись з оточуючими.

Виховання через емоційну дію – це дуже складний процес. Основне завдання полягає не в тому, щоб придушити або ліквідувати емоції, а в тому, щоб належним чином їх спрямовувати.

Важливою складовою формування компетентності випускника є сформованість у дітей передумов до опанування навичок письма. Важливість цих навичок важко переоцінити, адже на них базується весь подальший процес навчання.

2. Апробація програми

*Лановецький міський комунальний дошкільний навчальний заклад
«Ромашка»*

Тернопільської обл., Тернопільський р-н.

3. Результат апробації.

Запропоновані в програмі загальнорозвивальні вправи допомогли дітям в розвитку компетентності випускника: а саме, вдосконалення процесів сприймання, мислення, пам'яті, уваги, дрібної моторики рук, сформованості емоційно – вольової сфери дитини старшого дошкільного віку.

4. Мета програми

Розвиток пам'яті, уваги у старших дошкільників. Вдосконалення процесів сприймання та зорово – рухової координації, формування мисленнєвих операцій аналізу; підготовка руки до письма.

5. Завдання.

- *Створювати атмосферу безпеки та позитивний емоційний настрій, розвивати здатність до емпатії.*
- *Навчати дітей розуміти самих себе та інших людей, будувати стосунки з великою групою ровесників на основі довільної саморегуляції поведінки та діяльності.*
- *Сприяти формуванню у дітей позитивних рис характеру.*
- *Вдосконалювати пізнавальні психічні процеси: пам'ять, мислення, сприймання, розвивати зосередженість, концентрацію уваги.*
- *Розвивати дрібну моторику рук.*
- *Активізація психічних процесів, розвиток довільної уваги, зорової та слухової пам'яті.*
- *Виховувати самостійність, упевненість, старанність, охайність.*

6. Цільова група

Віковий склад учасників: 5 – 7 років.

7. Кількість учасників

Програма орієнтована на підгрупу дітей: робота в підгрупах із 6 – 10 дітей.

8. Час програми.

10 тижнів.

9. Тривалість заняття.

Тривалість заняття: 25– 35 хвилин.

10. Періодичність заняття.

Заняття проводять один раз на тиждень.

11. Кількість занять.

Загальна кількість занять – 10.

12. Приміщення для занять.

Приміщення в якому проводяться заняття повинно бути окреме, ізольоване від зовнішнього шуму (зона для проведення корекційних занять).

13. Методи.

Програма розвитку «Дошколярик»- це курс спеціальних занять (етюдів, вправ, ігор), спрямованих на розвиток різних сторін психіки дитини – її пізнавальної та емоційно – вольової сфер.

Заняття проводять:

- *За добровільної участі дітей, ароматизації приміщення.*
- *Не оцінюючи відповіді.*
- *У доброзичливій та позитивній атмосфері.*

14. Форма проведення.

Групова.

15. Матеріали:

Зошити в клітинку, прості олівці, палички для викладання, мотузочки (довжиною до 1 – 1,5м.), кубик емоцій, схематичні піктограми емоцій, намальовані «килимки» з вирізаними клаптиками, записи спокійної музики.

Мета. *Розвиток пам'яті, наочно – образного, логічного мислення, довільної уваги, уяви дрібної моторики. Створення позитивного емоційного настрою, зняття психоемоційного напруження*

Вправа «Зосередження». (діти в колі, сідають на килимок).

Щоби гарний настрій мати
Треба друзів привітати.
Вправо – вліво повернися
І до друга усміхнися.

Устаньте, діти, потягніться,
Мені щиро посміхніться.
Старання не забудьте взяти,
Почнемо з вами працювати.

Психогімнастика «Привітаємось».

Пропонується привітатися різними способами:

- За допомогою звертань «Здрастуй, я...».
- За допомогою долоньок.
- Утворивши тісне коло, притулившись плечима одне до одного.

Вправа «Піктограми настрою».

Мета: ознайомлення з піктограмами настрою. Вчити розрізняти людські емоції та володіти ними.

- Розгляд піктограм (радість, сум, злість, образа, страх, спокій).
- Роздуми дітей, що показує дана піктограма; коли люди мають такий вираз обличчя, яке обличчя приємне: радісне чи сердите).
- Відтворення піктограм.

Розминка «Подихай як...»

Дітям пропонується подихати, як:

- Спокійна людина.
- Людина, яка розізлилася.
- Перелякана людина.
- Радісна людина.
- Людина перед сном.

Вправа «Хто відгадає?».

Дітей по – черзі просять описати будь – який предмет по пам'яті, що є в кімнаті, так, щоб інші діти його відгадали. При цьому не можна дивитися на цей предмет і називати його.

Вправа «Щось тут не так».

Зараз я прочитаю віршика, а ви виправляйте помилки. Будьте уважні!

Ой, у лісі дивина.

Ти ж дізнайся, де вона!

Все собі уявляй

І мене виправляй.

В лісі соняшник цвіте.

Їжак до комара у гості йде.

А вовк із зайчиком гуляє,

Казочки йому розповідає.

Лисичка на гілочці сидить

І ніжкою махає.

Ведмедик під кущем лежить

І весело співає.

Перший раз завдання зачитується повністю. Потім – за строфами, а діти виправляють помилки, пояснюючи їх.

«Зарядка для пальчиків». (діти сідають за столи).

Мета: розвиток дрібної моторики.

Діти повинні двома пальцями рук (вказівним і середнім) «ходити по столі»: спочатку повільно, нібито хтось «крадеться», а потім швидко, начебто «біжить». Вправа проводиться спочатку правою рукою, а потім лівою, а далі обома одночасно. Повторити 2 - 4 рази.

Пальчики вітаються. По черзі згинати пальці обох рук: великий з великим, вказівні, середні, безіменні та мізинчики.

Вправа «Графічний диктант».

Мета: розвивати дрібну моторику, довільну увагу.

Ми навчимося малювати різні візерунки. Намагайтеся, щоб вони вийшли красивими та охайними. Для цього – будьте уважні, я говоритиму, в який бік і на скільки клітинок провести лінію. Кожну нову лінію слід починати там, де закінчилась попередня, не відриваючи олівця від паперу (пригадування, де права рука, де ліва. Дітям дається реальний орієнтир, що знаходиться в кімнаті). На великому аркуші, де накреслені клітинки, проводиться показ, як правильно малювати. Слова супроводжуються кресленням ліній на аркуші. Після цього пояснення необхідно переходити до малювання візерунка.

Диктант 1. Ставимо олівець у точку. Увага! Малюємо лінію: одна клітинка вниз. Не відриваємо олівець від паперу. Одна клітинка праворуч. Одна вгору. Одна праворуч. Одна вниз. Одна праворуч. Одна вгору. Одна праворуч. Одна вниз. Далі продовжуємо малювати самотійно. На самотійне продовження дається півтори – дві хвилини. (під час

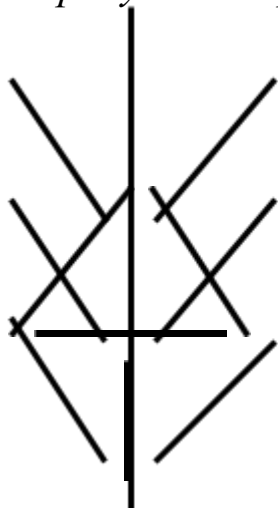
малювання наступних візерунків слід стежити, щоб дитина не перевертала аркуш паперу, починала візерунок з потрібної точки).

Диктант 2. Ставимо олівець в точку. Одна клітинка вгору. Одна праворуч. Одна клітинка вгору. Одна праворуч. Одна клітинка вниз. Одна праворуч. Одна клітинка вниз. Одна праворуч. Далі продовжуйте самотійно.

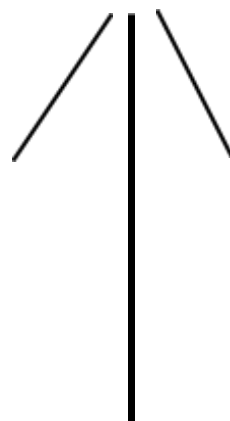
Вправа «Чарівні палички».

Мета: розвивати пам'ять, наочно – образне мислення.

Спробуймо зобразити малюнок за допомогою паличок.



На прогулянці
ми бачили дерево.
Тож спробуймо
А під ялинкою
росте грибочок.
Зобразимо і його.
за
росте ялиночка.
Зобразимо її також.



Прощання.

На занятті діти всі,
Працювали, молодці!
Нам сподобалось займатись
Та пора нам вже прощатись!

До нових зустрічей!

Мета. Розвивати концентровану та довільну увагу, логічне мислення пам'ять, наочно – образне мислення та дрібну моторику; комбінаторські вміння та навички. Створення позитивного емоційного настрою. Формувати вміння правильно розуміти почуття і настрої. Розвиток довільності. Виховувати бажання пізнавати нове.

Вправа «Зосередження». (діти в колі, сідають на килимок).

Дзень – дзелень, дзень – дзелень,
Починаєм новий день.

*Сядем рівно, озирнемось
І до друзів посміхнемось!*

Вправа «Закінчи фразу».

Дітям пропонується закінчити фразу:

- *Якщо мені весело, то я...*
- *Якщо я хворію, то я...*
- *Якщо у мене День народження, то я...*
- *Якщо мене ображають, то я ...*
- *Якщо мене сварить мама, то я ...*
- *Коли до мене прийшов друг, то я...*
- *Якщо мені сумно, то я...*

Вправа «Лото настрою».

- *Психолог зачитує текст, а діти показують картку – схему із зображенням емоції, яка, на їхню думку, відповідає цій ситуації.*
- *З розрізаних карток діти складають зображення обличчя, яке передає певний емоційний стан людини.*
- *Запитання: як ви гадаєте, чи є настрій у погоди? У музики? (прослуховування музики, спокійне дихання, визначення настрою).*

Вправа «Графічний диктант». (діти сідають за столи).

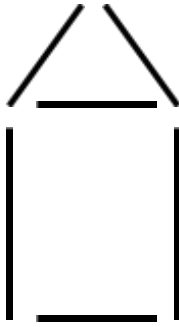
Диктант 1. Поставте ручку на точку. Від точки 1 клітинка вгору, 1 праворуч, 3 вниз. 1 праворуч, 3 вгору, 1 праворуч, 1 вниз, 1 праворуч, 1 вгору, 1 праворуч, 3 вниз, 1 праворуч, 3 вгору. Продовжуйте самотійно далі, до кінця рядка.

Диктант 2. Поставте ручку на точку. Від точки 1 клітинка вгору, 2 праворуч, 2 вниз, 1 праворуч, 2 вгору, 2 праворуч, 1 вниз, 1 праворуч, 1 вгору, 2 праворуч. Продовжуйте далі, до кінця рядка самотійно.

Вправа «Чарівні палички»

Діти пригадують і викладають фігури, над якими працювали на попередньому занятті. Викладають за зразком будинок і качелі.





Прощання.

*На занятті діти всі,
Працювали, молодці!
Ми диктантки писали
І фігурки викладали.
Нам сподобалось займатись
Та пора нам вже прощатись!
До нових зустрічей!*

Мета: створення психологічного комфорту в дітей формувати в дітей навички правильної поведінки в суспільних місцях, самоконтролю й саморегуляції поведінки; формування позитивних рис характеру дітей, розвиток уваги. Закріпити знання про емоції. Продовжувати вчити розрізняти людські емоції та володіти ними. Розвиток емоційно – вольової сфери у дітей. Формувати поняття «система», підсистема». Активізація уваги, розвивати спостережливість, вміння запам'ятовувати звуковий ланцюжок.

Гра «Привітання». (діти утворюють коло, сідають на килимок).

Психолог.

*Треба в коло нам ставати,
Ігри різні починати.
В колі гарно працювати,
Посмішку передавати.*

*Треба всім нам привітатись(з'єднати долоні разом).
«Добрий день, добрий день!» (простягнути руки вперед).
Дружно, весело сказати (з'єднати долоні разом):
«Добрий день, добрий день!» (простягнути руки вперед).
Одне одному всміхнутись (повертати голову праворуч, ліворуч):*

«Добрий день, добрий день!»

Вправа «Психологічний клімат».

Дітям пропонується послухати, що вони відчують усередині себе: радість чи сум, спокій чи тривогу. Якого кольору ви уявляєте свій настрій?

Етюд «Хочу і все!».

Петрик стояв із мамою в магазині і все розглядав. Раптом він помітив, що в однієї жінки відкрилася сумка, а звідти виглядає щось волохате і прозоре, майже невидиме. Петрик здивувався: «Що це може бути?» а то була впертість, яку тітонька збирала всюди. Краплина впертості стрибнула з сумки й приліпилася Петрику до рукава. І що тут трапилося!

- Я хочу машинку! Я хочу велосипед! Купи мені! – репетував хлопчик. Мамі стало соромно за сина й вона намагалася вийти з ним із магазину. Та Петрик упав на підлогу, тупав ногами й повторював «Хочу і все!».

Почула це жінка з сумкою й підійшла до Петрика, витерла пляму впертості у нього на рукаві. Петрик знову став хорошим, слухняним хлопчиком.

(Що б ви сказали мамі, якби були на місці Петрика).

Петрик сказав: «Пішли звідси, будь-ласка, бо мені дуже соромно». Чому Петрику було соромно? Як себе слід поводити? З ким із вас траплявся подібний випадок?

Діти, обітріть свої рукава від плям впертості і неслухняності і з цього часу теж будете хорошими дітьми.

Вправа «Візьми себе в руки».

Ситуації бувають всякі, як тільки ви, діти, відчуваєте, що починаєте хвилюватися, хочеться щось погане сказати, щось розбити, чи, може когось вдарити, потрібно пригадати дуже простий спосіб довести собі свою силу . треба обхопити долонями свої лікті і з силою притиснути їх до грудей – це поза витриманої, сильної духом людини.

Гра «Ввічливий – грубіян».

Діти сидять на подушечках. Психолог по черзі котить дітям м'яч і говорить слова – вчинки: вітається, б'ється, кричить, штовхається,

допомагає, привітний, бережливий, впертий, крикливий, тощо. Діти повинні сказати, яка ця людина «ввічлива» чи «грубіян».

Обговорюють разом із психологом наслідки неввічливості та ввічливості. Яка людина подобається, яка ні? Хто б в собі хотів би щось змінити?

Гра «Сонячний зайчик».

Мета: емоційна розрядка, розвиток позитивного ставлення до свого тіла, підвищення самооцінки.

Психолог: Сонячний зайчик зазирнув тобі в очі. Заплющ їх. Він побіг далі по обличчю, лагідно погладь його долоньками: на лобі, на носі, на щічках, на ротику, на підборідді. Погладжуй обережно, щоб не злякати зайчика: голову, шию, животик, руки, ноги. Він сховався за комір – погладь його і там. Він не бешкетник – він любить і пестить тебе, а ти погладь його і подружися з ним.

Вправа «Створи настрій».

- Діти відображують емоції, які називає (показує) психолог, (або психолог, показуючи одну з піктограм емоцій, називає її неправильно, діти повинні правильно назвати).

- Розшифруй картинку (зображено послідовно кілька облич, які відображають різні настрої. Наприклад: на одній із них послідовно зображено сумне і веселе обличчя . Цю картинку можна розшифрувати так: хлопчик сидів біля вікна, дивився на дощ і сумував. Але несподівано дощ припинився, визирнуло сонечко, і у хлопчика відразу поліпшився настрій, тому що тепер він зможе піти гуляти). Кожна дитина отримує картку. Діти одне за одним розповідали, що вони прочитали.

- З розрізаних карток діти складають зображення обличчя, яке передає певний емоційний стан людини.

Рефлексія «Внутрішнє переживання».

Психолог пропонує перетворитися на різні об'єкти живої і неживої природи:

- Сісти так, як сидить кошеня, яке гріється на сонечку.
- Ходити по колу, як гордий лев пустелею.
- Сісти так, як сидить зайчик, який побачив злого лева.
- Милуватися собою, як королева на троні.
- Політати, як метелик навколо гарної квітки.

- *Пострибати, як заєць який знайшов морквину.*

Гра «Навпаки».

Психолог називає слова, а діти по черзі кажуть слово з протилежним значенням:

*День – ніч;
Сумний – веселий;
Чорний – білий;
Кислий – солодкий;
Старий – молодий;
Стояти – йти;
Гарячий – холодний;
Слабкий – сильний.*

Дидактична гра «Частина – ціле».

Психолог називає предмет, а діти – будь – яку його частину.
Наприклад:

*стілець – ніжка, спинка, сидіння;
каструля – ручка, кришка;
дерево – гілки, крона, стовбур;
книжка – палітурка, сторінки;
стіл – ніжки, кришка;
шафа – дверцята, полички, ніжки;
двері – завіси, ручка.*

Гра «Повтори за мною». (діти сідають за столи).

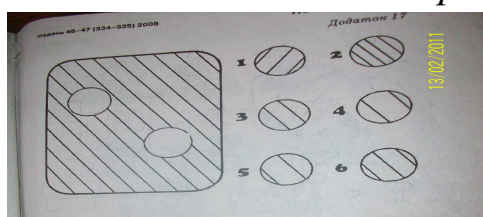
Психолог пропонує одній дитині проплескати те, що він настукає їй паличкою. Решта уважно слухають, виправляють помилки.

Графічний диктант.

Поставте ручку на точку. Від точки 2 клітинки вгору, 1 праворуч, 2 вниз, 1 праворуч, 2 вниз, 1 праворуч, 2 вгору, 1 праворуч, 2 вгору, 1 праворуч, 2 вниз, 1 праворуч, 2 вниз, 1 праворуч, 2 вгору, 1 праворуч. Продовжуйте самотійно, до кінця рядка.

Вправа – гра «Знайди вирізані клаптики».

Кожна дитина повинна знайти «вирізані» клаптики з певним візерунком. Знайдений



клаптик обвести кружечком.

Прощання.

Я хочу, щоб усі усміхались (кожна дитина спочатку показує на себе, а потім на інших).

Веселий щоб настрій всі мали (розводить руки в сторони, звертаючись до всіх).

Хай сонячний зайчик у гості прийде (піднімає руки вгору, повільно опускає вперед).

І спокій у душу нам принесе (прикладає руки до серденька).

Мета:. Продовжувати вчити розрізняти людські емоції та володіти ними, розширити уявлення дітей про емоцію радості, формувати позитивні емоції за допомогою посмішки, спонукати до вчинків, що дають радість. Вчити творчо мислити, робити порівняльний аналіз предметів, розвиток дрібної моторики, зорової пам'яті, довільної уваги.

Вправа «Зосередження». (діти утворюють коло, сідають на килимок).

Психолог.

Щоби гарний настрій мати

Треба друзів привітати.

Вправо – вліво повернися

І до друга усміхнися.

Устаньте, діти, потягніться,

Мені щиро посміхніться.

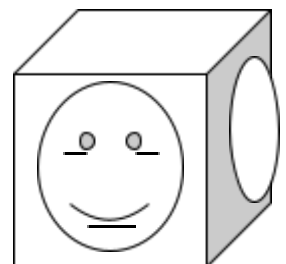
Старання не забудьте взяти,

Почнемо з вами працювати.

Вправа «Кубик емоцій».

Діти відображають емоції, які випадають на кубиках.

Вправа «Мій настрій».



Дітям пропонується послухати, що вони відчують усередині себе: радість чи сум, спокій чи тривогу. Якого кольору ви уявляєте свій настрій?

Запитання:

- *Як ви думаєте, що означає «добре почуватися»?*
- *Як ви дізнаєтеся, який у вас настрій? У вашого сусіда?*
- *Від чого псується настрій?*
- *Що можна зробити для того, щоб покращити настрій?*

«Асоціації».

- *На що схожа радість.*
- *На що схожий сум.*
- *На що схожа злість.*

Вправа «Дзеркальний друг».

Психолог передає по колу дзеркало, а діти повинні посміхнутися та сказати:»Добрий день, це я!», або: «Здрастуй, любий друже». Дітям пропонується скласти оповідання, коли у них буває гарний настрій (або як його підняти): «Сьогодні до нас заглянув сонячний зайчик...» після цього дітям пропонується домалювати на заготовлених кружечках радісне обличчя, а потім порівняти з піктограмою радості.



Психогімнастика «Усміхнись».

Усміхнуся сонечку: «Здрастуй золоте!»

(руки підняти вгору)

Усміхнуся квіточці – хай вона росте!

(руки піднімаються знизу – вверху)

Усміхнуся рибіці: «Плавай дорога!»

(руки імітують рухи рибки)

Усміхнуся друзям – бажаю вам добра!

(узятись за руки, усміхнутись).

Вправа - гра «Чим схоже і чим відрізняється».

Дітям пропонується знайти схожість і відмінність у парі предметів, можна залучати інших дітей на допомогу другові:

- *Заєць і вовк;*
- *Зошити і книга;*
- *Риби і птахи;*
- *Людина і кіт;*
- *Річка і море.*

Вправа «Навіщо і чому?».

Психолог ставить запитання, а діти повинні логічно на них відповісти.

- *Навіщо?*
- *... нам потрібні книжки?*
- *... людина спить?*
- *... потрібен телефон?*

- *Чому?*
- *... узимку вмикають опалення?*
- *... улітку немає снігу?*
- *... кіт не вміє літати?*

Вправа «Про що нам скажуть речі?»

Психолог. Мене завжди цікавило, що станеться, коли речі в наших кімнатах почнуть із нами говорити, про що вони скажуть?

- *про що буде говорити з вами ваше ліжечко?*
- *Що запитає вас будильник?*
- *Що скаже ваша чашка?*
- *Про що говоритиме ваш стіл?*
- *Про що розповість ваша іграшка?*
- *Що запитають ваші черевики?*
- *Про що розкажуть квіти?*
- *Про що ви розмовлятимете з вашим вікном?*

Примітка. *Учасникам потрібно дати якомога більше варіантів у відповідь.*

Поміркуй.

Діти слухають запитання та дають відповіді на них (бажано з поясненнями).

- *Яких камінців немає в морі? (сухих).*
- *Скільки яблук виросло на 5 грушах?*
- *Скільки собачок сидить на дереві?*
- *Які предмети тонуть у воді?*
- *Як принести воду в решеті? (потрібно, щоб вода замерзла).*
- *Як дістати цвях зі склянки з водою, щоб не намочити рук? (магнітом).*

Рухлива психогімнастична хвилинка.

*Діти виконують рухи, промовляючи слова:
Мама є. (плеснути в долоні, підстрибнути).
Ось тато йде. (походити на місці).
Я за ним бігаю. (біг на місці).
Мама – сонце. (руки вгору).
Тато – небо. (руки в сторону).
Я – квітонька в гаю. (присісти, руки в сторони).*

Повторити 2 -3 рази.

(діти сідають за столи).

Пальчикова гра – розминка «Прогулянка пальчиків».

Усі рухи виконують пальцями обох рук на столі в напрямку від дитини і назад. (Коли ходить один пальчик, інші стиснуті в кулак).

Пішли пальчик гуляти(великі пальці «йдуть» поволі).

Братики наздоганяють (вказівні пальці «йдуть» зигзагоподібно).

Треті пальці пішки (середні пальці повільно «йдуть» уперед – назад поверхнею стола).

А четверті – біжки (безіменні пальці швидко – швидко «біжать»).

П'ятий пальчик поскакав (мізинчики ритмічно «скачуть» уперед до кінця стола).

Посковзнувся та й упав (швидко провести мізинчиками по столу до себе – і пальчики «падають» униз).

Разом вирушили в путь.

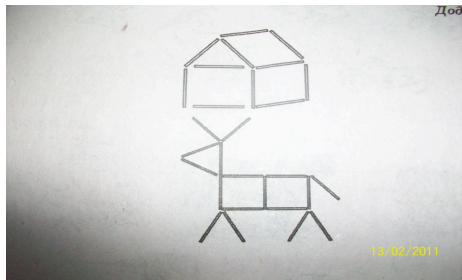
Всі гарнесенько ідуть (пальчики обох рук «ідуть» уперед – назад до столу).

Графічний диктант «Грибочок»

Від крапки 4 клітинки вгору, 2 клітинки вліво, 1 клітинка вгору, 1 клітинка вправо, 1 клітинка вгору, 1 вправо, 1 вгору, 2 клітинки вправо, 1 вниз, 1 вправо, 1 вниз, 1 вправо, 1 вниз, 2 клітинки вліво, 4 вниз, 2 вліво.

Чарівні палички.

Діти пригадують фігурки, які викладали, та працюють за зразком.



Прощання.

Кожен погляд, кожне слово

Мають значення.

Попрощаємося з вами:

До побачення.

До нових зустрічей!

Мета: Розширити уявлення дітей про емоцію страху; формувати вміння передавати емоцію страху, ознайомити зі способами позбавлення від страху. Створити емоційний комфорт, вчити класифікувати предмети, вміти знаходити протиріччя. Розвивати зорове сприймання та дрібну моторику рук; увагу і саморегуляцію. Виховувати доброзичливе ставлення до інших та впевненість у собі, працездатність, терплячість.

Вправа «Зосередження». (діти утворюють коло, сідають на килимок).

Щоби гарний настрій мати

Треба друзів привітати.

Вправо – вліво повернися

І до друга усміхнися.

Устаньте, діти, потягніться,

Мені щиро посміхніться.

Старання не забудьте взяти,

Почнемо з вами працювати.

Психогімнастика «Привітаємось».

Пропонується привітатися різними способами:

- *За допомогою звертань «Здрастуй, я...».*
- *За допомогою долоньок.*
- *Утворивши тісне коло, притулившись плечима одне до одного.*

Перегляд мультфільму «Крихітка Єнот».

Психолог акцентує увагу дітей на тому, що страх має слабе місце: поки про нього не розповідають, він здається великим, а щойно про нього скажуть уголос або висміюють його, він одразу зменшується наполовину. Давайте разом знайдемо в ситуації з єнотом щось смішне. Що допомогло єнотові перемогти страх?

Загадка

*Я вухатий ваш дружок,
В мене білий кожушок,
Куций хвостик, довгі вуса,
Я усіх – усіх боюся. (заєць).*

- Яка емоція виникла у зайчика? Як йому допомогти?

Вправа «Згадай та засмійся».

- *Психолог по черзі передає дітям клубочок, пропонуючи згадати ситуації, коли вони відчували страх.*
- *«Сміємось разом над страхом», діти шукають щось смішне в своїх страхах та вигадують «смішинки – розминки».*
- *Дітям роздаються серветки (вони закривають очі і уявляють свої страхи) і запитується, що вони б хотіли з ним зробити. Пропонується порвати на найдрібніші кусочки та викинути.*
- *Психолог пропонує дітям передати на своєму обличчі страх, а потім радість, подарувати один одному посмішку.*

Розминка «Танці звірят».

Дітям пропонується потанцювати, як:

- *Веселі зайченята;*
- *Скривджений вовк;*
- *Сумний ведмідь;*
- *Хитра лисиця;*
- *Замріяні метелики, тощо.*

Вправа «Утвори прикмету».

Психолог. Я люблю переставляти слова місцями й утворювати нові, наприклад: стіл із дерева – дерев'яний стіл. Давайте і ви так спробуєте.

- *Банка зі скла - ...*
- *Сумка зі шкіри - ...*
- *Будинок із каменю - ...*
- *Човник із паперу - ...*

- *Капелюшок із соломи - ...*
- *Коробка із картону - ...*
- *Запіканка із сиру - ...*
- *Ложка із металу - ...*

Вправа «Ким був раніше?».

Психолог називає предмет (тварину, рослину), а діти називають ким, чим він був раніше:

- *Курка – яйцем.*
- *Кінь – лошам.*
- *Корова – телям.*
- *Риба – ікринкою.*
- *Яблуня –зернинкою.*
- *Хліб – борошном.*
- *Сорочка – тканиною.*
- *Будинок – цеглиною.*

Поміркуй.

Діти відповідають на запитання:

- 1. Що зараз: ранок чи вечір?*
- 2. Коли на вулиці темно – вночі чи вдень?*
- 3. Які є пори року? Що настає після зими? А потім?*
- 4. Хто старший – мама чи її дочка? А хто з них молодший?*
- 5. Коли ми катаємось на санчатах – влітку чи взимку?*

Вправа «Будь уважний».

За вказівкою діти виконують дії:

- 1. Підняти ліву руку вгору, а правою торкнутися носа.*
- 2. Правою рукою торкнутися лівого вуха.*
- 3. Підняти ліву ногу, а праву руку витягнути вбік.*
- 4. Лівою рукою показати на праве око.*

Пальчикові ігри. (діти сідають за столи)

Долоня, кулак, ребро

Діти послідовно виконують зазначені рухи (6 разів).

Пальчикова вправа «Котик і півник».

Рано – вранці на зорі

Стає півник у дворі.

Голосно співає,

Гребінцем киває (пальці з'єднані в замок. Пучки пальців правої руки натискають на верхню частину зворотної сторони долоні лівої руки).

*У дворі ще кіт живе,
Любить він поспати.*

Півник співом не дає

Котику дрімати: «ш-ш-ш!» (зігніть кінчики пальців і прошипіть, як сердита кішечка: «ш-ш-ш!»).

Та тепленьке сонечко

Котика пригріло,

З задоволенням лягло

І промуркотіло: «Мяу!» (різко розчепірте пальці та промуркотіть, як задоволена кішка).

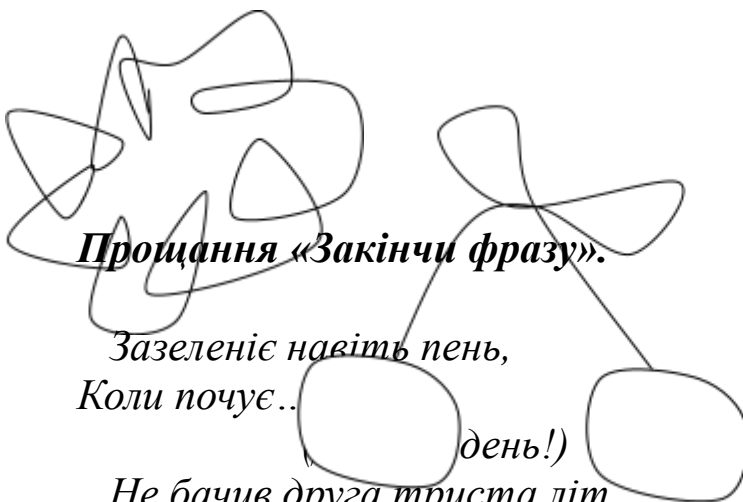
Графічний диктант «Песик».

Пояснення див. заняття 1.

3 клітинки праворуч, 1 вгору, 1 праворуч, 4 вниз, 6 праворуч, 1 вгору, 1 праворуч, 1 вниз, 1 ліворуч, 7 униз, 1 ліворуч, 3 вгору, 5 ліворуч, 3 вниз, 1 ліворуч, 7 угору, 3 ліворуч, 3 вгору.

Малювання мотузочкою.

Потрібен шнур довжиною 0,5 – 1,5 метра.



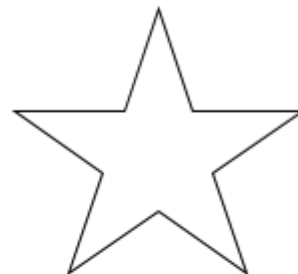
Прощання «Закінчи фразу».

*Зазеленіє навіть пень,
Коли почує.. (день!)*

*Не бачив друга триста літ
Скоріш кажи йому ...*

(Привіт!)

*Кожне слово для людей
Має значення,
На прощання всім кажи ...
(До побачення!).*



Мета: створення позитивної атмосфери, ознайомити з емоціями злості, гніву, позбутися напруження; учити дітей аналізувати свої вчинки та через гру долати агресивність. Розвивати увагу, пам'ять, сприйняття форми, наочно – образне та логічне мислення. Сприяти розвитку ізольованих рухів пальців та гнучкості зап'ястя. Виховувати доброту, чутливість.

Вправа «Вітання». (діти утворюють коло, сідають на коврик).

Треба гарно привітатись:

«Добрий день!».

Дружно й голосно сказати:

«Добрий день!».

Я у боки повернуся:

«Добрий день!».

Гарно кожному всміхнуся:

«Добрий день, добрий день, добрий день!».

«Казка про Злого домовичка».

Психолог розповідає дітям казку про Злого домовичка, який ображав, штовхав дітей, забирав у них іграшки, тобто завдавав усім болю та зло.

Діти по черзі повинні зобразити Злого домовичка та розповісти, як він виглядає.

Далі діти обговорюють та згадують ситуації, коли вони також були схожими на Злого домовичка.

Наприкінці обговорення робиться висновок про те, що бути схожим на Злого домовичка ніхто не хоче.

Вправа «Перетворення».

За командою «Злий, злий...» кожна дитина зображує Злого домовичка, а за командою «Добрий, добрий...» - кожна дитина зображує Доброго домовичка.

Вправа «Переможці».

Розмова про те, які діти вже знають методи боротьби, щоб прогнати злість (взяти себе в руки, порвати папір, усміхнутись).

«Злий» настрій змушує вас робити і говорити різні речі, через які на вас сердяться дорослі. Але щойно злість минеться, вам стає сумно і неприємно. Є один секрет: кожна велика і маленька людина має право злитися. Існує безліч ігор, які вчать «сердитися правильно», тобто так,

щоб не кривдити інших. Сьогодні я пропоную ще одну гру. За допомогою піску можна виліпити і побачити власну злість, а згодом перемогти її. Психолог з дітьми роблять із мокрого піску грудку – «злюку», на якій роблять заглиблення або малюють очі, ніс, рот. Після завершення кожній дитині пропонується покласти руки на свою грудку – «злюку», заплющити очі, пригадати, на що вони зазвичай зляться, і спробувати перенести свій гнів на цю грудку. Діти розплющують очі, а психолог пояснює їм, що тепер у кожній грудці живе їхня злість.

Потім діти у будь – який спосіб руйнують піщану грудку, говорячи «чарівне заклинання»: «Проганяємо злість, запрошуємо радість!». Після цього діти руками вирівнюють поверхню піску, залишаючи на ній відбитки пальців, долонь, прикрашають ці відбитки черепашками, камінчиками на знак їх заспокоєння, отримання рівноваги: «Я переміг свою злість, тому я спокійний».

Гра «Дракончик кусає свій хвіст».

Лунає весела музика. Діти стають один за одним, міцно тримаючись за плечі сусіда. Перша дитина – «голова дракона», остання – «хвостик». «Голова» намагається впіймати «хвіст», а той тікає від неї. Психолог стежить, щоб діти не відпускали один одного, а також, щоб ролі «голови дракона» і «хвоста» виконували всі бажані.

Вправа «Форми».

Дітям роздаються геометричні фігури (1 дитині – 1 фігура). Кожна дитина повинна назвати якомога більше предметів, схожих за формою на цю фігуру, наприклад:

- Прямокутник – шафа, книжка, тумбочка...
- Овал – люстерко, батон, обличчя людини...
- Коло – тарілка, м'яч, годинник, паляниця, сонце...
- Квадрат – вікно, будинок, телевізор...

Вправа «Добре – погано».

Психолог показує ілюстрації із зображенням, наприклад яблука, запитуючи:

- Яблуко – це добре? Чому? (добре, бо смачно. Тому що у ньому багато вітамінів).
- Погано? Коли? (коли їсти немитим, недозрілим, тощо).

Пропонується зображення пір року, сонця, хмари, морозива.

Вправа «Я знаю».

Потрібно назвати якомога більше предметів або явищ, які можна об'єднати одним словом.

- *Я знаю такі квіти...*
- *Я знаю такі овочі...*
- *Я знаю такі фрукти...*
- *Я знаю такі предмети одягу...*
- *Я знаю таких птахів...*
- *Я знаю таких звірів...*
- *Я знаю такі дерева...*
- *Я знаю такі казки...*

Гра «Сонячні зайчєнята».

Діти в колі всі «сонячні зайчєнята». Одна дитина «сонєчко». «Сонєчко» по черзі торкається «сонячних зайчиків» своїми «промінчиками», і кожен «зайчик» каже йому будь – яке лагідне слово. Гра повторюється, доки у ролі «сонєчка» не побувають усі діти.

Пальчикова казка «Павучок».

Жив собі маленький павучок (зігнуті пальці повільно рухаються по столу). Йому було дуже сумно одному. Пішов він одного разу гуляти по лісу. Світило яскраве сонєчко (кінчики пальчиків з'єднані, утворюють коло). Шуміли на вітрі дерева (руки підняти вгору, обидві руки долонями до себе, широко розвівши пальці). а на деревах у гніздєчках (стиснути пальці обох рук, з'єднати їх у вигляді чашки), співали пташки. Навколо було багато квітів (з'єднати долоні, розчепірівши пальці). На них сиділи бджоли (вказівними пальцями правої, потім лівої руки робити колові рухи) і збирали солодкий мед. Там він по бачив маленький будиночок. «Хто тут живе?» - подумав павучок і постукав: тук – тук – тук. А в будиночку жив зайчик (витягнути вказівний та середній пальці, а великий, безіменний, та мізинчик стулити). Він запросив павучка (вправа «павучок» див. вище) до себе в гості, залишився павучок жити в будиночку (вправа «будиночок») з зайчиком (вправа «зайчик»).

Графічний диктант «Машина»

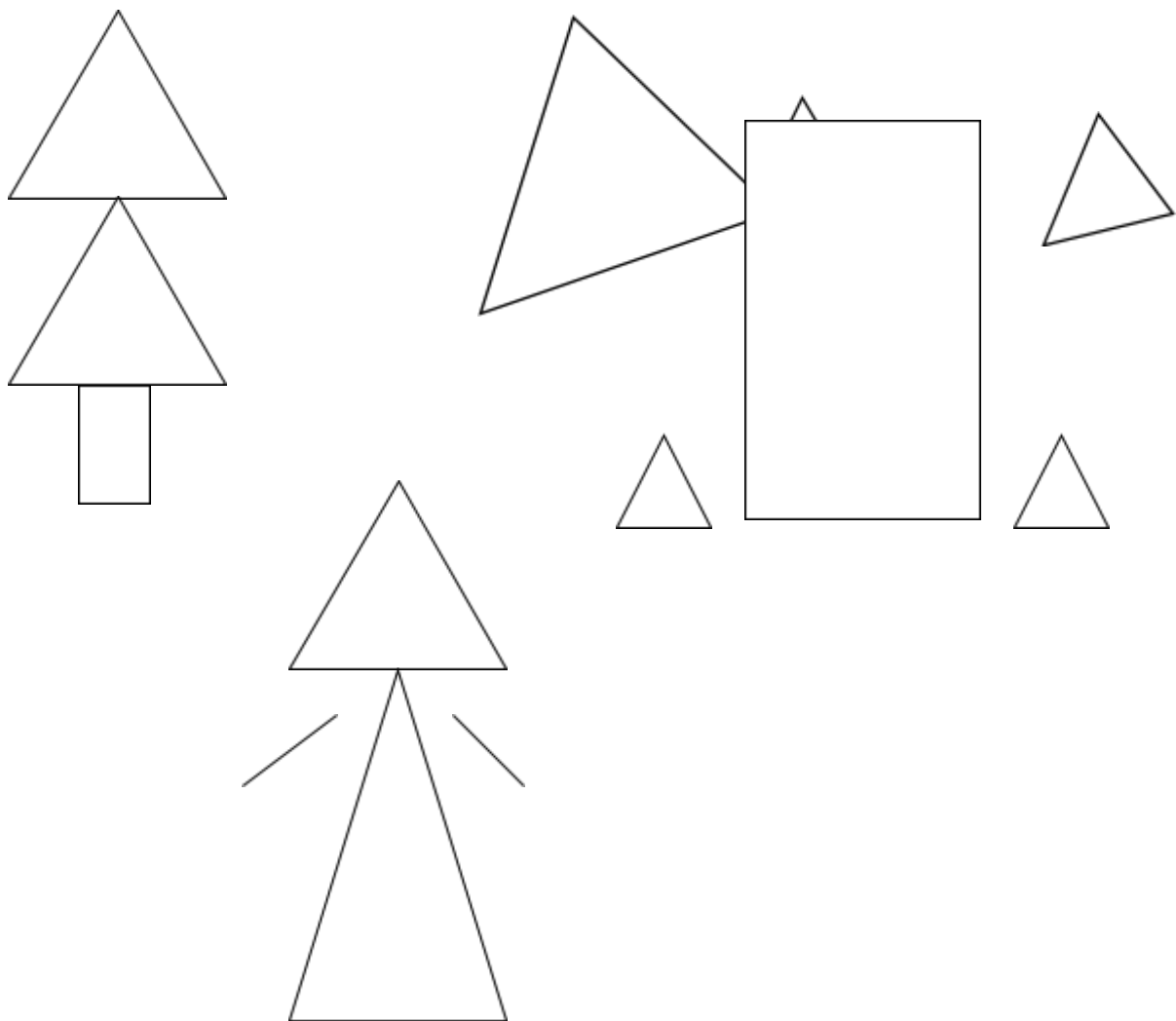
(діти сідують за столи).

Від точки 2 клітинки ввєрх, 2 клітинки вправо, 2 ввєрх, 7 вправо, 2 вниз, 2 вправо, 2 вниз, 11 вліво. На що схоже? Домалюйте колеса.

Чарівні палички.

Діти викладають паличками малюнки за зразком.





Прощання.

*На занятті діти всі,
Працювали, молодці!
Нам сподобалось займатись
Та пора нам вже прощатись!*

До нових зустрічей!

Мета. Ознайомлення з новими емоціями: провиною та соромом, їх графічним зображенням. Учити дітей співвідносити вчинок та емоцію. Формувати вміння зображувати емоцію за допомогою міміки, жестів.

Розвивати логічне та творче мислення, кмітливість. Тренування розподілення уваги та зорової і слухової пам'яті. Виховання співчуття, співпереживання; працелюбності.

Розминка «Коло вітання» (діти стають в коло).

Діти стають у коло, не тримаючи одне одного за руки. На слова:

Здрастуй, друже! – (вітаються із сусідами ліворуч і праворуч).

Як ми раді всім навколо! – (розводять руки в сторони, як знак бажання обійнятися).

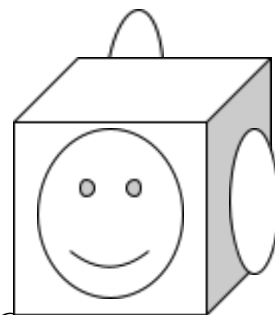
Світ прекрасний, у світі Я! – (руки складають на грудях).

От і всі мої друзі! – (усі беруться за руки, утворюючи коло).

Якщо дружними ми будемо, сумувати не будемо! – (беруться за руки, утворюючи коло, розгойдують руками вперед – назад).

Вправа «Покажи почуття».

Діти відображають емоції, які випадають на кубик емоцій (кожна сторона якого, окрема піктограм емоцій: радість, сум, злість, страх, здивування і ін.)



Вправа «Провина».

Психолог пропонує ознайомитися з новими емоціями. Спочатку читає оповідання В. О. Сухомлинського «Іменинний обід».

Іменинний обід.

У Ніни велика сім'я: мати, батько, двоє братів, двоє сестер й бабуся. Ніна найменша: їй восьмий рік. Бабуся – найстарша: їй 82 роки. Коли сім'я обідає, у бабусі дрижать руки. Несе ложку бабуся – ложка дрижить, крапельки капають на стіл.

Незабаром день народження Ніни. Мама сказала, що на її іменини в них буде обід. На обід Ніна хай запросить подруг.

Ось і гості прийшли. Мама накриває на стіл білою скатертиною. Ніна подумала: це ж і бабуся за стіл сяде. А в неї руки тремтять...Подруги сміятимуться. Розкажуть потім у школі: у Ніниної бабусі руки тремтять.

Ніна тихенько сказала мамі:

- *Мамо, хай бабуся сьогодні за стіл не сідає.*
- *Чому? – здивувалася мати.*
- *В неї руки тремтять. Капає на стіл...*

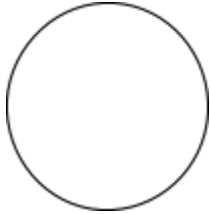
Мама зблідніла. Не сказавши ні слова, вона зняла зі столу білу скатерть і сховала її в шафу.

Мама довго сиділа мовчки, потім сказала:

- *У нас сьогодні бабуся хвора. Тому іменинного обіду не буде. Вітаю, Ніно, тебе з днем народження! Моє тобі побажання: будь справжньою людиною.*

Запитання до дітей за твором:

- Чому дівчинка соромилася своєї бабусі?
- Чи відчувала дівчинка провину, сором за свій вчинок?
- За що могла дівчинка відчувати провину? (психолог разом з дітьми обговорює ситуації в оповіданні, що призвели до почуття провини; у яких ситуаціях людина може почуватися винуватою?).
- Дітям пропонується зобразити емоцію провини за допомогою міміки, жестів. Відповіді порівнюються з піктограмою емоції провини.



Вправа «Ситуації».

Психолог пропонує дітям послухати дві історії.

- Хлопчик грався у дворі у футбол дуже близько від будинку. Йому пояснили, що м'яч може влучити у вікно і розбити його. Але хлопчик не послухався. Через деякий час він невдало кинув м'яч і, дійсно, влучив у вікно. Скло розбилося.
- Хлопчик хотів допомогти мамі помити посуд. До полиці, де стояв чайний сервіз, він не зміг дістати, тому вирішив скористатися стільцем. Він акуратно підставив стілець і поставив помитий посуд на полицю. Коли почав злазити зі стільця, то зачепив чайник, він упав і розбився.

Психолог говорить дітям про те, що в обох ситуаціях хлопчик почувався винуватим. Скажіть мені, будь – ласка, у якій ситуації хлопчик був дійсно винуватий, а у якій – його відчуття провини було необґрунтованим. Чому?

Гра – розминка «Голка й нитка».

Вибирається ведучий – він буде голкою, а інші діти одержують роль «нитки». Голка бігає по кімнаті, петляє, а нитка за нею. (гра проводиться 2-3 рази. На роль голки вибирається сором'язлива, замкнута дитина).

Вправа – гра «Буває – не буває».

Діти у колі. Психолог по черзі котить м'яч, а дитина, яка зловила його, повинна відповісти на запитання: буває так чи ні.

- Мама пішла на роботу.
- Поїзд летить по небу.
- Кішка хоче їсти.
- Людина в'є кубло.
- Яблуко – солоне.

- Бегемот заліз на дерево.
- Кішка гуляє по даху.
- Вночі світить сонце.
- Вдень світить місяць.
- Випав сніг і зацвіли дерева.
- Діти вночі ходять в дитсадок.

Вправа «Що яким буває».

Дітям пропонується назвати по 3 предмети, які можуть поєднувати дві вказані ознаки.

Наприклад:

- Яскравий жовтий – світло, лампа, сонце;
- Пухнастий зелений - ...;
- Прозорий голубий - ...;
- Сильний добрий - ...;
- Солодкий легкий - ...і т.д.;

Мозкова гімнастика.

- Порахувати швидко до 10 і назад.
- Швидко назвати будь – яке слово на певну літеру.
- Назвати 5 чоловічих і 5 жіночих імен.
- Скласти речення з певного набору слів.

Пальчикова казка «Колобок».

У великому селі (широко розвести руками в сторони), у маленькому будиночку(з'єднати похило кінчики пальців правої та лівої руки) жив був Колобок(з'єднані кінчики пальців утворюють коло). Він був дуже веселий, завжди посміхався. Ось так (посміхнутись).

Сидів одного разу колобок на березі річки і спостерігав, як біжать хвилі по воді (хвилеподібні рухи руками від себе). Йому дуже хотілося потрапити на протилежний берег річки в ялинковий ліс. Бачить Колобок, пливе золота рибка (голова риби – початок долоні; хвостик – пальчики, вони розслаблені й гнучко звиваються).

- Пливи зі мною на інший берег! – запросила рибка. Але колобок не вмів плавати.
 - То візьми човника! – порадила рибка. Колобок сів в човника (стиснувши пальці обох рук, з'єднувати їх нижнім ребром) і поплив. Приплив Колобок до іншого берега річки, вийшов з човника і прив'язав його до кілка міцним ланцюгом (великим і вказівним пальцями лівої руки утворити кільце; через нього поперемінно пропускають кільця, утворені пальчиками правої руки). Навколо росли зелені колючі ялинки (долоні від себе, пальчики пропускають між собою, долоньки під кутом одна до одної). Довго гуляв Колобок по ялинковому лісу, милувався його красою (пальчики ходять), збирав гриби та клав їх у корзинку (пальчики переплітаються, основа

долоні з'єднується). Назбирав повну корзину грибів і згадав, що час повертатися додому. А ввечері Колобок пригощав грибами свого сусіда їжачка (з'єднати долоні, спрямувати пальці вгору й розчепірити їх).

Графічний диктант «Ключик».

Поставте ручку на точку. Від точки 2 клітинки вгору, 3 вправо, 5 вниз, 3 вліво, 2 вгору, 6 вліво, 1 вгору, 1 вправо, 1 вгору, 2 вправо, 1 вниз, 3 вправо. Від точки відступити 1 клітинка вправо і поставити точку. Від точки 1 клітинка вгору, 1 вправо, 3 вниз, 1 вліво, 2 вгору.

Чарівна мотузочка.

Потрібен шнур довжиною 0,5 – 1,5 метра. Діти викладають за зразком дорослого.

Прощання.

Я хочу, щоб ви всі були щасливі (кожна дитина сподівається на щастя) а потім на інших).

Веселий щоб не було ніколи війни всі мали (розводить руки в сторони) а ти полюбись до всіх).

Хай сонячний зайчик у гості прийде (піднімає руки вгору) а ти повільно опускає вперед).

І спокій у душу нам принесе (прикладає руки до серденька).

Мета: розвивати здатність до емпатії, розуміння емоційного стану інших людей; забезпечення позитивного емоційного фону в колективі дітей, зняття напруги. Розвивати емоційно – вольову сферу. Дати уявлення про емоцію образи. Активізувати понятійне мислення, увагу. Розвивати фонематичний слух, зорову пам'ять, підвищувати рівень саморегуляції.

Вправа «Вітання».

У коло разом всі разом ви вставайте

І посмішку передавайте.

На сусіда подивіться

І йому ви посміхніться.

Діти передають одне одному посмішку

Щічки, губки ми надули...

*Посварились. Відвернулись.
У коло швидше поверніться –
Посміхніться, помиріться.*

Діти діють відповідно до слів: надувають щоки, сердяться, відвертаються. Потім повертаються обличчям у коло, посміхаються й обіймають одне одного.

Етюд «Образа».

Психолог розповідає про хлопчика Тарасика, який уранці образився на всіх: на маму – за те, що вона його зранку розбудила; на тата – за те, що не дозволив взяти до дитячого садка іграшковий пістолет; на кішку – за те, що вона його подряпала.

Дітям пропонується по черзі сісти на «чарівний» стільчик та зобразити ображеного хлопчика Тарасика.

Який же є вихід із цієї ситуації? Пропонується ввести правило «Не потрібно ображатися – найкраще розсміятись». Іноді від образи хочеться плакати. Для того, щоб не плакати, необхідно навчитися розслаблятися. Допоможуть у цьому дитячі улюблені іграшки. Дітям пропонується торкнутися м'якої іграшки, а потім самим намагатися стати такими самими м'якими.

Вправа «Візьми себе в руки».

Ситуації бувають всякі, як тільки ви, діти, відчуваєте, що починаєте хвилюватися, хочеться щось погане сказати, щось розбити, чи, може когось вдарити, потрібно пригадати дуже простий спосіб довести собі свою силу . треба обхопити долонями свої лікті і з силою притиснути їх до грудей – це поза витриманої, сильної духом людини. (повт. 2 – 3 рази).

Гра «Струмочок».

Усі діти «квіточки», а одна з них «струмочок». Кожна «квіточка» розповідає «струмочку» про будь – яку свою образу. «Струмочок» має заспокоїти її.

Рефлексія «Добрий промінчик».

Психолог пропонує дітям уявити, що одного разу сонечко надіслало на землю добрий чарівний промінчик. Діти повинні придумати, чим і як чарівний промінчик допоможе людям у різних ситуаціях.

- *Хтось заблукав в лісі.*
- *Хтось посварився зі своїм товаришем.*

- *Хтось отримав зауваження.*
- *У когось захворіла мама.*
- *Хтось запізнився на потяг тощо.*

Наприклад, людині, яка запізnilась на потяг, «промінчик дарує квиток на сонячний потяг». На ньому людина доїде до «сонечка, яке почастує її сонячним обідом», а потім «промінчик миттєво віднесе її» в те місце на Землі, куди вона хоче потрапити.

Психогімнастика «Внутрішнє переживання».

Психолог пропонує кожній дитині по черзі перетворитися на різні об'єкти живої та неживої природи.

- *Сісти так, як сидить мавпа, яка побачила злого лева.*
- *Пройтися так, як ходить кішка, яка зловила мишку.*
- *Сісти на стілець, як собака, який чекає на господаря.*
- *Милуватися собою, як квітка зранку.*
- *Сісти, як змія, яку налякали.*
- *Сісти так, як сидить королева на троні.*
- *Пострибати, як заєць, який побачив морквину.*

Вправа «Закінчи фразу».

Психолог кидає м'яча і говорить початок фрази. Дитина має закінчити фразу, а потім повернути м'яч.

- *Лимон кислий, а цукор...*
- *Птах літає, а змія...*
- *Собака гавкає, а кіт...*
- *Човен плаває, а машина...*
- *Помідор росте над землею, а картопля...*
- *Композитор пише музику, а музикант...*
- *Співак співає, а будівельник...*
- *Уранці ми снідаємо, а вдень...*
- *Дрова пиляють, а цвяхи...*
- *Усі їдять ротом, а слухають...*
- *Балерина танцює, а піаніст...*
- *Узимку холодно, а влітку...*
- *У людини дві ноги, а в собаки...*
- *Трава зелена, а небо...*
- *Ми бачимо очима, а дихаємо...*
- *Уночі темно, а в день...*

Вправа «Будь уважним».

Психолог називає слово, а дитина – інше слово, логічно пов'язане з попереднім. Наприклад: будинок – цегла; ковзани – лід; голка – нитка.

Слова: взуття, телевізор, сонце, зима, дівчинка, куртку, м'яч, зошит, школа, заєць, учень, дзеркало, портфель.

Пальчикова казка «Весна».

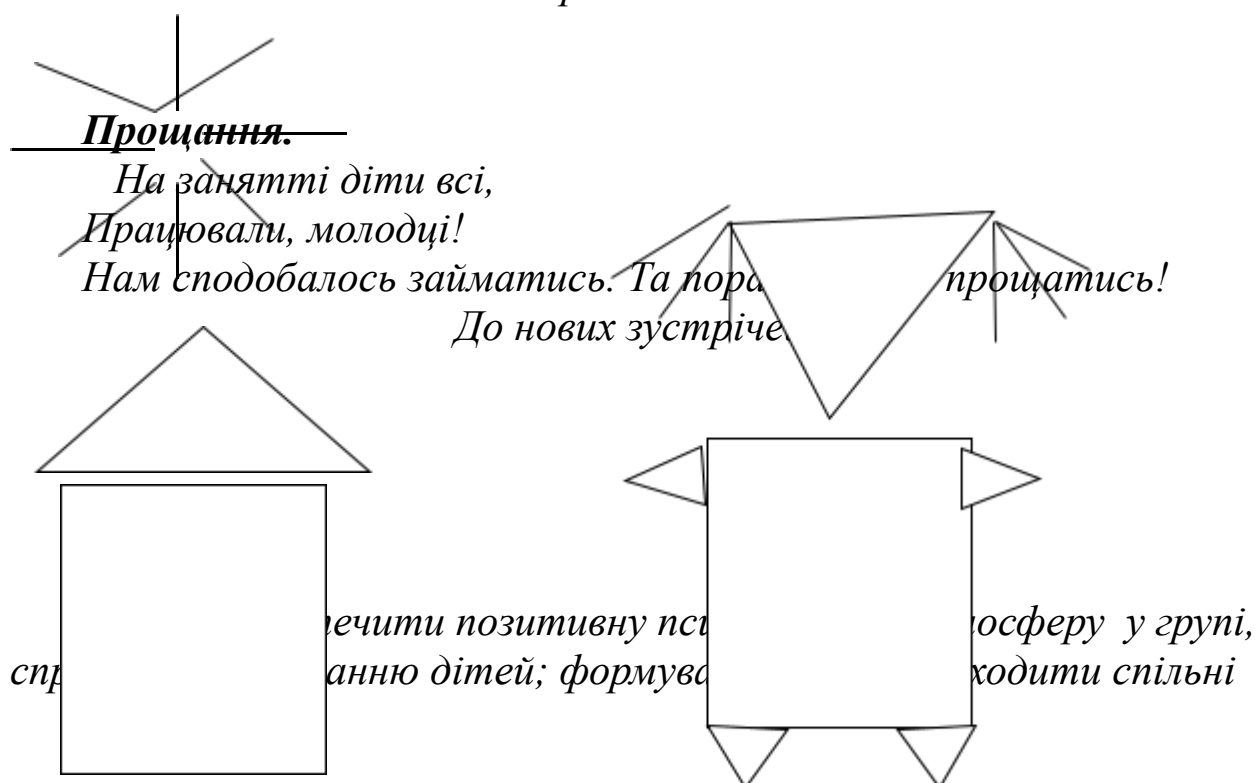
Прийшла весна. Яскраво засвітило сонечко (кінчики пальців з'єднати, утворити коло). Сонячні промінці (схрестити пальці, підняти руки вгору й розвести пальці) зігріли землю, розбудили рослин, тварин і комах. На деревах (підняти вгору обидві руки долонями до себе, широко розвівши пальці) з'явилися яскраві запашині квіточки (з'єднані руки у вигляді чашки з розведеними пальцями). Над ними весь день кружляють бджоли (вказівними пальцями рук робити колові рухи). Повилазли зі шпарин павучки (зігнуті пальці повільно рухаються по столу). Повернулися з теплих країв пташки (з'єднати долоні, рухати ними плескаючи ми рухами) і почали ремонтувати та будувати гнізда (стиснувши пальці обох рук, з'єднати їх у вигляді чашки). Повеселішали звірі, бо з'явилася зелена, соковита трава. В лісі на галявині зайці (витягнути вгору вказівний та середній пальці). Весна принесла всім тепло, красу, радість і нам гарний настрій. Усміхнемось один одному.

Графічний диктант «Зайчик».

(Пояснення див. зан 1). Поставте ручку на точку. Від точки 5 клітинок праворуч, 1 вниз, 3 ліворуч, 1 вниз, 4 праворуч, 1 вниз, 1 праворуч, 1 вниз, 1 ліворуч, 2 вниз, 3 ліворуч, 1 вгору, 2 праворуч, 1 вгору, 3 ліворуч, 2 вниз, 3 ліворуч, 1 вгору, 2 праворуч, 3 вгору, 1 ліворуч, 2 вгору.

Вправа «Чарівні палички».

Сюжетний малюнок за зразком.



позитивні ознаки в інших людях. Вчити співвідносити людину і її тактильний образ, зняття тілесних бар'єрів, розвивати уміння виражати свої почуття й розуміти почуття іншого через дотик. Розвивати тонку моторику, увагу, довільність психічних процесів, творчу уяву, кмітливість. Тренування розподілу уваги, зорової та слухової пам'яті.

Вправа - вітання «Ясне сонце». (діти в колі).

Рано – вранці встало сонце,
Заглянуло у віконце.
Ми до нього потяглися, (потягнутись)
За промінчики взялися (взятись за руки).
Друзям радо посміхнулись (передача посмішки)
Сонечку - всі ми приглянулись (діти сідають на коврик).

Вправа «Мій друг».

Обговорення на тему «Який він, справжній друг?». Кожна дитина показує, хто, на її думку, справжній друг і яким він має бути (кого ти вважаєш справжнім другом? Які риси характеру в цієї людини? Чи хочете ви, щоб вас вважали хорошим другом? Що для цього треба робити, як потрібно поводитися? тощо). А потім усі разом складають портрет справжнього друга. Сприяти висловам дітей:

- У мого друга гарна зачіска.
- У мого друга приємна посмішка.
- Мій друг уміє малювати.
- Мій друг завжди прийде на поміч. (і ін.).

Під час загального обговорення формулюються правила радісного спілкування. Наприклад:

- Допомагай друзям.
- Ділися з ними, вчися гратися й навчатися разом.
- Зупини друга, якщо він робить щось погане.
- Не сварися, не сперечайся через дрібниці; грайся з усіма дружно.
- Не заздри.
- Якщо зробив щось погане, не бійся зізнатися в цьому, вибачитися.
- Спокійно сприймай поради й допомогу інших.
- Не радій, якщо хтось програє. Якщо можеш, допоможеш йому.
- Якщо програв сам, не зривай злість на інших, можливо, ти виграти наступного разу.

Вправа «Руки сваряться, руки миряться...».

Діти розбиваються на пари, сидять із закритими очима один навпроти одного на відстані витягнутої руки. Психолог дає завдання:

- *Закрийте очі, простягніть назустріч один одному руки, познайомтеся одними руками. Постарайтесь якнайкраще впізнати свого сусіда. Опустіть руки.*
- *Знову витягніть руки вперед, знайдіть сусіда. Ваші руки сваряться. Опустіть руки.*
- *Ваші руки знову шукають один одного. Вони хочуть помиритися. Ваші руки миряться, вони просять вибачення. Ви прощаєтеся, як друзі.*

Обговорення, бесіда «Чарівні засоби розуміння».

- *Як проходила вправа?*
 - *Які почуття виникали в ході вправи?*
 - *Що найбільше сподобалося?*
 - *Що вам допомагає, коли вам важко, погано, коли ви відчуваєте провину, коли вас скривдили?*
 - *Що особливого вміють робити люди, з якими нам приємно спілкуватися, що їх відрізняє? (посмішка, вміння слухати, контакт очей, добрий ласкавий голос, м'які нерізкі жести, приємні дотики, ввічливі слова, вміння розуміти людину).*
 - *Чому ці засоби розуміння ми можемо назвати «чарівними»?*
 - *Чи можемо ми з вами застосовувати ці «чарівні» засоби?*
- Коли?*

Психогімнастична вправа «Тренуємо емоції».

Психолог пропонує кожній дитині:

1. *Насупитися, як:*
 - *Осіння хмара;*
 - *Розсерджена людина;*
 - *Зла чарівниця.*
2. *Усміхнутися, як:*
 - *Кіт на сонце;*
 - *Саме сонце;*
 - *Хитра лисиця;*
 - *Радісна дитина;*
 - *Нібито побачив диво.*
3. *Посердитися, як:*

- Дитина, у якої забрали морозиво;
- Двоє баранів на мосту.

4. Злякатися, як:

- Дитина, яка загубилася в лісі;
- Заєць, який побачив вовка;
- Кошеня, на якого гавкає собака.

5. Передати втому, нібито:

- Батько після роботи;
- Людина, яка підняла важкий вантаж;
- Мураха, яка притягнула велику муху.

6. Зобразити відпочинок, як:

- Турист, який щойно зняв важкий рюкзак;
- Дитина, яка багато працювала допомагаючи мамі;
- Як стомлений воїн після перемоги;
- Як кошеня, яке гріється на сонці.

Вправа «Добери слова».

Дітям по черзі пропонується дібрати по три слова, відповідно до основного, названого психологом.

Приклади слів:

- Корова (молоко, роги, трава).
- Зуби (щітка, жувати, рот).
- Мороз (зима, сніг, сани).
- Щука (риба, вудка, річка).
- Суп (крупа, вода, каструля).
- Лікарня (ліки, укол, палата).
- Будинок (місто, будівельник, двері).
- Їжа (хліб, рот, голод).
- Кінь (овес, галоп, стайня).
- Бібліотека (книжки, читати, знання).
- Дерево (плоди, листя, кора).
- Картина (художник, музей, фарби), тощо.

Пальчикова вправа «Ранкова казочка».

Діти повторюють рухи за психологом. Ранок. Прокинулось сонечко (кінчики пальців з'єднати утворюючи коло) і своїми промінчиками розбудило всіх навкруги (схрестити пальці, підняти руки вгору й розвести пальці). Прокинувся півник і заспівав свою пісеньку «Ку-ку-рі-ку!» (пальці сплести в замок, кінці пальців правої руки натискають на верхню частину тильної сторони лівої долоні, а пальці лівої руки піднімаються, як гребінець). Розбудило сонечко і маленьку кішечку, яка спала на порозі. Прокинулася вона, потягнулася, випустила кігтики і сказала «Мяу!» (стиснути подушечки пальців і верхньої частини долоні. Швидко випрямити і

розчепірити пальці, пронявкати). За кішечкою прокинулась і дівчинка Наталочка. Вибігла вона по східцях на таночок (ходьба пальчиками) потягнулася назустріч сонечку (потягнутися) і побачила, що до них їдуть гості. Сказала про це мамі. (вправа «Гості». Долоні зімкнуті, пальці притиснуті один до одного. По черзі пальці вдаряються один об один: мізинці, великі, безіменні, вказівні. На останні слова вірша середні пальці схрещуються і стукаються:

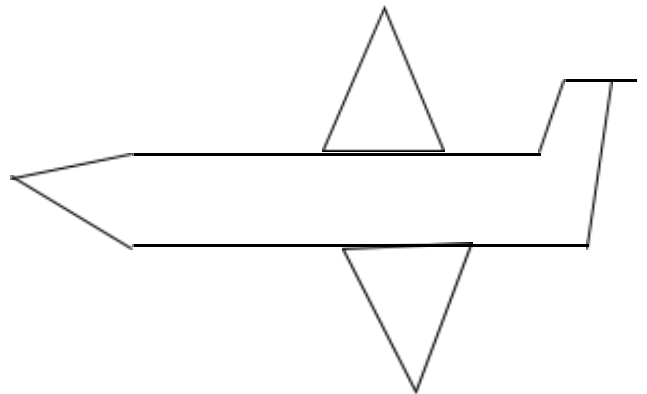
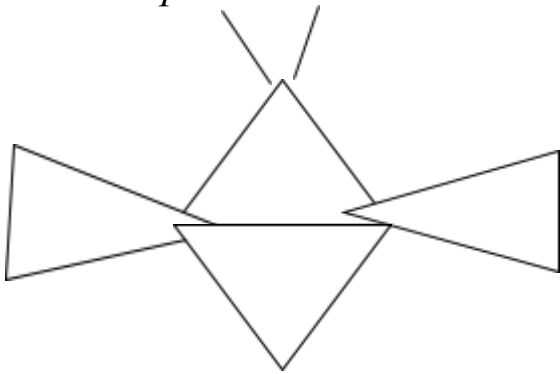
- Мамо! Мамо!
- Що? Що? Що?
- Гості їдуть!
- Ну то й що?
- Здрастуй! Здрастуй!
- Цьом! Цьом! Цьом!
- Здрастуй! Здрастуй!
- Цьом! Цьом! Цьом!

Графічний диктант «Котик». (діти сідають за столи).

Пояснення див. зан. 1. поставте ручку на точку. Від точки 3 клітинки ліворуч, 2 вгору, 3 праворуч, 3 вниз, 1 праворуч, 1 вгору, 2 праворуч, 1 вниз, 1 праворуч, 1 вверх, 1 праворуч, 3 вгору, 2 праворуч, 2 вгору, 1 праворуч, 1 вниз, 2 ліворуч, 1 вниз, 6 ліворуч. На кого схоже? Домалюйте вушка, очі, носик, ротик, вуса.

Чарівні палички .

Діти пригадують фігури, які вже викладали. Самостійна робота дітей за зразком.



Прощання.

Я хочу, щоб усі усміхались (кожна дитина спочатку показує на себе, а потім на інших).

Веселий щоб настрій всі мали (розводить руки в сторони, звертаючись до всіх).

Хай сонячний промінчик гості прийде (піднімає руки вгору, повільно опускає вперед).

І спокій у душу нам принесе (прикладає руки до серденька).

Мета: перевірити вміння дітей розпізнавати та відтворювати емоції. Закріпити вміння впізнавати емоційний стан за голосом, мімікою, жестами, а також уміння адекватно оцінювати емоції оточуючих; розвивати комунікативні навички. Продовжувати формувати уявлення про дружбу, товаришування, взаємодопомогу. Розвиток уваги і саморегуляції, словесно – логічного мислення, слухової пам'яті. Виховання працелюбності, дружніх стосунків.

Розминка «Коло вітання» (діти стають в коло).

Діти стають у коло, не тримаючи одне одного за руки. На слова:

Здрастуй, друже! – (вітаються із сусідами ліворуч і праворуч).

Як ми раді всім навколо! – (розводять руки в сторони, як знак бажання обійнятися).

Світ прекрасний, у світі Я! – (руки складають на грудях).

От і всі мої друзі! – (усі беруться за руки, утворюючи коло).

Якщо дружними ми будемо, сумувати не будемо! – (беруться за руки, утворюючи коло, розгойдують руками вперед – назад).

Вправа «Комплімент».

Діти один одному кажуть компліменти. Зворотній зв'язок: приємно почути про себе щось хороше? А казати компліменти? Що приємніше говорити чи отримувати комплімент?

Вправа «Відгадай».

Трапляються випадки, коли люди не бачать обличчя того, хто до нас звертається, але можуть за голосом визначити настрій цієї людини. Одній дитині, яка повертається спиною до дітей, дається завдання сказати фразу «Я біжу до друзів» по – різному, а саме голосом:

- Радісної, сумної людини.
- Яка сердиться або чогось злякалася.
- Якій щось не подобається.
- Яка відчувається винною.

Діти повинні відгадати за голосом, яка саме емоція.

Вправа «Кубик емоцій».

Дитина - ведучий кидає кубик і називає емоцію протилежній ті, яка випала на кубику. Діти повинні відобразити правильну емоцію. Ведучим повинні побувати усі діти.

Вправа «Добрі справи».

Психолог об'єднує дітей у групи, роздає їм картки з малюнками, наприклад: море, ліс, острів. Діти повинні описати «чарівні закони», за якими живуть у доброму лісі, морі, на доброму острові. Наприклад, у доброму лісі хижі звірі навчаються в спеціальних лісових школах, де їх учать доброти. У доброму лісі існують безкоштовні їдальні для звірів, які не можуть знайти собі їжу, тощо.

Кожній групі пропонується придумати оповідання про те, як жителі живої природи зможуть допомогти людям у таких ситуаціях:

- Дитина почала тонуть в морі (собака, дельфін).
- У дім залізли злодії (собака).
- У людини заболіло серце (конвалія, пустирник).
- У людини часто болить горло (бджола).

Кожній групі пропонується подумати, яку турботу можна виявити до рідних людей у таких ситуаціях:

- Мама захворіла.
- У бабусі день народження.
- Молодий братик вередує.
- Тато повернувся із роботи втомлений.

Наприклад, коли тато повертається із роботи втомлений, потрібно йому всміхнутися, допомогти роздягтися.

Вправа «Наша доля».

● Дітям пропонується подумати, які добрі й погані вчинки впливають на долю людини. Діти повинні пригадати якийсь власний добрий вчинок, завдяки якому відбулося багато хорошого, і будь – який свій поганий вчинок, що вплинув на їх долю.

● Дітям роздаються картинки з малюнками різних предметів: вікон, дерев, будинків, тощо. Кожна дитина повинна придумати, як зробити, щоб той чи інший предмет був щасливим. Наприклад, щоб вікно стало щасливим, його потрібно помити, дерево – полити.

Психогімнастика «Усміхнись».

Усміхнуся сонечку: «Здрастуй золоте!»

(руки підняти вгору)

Усміхнуся квіточці – хай вона росте!

(руки піднімаються знизу – вгору)

Усміхнуся дощичку: «Лийся, мов з відра!»
(руки піднімаються догори)
Усміхнуся друзям – бажаю вам добра!
(узятись за руки, усміхнутись).

Вправа «Будь уважний».

За вказівкою діти виконують дії:

- Підняти ліву руку вгору, а правою торкнутися носа.
- Правою рукою торкнутися до лівого вуха
- Підняти ліву ногу, а праву руку витягнути вбік.
- Лівою рукою показати на праве око.

Вправа «Об'єднай слова».

Дітям пропонується назвати узагальнюючим словом ряди слів:

- Сталь, бронза, золото, срібло – метали.
- Суп, каша, кисіль гуляш – їжа.
- Троянда, ромашка, дзвіночок, гвоздика – квіти.
- Штани, піжама, сорочка, кофта – одяг.
- Курка, гусак, качка, індик – домашні птахи.
- Яблуко, груша, слива, вишня – фрукти.
- Черевик, тапочок, валянок, туфля – взуття.
- Береза, осика, дуб, верба – дерева.
- Корова, кінь, кіт, свиня – свійські тварини.
- Тигр, слон, вовк, лисиця – дикі тварини.
- Чашка, тарілка, миска, ложка – посуд.
- Лото, пазли, схованки – ігри.

Пальчикова казка «Оленчина пригода».

Подарували маленькій Оленці повітряну кульку. Надула Оленка кульку (всі пальці обох рук зібрані в пучку й стулені кінчиками. В цьому положенні дуймо на них, при цьому пальці приймають форму кулі. Повітря виходить і пальчики приймають початкове положення), прив'язала ниточку і побігла на вулицю гратися. Та подув вітер: фу-фу, підхопив кульку і поніс її високо – високо. Кулька зачепилась ниточкою за гілку і повисла на високому дереві (підняти вгору обидві руки долонями до себе, широко розвівши пальці). Оленка попросила бабусю:

- Бабусю, дістань, будь – ласка, кульку. Бабуся одягла окуляри (великий палець правої та лівої руки разом з вказівним утворюють кільце. Кільця підносять до очей), подивилась на високе дерево і сказала:

- Дуже високо, не зможу дістати. Бачить Оленка, ходить по подвір'ю гусак (долоня під прямим кутом, вказівний палець спирається на великий). Попросила Оленка гусака дістати кульку, та він сказав:

- Я не вмію так високо літати. Підбігла Оленка до півника (долоня догори вказівний палець спирається на великий, інші пальці розчепірені в сторони і підняті вгору), попросила в нього допомоги. Та півник теж не вмів високо літати. Сіла Оленка засмучена (показ емоції), ось – ось заплаче. Ніхто не зміг їй дістати з дерева кульку. Та ось тато прийшов з роботи, взяв драбинку (ніготь великого пальця лівої руки лягає на подушечку великого пальця правої руки – готові дві перші сходинки і т. д), приставив до дерева, заліз високо по драбинці на дерево і дістав кульку. Оленка була дуже рада, вона усміхалась (усмішка).

Вправа «Графічний диктант. Цуцень».

Постав ручку на точку. Від точки 1 клітинка вправо, 1 вниз, 2 вправо, 1 вгору, 1 вправо, 1 вниз, 1 вліво, 2 вниз, 4 вправо, 1 вгору, 1 вправо, 1 вниз, 1 вліво, 3 вниз, 1 вліво, 1 вгору, 2 вліво, 1 вниз, 1 вліво, 3 вгору, 2 вліво, 2 вгору, 1 вліво, 1 вгору.

Чарівні пальчики.

Діти самостійно працюють, викладають малюнки за бажанням з паличок або мотузочок.

Прощання.

На занятті діти всі,
Працювали, молодці!
Ми диктантика писали
І фігурки викладали.
Нам сподобалось займатись
Та пора нам вже прощатись!
До нових зустрічей!

Література:

1. *Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі»* упор. О. Л. Кононко.- К.:Світлич, 2008.
2. *Веселі задачі* / упоряд. О. Яловська. – Тернопіль: Мандрівець, 2008.
3. *Зацепіна Н. Психологічна підготовка дітей шестирічного віку до школи // Психолог дошкілля . - 2010.№3(8).*
4. *Изард К. Э. Психология эмоций. – СПб. : Питер, 2000.*
5. *Івасечко Г. Профілактика психічного здоров'я та емоційних розладів у дітей старшого дошкільного віку // психолог дошкілля. - 2010.№6 (11).*
6. *Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль, 1996*
7. *Методичні аспекти реалізації Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі»/за ред. О. Л. Кононко, З. П. Плохій, А. М. Гончаренко (та ін.). – К. : Світлич, 2009.*
8. *Молодушкіна І.В. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників .- Х., «Основа», 2010. -207с.*
9. *Панфілова М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры: Практическое пособие для педагогов и родителей. – М., 1998.*
10. *Петрійчук І. Розвивальні психогімнастичні ігри // Психолог дошкілля.- 2010 .№9 (14).*
11. *Прищеп Т. Інтелектуальна мозаїка //Психолог. – 2008, - №46 -47.*
12. *Психологічні заняття з дошкільнятами / Упоряд. Т. Червонна. – К. : Шкільний світ, 2008.*
13. *Романченко Т. Діагностика творчої уяви старших дошкільників //Психолог дошкілля. 2010. - №6 (11).*
14. *Рубан В. Діагностика готовності дитини до шкільного навчання // психолог дошкілля. - 2010. - №10 (15).*
15. *Титаренко Н. У професійному зростанні останньої сходинки не існує...//Психолог дошкілля.- 2010.- №4(9).*
16. *Эмоциональное развитие дошкольника: Пособие для воспитателей детского сада / Под ред. А. Д. Кошелевой. – М. : Просвещение, 1985.*
17. *Хухлаева О. В. , Хухлаев О. Е. , Первушина И. М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – М. : Генезис, 2009.*