

ПРИНЯТО:
на заседании
педагогического совета
«02» 09 2025 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
ВрИо заведующего МБДОУ №97
Лохова О.В./
Приказ №: 67



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 97»
социально-педагогической направленности
«Тропинка к своему Я»**

**Возраст обучающихся: 4-5 лет (1 год обучения)
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год: 32 часа
Автор-составитель программы:
педагог дополнительного образования
Горячева Ирина Сергеевна**

Иваново

Содержание.

1	Содержание	2
2	Пояснительная записка	3
2	Направленность образовательной программы.	3
3	Принципы обучения.	4
4	Новизна образовательной программы.	4
5	Актуальность.	4
6	Возрастные особенности. Педагогическая целесообразность.	4
7	Цель, задачи программы.	5
8	Сроки реализации программы.	5
9	Формы и режим занятий.	5
10	Ожидаемые результаты.	6
11	Календарно-тематический план	7
12	Содержание программы	27
13	Материально-техническое обеспечение	30
14	Список литературы	32
15	Приложение №1	33

I. Пояснительная записка

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья. Сегодня проблема психологического здоровья является актуальной и разрабатывается рядом исследователей (В.А.Ананьев, А. Н. Леонтьев, А.М. Степанов, А.Б.Холмогорова и др.). Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды И.В.Дубровиной, В.В.Давыдова, О.В.Хухлаевой, Г.С.Никифорова, и др.).

Быстро меняется социальная ситуация, увеличивается информационный поток, в котором находятся дети, семьи в основном одиноким, распались дворовые сообщества, снизилась ценность ролевой игры. Всё чаще можно встретить ребёнка с признаками взрослости (интеллектуализм, излишний рационализм) при внутренней социальной незрелости и инфантилизме. Внедрение раннего обучения тоже играет свою роль. Это приводит к ухудшению здоровья детей: физическому, психическому, социальному. Не вызывает сомнений, что практически всем им требуется та или иная психологическая поддержка.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый человек – это, прежде всего человек творческий, жизнерадостный, весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспосабливающийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям, воздействиям.

Широко распространено понимание психологического здоровья в рамках адаптационного подхода (О.В.Хухлаева, Г.С.Никифоров). В данном подходе здоровый человек - это успешно адаптирующийся и имеющий гармоничные отношения с окружающими. По мнению О.В.Хухлаевой, понимая психологическое здоровье как наличие динамического равновесия между индивидом и средой, следует считать его критерием гармонию между ребенком и социумом.

Дополнительная общеобразовательная программа «Тропинка к своему Я» направлена на создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования. Программа дополнительного образования «Тропинка к своему Я» разработана и реализуется для детей дошкольного возраста с 3 лет до 6 на основе программы Хухлаевой О.В., Хухлаевой О.Е., Первушиной И.М.

«Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников».

Актуальность данной программы заключается в том, что она позволяет решать проблему психопрофилактики психологического состояния здоровых детей-дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях, снизить риск отрицательно влияющих факторов (социально-психологических, социально-культурных и социально-экономических) на психологическое здоровье ребенка.

Новизна дополнительной общеобразовательной программы «Тропинка к своему Я» в том, что основная программа дополнена диагностическими и мониторинговыми исследованиями, которые в свою очередь позволяют отследить психическое здоровье детей на трех возрастных уровнях и определить направления дальнейшего психологического сопровождения. Тем самым создаются оптимальные условия для сохранения психологического благополучия детей, их всестороннего, полноценного развития, формирования основных новообразований, успешной адаптации к меняющимся условиям.

Возрастные особенности детей.

Дошкольное детство (примерно от 3 до 6 лет) самый интересный и замечательный период в развитии ребёнка, когда фактически складывается личность, самосознание и мироощущение ребёнка. Эти процессы в первую очередь обусловлены общим психическим развитием, формированием новой системы психических функций, где важное место начинают занимать мышление, речь и память ребенка.

К трем годам у детей формируется чувство «Я», т.е. восприятие себя как отдельного индивида, уменьшается чувство зависимости от родителей, появляется желание «расстаться» с матерью и стать более независимым. Мышление ребенка отрывается от чисто наглядной основы, т.е. переходит от наглядно-действенного к наглядно-образному. Это позволяет перейти к новым типам деятельности - игровой, изобразительной, конструктивной. Кроме того, в этом возрасте уже возникает стойкая потребность в общении со сверстниками, в совместных играх с другими детьми. Поэтому следует, как можно раньше формировать у ребенка установку на позитивное мировосприятие, учить находить разные источники положительных эмоций. К шести годам у дошкольников помимо основных возрастных личностных новообразований должно быть сформировано и психологическое здоровье: саморегулируемость, принятие себя и окружающих, потребность в саморазвитии, рефлексия. Эти качества помогут ребёнку быстро адаптироваться к условиям школьного обучения.

Исходя из вышесказанного, **педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что позволяет через групповую работу, учитывающую специфику дошкольного возраста обучить детей социально приемлемым способам самоутверждения и самовыражения, полноценному общению, положительному восприятию себя, адекватному поведению в

соответствии с окружающими условиями и событиями, поддержанию положительного эмоционального фона, оптимистического настроения, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

Цель – создание условий для сохранения и поддержании психологического здоровья дошкольников.

Задачи:

- обучение положительному самоотношению и принятию других людей
- обучение рефлексивным умениям
- формирование потребности в саморазвитии
- содействие росту, развитию детей.

Особенности и новизна образовательной программы в том, что в неё включено много полуфункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное влияние; охватывает все стороны формирования психологического здоровья дошкольников; учитывает гендерные различия. Программой могут пользоваться не только педагоги-психологи, но и воспитатели, родители. **Представлены критерии контроля над состоянием психологического здоровья детей (приложение №1).**

Возраст детей: от 4 до 5 лет

Срок реализации программы: 1 год, 32 занятий в год

Режим занятий:

1 раз в неделю: 20 - 25 минут

Форма реализации: групповые развивающие занятия.

Ожидаемые результаты:

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется промежуточный контроль (май) – диагностика по критериям психологического здоровья (методика «Древо желаний», методика изучения эмоционального самочувствия ребёнка в группе, тест «Лесенка» и др.)

Ожидаемые результаты к концу обучения:

- ребёнок будет знать своё имя, пол, возраст;
- ребёнок будет иметь представления о своём прошлом, настоящем, уметь строить планы на будущее;
- ребёнок будет осознавать свои эмоции, чувства, уметь обсуждать их;
- ребёнок будет уметь избавляться от обид, находить выход из конфликтных ситуаций;
- у ребёнка будут формироваться морально-волевые и нравственные качества (регуляция поведения адекватно обстановке, выдержка, самостоятельность, инициативность);
- значимые мотивы поведения начнут преобладать над личными;
- ребёнок научится передавать образы через мимику, пантомимику, художественно изобразительные средства;

- ребёнок будет уметь расслабляться;
- у ребёнка сформируется уважительное отношение к сверстникам, взрослым;
- ребёнок получит навыки конструктивного, ненасильственного взаимодействия со сверстниками, саморегуляции;
- ребёнок расширит представления о социальных ролях в обществе;
- у ребёнка наблюдается устойчивый познавательный интерес, познавательная активность;
- ребёнок свободно и естественно будет проявляет свои чувства, эмоции, осознанно регулировать эмоциональные состояния;
- ребёнок будет оказывать помощь и поддержку сверстнику, если тот огорчён, опечален, расстроен, рассержен;
- ребёнок будет принимать на себя даже отрицательные роли.

Формы подведения итогов работы по программе:

- итоговые занятия,
- открытые занятия для педагогов, родителей,
- анализ диагностики психологического здоровья дошкольников, наблюдения за деятельностью, общением детей в повседневной жизни.

II. Учебно – тематический план занятий с детьми

Учебно - тематический план занятий с детьми.

Занятия с детьми по дополнительной образовательной программе проводятся в форме практических занятий, основываясь на особенностях развития детей данного возраста.

№ темы	Название темы	Практическое задание	Всего
1	Кто я?	Занятие 1. Знакомство. • «Ласковое имя». Педагог спрашивает имя ребенка, затем просит всех детей хором назвать его ласково. Если дети не могут придумать ласковое имя, ведущий помогает. • «Если он медведь, назови его ласково». Ведущий дотрагивается до ребенка «волшебной палочкой», «превращая» его в какое-либо животное. Ребенок старается изобразить это животное, а остальные придумывают, как можно назвать его ласково – например, мишенька, мишутка, медвежонок и т. п. Используются известные детям животные: лиса, заяц, кошка, собака. • «Я – мама зайчиха». Ведущий изображает какое-либо животное со словами «Я – мама зайчиха» (лисица, волчица и т. п.). Дети должны вслед за ведущим превратиться в зайчат, лисят, волчат – в детей своей мамы. Ведущий-мама показывает, как она любит своих детей. 👉 «Тихий час для мышат». Ведущий предлагает детям превратиться в мышат. Показать, как они откусывают кусочки сыра – обедают. Гладят свои животики – наелись. Показывают сонным писком, что хотят спать. Затем дети-мышата укладываются на коврик «спать». Включается музыка для релаксации.	1
7		Занятие 2. «Я расту, изменяюсь» • «Походить как...». Ведущий предлагает детям взяться за руки и походить как веселый дождик, грустный дождик, грустные снежинки, веселые снежинки и т. д. • «Если он медведь, назови его ласково». Ведущий дотрагивается до ребенка «волшебной палочкой», «превращая» его в какое-либо животное. Ребенок старается изобразить это животное, а остальные придумывают, как можно назвать его ласково – например, мишенька, мишутка, медвежонок и т. п. Используются известные детям животные: лиса, заяц, кошка, собака. • «Я – мама зайчиха». Ведущий изображает какое-либо животное со словами «Я – мама зайчиха» (лисица, волчица и т. п.). Дети должны вслед за ведущим превратиться в зайчат, лисят, волчат – в детей своей мамы. Ведущий-мама показывает, как она любит своих детей. 👉 «Тихий час для мышат». Ведущий предлагает детям превратиться в мышат. Показать, как они откусывают кусочки сыра – обедают. Гладят свои животики – наелись. Показывают сонным писком, что хотят спать. Затем дети-мышата укладываются на коврик «спать».	2

8		Включается музыка для релаксации.	
		Занятие 3. «Я мальчик, девочка» «Мысленная картинка». • «Девочки и мальчики умеют». Ведущий берет два мяча разного цвета (или размера) и поочередно бросает их детям. Дети, которые получают первый мяч, называют то, что умеют мальчики, поймавшие второй мяч — то, что умеют девочки. • «Я люблю». В центр круга ставятся два стульчика. Каждый ребенок садится сначала на первый стульчик и заканчивает предложение «Если я девочка, я люблю... », затем на второй стульчик и заканчивает предложение «Если я мальчик, я люблю...». • «Я — мама». Дети по очереди загадывают и изображают одну из семейных ролей (маму, папу, бабушку, дедушку, брата), остальные стараются отгадать. «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение И. Мазнина. Почему киты молчат Почему, почему Говорят коровы — МУ, Кошки - МЯУ, Г АВ — собаки, Овцы — БЕ, Козы — МЕ, А киты - ни БЕ ни МЕ? Почему киты молчат, Ничего не говорят, Хоть имеют киты Преогромные рты? Потому, что киты В рот набрали воды! «Ручеек радости».	3
		Занятие 4. «Какие девочки, какие мальчики» «Мысленная картинка • «Какие девочки — какие мальчики». Ведущий бросает детям мячик, называя поочередно то качество девочки (красивая, хозяйственная и т.п.), то качество мальчика (храбрый, сильный и т.п.). Если ребенок считает, что названо качество мальчика, он должен бросить мяч ведущему, если девочки, то откатить. • «Что любят мальчики, что любят девочки». Ведущий бросает детям мячик, называя любимые занятия девочек и любимые занятия мальчиков. Если ребенок считает, что названо любимое занятие девочек, он должен отбросить мяч ведущему, если мальчиков — откатить. • «Кто кого обидел». Выбирается пара детей. Ведущий дает им задание показать ситуацию, в которой мальчик обидел девочку. Затем другая пара показывает ситуацию, в которой девочка обидела мальчика. Потом дети обсуждают, кто кого чаще обижает в реальной жизни и как обычно реагируют на обиду девочки и мальчики. • «Мама делает, папа делает». Дети задумывают какие-либо привычные действия мамы (варит суп, читает своему ребенку книжку и т.п.), затем по очереди показывают их группе, которая старается отгадать, что изображено. ж «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение Г. Кружкова. Грозная хозяйка «Хозяйка сегодня грозна. Не к добру!» — Почувствовал пес и полез	4

		в конуру. «Подальше, мой милый, держись от собак!» — Сказал себе кот и махнул на чердак. «Коты — это скверно, пора уходить!» — Подумала мышь и сквозь щелочку — фить! — Ой! Мышка! Спасите меня! Караул! Вскричала хозяйка и влезла на стул. «Ручеек радости».	
2	Чувства. Введение в мир психологии	Занятие 5. «Весёлые – грустные» • «Здравствуй, я котик». Ведущий надевает на руку куклу-котенка (можно использовать обычную игрушку) и предлагает детям по очереди поздороваться с котенком. Каждый ребенок жмет котенку лапку и представляется, называя себя ласковым именем, например: «Здравствуй, я котенок» — «Здравствуй, я Сашенька». • «Котик ласкает». Ведущий из роли котенка по очереди ласкает каждого ребенка (лапками гладит их по головке) со словами «Хороший (ая) Сашенька, Машенька» и т.д. Затем дети по очереди надевают на руку котенка и ласкают друг друга. Ведущий помогает им произносить фразу «Хороший Сашенька...». • «Раз, два, три, зайцы — замри». По команде ведущего дети замирают в позах, которые он показывает: зайцев, петушков, котят и т.п. (3 — 4 раза). Ведущий может спросить детей, не боятся ли они превратиться в волка, медведя, и после этого замереть в позах этих животных. • «У птички болит крылышко — пожалей птичку». Один из детей превращается в птичку, у которой болит крылышко. Старается показать, что он грустит. Ведущий предлагает тебе. Там пожалей птичку. Первым жалеет сам ведущий-котенок, затем другие дети надевают котенка на руку и его лапками гладят «птичку» со словами «Птичка-Саша — хорошая». «Тихий час для мышат».	5
9		Занятие 6. «Весёлые – грустные» • «Здравствуй, я лисичка», (см. занятие 5). Упражнение проводится аналогично упражнению «Здравствуй, я котик». Можно дополнить его тем, что после ведущего лисичкой становится один из ребят и в этой роли здоровается с остальными. • «Лисичка веселая—грустная». Ведущий просит теперь всех детей превратиться в лисичек, а затем показать веселых лисичек, когда они играют. После этого грустных лисичек, скучающих по маме. И наконец, снова веселых лисичек, когда им купили новую игрушку. • «Лисичка грустная, потому что она упала». Проводится аналогично упражнению «У птички болит крылышко» (см. занятие 5). • «Кто как веселится». Ведущий говорит о том, что дети, когда веселятся, — смеются, собаки — весело лают, а котята — весело мяучат. Затем дети хором показывают, как весело лают собаки, мяучат котята, чирикают воробышки и т.д. «Тихий час для мышат».	6
		Занятие 7. «Страшный – весёлый» • «Здравствуй, я пластилинчик». Ведущий говорит ребятам о том, что в гости к ним пришел кусочек пластилина, хоч	7

10		• «Превратись в пластилинчик». Ведущий выбирает одного ребенка, предлагает представить, что он кусочек пластилина и из него можно что-либо вылепить. Но сначала пластилинчик нужно размять. Ведущий разминает, растирает ребенка-пластилинчика и «лепит» из него какое-либо животное. Остальные ребята угадывают, какое животное было вылеплено. • «Страшный—веселый стульчик». В центр группы ставятся два стульчика. Ребенок в роли какого-нибудь животного поочередно садится то на один стульчик, то на другой, изображая то страшное, то веселое животное. • «Чего боялся зайчик?» Ведущий рассказывает детям: «Жил-был маленький зайчик. Все было у него хорошо: были любимые мама, папа, братик, сестра, бабушка и дедушка. Но одно было у зайчика плохо — он чего-то боялся. Чего он боялся? (Дети отвечают.) Итак, зайчик боялся (перечисляется то, что скажут дети) лисы, волка и медведя». Далее ведущий спрашивает, что случилось с зайчиком, дети придумывают свои рассказы. • «Ау». Один ребенок поворачивается спиной к группе — он потерялся в лесу. Другие по очереди кричат ему: «Ау!» Водящему необходимо догадаться, кто его позвал, кто о нем позаботился. «Тихий час для мышат».	
		Занятие 8. «Радуетса – боится» • «Хорошие ушки—красивые глазки». Ведущий предлагает детям показать, где у них находятся хорошие ушки, красивые глазки, быстрые ножки. Затем погладить себя со словами «хороший мальчик» и «хорошая девочка». • «Кто погладит козочку?» Ведущий «лепит» из одного ребенка какое-либо животное (например, козочку), спрашивает у детей, понравилось ли оно им, и предлагает желающим его погладить. • «Кто когда радуется и боится». Дети превращаются в кошечку, которая радуется. Ведущий спрашивает детей, когда она радуется. Затем в кошечку, которая боится. Обсуждается, когда и кого она боится. После этого они превращаются в радостных и испуганных детей — Таню и Гошу. В конце упражнения делается вывод о том, когда дети обычно боятся и когда радуются. • «Помяукай и похрюкай». Ведущий предлагает детям помяукать радостно, испуганно, грустно. Затем так же похрюкать, полаять и т.п. «Тихий час для мышат».	8
3	Чувства нужно уметь распознавать	Занятие 9. «Радость, страх, злость» • «Здравствуй, я пластилинчик». Ведущий говорит ребятам о том, что в гости к ним пришел кусочек пластилина, хочет с ними подружиться, но сначала надо поздороваться. Ведущий выбирает одного ребенка, предлагает представить, что он кусочек пластилина и из него можно что-либо вылепить. Но сначала пластилинчик нужно размять. Ведущий разминает, растирает ребенка-пластилинчика и «лепит» из него какое-либо животное. Остальные ребята угадывают, какое животное было вылеплено. «Как выглядят чувства». Ведущий показывает детям поочередно картинки с изображением ребенка, который злится, радуется, боится. Просит их угадать чувство ребенка (если дети не могут этого сделать, то он помогает им), а затем изобразить	9

11		это чувство (при этом сам ведущий тоже изображает его). • «Покажи чувства язычком». Ведущий просит детей вы сунуть свои язычки, а затем показать, как язычок радуется, злится, боится. • «Покажи чувства руками». Дети, ориентируясь на образец ведущего, показывают, как их руки прыгают по столу (радуются), толкают, кусают друг друга (злятся), сжимаются в кулачки и дрожат (боятся). • «Листочек падает». Ведущий поднимает в метре над столом лист бумаги, затем отпускает его и обращает внимание детей на то, как плавно он спускается вниз и ложится на стол. Затем просит детей превратить свои руки в листочки бумаги. Ведущий снова поднимает лист бумаги — дети поднимают руки вверх. Ведущий отпускает лист, он опускается на стол. Детям нужно опустить руки на стол плавно, в одно время с листом бумаги. Упражнение можно повторить несколько раз. «Тихий час для мышат».	
		Занятие 10. «Радость, страх, злость» «Угадай чувство». Ведущий показывает детям картинки с изображением злости, страха, радости. Дети угадывают чувство и пытаются сами изобразить его. • «Как выглядят чувства» • «Кто в домике живет?» Дети «забираются» в домики, то есть каждый над своей головой смыкает руки уголком в виде крыши. Ведущий стучится в каждый домик со словами: «Кто-кто в домике живет?» Ребенок называет свое имя, потом отвечает на вопросы ведущего: «Что ты любишь больше всего?»; «В чем ты самый-самый?» и т.п. • «Походи как...». Дети встают и ходят по кругу как зайчики радостные, испуганные, злые, затем как медведи злые, испуганные, радостные. «Тихий час для мышат».	10
		Занятие 11. «Узнаю чувство по голосу» • «Кто самый похожий?» Детям предлагается показать, как спит кошечка, собачка, волк, медведь, и выбрать самую похожую фигуру. • «Кто лучше разбудит?» Один ребенок ложится на коврик в центре группы — он «уснул». Ведущий просит детей по очереди будить «спящую кошечку» по-разному (словами и прикосновением), но ласково. В конце упражнения дети все вместе решают, кому удалось разбудить наиболее ласково, • «Что чувствует кошечка?» Ведущий на ушко загадывает ребенку одно из изученных чувств (радость, страх, грусть). Он изображает его при помощи мяуканья. Остальным необходимо догадаться, какое чувство было загадано. В итоге делается вывод, что чувство можно узнать по голосу. • «Что хочет сделать Колина мама?» Ведущий принимает на себя роль Колиной мамы (важно, чтобы ребенка с таким именем не было в группе) и произносит слова «Подойди ко мне» с разной интонацией. Дети должны догадаться, что хочет сделать мама: приласкать Колю или отругать? «Тихий час для мышат».	11
		Занятие 12. «Узнаю чувство по лицу» • «Посудный магазин». Ведущий говорит детям, что он пришел в магазин посуды и хочет купить очень красивую	12

12	ложку, вилку, ножик. И просит ребят превратиться в ложки (руки полукругом вверх), вилку (руки вверх уголком), ножи (руки вверх, сомкнуты). Ведущий рассматривает ложки, вилки, ножи и говорит, что они все такие замечательные, что лучшие и не выберешь, поэтому он ничего не будет покупать. «Кто пришел к нам в гости?» Ведущий отводит в сторону двух-трех детей и договаривается, кто какое животное, пришедшее в гости к ребятам, будет изображать. Гости по очереди входят в круг, ведущий активизирует доброжелательное отношение к ним словами: «Посмотрите, какой замечательный зверь к нам пришел, какие у него глазки и т.п.». Детям необходимо сначала догадаться, какие звери к ним пришли, а потом, что чувствовали эти звери (радость). Затем ведущий спрашивает: «Как вы догадались, что звери радостные, ведь они молчали?» Делается вывод, что чувство можно узнать по выражению лица. «Что подарили гости». Ведущий раскладывает на полу 3 — 4 большие игрушки. Одному ребенку завязывают глаза. Он должен догадаться, какие игрушки принесли ему в подарок гости, ощупывая их ногой. «Семья собачек». Ведущий просит детей превратиться в семью собачек и показать как собачки радуются; как собачки скулят, когда их обидели; как они лают, когда жалеют кого-то; как они рычат, когда злятся; как они поют. «Мягкий мишка и твердый солдатик». Ведущий дает детям потрогать мягкую игрушку, а затем твердого солдатика. После этого ведущий показывает поочередно то мягкую игрушку, то солдатика, просит детей превращаться в них и становиться то такими же мягкими, расслабленными, то твердыми, напряженными. «Тихий час для мышат».	
	Занятие 13. «Узнаю чувство по походке» «Карандашик—кисточка». Ведущий показывает детям, как изображать карандашик — напряженная, вытянутая вперед рука. А кисточка — мягкая изогнутая рука. По сигналу ведущего «Карандашик!» дети напрягаются, изображая карандаш, «Кисточка!» — расслабляются. Через некоторое время в упражнение можно включить вторую руку. «Я иду на день рождения». Ведущий выбирает двух детей. Одному из них на ушко дает задание показать, как зайчик идет на день рождения к ежику, другому — как зайчик идет до мой и прячется от лисы. Дети угадывают, какой из зайчиков идет на день рождения, какой прячется от лисы. Затем определяют, что первый зайчик чувствовал радость, а второй — страх. Делают вывод, что чувство можно узнать по походке (хорошо, если лица детей при этом закрыты масками). «Вот так». Ведущий рассказывает историю, сопровождая ее действиями (дети повторяют действия ведущего): «Жил на свете мальчик. Он любил радоваться (вот так). Радовался солнцу, когда просыпался, радовался папе и маме и говорил им радостно: «Доброе утро!» (вот так). И радостно шел в детский сад (вот так). Но однажды по дороге в сад он увидел большую собаку и испугался (вот так), закричал «А-а-а» (вот так) и побежал быстрее к садику. Но собака-то быстрее бежит, чем мальчик. Тем более что это была большая собака, а он малень-	13

		кий мальчик. Собака догнала маленького мальчика и... лизнула его, и вильнула весело хвостом. Мальчик остановился и рассмеялся (вот так). И мы с вами тоже можем немного по смеяться (вот так)». «Тихий час для мышат».	
4	Полезные чувства: радость, любовь, забота. Вредное чувство - обида	Занятие 14. «Забота» «Превратились — кошки — радость». Ведущий называет животное и чувство, ребятам необходимо показать это чувство из роли названного животного. «Игрушечный магазин». Ведущий выбирает несколько детей и «превращает» их в игрушки (на ушко шепчет, кто в какую игрушку превращается). Ребята изображают свои игрушки. А остальные угадывают. В продвинутой группе можно предложить выполнить какие-либо действия с этими игрушками. «Поехали, поехали». Ведущий предлагает ребятам отправиться в путешествие: на поезде, самолете, пароходе, велосипеде, пешком. Все вместе дети показывают и озвучивают самолет, поезд и т.п. «Маша упала». Ведущий выбирает ребенка, которому нужно понарошку упасть и заплакать. Ребенок садится на стульчик, а все остальные по очереди подходят к нему и утешают его. «Встану я утром». Ведущий читает текст, а дети показывают к нему действия: «Встану я утром, глазки протру, бочок почешу, сильно потянусь, надену ботинки, шнурки завяжу, открою я дверку, выйду из дома и пойду... Куда я пойду?» Дети отвечают: «В детский сад». Затем ведущий продолжает: «В детском саду я позанимаюсь, потом поиграю, потом поем, хорошо посплю, приду я домой и к маме на ручки, поглажу ее». Все вместе дети кричат: «Ой, как хорошо!». «Тихий час для мышат».	14
13		Занятие 15. «Радость, любовь» «Пальцы-мышки». Дети превращают свои пальчики в мышат и тихонько бегают ими по столу, потом по своей коленке, по коленке соседа. «Повторяй за мной». Детям предлагается, повторяя за ведущим, показать и погладить свои ножки, ручки, щечки, пальчики. «Кто как радуется». Ведущий просит детей без слов показать, как радуются лисички, волки, медведи, мышки, дети, взрослые. «У кого больше любимок». Ведущий говорит о том, что у каждого человека есть много, «любимок» — людей, которых они любят. Предлагается конкурс: назвать как можно больше людей, которых любит каждый ребенок. Делается вывод, что любить так много людей — это большая радость. «Покажу, как я люблю». Ведущий говорит, что можно показать человеку, что ты его любишь, погладив его. Далее один из ребят превращается в маму, другой — в ее сыночка, и они «показывают», как они любят друг друга. Следующие пары — «мама» и «дочка», «бабушка» и «внук» и т.п. В конце упражнения обсуждается, кто и как сумел удачнее всех показать, «как он умеет любить». «Тихий час для мышат».	15
		Занятие 16. «Кто как обижается» «Пальцы-зайцы». Дети превращают свои пальчики в зайчиков и скачут ими по столу.	16

14		«Мы — солдаты». Ведущий просит ребят представить, что они превратились в солдат, защищающих свою страну, и им нужно четко выполнять команды. По команде «По коням!» — громко топать, «в разведку» — шептать «тсс...», в атаку — кричать «ура!», за пулеметы — хлопать. «Кто как обижается». Ведущий рассказывает ребятам о мальчике Пете, который утром обиделся на всех: на маму — за то, что кашу дала невкусную, на кота — за то, что он его по царапал, на брата — за то, что не разрешил свой пистолет взять в детский сад. Предлагает детям по очереди садиться на «волшебный стульчик» и изображать обиженного Ваню. Затем ведущий продолжает свой рассказ о том, как обиженный Ваня вышел на улицу, увидел обиженную собаку (дети показывают обиженную собаку), а потом обиженного милиционера. Пришел в детский сад, а там обиженная воспитательница (дети показывают детей воспитывает. Обиженная няня кашу по тарелкам раскладывает. Смотрел-смотрел на них обиженный Петя и как рассмеется (все смеются). Все ребята вместе с ведущим проговаривают: «Не стоит обижаться — лучше рассмеяться». «Обижаться не могу, ой, смеюсь, кукареку!» Один ребенок садится на «волшебный стульчик», другой понарошку должен обидеть его. Взрослый начинает: «Обижаться не могу...», ребенок продолжает: «Ой, смеюсь, кукареку!» «Кто медленнее». Дети «превращаются» в черепах и делятся на две группы. Проводится соревнование, какая группа черепах доползет до противоположной стены медленнее. «Тихий час для мышат».	
		Занятие 17. «Пожалей обиженного» «Пальцы-медведи». Дети превращают свои пальцы в медведей и с усилием «топают» ими по столу, по своей коленке, по коленке соседа. «Паровозик едет на полянку». Ведущий говорит детям о том, что сегодня паровозик отвезет их на волшебную полянку. Далее дети становятся друг за другом «паровозиком» и, озвучивая стук колес и гудок паровоза, двигаются по комнате. «Хоровод». Дети встают в хоровод и идут по кругу со словами: «Были ребятки, а стали зверятки». Затем ведущий выбирает одного ребенка, который изображает какое-либо обиженное животное. Детям необходимо по-разному его пожалеть. «Цветы на полянке». Ведущий дотрагивается до каждого ребенка «волшебной палочкой», превращая в какой-либо цветок, и произносит при этом слова: «Какой чудесный василек!», «Какая красивая ромашка!». «В детский сад на самолете». Ведущий говорит, что теперь пора возвращаться в детский сад. Детям предлагается «превратиться» в самолетики и показать, как они летят в сад. «Тихий час для мышат».	17
5	Ссора. Какие чувства приводят к ссоре	Занятие 18. «Поссорились, помирились» «Добрые—злые». Дети делятся на две группы. Одна группа показывает, злых животных, другая — добрых. Затем группы меняются, в конце все вместе изображают добрых. «Пальцы — звери добрые, пальцы — звери злые». Дети превращают свои пальцы поочередно в добрых кошечек и злых мышек, в добрых волчат и злых зайчат и т.п.	18

15		«Звери поссорились». Ведущий выбирает двух ребят на роли зайчика и ежика. Предлагает детям показать, как ежик и зайчик поссорились. Потом ссорятся волк и медведь. Делается вывод, что ссорятся всегда двое, значит, и мириться нужно двоим. «Кто больше знает мирилок». Ведущий играет роль слоника, который по очереди ссорится с каждым из ребят. Детям необходимо придумать, как по-разному помириться со слоником (например, мизинчиком или словами «Мир, мир на— всегда, ссор, ссор никогда»). «Утро—вечер». Дети «превращаются» в цветы. Когда ведущий говорит: «Пришел вечер, цветочки закрылись и заснули», — дети кладут руки на колени и опускают головы. А когда ведущий говорит: «Но вот пришло утро, цветочки проснулись и потянулись к солнышку», — дети поднимают голову и тянут руки вверх. Так повторяется несколько раз. «Тихий час для мышат».	
		Занятие 19. «Разозлился поссорился» «Превратились». Ведущий предлагает ребятам «превращаться» поочередно в больших, сильных и маленьких, слабых животных (лев — зайчик, волк — мышонок, слон — котенок, тигр — ежонок). «Большие—маленькие». Дети «превращаются» поочередно то в маму, то в ее ребенка у различных животных (слониху—слоненка, кота — котенка, лошадь — жеребенка). «Смелый—трусливый». Ведущий просит детей изобразить сначала смелого, потом трусливого зайчика (волка, мышонка, медведя). «ЕСЛИ "да" — похлопай, если "нет" — потопай». Детям предлагается угадать, какое из высказываний ведущего — верное, и в этом случае похлопать, а в случае неверного высказывания — потопать. «Саша увидел Лизу, обрадовался ей и поссорился»; «Петя подошел к Коле, разозлился на него за то, что он отнял у него игрушку, и поссорился с ним»; «Лена так любила Свету, что поссорилась с ней»; «Люда обиделась на Дениса и поссорилась с ним». В конце делается вывод, что обида и злость дружат со ссорой. «Пальчиковый этюд: поссорились, помирились». Ориентируясь на помощь ведущего, дети выбирают пальчик на одной руке — Сашу, пальчик на другой руке — Дашу. Показывают, как два пальчика сначала поссорились друг с другом, потом помирились. «Тихий час для мышат».	19
		Занятие 20. «Помирились все» «Пусть встанет тот, на кого я смотрю». Ведущий обводит взглядом детей, потом на ком-то останавливает взгляд. Этому ребенку нужно поймать взгляд и быстро встать. «Моем стекла». Ориентируясь на ведущего, дети изображают, как они моют окна, самого себя, колено соседа. «Покажи голосом». Детям нужно показать голосом котят грустных, веселых, злых, обиженных, испуганных (затем мышат, щенят и поросят). «Ну-ка, игрушки, поменяйтесь местами». Ведущий бросает двум участникам по игрушке. Им нужно быстро поменяться местами. «Дай мне игрушку». Детям нужно произнести эту фразу испуганно, со злостью, обиженно, радостно. «Самолет летит, самолет отдыхает». Дети поднимают	20

		руки как крылья самолета, напрягают их (потому что нужны очень сильные крылья, чтобы самолет летел). Затем опускают их вниз расслабленными — самолет прилетел, крылья устали и хотят отдохнуть. «Пальчиковый этюд: Саша напугал Дашу». Так же как на предыдущем занятии, дети выбирают среди своих пальчиков Дашу и Сашу, показывают, как пальчик-Саша испугал пальчик-Дашу, неожиданно прыгнув на нее. Пальчик-Даша сначала сильно испугалась и задрожала, а потом поняла, что это Саша, и обняла его. «Танец мира». Дети становятся в круг и берутся друг за друга мизинчиками. Затем начинают двигаться по кругу сначала медленно, потом быстрее и быстрее, стараясь, чтобы круг не разорвался. «Тихий час для мышат».	
6	Трудное чувство «дружба»	Занятие 21. «Что такое дружба?» «Приветствие». Ведущий поочередно садится на корточки перед каждым ребенком, глядя ему в глаза, соединяет поднятые вверх ладоши с ладошками ребенка, приговаривая: «Здравствуй, ... (имя)». Ребенок отвечает: «Здравствуйте,... (имя ведущего)». Так ведущий проходит по всему детскому кругу. «С кем я дружил летом». Ведущий просит ребят вспомнить и рассказать о том, с кем и как они подружились летом. Работа со сказкой. Ведущий рассказывает детям сказку о цветке, которому никак не удавалось подружиться, просит их подумать, почему это произошло, а затем объяснить, как Незабудка все-таки сумела сделать это. Незабудка не смогла подружиться {Гавриченко О.) Недалеко от большого города был лес, а в лесу была поляна, на которой росли разные лесные цветы. В хорошую погоду, когда солнце ласково пригревало, на поляну прилетали бабочки, а в траве запевали свои звонкие песни кузнечики. Легкий ветерок, пролетая над лесом, раскачивал цветы, траву и деревья, принося с собой приятную прохладу. Цветы на этой поляне были разнообразные, и они умели разговаривать. Каждый из цветов рассказывал другому лесные новости или играл в мячик из капелек росы. Всем цветам было весело и интересно жить на этой лесной поляне. Однажды утром на поляне появился новый цветок на тоненьком стебельке с маленькими листиками и очень маленьким нераскрывшимся зеленым бутонем. — Ты похож на обыкновенную траву, — сказали большие красные цветы Мака, — ведь ты такой зеленый. — Нет, — ответил новый цветок, — я цветок Незабудка. — Да какой же ты цветок, если твой бутон не раскрылся! — сказали Ромашки, покачиваясь на тонких ножках. — Вот мы, Ромашки, на этой поляне уже давно и цветов по имени Незабудка не знаем. — Таких цветов не бывает, — зазвенел Колокольчик, — нас много живет на этой поляне, мы не знаем цветов по имени Незабудка. И все цветы на поляне сказали: — Нет такого цветка, ты не наш, мы не будем дружить с тобой. Маленькая тоненькая зеленая Незабудка посмотрела на себя: «Да. Я вся зеленая, и бутон мой не раскрылся, никто и говорить со мной не	21
16			

17		хочет, и играть тоже...» От этой мысли она почувствовала себя очень одинокой и всеми покинутой. Ей сделалось так грустно, что она стала увядать: и без того тоненький стебелек стал еще тоньше, листочки опустились, и нераспустившийся бутон наклонился к земле... Незабудка уже совсем завяла, как вдруг пошел дождик, который напоил Незабудку спасительной влагой. Незабудка ожила и снова услышала голос Ромашки: — Смотрите, какой у меня большой цветок с желтой серединкой и белыми лепестками. Я похожа на солнце. — А мы, — зазвенели колокольчики, — самые звонкие на всей поляне! Мы знаем много песен и лесных историй. А маленькой тонкой Незабудке опять нечего было сказать, да ее никто и не слушал, ведь она была не похожа на цветок. «Надо собрать все свои силы, чтобы мой бутон распустился и они увидели, что я тоже цветок», — так думала Незабудка. Вдруг на поляну пришли люди, и Незабудка испугалась, что на нее наступят и уже никто никогда ее не увидит, ведь она такая же зеленая и тонкая, как трава. Но этого не случилось. На следующий день Незабудка так сильно постаралась, так сильно напрягла свои силы, что из бутона появился цветок — очень красивый, голубой с белым, по форме своей непохожий ни на один цветок на поляне. На радостные голоса цветов прилетели птицы, которые стали щебетать: — Летая по всему лесу, мы нигде не встречали такого прекрасного и необычного цветка. Цветы устроили бал в честь Незабудки, где она танцевала и пела лучше всех и рассказала самую интересную лесную историю. Бал в ее честь продолжался целый месяц. Ее выбрали Королевой бала цветов, и на ее венчике засверкала корона. Незабудка на королевском троне испытала большое счастье и радость, ведь она сама смогла найти в себе силы для того, чтобы ее бутон раскрылся и все увидели, что она Незабудка — прекрасный цветок. •«Волшебник». Дети становятся в круг, кладут друг другу руки на плечи. Затем одному из них завязывают глаза и переводят на другое место в кругу. Ему необходимо представить себя волшебником и, почувствовав плечи друзей, угадать, кто стоит рядом с ним. «Всем-всем до свиданья»¹. Дети ставят свои кулачки «столбиком», затем громко кричат: «Всем-всем до свиданья», и убирают кулачки.	
		Занятие 22. «Дружба – это помощь» «Мысленная картинка» на тему «Дружба». Дети мысленно рисуют картинку, а затем рассказывают о том, что у них получилось. В ходе обсуждения рассказов ведущий подводит детей к выводу, что во многих картинках присутствовала тема помощи. Значит, дружить — это не только вместе играть, но и помогать друг другу. •«Помоги другу, или Самая дружная пара». Дети делятся на пары. Одному из пары завязывают глаза. На полу между двумя стульями раскладываются крупные игрушки. Второму ребенку из пары необходимо провести партнера от одного стула к другому так, чтобы ни одна игрушка не была сбита. «Пересядьте все, кто...» Ведущий говорит, что мы все очень разные и в то же время чем-то друг на друга похожи. Предлагает убедиться в этом. Затем он говорит: «Пересядьте все, кто любит мороженое, ... плавать в реке, ... ложиться спать вовремя, ... убирать игрушки и т.п.» Дети сначала просто	22

18		играют, а затем делают вывод, что действительно у них есть много общего. «Паровозик». Ведущий выбирает одного из детей на роль паровозика. Дети-вагоны становятся в круг. Паровозик подъезжает, здоровается с каждым: «Здравствуй (имя), ты мне очень нужен, чтобы везти (дядю, папу, молоко и т.п.)». Так паровозик подходит к каждому. Объявляет: «Загружаемся, поехали...» Затем: «Приехали...» Обращаясь к каждому по имени, говорит: «Спасибо тебе за то, что помог отвезти...» Затем дети становятся в круг и хором повторяют слова: «Когда нас много, мы сильные и многое можем. Мы — это дети». «Кого укусил комарик» (упражнение на расслабление). Дети садятся кругом. Ведущий проходит по внешней стороне круга, гладит детей по спинам, одного из них незаметно от других он тихонько щиплет — «кусает комариком». Ребенок, которого «укусил комарик», должен напрячь спинку и плечи. Остальные внимательно разглядывают друг друга и догадываются, кого «укусил комарик». «Всем-всем до свиданья».	
		Занятие 23. «Кто такой настоящий друг?» «Мысленная картинка» на тему «Настоящий друг». Ведущий предлагает детям нарисовать мысленную картинку, в которой бы присутствовал хороший друг, а затем рассказать о нем группе. Делается вывод, что хорошим другом может быть брат, сестра или сверстник, а может быть собака, кошка, цветок или даже капельки росы (в зависимости от рассказов детей). • «Маша — настоящий друг, потому что...» В центр круга выходит один ребенок. Ему необходимо пригласить в круг своего настоящего друга из группы и закончить предложение: «(Имя) — настоящий друг, потому что...» Далее в круг приглашается другой ребенок. Игра продолжается до тех пор, пока своих друзей в круг не пригласят все дети. • «Настоящий друг в нашей группе». Каждый ребенок загадывает кого-либо в группе, которого он' считает настоящим другом, а затем без слов изображает его походку и жесты. Остальным нужно догадаться, кто из ребят был задуман. • «Мои другие друзья». Ведущий напоминает ребятам, что в числе друзей они называли и разных животных. Предлагает им по очереди изображать своих друзей-животных. «Всем-всем до свиданья».	23
		Занятие 24. «Мысленная картинка» на тему «Дружба». «Я хочу с тобой подружиться». Выбирается водящий, который произносит слова «Я хочу подружиться с ...», а дальше описывает внешность одного из детей. Ребенку нужно себя узнать, быстро подбежать к водящему, пожать руку. Далее водит он. «Я не хочу подружиться». Ведущий поочередно показывает ребятам картинки, на которых изображены дети, испытывающие разные чувства. Он просит сначала отгадать чувства, а затем сказать, с какими из изображенных на картинках детей им не хочется дружить и почему. «С кем я подружился». Для этой игры нужна коробка с прорезанными по бокам 4 — 6 отверстиями по размеру детской руки. Соответственно 4 — 6 участников засовывают руки в коробку (ее придерживает ведущий), закрывают глаза. Затем находят чью-то руку, знакомятся с ней, а потом угадывают, с	24

19	чьей рукой они познакомились, подружились. Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку о Бобердулике. Смелый Бобердулик (И. Орлова) В один прекрасный весенний день в лесу появилось странное существо. Маленькое, с очень необычным хвостом и огромными зубами. Как оно попало в этот лес, никто не знал, и было ему очень одиноко, потому что он никого не знал и, судя по всему, просто заблудился. Существо шло по дорожке и вдруг услышало с ветки: «Хи-хи, посмотрите, какой странный, какой-то урод!». Оно подняло голову и стало присматриваться. Это были белки, они прыгали с ветки на ветку и громко смеялись: — Эй! Тебя как зовут? — Бобердулик, — ответило существо. — Как-как? — Бо-бер-дулик. — И имя у него какое-то дурацкое, — сказали белки, — А ты кто? — Не знаю, — ответило существо. — А можно мне с вами поиграть? — Нет, — ответили белки и убежали. Бобердулику стало грустно, и он пошел дальше. Вдруг зашевелились кусты, и из кустов вышел зайчонок. Увидев Бобердулика, он закричал: — Мама, мама, тут кто-то очень страшный! — Я не страшный, — сказал Бобердулик. — Я никого не обижаю и не делаю ничего плохого. Почему надо мной смеются или меня боятся? — А ты посмотри на себя, — сказал зайчонок. И ускакал прочь. Грустно стало Бобердулику, и он заплакал. Он шел и плакал и не заметил, как вышел к реке, возле которой росло высокое дерево. Сел Бобердулик под дерево и так просидел до темноты, а потом заснул. Проснулся он от шума и странного запаха, которого раньше никогда не знал. Оказалось, что в лесу случился пожар, и звери выбежали к реке, но пламя подбиралось очень быстро, и единственным спасением было быстро перебраться через реку. Но все маленькие зверюшки не умели плавать. А наш Бобердулик был очень добрым. И поэтому ему захотелось помочь зверюшкам, хотя он тоже испугался огня и хотел убежать. Он стал грызть дерево, под которым спал ночью, и так быстро и ловко это у него получилось, что через несколько минут дерево уже упало и все звери перебежали на безопасный берег. Когда все успокоились, белки и зайчонок извинились перед Бобердуликом: — Извини, мы не знали, что ты такой смелый. И тут все вдруг услышали: — Кар-кар! Бобердулик поднял голову и увидел ворону. — Что тут сидишь? — спросила ворона. — Твои родители ищут тебя. И тут же из леса вышла семья бобров. И сразу все поняли, что странный и непонятный зверь оказался обыкновенным бобром, только маленьким. Родителям Бобердулика рассказали, что случилось с их сыном, и как он всех спас. Они очень порадовались за малыша, поблаго-дарили ворону и пошли домой. Уходя, Бобердулик ска-зал зверюшкам, что будет обязательно приходить в	
----	---	--

20		гости. — Мы будем тебя ждать! — ответили ему белочки и зайчонок. Ж«Всем-всем до свиданья».	
		Занятие 25. «Какие чувства мешают дружить» «Мысленная картинка» на тему «Радость». •«Вспомним чувства». Каждый ребенок получает картинку с изображением того или иного чувства (можно использовать для этого «Азбуку настроений»). Затем он без слов, используя только мимику, демонстрирует свое чувство группе. Детям необходимо догадаться, какое чувство было изображено у него на карточке. •«Какие чувства мешают дружить». Ведущий говорит детям, что у каждого человека есть свое любимое чувство. Кто-то чаще радуется, кто-то обижается, кто-то злится, кто-то завидует. Кто-то всегда боится, а кто-то всех любит. Ведущий предлагает детям подумать, какие чувства помогают дружить, а какие — мешают. «Сердитый мальчик—веселая девочка». Ведущий на ушко дает детям по очереди задание изобразить сердитого мальчика, веселую девочку, обиженного мальчика, пугливую девочку. Остальные дети обсуждают, хочется ли им иметь такого друга и почему. «Цветок дружбы». Ведущий предлагает детям превратиться в красивые цветы, с которыми хочется дружить. Каждый ребенок выбирает себе цветок, в который он хотел бы превратиться. Затем ведущий работает поочередно со всеми детьми. Сначала он «сажает семечко» — ребенок поджимает ноги, садится на стульчик, опускает голову — он «семечко». Ведущий поглаживает его — «закапывает ямку». Затем из пипетки слегка капает на головку водой — поливает. «Семечко начинает расти» — ребенок тихонько встает, поднимая вверх руки. Ведущий помогает ему, поддерживая его за пальцы. Когда «цветок вырастает», дети хором кричат ему: «Какой красивый цветок! Мы хотим дружить с тобой». «Коровы, собаки, кошки». Дети делятся на три группы, каждая из которых становится каким-либо животным. Затем детям завязывают глаза, и они несколько минут, «разговаривая на языке» этого животного, ходят по группе. После этого по команде ведущего они начинают, прислушиваясь к мычанию, лаянию и мяуканью, искать своих «родственников», «говорящих на том же языке». «Всем-всем до свиданья».	25
		Занятие 26. «Дружба» «Мысленная картинка» на тему «Дружба». «Подари подарок другу». Дети бросают друг другу мячик и называют подарки, которые они подарили бы, если бы были волшебниками, например: «Я дарю тебе всегда голубое небо» и т.п. Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают сказку. Особное растение (О. Хухлаева) Наступила весна. Зазеленели листочки на деревьях, прилетели птицы, которые улетали на зиму в теплые края. В лесу на полянах стала появляться зеленая травка и первые растения. Одни росли на пригорках, где много солнышка, другие — в низинах и оврагах, а некоторые — вдоль дорог и лесных тропинок. Днем все растения радовали людей своей красотой и весенним ароматом. А вечером, когда темнело и становилось тихо, разные	26

21		растения рассказывали друг другу удивительные истории. Каждый вечер они выбирали кого-то одного и внимательно слушали его рассказ. И вот однажды, когда рассказали свои истории одуванчик, мать-и-мачеха, осока и камыш, вдруг с дороги раздался ТИХИЙ ГОЛОС: «Я еще не рассказал свою историю». «Кто там пищит у дороги?» — басом спросил ка-мыш. «Это я, подорожник. Я хотел бы...» — подорожник очень стеснялся говорить. «Ну и чего ты хотел бы? Неужели тоже историю рассказать? — заговорили все растения одновременно. — Да разве у тебя бывает в жизни что-то интересное, ты вечно в пыли! Какая от тебя польза?» Подорожник хотел ответить, но промол-чал. И все скоро забыли о нем. А подорожник начал разговор сам с собой: «Разве я могу сравниться с этими прекрасными растениями?. Кто может сравниться с красотой камыша? А одуванчик? Только он так быстро умеет менять свои наряды! А какое варенье варят из него! А у меня нет ни запаха, ни красоты, ни красивого платья...» От этих мыслей подорожнику стало невыносимо горько, и он разрыдался. Медленно наступила ночь, в лесу становилось прохладно. Подорожник плакал и приговаривал: «Ну и пусть холодно. Пусть я заболую и умру. Все равно никому не нужен». Проснулся он от ласкового прикосновения солнышка. Хотел улыбнуться, но вспомнил вчерашний день и загрустил. Вдруг с поляны раздался детский плач — это какой-то малыш упал и разбил коленку. Из ранки текла кровь, и мама его бегала по поляне и громко кричала: «Ну где же подорожник? Только он может помочь!» «Ой, это меня ищут. Это моя помощь требуется малышу», — подумал подорожник. И он стал изо всех сил шевелить листочками, привлекая к себе внимание. А когда женщина увидела его, то он протянул ей самый лучший листок. «Спасибо, подорожник, что ты есть», — сказала женщина, приложила листочек к ранке сына, и они пошли дальше. И только тогда все растения увидели, какой он, маленький подорожник! Растения подружились с подорожником, который оказался еще и интересным собеседником, умевшим рассказывать замечательные истории. «• «Всем-всем до свиданья».	
		«Ой, это меня ищут. Это моя помощь требуется малышу», — подумал подорожник. И он стал изо всех сил шевелить листочками, привлекая к себе внимание. А когда женщина увидела его, то он протянул ей самый лучший листок. «Спасибо, подорожник, что ты есть», — сказала женщина, приложила листочек к ранке сына, и они пошли дальше. И только тогда все растения увидели, какой он, маленький подорожник! Растения подружились с подорожником, который оказался еще и интересным собеседником, умевшим рассказывать замечательные истории. «• «Всем-всем до свиданья».	
7	Мои чувства	Занятие 27. «Страх» «Мысленная картинка "Кто-то очень страшный"». Ведущий просит детей закрыть глаза, представить кого-то очень страшного, затем рассказать про него •«Руки-звери». Дети делятся на пары, сидя в кругу. По команде ведущего рука одного из партнеров превращается в страшного зверя (тигра, крокодила, медведя), который гуляет по спине другого. При этом нужно обязательно оговорить, что нельзя делать друг другу больно. •«Я страшилок не боюсь, в кого хочешь — превращусь». Дети идут по кругу, держась за руки, и проговаривают хором эти слова. Когда водящий (первоначально им может быть ведущий) называет какого-либо страшного персонажа (Кошеч, Человека-Паука и т.п.), детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Ведущий выбирает самого страшного Кошеч, он становится водящим и продолжает игру. •Работа со сказкой. Детям читают сказку о Зайчишке-трусишке. После чтения и обсуждения дети по очереди играют роль Зайчонка	27

22	в финальной сцене — становятся на стульчик посреди группы, а остальные хором кричат: «Верь в себя — и ты победишь». Верь в себя (О. Хухлаева) В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым, делать что-то полезное для окружающих. Но на деле у него ни-когда ничего не получалось. Он всего боялся и совсем не верил в себя. «Разве я что-то могу? Разве я что-то сумею? Мне страшно вечером в темноте, страшно одному дома, страшно далеко плавать», — думал он. Поэтому в лесу все его звали Зайчишкой-трусишкой. От этого ему становилось грустно, обидно. И он часто плакал, когда оставался один. А не дразнил Зайчонка только его единственный друг Барсучонок. И вот как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска сломалась, и он упал в реку. Он не умел плавать и стал барахтаться и кричать, прося о помощи. А Зайчонок умел немного плавать, но он сам очень испугался. Он бежал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка». Не думая об опасности, он бросился в воду и вытащил друга на берег. Барсучонок был спасен! Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что это Зайчонок спас друга. Но потом стали хвалить Зайчонка и устроили большой праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. И на всю жизнь он запомнил слова, которые сказал сам себе в трудную минуту: «Верь в себя — и ты победишь!» Ж «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение Б. Заходера. Приятная встреча Встретились Бяка и Бука. Никто не издал ни звука. Никто не подал ни знака — Молчали Бука и Бяка. И Бука думал со скукой: «Чего он так смотрит — букой?». А Бяка думал: «Однако Какой он ужасный бяка! «Ручеек радости».	
	Занятие 28. « Кто живёт в темноте?» «Мысленная картинка» на тему «Кто живет в темной комнате». Дети рассказывают группе свои «картинки», а затем каждый ребенок звуками и телом показывает то существо, которое он увидел. •«Темная комнатка». Из трех стульев, накрытых тканью, строится темная комнатка. Затем один из детей по желанию играет роль смелого ребенка. Ему завязывают глаза. А в это время другой ребенок залезает в темную комнатку. Смелого ребенка подводят к темной комнатке, помогают туда забраться. Ему необходимо на ощупь определить, с кем из детей он встретился в темноте. •«Грустная Темнота». Ведущий рассказывает детям о грустной Тетеньке Темноте, у которой совсем нет друзей. Ведь ночью все спят, а кто не спит, тот боится Темноты, норовит поскорее прогнать ее, свет включить. Далее дети по очереди	28

23		укутываются темной тканью, принимая роль Тетеньки Темноты. Тетенька Темнота просит детей с ней подружиться, при этом она не умеет говорить словами (ведь ей не с кем было разговаривать!), а объясняется только звуками. Дети по желанию подходят к Темноте, гладят ее и говорят добрые слова. •«Фу, убирай!» Дети собираются вместе и ставят кулачки «столбиком», то есть один кулачок поверх другого. Ведущий произносит слова: «Ветром дунет, огнем сожжет — фу, убирай!» Дети должны быстро убрать кулачки и сесть на свои места. •«Сказка по кругу». Дети сочиняют сказку по кругу, добавляя каждый по 1—2 предложения Ф «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение К. Кангура. Сороконожка Муж-сороконожка .Собирался в гости, Но, взглянув в окошко, Сморщился от злости: На дворе закапал дождь... А день-то был хороший! Как на улицу пойдешь? Напяливай калоши! Просит: «Выручай, жена, Знаю, глаз твой зорок. Где калоши? Здесь одна, А нужны все сорок!» Жена-сороконожка В угол заползла И тридцать три калоши Ему приволокла. Муж одну, другую ножку Обувает понемножку, Отдувается, ворчит, По полу ногой стучит. Лезет под кровать жена: Тридцать пятая нужна! — И за что мне столько мук? На, держи еще пять штук! Муж-сороконожка И сам уже устал. Опять взглянул в окошко, А дождик перестал! Швырять он стал калоши То в угол, то под стол. Обиделся на дождик ,И в гости не пошел. Ручеек радости».	
		Занятие 29. «Злость» «Мысленная картинка» на тему «Что-то очень злое». •«Злая Черная Рука». Детям рассказывают сказку о Злой Черной Руке, которая била, толкала детей, отнимала игрушки, то есть всем причиняла боль и зло. Дети по очереди садятся на «волшебный стульчик» за ширму и показывают Злую Черную Руку. Далее они обсуждают, как выглядели Черные Руки, и вспоминают ситуации, в которых их руки были похожи на Черные (ситуации драки). В результате обсуждения делается вывод, что Черную Руку никому не хочется иметь. •«Как Злую Черную Руку превратить в Добрую Белую Руку». По команде ведущего «Злая, злая, злая...» каждый ребенок своей рукой изображает Злую Черную Руку. По команде «Добрая рука» быстро снимают напряжение и изображают добрую и ласковую руку. Работа со сказкой. Дети слушают сказку. Как злость Танечку и Ванечку в плен поймала (О. Хухлаева) Жили-были веселые дети Танечка и Ванечка. Все их очень любили: и мама с папой, и воспитательница, и ребята в детском саду. Но как-то раз они вышли гулять во двор, налетела тут откуда-то злая туча и захватила Танечку и Ванечку в плен. А назывался тот плен «Королевство Злючек». И все, кто попадал в то королевство, тут же становились вот такими (дети показывают) — злыми и некрасивыми. И Танечка с Ванечкой злыми стали, научились кусаться, плевать, драться и даже ногами пинаться. Кто может показать, чему они научились? И даже обзывать они научились. Как вы думаете, какими словами? Но злая туча еще большее зло для	29

24		наших ребят придумала. Она возвратила их обратно в свой двор, но расколдовывать не стала. И что тут началось! Танечка с Ванечкой на маму злятся. У папы потихоньку компьютер ломают. А ребят в детском саду то обзовут, то стукнут, а иногда и стукнут и обзовут сразу. А как вы думаете, какая жизнь у Танечки с Ванечкой настала? Почему? Правильно вы догадались, совсем плохая жизнь у них стала, потому что злым очень трудно живется на свете. Был у Танечки с Ванечкой лучший друг Паша. Решил Паша победить злую тучу, собрал все свое оружие и вызвал ее на бой. Подошла тут к Паше добрая волшебница — воспитательница Татьяна Кирилловна и сказала: «Зло ты злом не победишь, только людям навредишь». «А чем же мне победить зло?» — растерялся Паша. «Злого надо полюбить, чтоб о зле он мог забыть», — ответила ему мудрая воспитательница. Вот и мы с вами запомним эти слова и поиграем в заколдованных злых Танечку и Ванечку, которых будем все вместе расколдовывать. • «Превращаем Танечку, превращаем Ванечку». Двое ребят — Танечка и Ванечка — садятся на стульчиках в центре группы и делают злые лица. Дети по очереди подходят к ним, гладят и говорят добрые слова до тех пор, пока Танечка и Ванечка не расколдуются и не улыбнутся. «Театр». Дети с помощью ведущего инсценируют стихотворение М. Бородинской. Убежало молоко Убежала молоко, Убежало молоко! Вниз по лестнице скатилось, Вдоль по улице пустилось, Через площадь потекло, Поставшего обошло, Под скамейкой проскочило, Трех старушек подмочило, Угостило трех котят, Разогрелось — и назад: Вдоль по улице летело, Вверх по лестнице пытелo, И в кастрюлю заползло, Отдуваясь тяжело. Тут хозяйка подоспела: — Закипело? Закипело! «Ручеек радости».	
		Занятие № 30. «Я люблю мою семью – моя семья любит меня» •«Кидаемся словами». Дети кидают друг другу мячик, сопровождая броски какими-нибудь добрыми словами, например: любовь, подарок, праздник, солнце и т.д. •«Хочу — не хочу». Дети по команде ведущего показывают без слов «Хочу играть — не хочу играть, хочу спать — не хочу спать, хочу, есть — не хочу есть» и т.п. •«Руки-волны». На спине у соседа дети изображают руками сначала спокойное море (мягкие ласковые руки), затем шторм (твердые напряженные руки) и снова спокойное море. •«Я люблю свою семью, потому что...» Один ребенок (водящий) загадывает, почему он любит свою семью. Остальным нужно догадаться, почему любит свою семью водящий. •«Имя моей мамы похоже...» Один из детей рассказывает группе, на какой цветок, по его мнению, похоже имя его мамы, остальные пытаются определить ее имя. Тот, кому удастся догадаться, становится следующим водящим. •«Не думай, что мы тебя не любим». Ведущий рассказывает детям о том, что в одном лесу жил зайчик, которому казалось, что его никто дома не любит. Затем ведущий предлагает детям придумать и рассказать сказку про этого зайчика. •«Нарисуем свою семью в виде цветов». Детям предлагается представить, что волшебник превратил всю их семью в цветы и поместил их на одной полянке, а затем нарисовать эту волшебную полянку, не забыв при этом самого себя.	30

		«Театр». Дети инсценируют с помощью ведущего стихотворение В. Дж. Смита. Час потехи — Ура! Как раз потехи час! — Расхохотался Дикобраз. — Ха-ха! Хи-хи! — сейчас же подхватил Веселый Нильский крокодил. — Ха-ха! Хи-хи! — Хе-хе! — откликнулся Жираф, Высоко голову задрал. — Хи-хи! Хе-хе! — Хо-хо! — раздался хохот Льва. — Уху! — отозвалась Сова. — Хе-хе! Хо-хо! Уху! — Смеялись все - и млад и стар. Смеялся Ворон: — Кар-кар-кар! Смеялся Песик: — Гав-гав-гав! Кто веселится — тот и прав! На небо поднялась Луна — Заулыбалась и она. По всей земле: у вас, у нас, — Везде настал ПОТЕХИ ЧАС! Игра «Ручеек радости».	
8	Какие чувства живут в природе.	Занятие 31. Диагностика. • «Имя шепчет ветерок». Ведущий просит детей представить, что с ребятами хочет подружиться... ветерок. И он зовет их по имени. Дети все вместе проговаривают имя каждого ребенка, как если бы его позвал ветерок, то есть тихонечко: «Ваня-я, шур-шур-шур». Потом дети придумывают, как их может позвать дождик или камешки на дороге. «Что чувствует природа?» Для выполнения этого упражнения необходимы аудиозаписи из серии «Расслабьтесь вместе с природой»: «Стихающая гроза», «Лесная капель» и т. п. Ведущий говорит детям о том, что природа тоже умеет чувствовать, например, в грозу она явно злится, пугает, в дождик – грустит, в солнечный день – радуется. Затем дети закрывают глаза, слушают отрывки из аудиозаписей и определяют чувство природы, которое они услышали 3. «Тихий час для мышат». Может ли плакать природа? Радуюсь вместе с природой	31
25		Занятие 32. «Итоговое занятие» «Любимые игры» . Дети вспоминают игры, наиболее понравившиеся им на занятиях психологией, и играют в них. • «Ладонка-шарик». Вместе с ведущим дети превращают свои ладошки в шарики (сжимают в кулачок), солнышко (пальчики в стороны, напряжены), дождик (пальцы расслаблены), флажок (пальцы напряжены, сжаты вместе). • «Рассмотри, кто перед тобой». В большом листе бумаги щипковым движением делается дырочка диаметром 1 см. Дети по очереди подходят к дырочке, рассматривают через нее остальных и называют имена тех детей, которых они увидели. • «Мишка ночью и днем». Дети по просьбе ведущего изображают мишку сначала ночью (спящего), затем днем (играющего). Затем грустного и	32

		счастливого мишку, злого и доброго, маленького и большого. • «Потерялась девочка». Дети сидят в кругу, ведущий «делает объявление по радио»: «Внимание, внимание, потерялась девочка...» – и далее описывает внешность и одежду одного из детей. Тому, кто узнает себя, нужно громко крикнуть: «Это я себя нашел (-а), в детский садик к вам пришел(-а)»	
Всего			32

III. Содержание образовательной программы

В процессе групповой работы используются приёмы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В основном это разработки авторов программы «Тропинка к своему Я». В программу включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное воздействие. Методические приёмы классифицированы по теоретическим основаниям, формам осуществления, решаемым задачам.

Ролевые игры построены на понимании необходимости ролевого развития человека. Для обеспечения психологического здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей относят неумение переходить из роли в роль, неумение принимать любую роль, неумение продуцировать новые образы, принятие патологических ролей. Соответственно ролевые методы проведения занятий предполагают принятие ребёнком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте. Ролевые методы в программе делятся на ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и психодраму.

Дошкольники начинают осваивать ролевую гимнастику с ролевых действий, которые усложняются по мере взросления детей (походить как кошечки, попрыгать как зайчики). Важным для дошкольников является включение в ролевые действия голоса (помяукать как испуганный котёнок,

злой, радостный), а также пальчиковых игр (пальчиками походить как медведи, зайцы).

Для старших дошкольников чаще используются ролевые образы животных (льва и зайца, волка и цыпленка), сказочных персонажей (Кощей Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (учителя, директора, мамы, бабушке), неодушевлённых предметов (стола, шкафа, машины). Роль изображается при помощи мимики и жестов, иногда озвучивается.

В основе психодрамы может быть разыгрывание расправы с пугающими объектами. При этом либо используется смена ролей (ребёнок играет поочерёдно роли нападающего и жертвы), либо создаётся ситуация подвига и включается эмоциональное сопереживание объектам нападения. Кроме того, могут быть драматически разыграны или «оживлены» мысленные картинки, составленные детьми, или предложенные ведущим терапевтические сказки. Достаточно интересно и эффективно проходят пальчиковые драматизации, то есть разыгрывание этюдов или сказок только пальцами.

Психогимнастические игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Эти изменения могут происходить в состоянии группы как целого, а могут – в состояниях и характеристиках отдельных участников. Однако изменения, предусматриваемые социально-психологическим тренингом, недостаточны для формирования психологического здоровья и не соответствуют возрастным особенностям детей. Поскольку важнейшие необходимые нам изменения – это формирование самопринятия и принятия других людей, для структурирования изменений была выбрана структура самосознания личности В.С. Мухиной, согласно которой в самосознании выделяется имя человека, притязание на социальное признание, психологическое время личности (её прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство (её права и обязанности). Таким образом, в психогимнастических играх у детей формируются:

- а) принятие своего имени;
- б) принятие своих качеств характера;
- в) принятие своего прошлого, настоящего, будущего;
- г) принятие своих прав и обязанностей.

Коммуникативные игры, используемые в программе делятся на три группы:

- 1) игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»;
- 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;

3) игры, обучающие умению сотрудничать.

Особое внимание уделяется играм первой группы, так как обычно человек склонен фиксировать своё внимание прежде всего на недостатках другого. Многие люди имеют так называемые «запреты на поглаживания», суть которых является трудность, а иногда и невозможность продуцирования положительных оценок и принятия положительных оценок других людей.

Игры и задания, направленные на развитие произвольности. Для дошкольников особенно большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Однако, чтобы формирование осознанности осуществлялось достаточно осознанно, поэтому ещё дошкольникам вводятся понятия «хозяин своих чувств», «сила воли».

Игры, направленные на развитие воображения, можно разделить на три группы: игры вербальные, невербальные и «мысленные картинки».

Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдёт, если учительница припрыгает в класс на одной ножке?»), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

Невербальные игры предполагают изображение детьми «как можно интереснее», по своему, того или иного живого существа или неживого предмета. В этом они частично пересекаются с ролевыми методами.

Достаточно часто могут использоваться «мысленные картинки». Дети закрывают глаза и под музыку (звуки дождя, грома, моря, утреннего леса) придумывают картинку, а затем рассказывают её группе. Задание может усложняться тем, что детям даётся определённая тема для картинки (например тема дружбы или сто-то очень страшное). Мысленная картинка может «оживляться». Автор картинки выбирает детей на роли героев и предметов своей картинки, объясняет им, где стоять, как двигаться, что говорить. По команде «раз, два, три, картинка оживи» герои и предметы картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актёрам картинки.

Задания с использованием терапевтических метафор. Главная особенность саморазвития – это то, что личность берёт на себя ответственность за своё развитие. Для этого необходимо, чтобы у человека присутствовало знание о своих ресурсах и был доступ к ним. Наиболее эффективным для этого знания является использование терапевтических метафор, поскольку уже в самой структуре метафоры заложено обращение к ресурсам. Обычно выделяют следующие компоненты терапевтической метафоры

- метафорический конфликт, или появление ситуации, в которой герою становится плохо из-за имеющейся у него проблемы (непохожести на других, наличия страхов);
- метафорический кризис – наступление невыполняемой для героя ситуации, несущей символику смерти;
- поиск и нахождение ресурсов внутри себя – открытие героем в себе новых возможностей, необходимых для разрешения кризиса;
- торжество и праздник – приход ситуации успеха, признание со стороны окружающих.

Чаще всего метафоры соответствуют тому или иному симптому и той или иной трудной для ребёнка ситуации. Помимо снятия симптомов и разрешения трудных ситуаций, систематическое предъявление детям метафор приведёт к усвоению ими основной идеи :в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведёт к успеху. Таким образом, у ребёнка формируется «механизм самопомощи»: ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдёшь и наверняка сможешь победить трудности.

Эмоционально-символические методы основываются на представлении К. Юнга и его последователей о том, что формирование символов отражает стремление психики к развитию и превращение символов или образцов фантазии в осязаемые факты с помощью рисования, сочинения рассказов и стихов, лепки способствует личной интеграции. В программе используются две основные модификации эмоционально-символических методов, предложенные Дж. Алланом.

А) Групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, интереса. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на темы чувств. Причём на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удаётся раскрыть в процессе вербального общения.

Б) Направленное рисование, то есть рисование на определённые темы. В программе используется рисование при прослушивании терапевтических метафор. Детям предлагается рисовать всё, что навеивается метафорой.

Релаксационные методы построены как антипод стресса. В программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, дыхательные и визуально-кинестетические техники.

Метод нервно-мышечной релаксации предполагает достижение состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела. Из дыхательных техник используются глубокое дыхание и ритмичное дыхание с задержкой. Визуально-кинестетические техники предполагают использование визуально-кинестетических образов.

IV. Методическое обеспечение образовательной программы

Нормативно – правовое:

1. Закон «Об образовании»
2. Конвенция о правах ребёнка
3. СанПиН 2.4.1.2660-10 от 22 июля 2010 № 91
4. Устав ДОУ
5. Общеобразовательная программа ДОУ
6. Должностная инструкция педагога-психолога;

Материально-техническое обеспечение

1. Дидактический материал:

- плакаты, картины с изображениями животных и их детёнышами, разными видами транспорта, природы, цветов, различных ситуаций, героями сказок;
- фотографии с изображением различных эмоциональных состояний;
- подборка игр на эмоционально-волевое развитие, на развитие коммуникативных навыков, терапевтических сказок;
- карточки с изображением эмоций;
- разрезные картинки;
- аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы.

31 2. Оборудование:

- | | |
|--------------------------|-------------------------------|
| - костюмы | - мячи разного цвета |
| - маски, шапочки | - микрофон |
| - коврики для релаксации | - верёвка |
| - телефонные трубки | - барабан |
| - детские стульчики | - краски, кисточки, карандаши |
| - платочки | - лейка детская |
| - игрушки | - колокольчики |
| - бумага | - магнитофон |

3. Занятия проводятся в кабинете психолога с соблюдением всех санитарно-гигиенических норм.

V. Список литературы

1. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья.- СПб., 1998
2. Дубровина И.В. «Психическое здоровье детей и подростков». -М.: Академия, 2000. - 256 с.
3. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.Н. Психическое развитие дошкольников. - М.: Педагогика, 1984.
4. Мухина В.С. Возрастная психологии :Учебник для студ. Вузов.-7-е изд. Стереотип.- М.:Издательский центр «Академия»,»2003.- 456с.
- 5.Обухова Л.Ф. Детская психология. -М.: Российское педагогическое агентство, 1999, -285 с.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М., 1996.- 425 с.
- 7.Смирнова Е.О. Психология ребенка: от рождения до 7 лет. - М., 1994.- 264

8. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья у школьников: Автореф. дис. ...докт. психол. наук. М., 2001.- 142с.

9.Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1995

10. Юраш А.Г. Актуальность охраны психологического и психического здоровья детей на современном этапе развития общества// Психологическая газета, 1997, № 10(25)

Приложение № 1

Тест Пиктограммы

Цель: изучение восприятия детьми графического изображения эмоций

Наблюдение

Наблюдая определенные ситуации, воспитатель может понять, какие эмоции испытывает ребенок, и какое влияние могут иметь обнаруженные эмоциональные состояния на развитие его личности. В процессе наблюдения за детьми воспитателю необходимо обращать внимание на следующее:

- хотят ли дети поиграть вместе или стараются избегать друг друга,
- как дети включаются в игровое обучение,
- принимают чужую инициативу или сопротивляются ей,
- кто из детей находился в центре игры, а кто молча наблюдает издали,
- какие отношения преобладают - добрые или конфликтные,
- какие эмоции преобладают - положительные или отрицательные.

Методика Изучение социальных эмоций

Диагностический материал: Вопросы и жизненные ситуации.

Проведение исследования: Сначала за детьми 3-7 лет наблюдают в разных видах деятельности. Затем проводят индивидуально 2 серии.

Первая серия. Экспериментатор задает ребенку вопросы:

1. Можно ли смеяться, если твой товарищ упал?

Почему?

2. Можно ли обижать животных?

Почему?

3. Нужно ли делиться игрушками с другими детьми?

Почему?

4. Если ты сломал игрушку, а воспитатель подумал на другого ребенка, нужно ли сказать, что это ты виноват?

Почему?

5. Можно ли шуметь, когда другие отдыхают?

Почему?

6. Можно ли драться, если другой ребенок отобрал у тебя игрушку?

Почему?

Вторая серия. Ребенку предлагают закончить несколько ситуаций.

1. Маша и Света убирали игрушки. Маша быстро сложила кубики в коробку. Воспитатель ей сказал: «Маша, ты сделала свою часть работы. Если хочешь, иди играй или помоги Свете закончить уборку». Маша ответила... Что ответила Маша?

Почему?

2. Петя принес в детский сад новую игрушку - самосвал. Всем детям хотелось поиграть с этой игрушкой. Вдруг к Пете подошел Сережа, выхватил машину и стал с ней играть. Тогда Петя... Что сделал Петя? Почему?

3. Катя и Вера играли в пятнашки. Катя убегала, а Вера догоняла. Вдруг Катя упала. Тогда Вера... Что сделала Вера? Почему?

4. Таня и Оля играли в «дочки-матери». К ним подошел маленький мальчик и попросил: «Я тоже хочу играть». «Мы тебя не возьмем, ты еще маленький», - ответила Оля. А Таня сказала,... Что сказала Таня? Почему?

5. Коля играл в «лошадки». Он бегал и кричал «Но, но, но!» В другой комнате мама укладывала спать его маленькую сестренку Свету. Девочка никак не могла заснуть и плакала. Тогда мама подошла к Коле и сказала: «Не шуми, пожалуйста. Света никак не может заснуть». Коля ей ответил... Что ответил Коля? Почему?

6. Таня и Миша рисовали. К ним подошел воспитатель и сказал: «Молодец, Таня. Твой рисунок получился очень хорошим». Миша тоже посмотрел на Танин рисунок и сказал... Что сказал Миша? Почему?

7. Саша гулял около дома. Вдруг он увидел маленького котенка, который дрожал от холода и жалобно мяукал. Тогда Саша... Что сделал Саша? Почему?

Обработка данных: При обработке результатов серий особое внимание обращают не только на правильность ответа ребенка, но и на его мотивировку. Данные наблюдения и эксперимента сопоставляют. Делают вывод о сформированности социальных эмоций и их влиянии на поведение детей.

Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич

Цель: изучение познавательной активности детей (используются картинки и словесные ситуации)

Волшебник может исполнить 5 твоих желаний. Чтобы ты у него попросил? (6 мин.)

Мудрец может ответить на любые твои вопросы. О чем бы ты спросил у него? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.

Ковер-самолет в мгновение ока доставит тебя куда ты захочешь. Куда бы ты хотел слетать? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.

Чудо-машина умеет все на свете: шить, печь пироги, мыть посуду, делать любые игрушки. Что должна сделать чудо-машина по твоему приказанию? – 5 мин.

Главная книга страны Вообразии. В ней любые истории обо всем на свете. О чем бы ты хотел узнать из этой книги? – 5 мин.

Ты очутился вместе с мамой в таком месте, где все разрешается. Ты можешь делать все, что твоей душе угодно. Придумай, что бы ты в таком случае делал? – (регистрируются первые 5 ответов) – 4 мин.

Из ответов выбираются ответы познавательного характера.

Высокий уровень познавательной потребности – 9 ответов и выше.

Средний уровень познавательной потребности – от 3 до 8 ответов.

Низкий уровень познавательной потребности – 2 и меньше ответов.

Качественный анализ:

Высокий уровень – стремление проникнуть в причинно-следственные связи явлений, отчетливо проявляется исследовательский интерес к миру.

Средний уровень – потребность в знаниях имеется, но привлекает только конкретная информация, причем достаточно поверхностная.

Низкий уровень – дети удовлетворяются односложной информацией, например их интересует реальность услышанной когда-то сказки, легенды и т.д.

Все эти суждения носят познавательный характер, но различаются разным уровнем сложности.

Ответы «потребительского» содержания – иметь игрушки, проводить досуг без познавательных целей.

Креативные ситуации – 2, 3, 4, 5.

Тест для определения эмоционального благополучия ребёнка в группе детского сада

1. Уверен ли ребенок, что его каждое утро ждут в группе, рады?
2. Имеет ли ребенок возможность самостоятельно, свободно выбирать материалы, пособия, игрушки?
3. Имеет ли ребенок право на выбор деятельности?
4. Имеет ли ребенок право на отказ от коллективной (совместной) деятельности?
5. Может ли ребенок выбрать свой индивидуальный способ действий с материалами, пособиями, игрушками?
6. Имеет ли ребенок право на свой индивидуальный темп работы?
7. Имеет ли ребенок возможность проявлять активность, в том числе двигательную?
8. Есть ли у ребенка необходимое жизненное пространство для реализации потребности как в общении, так и уединении?
9. Ощущает ли ребенок себя членом «семьи-группы» и может ли предложить что-то изменить в интерьере, переставить или переоборудовать?
10. Ощущает ли ребенок свою значимость для вас, для всех взрослых, работающих в детском саду?
11. Ощущает ли себя достойным человеком?
12. Ощущает ли себя виноватым, если что-то не получилось?
13. Ощущает ли зависимость от настроения старших, воспитателей?
14. Уверен ли ребенок в том, что послушание — его главное достоинство в детском саду?
15. Понимает ли ребенок, что в присутствии «проверяющих» надо вести себя образцово, «прилично», не как всегда?
16. Понимает ли, что нельзя задавать «неприличных» вопросов воспитателю?

Если на большинство вопросов с 1 по 11 Вы ответили утвердительно, а на вопросы с 12 по 16 ответили отрицательно то ребёнок в Вашей группе испытывает эмоциональное благополучие, что является основой и физического, и психического

здоровья.

Если же Вы утвердительно ответили на вопросы с 12 по 16, а на вопросы с 1 по 11 отрицательно, то ни о каком эмоциональном благополучии не стоит и говорить. Вероятно Ваши дети часто плаксивы, обидчивы или агрессивны, раздражительны? Это результат травмирующей эмоциональной обстановки. **ЗАДУМАЙТЕСЬ.**

Исследование самооценки ребенка с помощью методики «Лесенка»

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама».

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Способ выполнения задания	Тип самооценки
1. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».	Неадекватно завышенная самооценка
2. После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».	Завышенная самооценка

3. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности.

38

Методика «Цветик-семицветик»

Цель: диагностика направленности личности, ценностных ориентаций детей.

Порядок исследования. Детям читают (вспоминают) сказку В.Катаева «Цветик-семицветик». Возможен просмотр мультфильма. Затем индивидуально у каждого ребенка спрашивают, какие желания загадал бы он.

Обработка результатов: выписать желания, суммируя повторяющиеся или близкие по смыслу, сгруппировать по -

материальные желания –;
 нравственные –;
 познавательные -;
 разрушительные -

Методика «Какой Я?»

Цель: предназначена для определения самооценки ребенка 5-6 лет. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а

затем переводятся в баллы. Оценка результатов.

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется по общей сумме баллов, набранной ребенком по всем качествам личности.

Выводы об уровне развития самооценки:

Протокол методики, «Какой я»

№ п/п	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
		да	нет	иногда	не знаю
1	Хороший				
2	Добрый				
3	Умный				
4	Аккуратный				
5	Послушный				
6	Внимательный				
7	Вежливый				
8	Умелый (способный)				
9	Трудолюбивый				
10	Честный				

39

- 10 баллов – очень высокий
- 8-9 баллов – высокий
- 4-7 баллов – средний
- 2-3 балла – низкий
- 0-1 балл – очень низкий

Согласно возрастной норме, самооценка дошкольника высокая. Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы (например, послушный, честный) могут свидетельствовать об адекватности самооценки. Так, например, если наряду с ответами «да» на все вопросы ребенок утверждает, что он «послушный всегда», «честный всегда», можно предположить, что он не всегда достаточно критичен к себе. Адекватность самооценки можно проверить, сравнив ответ ребенка по данной шкале с ответами родителя о ребенке по тем же личностным качествам.

Методика на исследование самосознания (Непомнящая Н.И.)

Эксперимент проводится в форме свободной, непринужденной беседы взрослого с ребенком. К этому времени у детей возникает достаточно доверительное отношение к экспериментатору, с которым они уже не раз занимались, общались в группе.

Перед началом беседы создается доброжелательная атмосфера, взрослый демонстрирует положительное отношение к любым ответам ребенка, побуждая его

этим к искренности. Всякий ответ экспериментатор просит ребенка обосновать, разъяснить, что тот понимает, употребляя те или иные обозначения. Тем самым выясняются причины предпочтений, оценок, трудностей ребенка, характер его отношений с другими. Особенности самосознания в основных сферах жизнедеятельности ребенка выявлялись через сопоставление с соответствующими особенностями поведения детей в реальных ситуациях. Вопросы группировались по основным сферам жизнедеятельности ребенка. Первую группу (А и Б) составили вопросы, относящиеся к ценностной сфере, вторую (В) – вопросы из сферы деятельности, третью (Г) – вопросы из сферы межличностных отношений.

А. Осознание своих предпочтений, при ответах на общие вопросы:

1. Что ты больше всего на свете любишь?
2. Что для тебя самое главное?
3. Что ты больше всего любишь делать?
4. Как ты считаешь, ты хороший мальчик (девочка)? Почему?
5. А как считает воспитательница?
6. Другие дети? Почему?

40
Ответы на вопросы 4–6 и их обоснования выявляют содержание, которое вкладывает ребенок в такое постоянно употребляемое понятие, как «хороший». Кроме того, через различия в ответах на такие вопросы, заданные в общей и более конкретной форме, а затем заданные: а) в прямой, открытой и б) скрытой (косвенной форме), выявлялись особенности оценки себя самим ребенком и представлений о такой оценке другими лицами.

7. Ты себя считаешь умным мальчиком (девочкой)?

Ответы на этот вопрос и их обоснования позволяли раскрыть, что 6-летний ребенок понимает под словом «умный». Например, вкладывает в него типично «дошкольное» содержание (слушается, не дерется и т. д. либо хорошо занимается, все правильно делает, умеет читать и т. д.) как качеств, значимых для подготовки к школе или начала обучения в ней.

Б. Осознание предпочитаемой сферы, жизнедеятельности

(«Неопределенный рассказ»)

Экспериментатор, чтобы создать мотивировку, говорит ребенку: «Ты уже большой, можешь многое делать, много умеешь. Вашей группе хотят поручить сделать разные дела. Но для этого нужно:

1. узнать хорошенько, для кого надо делать, что делать, какие вещи, какими они должны быть;
2. подумать о том, что и как делать, что для этого нужно;
3. затем все это надо как следует сделать;

4. сделав, отнести тем, для кого эти вещи делались».

Ребенок должен повторить рассказ взрослого. Уже при повторении часто ребенок невольно акцентирует наиболее значимые для себя моменты ситуации, представленной в достаточно общей и неопределенной форме. Воспроизводя рассказ, дети могут часто что-то пропустить и добавить то, чего не было, скажем при значимости отношений с другими добавляют: «Отнести вещи тем, кому делали, и послушать, что те скажут, как их похвалят» и т.п. В таких случаях экспериментатор повторяет свой рассказ до тех пор, пока ребенок не начнет воспроизводить его, ничего не пропуская.

После этого у ребенка спрашивают: «Что бы ты больше всего из этого хотел делать?» Одни дети хотят делать одно, другие – другое, а некоторые – все. По ответу на такой вопрос можно судить, какая сторона неопределенной ситуации, моделирующей возможную реальную ситуацию, наиболее значима для ребенка. Узнать, для кого делаешь, и отдать – при значимости отношений; делать все, обычно еще добавляются подробности, – при значимости деятельности или «делания»; подумать – при значимости сферы познания, осознания.

При ответе ребенка, что он хочет делать все, экспериментатор варьирует свой рассказ, говоря, что то-то сделают ребята из другой группы. При ответе ребенка, что он будет делать все остальное, в зависимости от его обоснования своего ответа можно говорить о значимости для ребенка всех сфер жизнедеятельности, универсальности его ценности.

41

В. Осознание своей деятельности. Общие вопросы:

1. Что ты любишь больше всего делать? Почему? А что еще ты любишь делать? Почему? И т.д.
2. Что у тебя лучше всего получается?
3. Что у тебя хуже всего получается?

По всем вопросам проводится беседа, выясняется, почему ребенок отвечает именно так, что позволяет выяснить особенности осознания своей деятельности при таких общих вопросах. Конкретные вопросы.

Экспериментатор просит ребенка рассказать все, что дети делают дома, в детском саду, в школе. Помогает ему вспомнить разные дела и занятия. После этого взрослый спрашивает, что из перечисленного ребенок любит больше всего (меньше всего), и просит обосновать свой ответ. Взрослый задает также и альтернативные вопросы: «Что ты больше любишь – убирать, или дежурить, занятия или играть?» и т.д. Предлагаются альтернативные вопросы, и когда выясняется, почему ребенку нравится делать одно и не нравится делать другое. В ответах ребенка обращается внимание на то, как он обосновывает свое позитивное или негативное отношение. Например, нравится лепка потому, что как хочешь, так и сделаешь; математика – потому, что нужно отвечать как следует; конструирование – потому, что люблю

руками делать, а на других занятиях надо думать, это я не люблю; не нравится «Родное слово» потому, что стесняюсь перед всеми ребятами придумывать рассказ.

После такой беседы экспериментатор по очереди называет каждое из занятий, спрашивая ребенка, нравится ли ему этим заниматься. И опять-таки просит обосновать, почему что-то нравится или не нравится. Затем ребенка спрашивают, какие игры он больше любит, почему, какое из домашних дел ему нравится.

В ответах ребенка фиксируется устойчивость предпочтений определенных видов деятельности, выявляются последовательность дел — от наиболее предпочитаемых к наименее, степень осознания предпочтений и их причины, осознание ребенком своих возможностей, трудностей (т. е. осознание соотношения между «Я» идеальным и «Я» реальным). Полученные в беседе данные сопоставляются с особенностями реальной деятельности, выявленными с помощью наблюдений и анализа поведения ребенка в группе, характеристик воспитателей и родителей и по данным специальных экспериментов.

Г. Осознание себя и других в отношениях с другими.

Вопросы о личностных качествах:

1. Как ты считаешь, ты добрый мальчик (девочка)? Почему?
2. Что такое добрый человек?
3. Что такое злой человек?
4. Тебя хвалят? Кто? За что?
5. Бывает, что тебя ругают? Кто? Когда? Почему?
6. Кто тебе в группе больше всех нравится?
7. Меньше всех нравится?
8. Кого ты больше всего жалеешь?
9. Если бы ты увидел(а), что мальчик (девочка) плачет, что ты сделал(а) бы? Что почувствовал(а) бы?
10. Кто у вас в группе самый добрый?
11. Кто у вас в группе самый злой?
12. Есть такой человек, на которого ты хотел(а) бы быть похожим(ей)? Если ребенок понимает этот вопрос как внешнее сходство, то объясняется, что имеется в виду. После этого задаются такие вопросы: а ты такой(ая) же? Чем не такой(ая) же?

Все свои ответы ребенок должен обосновать. При этом выясняется осознание им своих личностных качеств и отношения к себе, что понимает ребенок под такими словами, как «добрый» и «злой» и т.п., предпочтение им определенных лиц, сопоставление себя с ними, наличие идеала, осмысляется или нет другой человек, а если осмыляется, то что при этом оказывается значимым, какие личностные качества, например заступиться за друга для ребенка важнее, чем то, что другой не шалит.

После беседы и ответов на вопросы взрослый просит ребенка вообразить ситуации, аналогичные тем, которые имели место реально в эксперименте на отношение «Я – другой». Ребенку напоминает о том, как он помогал малышу убрать и помыть детали «Конструктора». Затем ему говорится: «Если тебя спросят, ты хочешь помочь малышам или...» При этом перечисляются дела в порядке усиления их значимости для ребенка. По значимости при всех различиях предлагаемые дела можно выстроить следующим образом (от менее значимых к более):

1. что-то доделать; предлагается, например, доделать вертушки, дописать палочки и кружочки и т.п.;
2. писать буквы, чтобы в школе успевать;
3. дело, которое ребенок делать не хочет, но взрослый просит его сделать, говоря, например: «У тебя лучше получается» и т.п.;
4. дело, от которого ребенок отказывается, но взрослый говорит, что об этом просили воспитательница, один из родителей, дети, тот, на которого ребенок хотел походить (дается в последовательности от более значимого к менее значимому лицу).

Наиболее типичные приемы усиления значимости таковы: «Воспитательница будет недовольна, если ты этого не сделаешь», «Петя скажет, что ты плохой мальчик, потому что...», «Тебя будут ругать», «Тебе не разрешать играть с ребятами». (При ценностности отношений с другими и значимости отношения Других к себе такая оценка очень важна.).

43

Воображаемые ситуации аналогичны реальным, имевшим место в эксперименте на отношение «Я – другой», в них также вводится дефицит времени, конфликт ситуаций своей и другого. Но в данном эксперименте можно более тонко проанализировать значимость для ребенка отношения к нему разных лиц. Скажем, вводятся такие ситуации:

1. Ребята писали палочки и не закончили. Что ты хочешь – закончить писать палочки или учиться буквы писать, чтобы в школе успевать?
2. Воспитательница сказала, что нужно сделать то-то и то-то. (Предлагается дело, которое ребенок отказывается делать.)
3. Предлагается сделать то, о чем просила воспитательница, или то, что хотела бы мама ребенка (два дела несовместимы), т.е. задается конфликт ситуаций.
4. Предлагается сделать то, о чем просила воспитательница или мама (в зависимости от выбора в ситуации 3), и то, что понравится детям, а ребенок этого делать не хочет, т.е. конфликт ситуаций усиливается.
5. Предлагается сделать то, что ребенок делать отказывается, но что понравится тому, на кого хотел бы походить ребенок.

Конфликт ситуаций может усиливаться и за счет роста негативной оценки значимых для ребенка лиц. Например, ребенку говорится, что воспитательница будет недовольна, будет ругать, скажет, что он плохой мальчик, если не сделает

этого, или что дети не станут играть с ним. При конфликте ситуаций очень важно, чтобы ребенок ответил на вопрос: «А что бы в такой-то ситуации предпочел бы тот, на кого ребенок хотел бы быть похожим?» При этом фиксируется, как меняется выбор испытуемого. и меняется ли он вообще. При исследовании самосознания важно также фиксировать, как меняются выбор ребенком ситуаций, содержание в степень осознанности этого выбора в зависимости от уровня неопределенности ситуации: от сугубо идеальных, общих ко все более конкретным. Следует иметь в виду, что расхождения, противоречия в самосознании в зависимости от указанного движения являются одной из специфических характеристик детей 6-ти лет.

Критерии развития психологического здоровья детей 4-5 лет

Группа _____ Педагог _____ Дата обследования _____

№	Критерии развития	Свободное и естественное проявление чувств и эмоций	Самосознание (осознание своих эмоций и чувств, пола, возраста. имени)	Полоролевое поведение	Эмоциональная стабильность	Саморегуляция (осознанная регуляция эмоциональных состояний поведения – волевые навыки)	Умение избавляться от обид	Развитие коммуникативных навыков, умение разрешать конфликты (доминирование, равенство, подчинение) элементы партнёрского общения	самооценка	Познавательная активность	Развитие психических процессов соответственно возрасту	Развитие значимых мотивов поведения (нравств. нормы)	Адекватность психического отражения	Уровни (В, С, Н)
	Ф.И.О.													
1														
2														

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью 45 листа(ов).

Должность, ФИО заведующий

Точилов М. С.



Место печати
» августа 2024 года

ДОКУМЕНТ
ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
00CA5D285241E2BD069B543E2B0F3DB5A
6
Владелец: Точилова Марина Сергеевна
Действителен: с 23.08.2023 до 15.11.2024