

Муниципальное образование Ханты-Мансийского автономного округа – Югры городской округ город Ханты-Мансийск МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «Детский сад № 11 «Радуга» (МБДОУ «Детский сад № 11 «Радуга»)

# Цикл игровых занятий по коррекции эмоционально-вольной сферы детей старшего дошкольного возраста

Разработчик: Бибилова Н.А., педагог-психолог

## От автора

Работая на протяжении ряда лет педагогом-психологом в дошкольном образовательном учреждении компенсирующего вида для детей с тяжелыми речевыми нарушениями, я пришла к выводу, что необходимо разработать цикл занятий по коррекции эмоционально-волевой сферы для детей старшего дошкольного возраста. Это связано с тем, что эмоции детей с общим недоразвитием речи поверхностны и неустойчивы, вследствие чего эти дети внушаемы, подражательны и легко могут следовать за другими в своем поведении. Они, как правило, обидчивы и вспыльчивы, часто без достаточных оснований могут наглубить, обидеть товарища, порой становятся жестокими. Так же отмечаются проблемы в формировании нравственно-этической сферы: дети не готовы к «эмоционально теплым» отношениям со сверстниками, могут быть нарушены эмоциональные контакты с близкими взрослыми, дети слабо ориентируются в нравственно-этических нормах поведения.

Все вышесказанное подтверждается результатами проведенной психодиагностики с детьми старшего дошкольного возраста (17 детей) по методике «Кактус» (модификация М.А.Панфиловой). У 41,2% детей отмечается высокий уровень агрессивности и импульсивности и у 47,1% - неуверенности в себе и тревожности.

Почему я затронула именно эмоционально-волевою сферу детей старшего дошкольного возраста? Во-первых, сформированность эмоционально-волевой сферы является одним из основных компонентов психологической готовности к школьному обучению. И насколько у ребенка будет развита эмоциональная устойчивость, умение ограничивать эмоциональные порывы, уверенность в преодолении трудностей, а так же, насколько он будет уметь предчувствовать и переживать отдельные последствия своей деятельности - настолько у него успешнее пройдет адаптация к школьному обучению, и тем успешнее он будет обучаться. Во-вторых, старший дошкольный возраст является сензитивным для формирования компетентности в сфере отношений, развития устойчивого и положительного отношения к себе. Дети данного возраста уже в состоянии проявлять самостоятельность в решении социальных задач, учатся договариваться и учитывать интересы других, сдерживать свои эмоциональные порывы.

Предлагаемые мной занятия по коррекции эмоционально-волевой сферы построены в игровой форме, так как ведущей деятельностью в дошкольном возрасте, создающей наиболее благоприятные условия для психического и личностного развития ребенка, является игра.

### Цикл игровых занятий по коррекции эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста

#### I блок занятий

## Тема: Я и другие

**Цель:** Развитие самосознания; способов поведения во взаимоотношениях с другими людьми.

### **Задачи:**

- Осознание ребенком отношения к себе, собственной внешности, своим особенностям и способностям. Осознание собственной неповторимости, физических особенностей.
- Развитие у детей чувства принадлежности к группе детского сада. Получение опыта позитивного взаимодействия с другими людьми.
- Понимание детьми эмоций и настроения других людей на вербальном и невербальном уровне.

### **Занятие 1 «Мое Я»**

1. Упражнение «Дружба начинается с улыбки». Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.
2. Упражнение на развитие позитивного самовосприятия: «Как меня зовут». Детям предлагается назвать свое имя: краткое, полное, ласковое и т.д.
3. Игра на осознание детьми своих особенностей и способностей: «Ветер дует на ...». Детям предлагается изобразить «ветерок»: «Ветер дует на того, кто больше всего любит сладкое..., кто любит рисовать...».
4. Игра на осознание детьми собственной внешности: «Радио». Детям предлагается «найти» ребенка по описанию.

5. Рисование на тему “Автопортрет”.

### **Занятие 2 “Каждый привлекателен по-своему”**

1. Упражнение “Комплименты”. Детям предлагается встать в круг и взяться за руки, глядя в глаза соседу сказать что-нибудь приятное.
2. Игра на осознание детьми особенностей и способностей других детей: “Скажи хорошее о друге”. Выбирается ребенок и каждый говорит о том, что ему нравится в этом ребенке.
3. Игра на осознание детьми физических особенностей других детей: “Найди друга”. Ребенку завязывают глаза и предлагают подойти к любому ребенку и узнать его. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки.
4. Рисование на тему “Портрет друга”.

### **Занятие 3 “Мы все разные, но живем в одной группе”**

1. Упражнение “Круг друзей”. Детям предлагается встать в круг и взяться за руки. Затем по кругу пожать руки.
2. Игра на развитие у детей чувства принадлежности к группе: “Сочиним историю”. Детям предлагается продолжить историю: “Жили-были дети подготовительной к школе группы детского сада №67...”, следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Педагог корректирует сюжет истории.
3. Игра на развитие у детей чувства групповой сплоченности: “Доброе животное”. Дети встают в круг и берутся за руки. Педагог тихим голосом говорит: “Мы – одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!” Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. “Вдох – все делаем шаг вперед, выдох – шаг назад. Так не только дышит животное, так же ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д.”.
4. Коллективная работа для отсутствующих детей в детском саду “Что не сможет один, сделаем вместе”.

### **Занятие 4 “Волшебные средства понимания”**

1. Упражнение “Глаза в глаза” Детям предлагается поупражняться в понимании выражения лица, глаз друг друга.
2. Игра на умение детей быть внимательным к действиям других детей: “Зеркало”. Педагог становится перед детьми и говорит, что все дети “зеркала”, и просит как можно точнее повторять его движения. После этого дети выполняют движения в парах.
3. Игра на развитие у детей умения понимать других детей на вербальном уровне: “Испорченный телефон”. Дети садятся в шеренгу. Педагог шепотом на ухо первому ребенку говорит слово (фразу), тот передает его шепотом второму и т.д. до последнего. Последний ребенок произносит услышанное слово (фразу) вслух. Если слово (фраза) не искажено, то телефон исправлен, если же искажено, то выясняется, кто испортил телефон, спрашивая по очереди, кто что слышал.
4. Игра на умение детей понимать мимику и пантомимику других детей: “Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем”. Ребенок-“зритель” уходит за ширму, оставшиеся дети решают, что и как они будут показывать. Затем “зритель” внимательно наблюдает за товарищами и отгадывает, что они делают и где они находятся.
5. Игра на умение детей договариваться друг с другом. “Мозаика в парах”. Каждая пара детей получает мозаику. Задача заключается в том, чтобы дружно и быстро сложить общую картину.

## **II блок занятий**

### **Тема: Радуга настроений**

**Цель:** Формирование у детей представлений о языке эмоций как знаках, подаваемых человеком о себе; знаний о средствах выражения различных эмоциональных состояний.

**Задачи:**

- Умение детей описывать вербально, графически свое настроение. Развитие внимания к эмоциональным состояниям других. Знакомство с мимикой и пантомимикой.
- Ознакомление детей с различными эмоциями.
- Ознакомление детей со способами снятия психомышечного напряжения.

### **Занятие 5 “На что похоже настроение?”**

1. Упражнение “Общий круг”. Детям предлагается “поздороваться” глазами со всеми детьми.
2. Упражнение на развитие у детей умения вербально описывать свое настроение: “На что похоже настроение?”. Дети по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение.
3. Этюд “Тренируем эмоции”. Детям предлагается: нахмуриться, как осенняя туча; улыбнуться, как кот на солнце; позлиться, как ребенок, у которого отняли игрушку; испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу; устать, как мама после работы; обидеться, как ребенок, которого не взяли в игру; удивиться, как ребенок, который увидел большого слона на улице; погрузить, потому что на улице дождь; похвастаться новыми туфлями и т.д.
4. Этюд “Как чувствую, так и говорю”. Предложить детям произнести фразу “Пойдем играть” грустно, весело, со злостью, испуганно, обиженно, скромно, устало, удивленно, виновато.
5. Рисование на тему “Мое настроение”.

### **Занятие 6 “Разделенная радость – двойная радость”**

1. Этюд “Солнечный зайчик”. Детям предлагается сесть поудобнее, расслабиться и представить, что к ним в глаза заглянул солнечный зайчик. Предложить закрыть глаза и нежно погладить ладонями зайчика, скользящего по лбу, по носу, по роту, по щекам, по подбородку. А затем глубоко вздохнуть, и улыбнуться друг другу.
2. Игра на умение использовать детьми мимику и пантомиму: “День рождения”. Выбирается именинник. Гостям (детям) предлагается придумать поздравление и подготовить подарок. Вручить подарок надо при помощи жестов и мимики. Один из участников передает воображаемый “подарок-образ” имениннику, а все остальные должны угадать, что ему подарено.
3. Этюд “На лесной полянке”

На полянке собрались  
Лисы, белки, звери.  
Песни, пляски завели  
У зеленой ели.

4. Детям предлагается с помощью мимики и жестов показать, как радуются звери, собравшиеся на полянке, и поводить хоровод.
5. Игра на снятие психонапряжения у детей: “Две страны”. Педагог рассказывает сказку о том, что когда-то давным-давно было две соседних страны. Одну населяли веселые жители: они много смеялись и шутили, часто устраивали праздники. Другую – грустные жители: они все время думали о печальном и много грустили. Жителям веселой страны было очень жалко своих грустных соседей, и однажды они собрались прийти к ним на помощь: они решили заразить грустных жителей своим весельем и смехом. Затем детям предлагается разделить на две “страны”. Дети из веселой страны пытаются заразить своим смехом и радостью детей из грустной страны. Дети, которые заразятся смехом веселых жителей, переходят на их сторону и начинают передавать своей радостью тем, кто еще грустит.
6. Рисование на тему “Дерево радости”. Педагог раздает детям контурные изображения дерева и цветные карандаши. Задача детей – передать “радостное настроение” дерева.

### **Занятие 7 “У страха глаза велики”**

1. Игра на умение детьми вербально описывать свой страх: “Расскажи свой страх”. Педагог рассказывает о своих детских страхах, а затем просит детей, по желанию, рассказать о ситуациях, когда им было страшно.

- Игра на снятие психомышечного напряжения: “Рыбаки и рыбка”. Выбирается ребенок – “рыбка”, остальные встают в две колонны и берутся за руки по двое, образуя “сеть”. “Рыбка” хочет выбраться из сети, а “сеть” колыхается, задевает ее спину, голову. Когда рыбка выползает из “сети”, она становится “сетью”.
- Этюд “Ты – лев!”. Педагог предлагает детям закрыть глаза и представить, что каждый из детей лев – царь зверей, сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный и мудрый. Он красив и выдержан, горд и свободен. И его зовут так же, как каждого из детей, у него их глаза, руки, ноги и тело. Лев, которого каждый из детей представил – это они.
- Рисование на тему: “Рисуем страх”. Детям предлагается нарисовать то, чего он больше всего боится.

### **Занятие 8 “Делая зло, на добро не надейся”**

- Упражнение “Злюка”. Детям предлагается представить, что в одного из ребенка “вселились” злости и гнев и превратили его в Злюку. Дети становятся в круг, в центре которого стоит Злюка. Все вместе читают небольшое стихотворение:  
 2. Жил(а)-был(а) маленький(ая) мальчик(девочка).  
 3. Маленький(ая) мальчик(девочка) сердит(а) был(а).  
 4. Ребенок, выполняющий роль Злюки, должен передать с помощью мимики и пантомимики соответствующее эмоциональное состояние (сдвигает брови, надувает губы, размахивает руками). При повторении упражнения всем детям предлагается повторить движения и мимику сердитого ребенка.
- Игра на снятие психонапряжения детей “Волшебные мешочки”. Детям предлагается сложить в первый волшебный мешочек все отрицательные эмоции: злость, гнев, обиду и пр. В мешочек можно даже покричать. После того, как дети выговорились, мешочек завязывается и прячется. Затем детям предлагается второй мешочек, из которого дети могут взять те положительные эмоции, которые они хотят: радость, веселье, доброту и пр.
- Этюд “Возьми себя в руки”. Педагог говорит, что как только кто-нибудь из детей почувствует, что забеспокоился, захотел кого-нибудь стукнуть, что-то крикнуть, есть очень хороший способ доказать себе свою выдержку: обхватить ладонями локти и сильно прижать руки к груди. Эту позу называют – позой выдержанного человека.
- Рисование на тему “Мой гнев”. Педагог предлагает детям цветовыми пятнами изобразить свой гнев.

### **Занятие 9 “Печаль беде не помощник”**

- Игра на активацию положительных эмоций для устранения или снижения интенсивности переживаемой печали, грусти. Педагог обращает внимание на ребенка, который утром пришел в детский садик грустный, предлагает ему присесть на стульчик. А остальные детям дается задание придумать как можно больше хороших слов, адресованных их товарищу.
- Игра на умение детей распознавать свои эмоции и чувства: “Закончи предложение”. Детям по очереди предлагается закончить предложения: “Я обижаюсь, когда...”; “Я сержусь, когда...”; “Я грущу, когда...” и т.п.
- Этюд “Кто как радуется”. Детям предлагается встать в круг и показать без слов, как они радуются при встрече с другом, подарку и т. д.
- Рисование на тему “Смешной рисунок”. Педагог предлагает детям по очереди с закрытыми глазами нарисовать зайца, слона и т.д.

## **III блок занятий**

### **Тема: “Каков характер – таковы и поступки”**

**Цель:** Формирование у детей нравственного поведения, положительных черт характера. Обогащение способами преодоления негативных черт характера.

#### **Задачи:**

- Формирование способности управлять негативными эмоциями.

- Способность регулировать собственную позицию через социальные эмоции, моральную самооценку, произвольное поведение, соподчинение мотивов.

### **Занятие 10 “Добрые волшебники”**

1. Упражнение “Эстафета дружбы”. Детям предлагается взяться за руки и передать, как эстафету - рукопожатие.
2. Беседа о добрых и злых людях.
  - Кого называют добрым? Кого называют злым?
  - Как ведут себя добрые люди? А как ведут себя злые люди?
  - Какие слова говорят добрые люди?
  - Какие слова говорят злые люди?
  - Кого из детей нашей группы можно назвать добрыми? Почему?
  - Приведите примеры злых героев из фильмов, мультфильмов. Почему они злые?
 Составление правил доброты.
  - Как вы думаете, что такое правила?
  - Давайте вспомним все, что мы говорили о доброте, о добрых людях и составим правила доброты.
 Правила доброты:
  - помогать слабым, маленьким, больным, старым, попавшим в беду;
  - прощать ошибки других;
  - не жадничать;
  - не завидовать;
  - жалеть других.
3. Игра на решение проблемных ситуаций “Заколдованные картинки”. Педагог показывает “заколдованную” картинку, на которой нарисовано неправильное поведение детей (например, мальчик обижает маленькую девочку; драка двух мальчиков; хулиган дергает кошку за хвост и т.д.). Дети объясняют, почему эта картинка заколдованная. После этого педагог просит детей расколдовать картинку, придумав правильное поведение детей.
4. Этюд “Спаси птенца”. Педагог предлагает детям представить, что у них в руках маленький беспомощный птенец. Вытянуть руки ладонями вверх. Согреть его, спрятать в ладонях птенца, подышать на него и т.д. А затем предложить раскрыть ладони и представить, что птенец радостно взлетел; улыбнуться ему.

### **Занятие 11 “Вежливость необходима каждому”**

1. Игра “Вежливый клубочек”. Дети сидят в круг. Педагог передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом произносит “волшебное” вежливое слово. Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до педагога.
2. Беседа о вежливых людях.
  - Кого называют вежливым? Кого называют грубияном?
  - Как ведут себя вежливые люди? А как ведут себя грубияны?
  - Какие слова говорят вежливые люди?
  - Кого из детей нашей группы можно назвать вежливым? Почему?
3. Составление правил вежливости.
  - Давайте вспомним все, что мы говорили о вежливости, о вежливых людях и составим правила вежливости.
 Правила вежливости:
  - вежливость – умение вести себя так, чтобы другим было приятно с тобой;
  - будь всегда приветлив: здоровайся при встрече, благодари за помощь, уходя – прощайся;
  - не заставляй о себе волноваться, уходишь – скажи, куда идешь;
  - не капризничай, не ворчи. Твой каприз может испортить настроение другим.
4. Игра на решение проблемных ситуаций “Заколдованные картинки”. Педагог показывает “заколдованную” картинку, на которой нарисовано неправильное поведение детей (например, мама несет тяжелые сумки, а сын ей не помогает, мальчик не уступает место бабушке в автобусе и т.д.). Дети объясняют, почему эта картинка заколдованная. После этого педагог просит детей расколдовать картинку, придумав правильное поведение детей.
5. Игра “Праздник вежливости”. Педагог объявляется детям, что сегодня в группе праздник вежливости и что вежливые люди никогда не забывают благодарить окружающих, поэтому

каждый из детей может проявить свою вежливость и поблагодарить других ребят за добрые поступки.

## **Занятие 12 “Честность всего дороже”**

1. Упражнение “Честные глаза в сторону не глядят”. Детям предлагается сесть в круг и посмотреть в глаза друг другу.
2. Беседа о честных людях.
  - Кого называют честным человеком? Кого называют вруном?
  - Как вы думаете, трудно быть честным человеком? Почему?
3. Составление правил честности.  
Правила честности:
  - сказал – сделай;
  - не уверен – не обещай;
  - ошибся – признайся;
  - забыл – попроси прощения;
  - говори то, что думаешь;
  - не можешь сказать правду – объясни почему;
  - не выдавай чужую тайну.
4. Упражнение на составление рассказа: “Честный поступок друга”. Детям предлагается вспомнить честный поступок друга и составить рассказ.
5. Игра “Горячий стул”. Участники рассаживаются в круг. В центре круга ставится пустое кресло (“горячий” стул). Дети по очереди садятся на него. Остальные участники по кругу рассказывают сидящему в центре, что они ценят в нем и какие его качества, по их мнению, являются негативными, над чем необходимо поработать. Условие - честно высказывать свое мнение.

## **Используемая литература**

1. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. - М.: Айрис-пресс, 2006
2. Смирнова Е.О., Холмогорова В.М. Межличностные отношения дошкольников. - М.: ВЛАДОС, 2005
3. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. - Ярославль: Академия развития, 2000
4. Ключева Н.В., Филипова Ю.В. Общение. Дети 5-7 лет. - Ярославль: Академия развития, 2006