

Работа педагога-психолога в ДОУ по адаптации детей мигрантов (ребёнок-инофон, ребёнок – билингв)

Соответственно ППС предполагает деятельность в следующих основных направлениях:

1) профилактическая работа по предупреждению возникновения явлений дезадаптации детей;

2) диагностическая работа, направленная на выявление особенностей психологического состояния, деятельности и поведения

детей, которые необходимо учитывать в процессе сопровождения;

3) консультативная работа, позволяющая оказать психологическую помощь родителям, педагогам и детям в решении конкретной проблемы;

4) развивающая работа как специально организованная деятельность по формированию возрастных психологических новообразований, а также формированию мотивации к обучению, общению и другим видам деятельности;

5) коррекционная работа как специально организованная деятельность с детьми, которые имеют проблемы в личностном развитии, поведении, обучении;

6) психологическое просвещение родителей и педагогов как деятельность, направленная на формирование потребности в психологических знаниях.

В ходе психолого-педагогической диагностики детей-мигрантов основными являются следующие задачи:

– диагностика владения неродным (русским) языком, а именно понимание значения слов, предложений, умение вести диалог, определение словарного запаса, выявление состояния сформированности грамматического строя речи, выявление особенностей артикуляционного аппарата и звукопроизношения и др.:

– изучение психологических особенностей ребенка-мигранта (изучение особенностей мотивационной, волевой, эмоциональной сфер, выявление тревожных или агрессивных состояний, уровня самооценки и притязаний, ценностных ориентаций);

– изучение познавательных особенностей ребенка и способности к обучению;

– определение социального статуса ребенка в коллективе сверстников.

В ходе диагностики развития детей-мигрантов (и инофонов, и билингвов) необходимо также выявить те особенности, которые требуют коррекции (например, высокий уровень тревожности, агрессии, низкая самооценка и др.).

Однако учитывая возможные сложности в понимании инструкций детьми-инофонами и вопросов в различных опросниках, предпочтение следует отдавать таким методам диагностики, как наблюдение, беседа с учителем (воспитателем) и родителями, а также различным проективным методикам, чаще всего рисуночным («Рисунок человека», «Несуществующее животное», «Рисунок семьи» и др.). Возможности диагностики отставания в психическом развитии, а также определение тяжелой речевой патологии у детей-инофонов осложнены, т. к. велика вероятность того, что дети-инофоны не понимают того, что от них требуется из-за проблем с владением русским языком.

На основании выявленных в ходе психолого-педагогической диагностики проблем строится дальнейшая работа по ППС ребенка. Однако если выявлен низкий уровень владения русским языком, первоочередной становится задача по освоению русского языка на уровне, достаточном для овладения образовательной программой, поскольку решение других задач возможно только при решении данной. При этом педагогические маршруты для детей-инофонов и детей-билингвов чаще всего выстраиваются по принципу «билингвального образования», т. е. образования детей дошкольного и школьного возрастов с общим недоразвитием речи, обусловленным билингвизмом в условиях инклюзивной практики. При этом билингвам и инофонам в инклюзивных группах и классах оказывается психологическая и логопедическая поддержка специалистов для полноценного овладения русским языком и получения возможности обучаться по типовым программам массовых учреждений.

Другие направления ППС детей-мигрантов, а именно, коррекционное, развивающее, консультативное, профилактическое и просветительское направлены на решение следующих задач:

1) преодоление языкового барьера, знакомство с национальными особенностями и вовлечение в русскую культуру;

2) работа с деструктивными эмоциональными состояниями, возникающими вследствие попадания в новую языковую среду (тревога, неуверенность, агрессия);

3) помощь в освоении образовательной программы за счет организации дополнительного обучения для детей-мигрантов, помощи при подготовке домашнего задания;

4) работа в коллективе сверстников по воспитанию межнациональной толерантности к детям других национальностей, профилактике возникновения межнациональных конфликтов в среде детей;

5) профилактическая, просветительская работа с родителями, а также по мере необходимости консультирование родителей по вопросам развития ребенка;

6) профилактическая, просветительская работа с педагогическим составом учебного заведения, а также консультативная работа с педагогами, имеющими трудности во взаимодействии с конкретными детьми-мигрантами.

В настоящее время образовательные учреждения предлагают различные варианты организации обучения детей-мигрантов. Интересны, например, методические рекомендации, разработанные группой педагогов ГБДОУ детского сада No 115 Адмиралтейского района г. Санкт-Петербурга «Начальное языковое образование и речевое развитие иноязычных детей дошкольного возраста» [15]. В рекомендациях представлены цели, задачи, принципы, основные положения, а также модель и содержание дошкольной подготовки детей-инофонов.

Исследователь И. А. Шерстобитова в методических рекомендациях по обучению русскому языку и литературе детей из семей мигрантов [22] предлагает диагностический материал для определения уровня владения детьми-мигрантами русским языком, а также описывает различные приемы и задания, предназначенные для детей младшего школьного возраста.

Авторы подчеркивают, что при обучении русскому языку детей-мигрантов важно проводить работу как по формированию и развитию лингвистической, речевой, коммуникативной компетенций у детей, так и по ознакомлению детей с особенностями русской культуры.

Для работы с психологическим стрессом у детей-мигрантов, проявляющемся в виде высокого уровня тревожности, замкнутости, обособленности, снижении учебной мотивации могут быть применены рекомендации педагогов-психологов, занимающихся данными проблемами [14]. Для этого возможно применение различных способов коррекции, таких как игротерапия, арт-терапия, песочная терапия, сказкотерапия и др. При этом работа может быть построена как индивидуально, так и в группе. Отметим, что предпочтительным для детей-мигрантов является именно групповая работа, поскольку данные способы коррекции позволяют детям лучше понимать друг друга, быстрее овладеть языком, если отсутствуют специальные показания для индивидуальной работы. Вообще, ребенок-мигрант, независимо от того, насколько хорошо он владеет русским языком, не должен быть лишен возможности общаться с другими детьми. Поэтому так важно вовлекать таких детей в различные формы внеклассной работы, давать положительные поручения, обеспечивая создание ситуации успеха.

Другой психологической проблемой детей-мигрантов может быть высокий уровень агрессии по отношению к местному населению, в том числе и к сверстникам. Такое возможно в силу ряда причин: и негативный настрой родителей по отношению к населению страны, в которую они мигрировали, и убеждение в том, что только так можно добиться уважения у других, и неуверенность в себе и др. Как правило, агрессия у детей – это следствие семейного воспитания, в котором могут быть нарушены гармоничные эмоциональные связи между членами семьи, либо модель агрессивного поведения является приемлемой в семье. В любом случае, агрессивное поведение, скорее всего, является следствием сформировавшихся деструкций как в системе мотивации ребенка, так и в сфере ценностных ориентаций. Данные психологические особенности важно выявлять как можно раньше и проводить коррекционную работу. Важно мотивировать ребенка на формирование уважения к другим людям вообще и к местному населению в частности, формировать ценности взаимопомощи, толерантности, коллективизма и подобные.

В настоящее время коррекционная работа с агрессивными детьми – объект пристального внимания педагогов и психологов.

Так, например, в книге Т. П. Смирновой «Психологическая коррекция агрессивного поведения» описаны критерии агрессивности у детей, предлагаются приемы и упражнения для работы с агрессивной в разных ее проявлениях [17]; в пособии Л. Г. Долговой «Агрессия у детей младшего школьного возраста» предложена программа социально-психологического тренинга по профилактике и коррекции агрессивного поведения у младших школьников [8].

При этом общими являются рекомендации по работе с агрессивной в несколько этапов:

1) работа с гневом:

– обучение приемам выражения гнева, например, применять «стаканчик для криков», отжаться от пола, скомкать лист бумаги и выкинуть, обучение дыхательным приемам и др.;

– обучение способам борьбы с гневом, например, работа с «листом гнева», на котором изображено некое существо и ему можно дорисовывать что угодно. Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева;

2) обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева;

3) формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.

Подчеркнем, что формирование толерантного отношения к другим людям, в том числе, людям других национальностей – это работа, не только с детьми-мигрантами, но и работа со всем коллективом педагогов и детей. Для этого важно организовывать различные формы как урочной, так и внеурочной деятельности. Так, на уроках могут быть проведены тематические беседы.

Например, после просмотра мультфильмов «Гадкий утенок» или «Голубой щенок» можно задать следующие вопросы детям: «Почему никто не хотел дружить с щенком?», «Чем щенок не похож на других?», «Правильно ли они поступали?», «Что значит быть гадким утенком?», «Что испытывает утенок?», «Чем заканчивается этот мультфильм?». В результате учитель обобщает ответы детей: «Люди отличаются друг от друга национальностью, одеждой, привычками, но живут все вместе. Но важно и нужно жить в мире и согласии друг с другом; не обижать другого человека только потому, что он отличается от нас».

Большим потенциалом для формирования толерантного отношения друг к другу обладают также спортивные соревнования, во время которых дети не только вместе тренируются, но и участвуют в соревнованиях, отстаивая честь коллектива, празднуют победу, а в случае проигрыша учатся поддерживать друг друга. Важно также проводить совместные экскурсии, походы и др. Вообще, чем более активна и слажена жизнь в детском коллективе, чем более делается акцент на уважении друг к другу, тем реже встает проблема национальной неприязни.

Формированию толерантного отношения друг к другу способствуют также применение различных методов психокоррекции, таких как игротерапия, сказкотерапия, арт-терапия. Так, например, возможно применение техники «рисование в группе». Дети делятся на микрогруппы по 2–4 человека по признаку освоенного взаимодействия детьми друг с другом. Каждая микрогруппа создает свой совместный рисунок на заданную тему (например, «подводный мир», «остров», «лес» и т. д.). Психолог подбирает расслабляющее музыкальное сопровождение, ориентирует детей помогать друг другу, делиться своей территорией, своими идеями. Важно при этом, чтобы каждому ребенку была дана возможность что-то подрисовать, при необходимости – помогать детям, обязательно хвалить детей.

Часто для школьников-инофонов требуется организовывать дополнительные занятия, которые бы позволили осваивать базовый уровень учебных программ по разным дисциплинам и дополнительные занятия по русскому языку. В этом могут помочь многочисленные в больших городах учебные центры для школьников, репетиторство. В некоторых школах выделяются дополнительные часы учителям, работающим с детьми-инофонами. Однако это распространено не повсеместно. Поэтому очень важна помощь родителей, которые должны стремиться к тому, чтобы их ребенок освоил как можно быстрее русский язык. При этом важно акцентировать внимание на необходимости разговоров в доме на русском языке. В случае, если их ребенок имеет деструктивные эмоциональные состояния, необходимо в ходе консультирования родителей давать рекомендации по нейтрализации таких состояний. Аналогичные рекомендации даются педагогу. Приведем некоторые общие для таких состояний рекомендации.

Общие рекомендации по взаимодействию с тревожным и агрессивным ребенком

<p>Рекомендации по взаимодействию с тревожными детьми</p> <ul style="list-style-type: none"> • избегать все виды работ, предполагающих самостоятельность и выполнение на скорость; • не сравнивать тревожного ребенка с другими детьми; • использовать телесный контакт (поглаживания, дотрагивания до руки и др.) и упражнения на релаксацию; 	<p>Рекомендации по взаимодействию с агрессивными детьми</p> <ul style="list-style-type: none"> • быть внимательным к ребенку, понимать его эмоциональное напряжение; • научиться слушать и слышать ребенка; • пытаться понять причину возникновения отрицательных эмоций;
---	--

<ul style="list-style-type: none"> • чаще хвалить тревожного ребенка, конкретизируя причину похвалы; • давать такие поручения, которые ребенок точно способен выполнить и после выполнения обязательно похвалить, вообще, не предъявлять к нему повышенных требований; • чаще обращаться к ребенку по имени; • стараться делать ребенку как можно меньше замечаний, быть терпеливым и терпимым к его неудачам; • использовать наказание (порицание, недовольство, лишение удовольствия и др.) лишь в исключительных случаях 	<ul style="list-style-type: none"> • контролировать собственные негативные эмоции, демонстрируя модель неагрессивного поведения; • стремиться снизить напряжение ситуации за счет юмора, переключения внимания и т. д.; • обсуждать поступки, негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность для других и для самого ребенка; • акцентировать внимание именно на поступках (поведении), а не на личности; • принимать и любить ребенка таким, какой он есть; • научить ребенка приемлемым способам выражения гнева; • предъявлять разумные требования к ребенку; • не критиковать действия учителей, воспитателей, родителей в присутствии ребенка, пусть взрослые сами без ребенка выясняют свои отношения; • стремиться к сохранению положительной репутации ребенка
--	--

Конкретные рекомендации для родителей и педагогов могут быть даны лишь на основе углубленного изучения особенностей ребенка с деструктивными эмоциональными состояниями.

Заключение.

Важной составляющей в психолого-педагогическом сопровождении детей-мигрантов, инофонов и билингвов является профилактическая и просветительская работа с родителями и педагогами. Для этого важно проводить тематические беседы, конференции, например, темам, как:

- «Проблема адаптации детей-инофонов в школе или детском саду»,
- «Психологические особенности детей-мигрантов, инофонов и билингвов»,
- «Как подружить ребенка-мигранта с детьми» и др.

Как уже было сказано, для скорейшего прохождения адаптации в другой стране важно знать культурные особенности этой страны. Поэтому важно приобщать родителей-мигрантов к русской культуре, проводя праздники как традиционно русские (Масленица, Пасха и др.), так и межнациональные («Неделя этнотолерантности», «Неделя народов бывшего СССР» и др.). Такая работа поможет не только лучше понять особенности народов России, но и позволит российским детям и взрослым (в том числе и педагогам) лучше узнать культурные особенности детей-мигрантов.

Таким образом, ППС детей-мигрантов, инофонов и билингвов будет тем более результативным, чем более есть стремление у всех субъектов сопровождения, а именно, у детей, родителей, педагогов, к совместному решению возникающих проблем.

Первый этап — создание общей установки на совместное решение задачи социальной адаптации ребенка к детскому саду.

Второй этап — взаимное ознакомление педагогов и родителей с национальными особенностями воспитания детей в России и странах семейных мигрантов. Необходимость данного этапа обусловлена тем, что у разных народов свои национальные особенности социальной жизни и культуры, свои обычаи, традиции, социальные установки и ценностные ориентиры. Без глубокого осознания народной (этнокультурной) природы воспитания не может быть взаимной толерантности взрослых участников образовательного процесса; нахождения подходов к ребенку со стороны педагогов, тактичного педагогического сопровождения; комфортного ознакомления детей с национальной культурой. Именно семья и педагоги детей!

ского сада имеют решающее значение как в трансляции этнокультурной информации, так и в становлении этнотолерантных установок у дошкольников.

Третий этап — реализация единого, согласованного индивидуально-ориентированного сопровождения ребенка из семьи мигрантов для преодоления прежде всего языковых трудностей в освоении нового социального опыта, а также ценностных ориентаций и культурных традиций, для вхождения в группу сверстников и гармонизации отношений, преодоления межличностного и межгруппового отчуждения. Данный этап рассматривался нами как основной, ориентированный на достижение социальной адаптации детей из семей мигрантов к детскому саду.

Таким образом, психолого-педагогическое сопровождение ребенка из семьи мигрантов в организации его социальной адаптации в детском саду предполагало взаимодействие в работе с детьми и родителями всех специалистов детского учреждения. Психологическая составляющая сопровождения обеспечивалась педагогом-психологом и заключалась в диагностике уровня развития ребенка, его личностных особенностей, своеобразия интересов и склонностей; помощи в преодолении стресса, развитии коммуникативных способностей и пр. Педагогическая составляющая — предполагала разработку и реализацию индивидуальной программы интеграции ребенка в детское сообщество, использование активных средств обучения для освоения русской речи как средства общения, взаимодействие детского сада с семьей ребенка для помощи в освоении нового социального опыта, возможности самореализации.

КАРТотеКА ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Данные игры и упражнения направлены на развитие внутреннего мира ребенка, дают представление о разнообразных эмоциях, учат дошкольников понимать свои чувства и эмоциональные состояния других людей, а также помогут детям овладеть приемами саморегуляции и снятия внутреннего психического напряжения.

Игры:

Здравствуйте

В начале игры психолог просит детей ответить на вопрос, что такое эмоции. Ответы детей (внешнее проявление чувства, переживания).

Далее говорит, что в нашем мире заведено, при встрече приветствовать друг друга. Я, вам предлагаю сейчас поприветствовать друг друга, проявляя различные эмоциональные состояния: радость, печаль, удивление, обида, злость, подозрительность, доброжелательность.

Вопрос: что такое эмоции?

Ответы детей (внешнее проявление чувства, переживания).

Эмоции

Обсуждение разных эмоций (радость, грусть, злость, удивление и т.д.). Дети рассматривают картинки с изображением смайликов с разными эмоциональными состояниями. Психолог задает вопрос что это за эмоция? (Ответ: радость, грусть, злость, удивление...) Как догадались? (На лице улыбка, глаза сияют...). Изобрази радость, грусть, злость, удивление...Когда тебе бывает радостно, грустно, злишься, удивляешься...? (Примеры детей.)

Что нужно сделать, чтобы человека развеселить, успокоить...? (Улыбнуться ему, рассмешить, подарить веселый рисунок ...)

Я радуюсь, грущу, злюсь, удивляюсь, когда...

Психолог называет по имени одного из детей бросает ему мячик и просит, например, сказать, когда он радуется?». Ребенок должен поймать мячик и сказать: «Я радуюсь, когда...». Далее психолог бросает мячик следующему ребенку и просит рассказать, когда он грустит и т. д.

Такие игры могут рассказать вам о внутреннем мире ребенка, о его взаимоотношениях с родителями и сверстниками.

Закончи предложение (возраст: 4 — 6 лет)

Цель игры: научить ребенка понимать чувства других людей.

Ход игры. Ведущий говорит предложение. Например, «Радость для папы — это...», «Обида для мамы — это...», «Удовольствие для сестренки — это...» и т. д. Дети должны закончить предложения, продемонстрировав свое понимание чувств других людей.

Угадай эмоцию

На столе раскладываются пиктограммы различных эмоций. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным. Далее дети, с помощью мимики лица, по очереди, пытаются показать эмоции, нарисованные на карточках. Остальные дети должны угадать, какую эмоцию им показывают и объяснить, как они определили, что это за эмоция. Психолог следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети.

Игра поможет определить, насколько дети умеют правильно выражать свои эмоции и «видеть» эмоции других людей. В другом случае игра проводится так же, только «настроение» называет педагог или «настроение» задумывает и выкладывает один ребенок. Остальные дети отгадывают.

Угадай настроение

Цель: обучение ребенка выражать собственные эмоции, угадывать чувства и настроения окружающих.

Малыши становятся в круг, ведущий просит показать их какую-либо эмоцию (радость, печаль, тоску, грусть и так далее). Помимо основного психотерапевтического эффекта упражнение также развивает подвижность лицевой мимики ребенка.

Картинки настроений

Необходимо подготовить наборы картинок, на которых изображены животные с различной мимикой (например, набор: кошка весёлая, грустная, сердитая и т. д. Количество наборов соответствует числу детей или количеству микро групп).

Ведущий показывает детям схематическое изображение той или иной эмоции или изображает сам, описывает словами, описывает ситуацию и т. д. Задача детей — в своем наборе отыскать животное с такой же эмоцией.

Фоторобот

Для этой игры понадобятся карточки, изображающие три части лица (наподобие фоторобота): 1-я часть – лоб и брови, 2-я часть – глаза и нос,

3-я часть – губы и подбородок.

Как известно, настроение на лице выражается бровями, глазами и губами. Поэтому для нашего «фоторобота» понадобится несколько карточек с различным изображением губ, глаз и бровей (остальные части лица остаются неизменными). Например: Выражение губ: грустное, веселое, злое, обиженное, испуганное...

Выражение глаз: веселое, злое... Выражение бровей: обиженное, испуганное... Можно играть командами. Например, каждой команде выдается набор карточек – частей «фоторобота». Команды задумывают, какое настроение у девочки. Затем дети выкладывают карточками лицо, выражающее задуманное настроение. Затем команды показывают друг другу получившиеся портреты и угадывают настроение, которое было задумано.

Узнай эмоцию

Цели: научить детей изображать различные проявления эмоций, раскрепостить замкнутого ребенка, повысить его самооценку.

Ведущий предлагает сыграть в игру «Полученный смайлик». Из группы детей выбирается главный игрок. Ведущий сообщает ему на ухо новость, которая должна вызвать на лице ребенка определенную эмоцию: улыбку, разочарование, удивление, растерянность и т. д. Остальные дети должны угадать показанную эмоцию и оценить новость, услышанную главным игроком.

Игра способствует не только раскрепощению детей, но и формированию оценочной функции. А узнанная эмоция придает уверенность в актерском мастерстве.

Нравится-не нравится (для детей с 5 лет)

Ребенок рассматривает карточки с изображением различных оттенков настроений и раскладывает их по следующим признакам: какие нравятся; какие не нравятся.

Затем необходимо назвать эмоции, изображенные на карточках, поговорить, почему он так их разложил.

Смешинки и злочки

Цель: развитие умения распознавать эмоциональные состояния.

Ход игры: психолог предлагает детям рассмотреть два портрета: на одном изображено веселое выражение лица, на другом - злое. Детям задаются вопросы: «Какое настроение у детей, изображенных на картинке? Как вы узнали? Давайте посмотрим, как расположены брови, ротик». Дети внимательно рассматривают. «А теперь давайте подойдем к зеркалу и постараемся изобразить сначала веселое, затем сердито выражение лица». Дети изображают с помощью мимики различное настроение и сравнивают с портретами.

Мое настроение

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроение других, стимулирование эмпатии.

Ход игры: Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.

Передача чувств

Цель: научить детей передавать различные эмоциональные состояния невербальным способом. Ребенку дается задание передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, можно обсудить, какое именно настроение было загадано. Затем ведущим становится любой желающий. Если кто-то из детей хочет побыть ведущим, но не знает, какое настроение загадать, педагог может помочь ему, подойдя и подсказав ему на ушко какое-нибудь настроение.

Цвета эмоций

Цель: развитие воображения, выразительных движений.

Выбирается водящий, по сигналу он закрывает глаза, а остальные участники задумывают между собой один из основных цветов. Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, главным образом эмоциональным, пытаются изобразить этот цвет, не называя, а водящий должен его угадать. Можно разделить на две команды, при этом одна команда будет изображать цвет (поочередно или одновременно), а вторая — отгадывать.

Рисует настроение

Детям предлагается выполнить рисунок на тему «Мое настроение сейчас». Каждый рисует ту эмоцию, какую он хочет. После выполнения задания дети рассматривают рисунки и обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

Второй вариант - каждый ребенок вытягивает карточку с той или иной эмоцией, которую он должен изобразить.

Третий вариант - все дети рисуют ту эмоцию, с которой познакомились на данном занятии (например, страх, удивление и пр.). Во время обсуждения выбирают рисунки наиболее ярко отражающие данную эмоцию.

Рисунки могут быть как сюжетные (нарисуй ситуацию из твоей жизни, когда ты очень удивился), так и абстрактные, то есть когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые, размашистые или мелкие, широкие или тонкие и пр.), композицию различных элементов.

Далее ребенку предлагается крепко сжать кулачки, а потом разжать и встряхнуть ручки; обхватить себя руками — это поза выдержанного человека; нарисовать свой гнев, а потом разорвать на мелкие кусочки.

Коврик злости

Цель: снятие негативных эмоциональных состояний.

У психолога или в группе детского сада в специально отведенном уголке лежит «коврик злости» (обычный маленький коврик с шероховатой поверхностью). Если вы видите, что ребенок пришел в детский сад агрессивно настроенным к окружающим или потерял контроль над своими действиями, предложите ему посетить волшебный коврик. Для этого ребенку нужно разуться, зайти на коврик и вытирать ножки до тех пор, пока малышу не захочется улыбнуться.

Рубка дров

Цель: обучение способам адекватного выражения гнева.

Ребенок рубит воображаемым топором воображаемые дрова с криком «ха!». Это поможет выходу гнева.

Мешочек со злостью

Цель: справляться с отрицательными эмоциями и, не подавляя их, направлять в новое рациональное русло.

Для игры потребуются небольшой мешочек из плотной с завязками.

Взрослый показывает мешочек ребенку и объясняет, что мешочек не простой, а волшебный: все плохое, что накопится на душе, можно класть именно в него. После этого ставится

обязательное условие: злиться, визжать и кричать можно только в этот мешочек. После этого мешочек завязывается, и отрицательные эмоции остаются в нем.

Нарисуй что слышишь (возраст детей — от 4 лет)

Цель: воспитывать положительные эмоции у детей, развивать творческие способности детей, посредством музыки, развивать творческие способности.

Потребуется лист бумаги, а также набор карандашей, фломастеров или красок (комплект оборудования должен быть для каждого игрока) и музыкальное сопровождение. Сначала дети внимательно слушают музыку, после чего стараются передать свои впечатления на бумагу, самостоятельно подбирая формы и цвета изображения. По окончании рисования обсуждаются рисунки и эмоции, которые дети передавали на бумаге, слушая музыку.

Картинная галерея (возраст детей — от 5 лет)

Цель: научить ребенка распознавать свои эмоции и выражать их с помощью рисунка.

Перед игрой нужно вспомнить с детьми названия разных чувств и состояний человека (грусть, доброта, радость, восторг, злость и т. д.). Предварительно поговорить с детьми о том, как может выглядеть на бумаге это чувство, какого оно цвета. Затем на каждом листе написать слова, обозначающее чувства. Дети должны нарисовать чувство, соответствующее надписи, в виде человечка, фантастического существа и т. п., можно нарисовать домик для этого чувства решить как он будет выглядеть. Высокий он или приземистый? Красивый или некрасивый? Яркий или невзрачный?

В конце занятия обсудить нарисованное и устроить выставку картин.

В результате этой игры складывается своеобразная картина внутреннего мира ребенка.

Этюды и упражнения:

Этюд «Лисичка подслушивает» для детей 3-4 лет

Цель: развивать способность понимать эмоциональное состояние и адекватно выражать своё (внимание, интерес, сосредоточенность).

Ход: Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик и петушок. Подслушивает. Голова наклонена в сторону – слушает, рот полуоткрыт. Нога выставлена вперёд, корпус слегка наклонён вперёд.

Этюд «Вкусные конфеты» (для детей 4-5 лет).

Цель: передавать внутреннее состояние через мимику (удовольствие, радость). У девочки в руках воображаемая коробка с конфетами.

Она протягивает её по очереди детям. Они берут конфету, благодарят, разворачивают бумажку и угощаются. По лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд «Радость и грусть»

Цель: познакомить детей с выражением эмоций радости и грусти.

Оборудование: - набор рисунков с изображением лиц с разными эмоциями. Стоя перед зеркалом, вместе с педагогом дети изображают на лице грусть и радость.

Этюд «Баба-Яга»

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съест девочку, а сама уснула. Проснувшись, а Аленушки и нет — сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегаёт по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Упражнение «Посмеемся над страхами»

Дети сидят на ковре. Ребята вспоминают ситуации, когда им было страшно, и вместе со взрослым ищут в каждой страшной истории что-то смешное. В конце можно включить запись смеющегося человека и всем вместе поохотаться от души. Упражнение поднимает настроение и способствует снятию зажатости как на физическом, так и на психологическом уровне.

Упражнение «Возьмите себя в руки»

Ребенку говорят: как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочешь кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди — это поза «выдержанного человека».

Упражнение «Врасти в землю»

Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулачки, крепко сцепи зубы. Ты — могучее крепкое дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны. Это поза уверенного человека.

Статическая медитация «Путешествие на облаке» (автор К. Фопель).

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Глубоко вдохните, выдохните. Мы отправляемся в путешествие на облаке.

Прыгните на белое пушистое облако, похожую на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуйте, как ваши ноги, спина удобно расположились на этой большой «облачной» подушке. Наши облака медленно поднимаются в синее небо. Чувствуете, как ветерок овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, всё спокойно и тихо.

Пусть наши облака перенесут нас в волшебную страну. Здесь мы чувствуем себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-то чудесное и волшебное. Вдохните, выдохните... Теперь можно открыть глаза, встать с облака и оглянуться вокруг – мы оказались в волшебной стране, там, где все живут по законам дружбы.

Упражнение – релаксация «Порхание бабочки»

Психолог: закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите красивую бабочку, которая порхает с цветка на цветок. Проследите за движением ее крыльев, они легки и грациозны. Теперь представьте что вы бабочки с большими красивыми крыльями. Почувствуйте как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением плавного парения в воздухе. А теперь посмотрите на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите сколько на нем ярких цветов. Найдите самый красивый цветок и постепенно приближайтесь к нему, теперь вы чувствуете аромат цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую серединку цветка. Выдыхаете его аромат и открываете глаза. Расскажите о своих ощущениях.

Упражнение «Муравей»

Цель: снять эмоциональное напряжение.

Процедура проведения. Все дети и взрослый сидят на ковре. Ведущий: «Мы сидим на полянке, ласково греет солнышко. Мы спокойно дышим - вдох, выдох. Вдруг на пальчики ног залез муравей. С силой потяните носочки на себя. Ножки прямые и напряжены. Прислушайтесь, на каком пальчике сидит муравей, задержите дыхание. Сбросим муравья с ножек, выдыхаем воздух. Носочки вниз, стопы в стороны, ножки расслаблены, отдыхают.» (Повторить несколько раз.)

Упражнение «Мороженое»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение.

Дети стоят на ковре. Им предлагается поиграть в мороженое. Ведущий: «Вы - мороженое. Вас только что достали из холодильника. Мороженое твердое как камень. Ваши ручки напряжены, ваше тело ледяное. Но вот пригрело солнышко, мороженое стало таять. Ваше тело, ручки, ножки стали мягкими, расслабленными. Ручки бессильно повисли вдоль тела...»

Упражнение «Поймай бабочку»

Цель: нервно-мышечная релаксация через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления.

Процедура проведения. Ведущий показывает летящую бабочку, пробует ее поймать - выполняет хватательные движения над головой одной рукой, потом другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения. Затем медленно разжимают кулачки, смотрят, поймали бабочку или нет. Затем соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат ее.

Упражнение «Улыбка»

Цель: снять напряжение мышц лица.

Процедура проведения. Детям показывают картинку с улыбающимся солнышком. Ведущий: «Посмотрите, какое красивое солнышко, оно широко улыбается для вас. Давайте

улыбнемся солнышку в ответ. Почувствуйте, как улыбка переходит в ваши ручки, доходит до ладошек. Улыбнитесь еще раз и попробуйте улыбнуться пошире. Растягиваются ваши губки, напрягаются щечки. Дышите и улыбайтесь. Ваши ручки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка».

Упражнение «Холодно - жарко»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение.

Процедура проведения. Ведущий: «Вы играете на солнечной полянке. Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замерзли, обхватили себя ручками, головку прижали к ручкам - греетесь. Согрелись, расслабились. Но вот снова подул холодный ветер...» (Дети повторяют действия.)

Упражнение «Лимон»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение.

Процедура проведения. Ведущий предлагает детям представить, что в правой руке у них лимон, из которого нужно выжать сок. Дети как можно сильнее сжимают правую руку в кулаке, затем расслабляют ее. Аналогичное упражнение выполняется левой рукой. Затем дети садятся на стулья и пьют воображаемый сок.

Упражнение «Подушечки»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение.

Процедура проведения. Ведущий предлагает всем поспать, отдохнуть. Дети собираются в круг, садятся на корточки, закрывают глаза. Ведущий (через несколько секунд): «Вот мы и проснулись, сладко потянулись». Дети открывают глаза, медленно встают, вытягивают руки вперед, затем поднимают их вверх, отводят за голову и поднимаются на носки. Ведущий: «Сладко потянулись, друг другу улыбнулись». Дети встают на ступни, опускают руки вниз.

Упражнение «Согреем бабочку»

Цель: достичь релаксации через дыхательные техники.

Процедура проведения. Дети сидят в кругу на стульях. Ведущий показывает воображаемую бабочку, рассказывает, что она замерзла и не может взлететь. Предлагает согреть ее своим дыханием. Дети дышат на ладошки. Психолог рассказывает, что бабочка согрелась и ее надо сдуть с ладошки. Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

Упражнение «Воздушный шарик»

Цель: развить у детей способности расслабления мышц живота.

Процедура проведения. Дети стоят в кругу. Ведущий: «У меня в руках воздушный шарик. Посмотрите, как я буду его надувать (надувает настоящий воздушный шарик, а затем сдувает его). А сейчас мы представим, что воздушный шарик находится у нас в животе и мы должны его надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем животик, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте ручкой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем животик. Отлично! Давайте повторим еще раз. Вдох - выдох, еще один вдох - выдох. Молодцы!»

Упражнение «Часики»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение через дыхательные техники, создание положительного эмоционального фона.

Процедура проведения. Ведущий: «Ребята, а вы видели часики?»

У кого они есть? А хотите, мы сегодня с вами будем показывать часики? Встаньте прямо, ножки слегка расставьте так, чтобы машина между ними могла проехать, руки опустите. Мама часики завела, и они стали тикать: «Тик-так!». Размахивайте прямыми руками вперед и назад. Устали часики, остановились, отдыхают... Мама снова завела часики, и они снова стали тикать». Дети и ведущий размахивают руками, говорят: «Тик-так».

Упражнение-релаксация

Сядьте удобно. Обопритесь на спинку стула. Закройте глаза. Представьте, что вы на берегу реки. Песок прохладный, сыпучий. Набрать в руки воображаемый песок (вдох). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержать дыхание). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (выдох). Уронить обессиленно руки вдоль тела: двигать тяжёлыми руками (повторить 2-3 раза).

Упражнение «Расслабление в позе морской звезды»

Выполняется под музыку. Дети лежат расслабленно в позе морской звезды. Ведущий просит детей закрыть глаза и представить место, где они любят отдыхать, где они всегда себя хорошо и безопасно чувствуют. Это может быть реальное или вымышленное место. В конце упражнения дети открывают глаза, потягиваются несколько раз, садятся, глубоко вздыхают и встают.

Упражнение «Солнечный зайчик»

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот — погладь его и там. Он не озорник — он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

Картотека игр, направленных на развитие эмоциональной сферы детей во второй младшей группе

Цели:

1. Способствовать выработке навыка понимания эмоций и чувств у детей.
2. Выработка навыка выражения собственных эмоций.
3. Создание условий, способствующих воспитанию дружбы и заботы друг о друге у воспитанников.

4. Развитие навыка выражения эмоций с помощью жестов и мимики.

Дидактическая игра "Какой он - сказочный герой?"

Ход игры: Воспитатель предлагает рассмотреть разложенные на столе картинки с изображениями героев из сказок. Детям предлагается рассказать кто из них хитрый, добрый, щедрый, злой, грустный, веселый, ленивый. Объяснить свой ответ эпизодами из известных сказок.

Дидактическая игра "Палитра эмоций"

Ход игры: Перед детьми разложены картинки - схематические изображения эмоциональных состояний человека (*злой, веселый, удивленный, обиженный и т. д.*). Детям предлагается назвать каждое состояние и показать его самому.

Дидактическая игра "Сила слова"

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать картинку с изображением какой-либо эмоции, которая возникнет в ответ на услышанные слова. Список слов, высказываний: "ты - умничка, "ты хорошо сделал", "он - плохой", "выполни, пожалуйста, задание", "у меня для тебя сюрприз", "а ты знаешь, почему дует ветер?", "кто разбил тарелку?", "сегодня мы не будем играть", "тебе сегодня подарят игрушку".

Речевая игра "Продолжи предложение"

Ход занятия: детям предлагается продолжить предложения: "я радуюсь, когда. ", "я грущу, когда. "

Словесная игра "Развесели сказочного героя"

Ход игры: детям предлагаются сюжетные картинки из сказок ("*Заюшкина избушка*", "*Снегурочка и лисица*", "*Курочка Ряба*") и задается вопрос: почему герой плачет. Дети должны ответить на вопрос и порассуждать, кто и каким образом в этой сказке помог и порадовал героя.

Дидактическая игра "Какое настроение у сказочного героя"

Ход игры: Детям предлагается отгадать, какое настроение у сказочного героя, изображенного на демонстрируемой воспитателем картинке (*грусть, радость*). Далее детям задаются вопросы и обсуждаются: 1. Каким становится лицо, когда человек грустит (радуется)? 2. Как еще мы можем понять, что человеку очень грустно (радостно? (*Когда человек плачет/улыбается, смеется*). 3. Почему человек может грустить/ радоваться? 4. Радость/грусть - это хорошая эмоция или плохая? 5. Как помочь грустному человеку?

Дидактическая игра "Покажи"

Ход игры: детям предлагается показать эмоцию, возникающую в нижеперечисленных ситуациях:

- Испугаемся, как заяц, увидевший волка;
- Удивимся, как будто увидели сокровища;
- Расцветем как: цветы;
- Завянем как травка;
- Полетаем как птицы;
- Покажем, как идет медведь по лесу;
- Крадется злой волк за зайцем;
- Улыбнемся как солнышко.

«Ветерок»

Воспитатель держит в руке султанчик и произносит слова:

Ветерок, подуй сильней,
Развей ленточки скорей!
Вей. Вей ветерок,
Догони его, дружок!

Затем начинает быстро двигаться, размахивая султанчиком. Дети стараются поймать «ветерок».

«Чудесный мешочек»

Воспитатель, наполняя мешочек различными предметами (мягкими, шершавыми, холодными, гладкими и др.) задает детям различные игровые задачи:

- найди себе друга
- достань, что понравилось
- на что похоже и т.д.

«Путешественники»

Воспитатель предлагает детям походить босиком по поверхности различного качества: мягкой, ребристой, гладкой и т.д.

«Веселая пушинка»

Воспитатель держит в руке ватный шарик и говорит детям:

- Веселая пушинка
- Летала, летала
- И села деткам на носик!
- Воспитатель дотрагивается ваткой до носа каждого ребенка
- Веселая пушинка
- Летала. Летала
- И села деткам на щечки!

Воспитатель дотрагивается до щеки каждого ребенка. Игра продолжается, «пушинка» садится детям на ушко, ладошки и т.д.

«Скачем на коне»

Основу игры составляет стихотворение Я. Акима «Весело мне»

Яблоки – венки	Дети
Весело мне	имитируют
Весело мне	езду на
Я скачу на коне!	Лошадке
Яблоки, венки,	Двигаются в

лечу, Вихрем разных лечу
 я, Вихрем направлениях
 Куда захочу!
 Яблоки, веники, Дети
 останавливаются.
 Конь мой устал, Воспитатель
 делает акцент на слове
 Конь мой устал, «устал»,
 просит изобразить
 И скакать перестал. Уставшего
 коня.

Сделай» лицо

◆ Попросите малыша мимикой изобразить различные эмоциональные состояния — радость, гнев, грусть и др.

Радость

◆ Показать, как радуется ребенок новой игрушке.

◆ Напомните малышу о том, как он радовался, когда ему подарили новую игрушку. Попросите его вспомнить эту ситуацию: «Закрой глаза. Представь, что ты держишь ее в руках. Вырази свои чувства мимикой».

Огорчение

◆ Показать огорчение ребенка, у которого заболел друг.

◆ «Представь, что ты хочешь поиграть в новую игру с другом, а он болеет. Что ты при этом чувствуешь? Изобрази огорчение».

Грусть

◆ Изобразить, как грустит больной ребенок.

◆ Напомните ребенку о том, что когда он болел, то сидел дома и смотрел в окно. А в это время другие дети играли в веселые игры. Спросите, что тогда он чувствовал.

Гнев

◆ Показать сердитого ребенка, у которого сломалась любимая игрушка.

◆ Возьмите эту игрушку, спросите ребенка, как он любит играть с ней, как он о ней заботится. Но что он почувствует, если узнает, что она сломана и ее нельзя починить. Как изобразить гнев?

Грустим-радуемся

◆ Когда ребенок научится правильно изображать эмоции, ему можно предложить менять мимику лица: с грустного на веселое (больной ребенок выздоровел), с сердитого на радостное (ему починили игрушку) и т. п.

◆ Он может смотреть при этом в зеркало, чтобы не только чувствовать эмоциональное состояние, но и видеть, как он его изображает.

Хитрая лиса

◆ Недаром говорят: «Хитрая лиса!» Предложите ребенку вспомнить сказки, в которых лиса кого-нибудь обманывает. Пусть он представит лису, которая хочет обманом выманить у волка петуха. Как она может это сделать? (Предложить волку свою помощь — посторожить петуха — или напугать волка известием, что по его следам идут охотники.) Пусть ребенок попытается изобразить лису в тот момент, когда она крадется к волку. Напомните ребенку о том, что это нужно делать так, чтобы было видно, что лиса что-то затевает.

Злой волк

◆ Предложите ребенку изобразить волка, у которого лиса украла петуха. Поговорите о том, как разозлился волк, когда узнал об этом.

Бабочка, радующаяся нектару цветка

◆ Вспомните вместе с ребенком, как наблюдали летом за бабочкой, пьющей нектар цветка. Отметьте, что ей нравится этот сладкий сок. Предложите ребенку представить себя такой бабочкой. Пусть он попытается почувствовать, как хорошо пахнет цветок.

Замерзший воробей

◆ Предложите ребенку вспомнить, как вы наблюдали за замерзшими в морозы птицами, как они сидели нахохлившись, сжавшись в комочек, дрожали, прятали под крыло голову. Дайте ему задание показать замерзшего воробья. Посоветуйте ему закрыть глаза, чтобы лучше войти в образ.

Сломанный цветок

◆ Поговорите с ребенком о том, как больно, наверное, сломанному цветку, ведь он такой же живой, как и мы. Теперь он засохнет. Предложите изобразить это.

Изобрази

◆ Научиться показывать характер, чувства помогают театрализованные упражнения, мини-сценки.

Игра «Я радуюсь, когда...»

Педагог: «Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему мячик и попрошу, например, так:

«Петя, скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?». Петя должен будет поймать мячик и сказать: «Я радуюсь, когда...»

Петя рассказывает, когда он радуется, а затем бросает мячик следующему ребенку и, назвав его по имени, в свою очередь спросит: «(имя ребенка), скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?» Эту игру можно разнообразить, предложив детям рассказать, когда они огорчаются, удивляются, боятся. Такие игры могут рассказать вам о внутреннем мире ребенка, о его взаимоотношениях как с родителями, так и со сверстниками.

Упражнение «Зеркало»

Педагог передает по кругу зеркало и предлагает каждому ребенку посмотреть на себя, улыбнуться и сказать: «Здравствуй, это я!»

После выполнения упражнения обращается внимание на то, что, когда человек улыбается, у него уголки рта направлены вверх, щеки могут так подпереть глазки, что они превращаются в маленькие щелочки.

Некоторые дети изображают подобие улыбки. На них необходимо обратить особое внимание.

Если ребенок затрудняется с первого раза обратиться к себе, не надо на этом настаивать. В этом случае зеркало лучше сразу передать следующему участнику группы. Такой ребенок тоже требует особого внимания со стороны взрослых.

Это упражнение можно разнообразить, предложив детям показать грусть, удивление, страх и т.д. Перед выполнением можно показать детям пиктограмму с изображением заданной эмоции, обратив внимание на положение бровей, глаз, рта.

Этюд «Котенок, который хотел порадовать свою маму»

Педагог обращает внимание детей на то, что человек может улыбаться и радоваться не только тогда, когда ему что-то подарили или выполнили какое-то его желание, но и тогда, когда он сам делает для другого что-то хорошее. В подтверждение своим словам педагог читает сказку:

«Жил-был на свете маленький котенок. Все у него было: много игрушек, сладостей, карандаши, краски и даже компьютер. Целыми днями он бегал, играл, ничего не замечая вокруг. А потом ему стало скучно. Все надоело и ничего не доставляло радости. Он перестал улыбаться. Мама забеспокоилась, не заболел ли ее сынок.

Однажды котенок ждал маму с работы и от нечего делать сползая по дому. Забрел на кухню и ... увидел в раковине много грязной посуды. «Мама придет уставшая с работы, и ей придется еще мыть эту гору посуды», - подумал малыш. – «Может, я справлюсь с этой работой?» И он попробовал. Когда пришла мама, радостный котенок потащил ее на кухню. «Посмотри, мама, я сделал тебе подарок», - и показал на чистую раковину. Мама улыбнулась: «Какой ты у меня молодец, спасибо тебе!» А котенок тоже улыбался – оказывается, так приятно доставить кому-то радость».

После чтения сказки педагог предлагает каждому ребенку по очереди изобразить котенка, а сам берет на себя роль мамы-кошки. Важно, чтобы дети прочувствовали радость от того, что помогли маме. В конце упражнения можно еще раз обратить внимание детей на то, как приятно сделать что-то для другого человека.

Игра «На полянке»

Педагог: «Давайте сядем на ковер, закроем глаза и представим, что мы находимся в лесу на полянке. Ласково светит солнышко, поют птички, нежно шелестят деревья. Наши тела расслаблены. Нам тепло и уютно. Рассмотрите цветы вокруг себя. Какой цветок вызывает у вас чувство радости? Какого он цвета?».

После небольшой паузы педагог предлагает детям открыть глаза и рассказать, удалось ли им представить полянку, солнышко, пение птиц, как они себя чувствовали во время проведения этого упражнения. Увидели ли они цветок? Какой он был? Детям предлагается нарисовать то, что они увидели.

Если в вашем детском саду практикуется [песочная терапия](#), то с детьми можно поиграть в следующие игры (если же нет, то воспользуйтесь имеющимися у вас игрушками).

Игра «Рассмеши принцессу-несмеяну»

Педагог рассказывает историю о принцессе, которая всегда была печальна. Никому никогда не удавалось вызвать на ее лице улыбку. Детям предлагается ответить на вопрос: «Как я могу рассмешить принцессу?». После небольшой паузы ребята подходят к стеллажу с миниатюрами и выбирают фигурки для своей истории. Затем каждый из них с помощью своих персонажей рассказывает смешную историю, проигрывая ее в песочнице. В конце педагог подводит итоги, выбирая наиболее смешной рассказ. При этом он благодарит ребят за то, что принцесса наконец-то улыбнулась.

Игра «Удиви мышку»

Педагог рассказывает историю о мышке-путешественнице, которая объехала много стран и повидала много интересного. Сегодня она приехала в наш детский сад и хочет послушать их удивительные истории. Слова сопровождаются помещением мышки в поднос. Ребятам предлагается подойти к стеллажу с фигурками и выбрать персонажей для своей удивительной истории. По мере готовности каждый ребенок рассказывает мышке свою сказку. Если ребенок затрудняется придумать тему, педагог помогает ему, предлагает вспомнить, что необычного малыш увидел на прогулке, в цирке, в гостях и т.п. После проигрывания всех историй, взрослый от лица мышки хвалит детей за их умение удивляться и удивлять.

Упражнение «Посмеемся над страхами»

Это упражнение лучше выполнять, сидя на ковре. Ребята вспоминают ситуации, когда им было страшно, и вместе со взрослым ищут в каждой страшной истории что-то смешное. В конце можно включить запись смеющегося человека и всем вместе похихотать от души.

Дети очень любят это упражнение. Оно [поднимает настроение](#) и способствует снятию зажатости как на физическом, так и на психологическом уровне. Первоначально ребята стеснялись друг друга, им не удавалось смеяться от души, но по мере сплочения группы зажатость исчезала, и мы стали довольно часто по их просьбе включать в занятие «разминки-смешилки».

Это упражнение активно применяется в нашем детском саду и на занятиях музыкой, которые проводит опытный педагог Журавлева Галина Николаевна и, поверьте, дает свои положительные результаты: напряжение снимается не только у детей, но и у взрослых.

Этюд «Еж и Лягушка»

Детям предлагается послушать историю про Ежа и Лягушку: «Договорились как-то Еж и Лягушка вместе позавтракать. Ранним солнечным утром они встретились на полянке. Лягушка принесла на тарелочке много мух и комаров, которых она наловила для своего друга накануне, а Ежик в качестве угощения приготовил грибы и ягоды. Каждый из них хотел порадовать другого. Но, когда Лягушка поставила на пенек тарелку, Еж воскликнул: «Ой, да разве это можно есть? Ну и гадость! И где ты только это взяла?» «Ну это же так вкусно! – недоумевала Лягушка. – Я выбрала самое лучшее, посмотри какие они жирненькие!» Долго еще был слышен в лесу их спор, который так ничем и не закончился. Они не знали одного: у каждого свои вкусы. И то, что любит один, другому может совершенно не нравиться».

После того, как педагог прочитал историю, в группе начинается обсуждение. Затем дети делятся на пары и проигрывают эту историю. В конце педагог еще раз обращает внимание детей на то, что у всех разные вкусы и их надо уважать.

Рассказ «Медвежонок, который делал все кое-как»

Педагог предлагает детям послушать еще одну историю.

В семье медведей родился маленький медвежонок. С детства он был очень подвижный: любил бегать, прыгать, играть с мячиком. Однажды медвежонок решил пойти погулять в лес. На полянке встретились ему бельчата, которые строили из дощечек дом для птицы. «Давайте помогу, - воскликнул медвежонок. – Я тоже умею работать молотком». Он выхватил у бельчонка молоток и ударил им по гвоздю. Да силы-то не рассчитал – развалился домик. «Ну, извините», - сказал медвежонок и, как ни в чем не бывало, побежал дальше. У речки ему повстречался барсучонок, который помогал маме полоскать белья. «Я тоже хочу вам помочь», - закричал медвежонок. С этими словами он выхватил у барсучонка носочки, нагнул над водой и со всей силы стал

размахивать ими. Да не увидел, что вода в речке текла быстро, носочки-то и выпустил. «Ну, извини», - сказал медвежонок и, не дожидаясь того, что ответит барсучонок, весело напевая песенку, побежал дальше. Около домика зайцев он увидел маленького зайчонка, который полол траву. «Давай помогу, - улынулся медвежонок. – Вдвоем мы быстрее справимся». «Только аккуратнее, - сказал зайчонок. – Здесь морковка растет, постарайся ее не выдернуть». «Да, ладно тебе, я ведь на все руки мастер», - с этими словами медвежонок начал проворно выдергивать сорняки. Когда зайчонок посмотрел, как пороботал медвежонок, у него на глаза навернулись слезы: «Что скажет мама?! Ведь ты выдернул не только траву, но и морковку!» «Ну, извини», - сказал медвежонок и побежал домой. С тех пор лесные звери перестали общаться с медвежоном. А он так и не понял, почему.

Педагог обсуждает с детьми эту историю, еще раз обращает внимание на то, что каждое дело надо делать старательно, что слово «извини» должно идти от сердца.

Игра «Прогони злость»

Педагог: «А сейчас я научу вас некоторым приемам, которые помогут вам в дальнейшем прогнать свою злость. Возьмите по газете и представьте, что вы на кого-то очень злитесь (делает паузу). А теперь скомкайте газету с силой и бросьте ее в сторону».

Дети выполняют задание, а воспитатель следит за тем, чтобы они как можно естественнее представили свою злость, комкая газету. Дети не должны кидать комки друг в друга. Эта игра поможет агрессивным детям в дальнейшем снимать напряжение.

Игра «Угадай эмоцию»

На столе лежат пиктограммы различных эмоций. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным. После этого дети по очереди пытаются показать эмоции, нарисованные на карточках. Зрители, они должны угадать, какую эмоцию им показывают и объяснить, как они определили, что это за эмоция. Воспитатель следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети. Эта игра поможет определить, насколько дети умеют правильно выражать свои эмоции и "видеть" эмоции других людей.

Игра «Про Обиду и Грустинку»

Педагог объясняет детям, почему они иногда приходят в детский сад с плохим настроением. Оказывается, дети в этом совсем не виноваты, просто к ним по дороге приклеилась Обида или Грустинка. Главную ее найти и сбросить с себя. Это может сделать сам ребенок или его друг. После рассказа педагога можно проиграть ситуацию снятия плохого настроения.

Игра «Подарок другу»

Педагог предлагает детям выбрать себе пару. Один из детей в паре садится на стульчик, он именинник. Другой ребенок – гость. Он приносит имениннику подарок. Нужно без слов показать, что ты подарил. Задача именинника – угадать, что это за предмет. Затем ребята меняются местами.

Игра «Что было бы, если бы...»

Взрослый показывает детям сюжетную картинку, у героя (ев) которой отсутствует (ют) лицо(а). Детям предлагается назвать, какую эмоцию они считают подходящей к данному случаю и почему. После этого взрослый предлагает детям изменить эмоцию на лице героя. Что было бы, если бы он стал веселым (загрустил, разозлился и т.д.)?

Можно разделить детей на группы по количеству эмоций и каждой группе предложить разыграть ситуацию. Например, одна группа придумывает и разыгрывает ситуацию, герои которой злятся, другая – ситуацию, в которой герои смеются.

Игра «Испорченный телевизор»

Все участники игры, кроме одного, закрывают глаза, «спят». Ведущий молча показывает «неспящему» участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики и жестов. Этот участник, «разбудив» второго игрока, передает увиденную эмоцию, как он ее понял, тоже без слов. Далее второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так пока все не «проснутся».

После этого ведущий опрашивает участников игры, начиная с последнего и кончая первым, какую эмоцию, по их мнению, им показывали. Так можно найти звено, где произошло искажение информации, или убедиться, что «телевизор» был полностью исправен.

Возможные вопросы для обсуждения:

По каким признакам ты определил именно эту эмоцию?

Как ты думаешь, что помешало тебе правильно понять ее?

Трудно ли было тебе понять другого участника?

Что ты чувствовал, когда изображал эмоцию?

С помощью данных игр можно развивать не только эмоции, но и внимание, память, мышление, воображение детей. И обязательно это делать именно в группе. Отправляясь на прогулку, запаситесь разными маленькими историями на выражение эмоций, например, такими.

Баба-Яга (этюд на выражение гнева)

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама

уснула. Проснулась, а Аленушки и нет — сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегаёт по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Фокус (этюд на выражение удивления)

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса)

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Солёный чай (этюд на выражение отвращения)

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чая и не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

Новая девочка (этюд на выражение презрения)

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей — недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

Про Таню (горе — радость)

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик (горе).

«Тише, Танечка, не плачь —

Не утонет в речке мяч!»