

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №42

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СКАЗКИ В ПЕСОЧНОЙ СТРАНЕ»**

Уровень программы: *ознакомительный*

Срок реализации программы: *1 год -34 ч.*

Возрастная категория: от 4 до 5 лет

Форма обучения: *очная*

Вид программы:

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе:

Разработчик:

Зобова Надежда Александровна,

Педагог-психолог МАДОУ №42

г. Армавир,

2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Основные принципы и подходы к формированию программы.....	3
2. Целевой раздел.....	10
2.1. Цели и задачи программы «Сказки в Песочной стране».....	11
2.2. Планируемые результаты освоения детьми старшего дошкольного возраста программы «Сказки в Песочной стране»	10
3. Организационный раздел.....	11
3.1. Основные условия реализации программы.....	11
3.1.1. Организационные условия реализации программы.....	11
3.1.2. Психолого-педагогические условия реализации программы....	13
3.1.3. Материально-технические условия реализации программы.....	15
4. Содержательный раздел.....	17
3.2. Тематическое планирование.....	17
4.1. Примерные сценарии образовательной деятельности по программе «Сказки в Песочной стране».....	21
Список литературы.....	56

1. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ

В современных условиях кризисного состояния социальных отношений в обществе, увеличивающегося влияния средств массовой информации на ребенка, социально-моральных отношений в микро-социумах, особую актуальность приобретает проблема обеспечения эмоционального благополучия и педагогической поддержки ребенка в преодолении негативных эмоциональных реакций и поведенческих проблем, его эмоциональное развитие.

Особый этап в жизни ребёнка – начало школьного обучения. Для того чтобы первоклассник успешно смог справиться с новыми требованиями школьной жизни, он должен обладать набором качеств, которые тесно переплетены между собой. В их число входит и эмоциональная готовность к школе, которая характеризуется позитивным отношением к себе, другим детям, педагогам, достаточная эмоциональная зрелость, чтобы уметь чувствовать настроение другого человека, уметь сотрудничать. Так как происходит переход на новый социальный статус школьника, появляется новый детский коллектив, незнакомые учителя и другие новые взрослые, новые обязанности и проблемные ситуации. Ребенку необходимо уметь преодолевать, различные эмоциональные проблемы и неуверенность, которые мешают воспринимать учебные задачи. У детей, эмоциональным развитием которых целенаправленно занимались, преобладают позитивные чувства, а негативные чувства выражены в меньшей степени, эти дети более устойчивы и стабильны в трудных ситуациях. Хотя и они, естественно, испытывали разочарование, печаль и гнев, но были способны сами справляться с этими чувствами, утешить себя или успокоиться.

Многочисленные исследования показали также, что неблагоприятная ситуация в семье, развод родителей или напряженные отношения между ними, сопровождающиеся ссорами, снижают способность детей к дружеским отношениям, негативно влияют на их школьные успехи, устойчивость к стрессам и болезням и часто являются причинами эмоциональных расстройств (страхов, депрессий). Это нередко ведет к неудаче в школьном обучении: дети перестают учиться. Тем не менее, дети, проходившие «эмоциональное обучение», в ситуации развода родителей оказались значительно более устойчивыми. [14].

На исключительное значение эмоционального развития личности ребенка дошкольника указывали психологи (Л.А. Абрамян, З.М. Богуславская, Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Д. Кошелева, Я.З. Неверович, С.Л. Рубинштейн и др.), доказывая, что эмоции оказывают влияние практически на все сферы психического развития – и регуляцию поведения, и овладение ребенком средствами и способами взаимодействия с другими людьми, и поведение в группе сверстников, освоение ими социального опыта. С данными высказываниями нельзя не согласиться, действительно,

эмоции выступают как внешнее проявление, знак внутреннего состояния ребенка, как показатель его социально-психического благополучия, а также индикатор личностного развития в дошкольном возрасте.

Таким образом, обращение к решению данной проблемы должно пронизывать буквально все формы взаимодействия педагога и ребенка в образовательном процессе. Безусловно, в непосредственно-организованной деятельности в детском саду приоритет в большей степени отдается реализации познавательных задач, развитию когнитивных составляющих интеллекта. Это обусловлено и социальным заказом, и значительной теоретико-методической обеспеченностью при внедрении подобного рода разработок. При этом, как правило, упускается очень важный аспект – целенаправленное развитие социально-эмоциональной сферы ребенка, в частности, эмоционального интеллекта, столь важного на этапе подготовки к школе, что подтверждается рядом исследований [21; 23; 31].

Изучение подходов к определению эмоционального интеллекта в научной психологической литературе позволяет рассматривать эмоциональный интеллект ребенка-дошкольника как интегративную способность личности, проявляющуюся в адекватном восприятии, идентификации, осмыслении и понимании ребенком своего эмоционального состояния, и чувств других людей, а также обнаруживающуюся в способности дошкольника регулировать свои эмоции, осуществлять в доступных ему формах самоуправление поведением и использовать имеющийся у него эмоциональный опыт, представления в качестве основы для принятия поведенческих решений в жизненных ситуациях [31].

Решить задачу развития эмоционального интеллекта дошкольника поможет специально спланированная работа в рамках совместной деятельности педагога и детей, которая реализуется, как правило, во второй половине дня и реализуется в форме практик, студий, мастерских. ФГОС дошкольного образования нацеливает на создание условий в процессе образования детей для овладения дошкольниками культурными средствами деятельности и различными видами *культурных практик*, ориентированных на проявление детьми самостоятельности, активности и творчества в разных видах деятельности [34].

Анализ подходов к пониманию сущности данной формы, которую одной из первых обосновала и реализовала Н.Б. Крылова, свидетельствует, что отличительными ее особенностями выступают: актуальный интерес ребенка, возможности ему проявить инициативу, самостоятельность и творчество. Именно благодаря этим механизмам детской активности ребенок становится субъектом общения, отношений со сверстниками, взрослыми и младшими детьми, субъектом выбора способов действий, пробы интеллектуальных сил, эмоциональных проявлений, накопления позитивного социального опыта сопереживания, принятия или непринятия чего-либо.

Педагогическая практика накопила значительный арсенал арт-педагогических техник, среди которых можно отметить, музыкальные, изобразительные, речевые, двигательные, и др.

Арт-педагогические техники позволяют ребенку усвоить опыт, непосредственно связанный с развитием эмоционального интеллекта, так как через творчество он не только закрепляет полученные знания, в частности, направленные на осознание собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей, но и способствует рефлексии актуального эмоционального переживания [32].

Таким образом, арт-педагогический подход, ориентирует в первую очередь на творческий акт, на внутренний мир, переживания, эмоции ребенка, на спонтанное выражение им своих внутренних переживаний, на актуализацию внутренних ресурсов. Арт-педагогический подход направлен на расширение сферы позитивного потенциала детей, активизацию посредством выражения внутренних возможностей, творческих проявлений ребенка, ресурсов социальной адаптации посредством искусства. Всем этим требованиям отвечают арт-педагогические практики, используемые при реализации программы - театрализованные этюды-импровизации в педагогической песочнице в сочетании с изобразительным искусством. Культурные практики, наполненные творчеством, в наибольшей степени будут способствовать развитию эмоционального интеллекта, созданию благоприятной эмоциональной обстановки в детском коллективе и общего эмоционального благополучия.

Изобразительная деятельность, как никакая другая, близка деятельности ребенка-дошкольника, естественна для его эмоционального выражения. Она позволяет ребенку усвоить опыт, непосредственно связанный с развитием эмоционального интеллекта, так как через рисунок он не только закрепляет полученные знания, в частности, направленные на осознание собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей, но и способствует рефлексии актуального эмоционального переживания [32].

Во время встреч в «Песочной стране» дети включаются в такие арт-практики, как *театрализованные этюды-импровизации, сказка и изобразительная деятельность (рисунки-впечатления)*.

Театрализованные этюды-импровизации являются видом театрализованной деятельности детей. В театральном искусстве этюд — это фрагмент, маленький спектакль, в котором должно происходить определенное событие в предлагаемых обстоятельствах, условиях, ситуациях. Театрализованные этюды-импровизации мы рассматриваем как импровизационный художественный вид деятельности, которая отвечает потребностям детей в чем-то необычном, в желании перевоплотиться в какую-либо роль, вообразить, почувствовать себя кем-то другим. Деятельность детей в этой деятельности проявляется в специфическом

ролевом поведении, в создании художественного образа в процессе интерпретации содержание роли, разыгрывания события.

Театрализованные этюды-импровизации основаны на сюжете специально подобранных психологических сказок, позволяют получить и зафиксировать детьми полученный во время образовательной деятельности эмоциональный опыт. При этом специально организованная групповая проработка темы позволяет глубже пережить и рефлексировать сюжет, «пропустить его через себя».

В основе театрализованных этюдов-импровизаций лежит проявление детьми творчества, постижение ими авторского замысла истории, а также собственного отношения к воображаемым явлениям и ситуациям. Необходимо отметить, что театрализованные этюды-импровизации выполняют эмоциогенную функцию, поскольку в ней в качестве мотива принятия и выполнения роли в отношении к персонажу выступают эмоции, внешним оформлением эмоции является разыгрываемая роль, в процессе реализации которой дошкольники могут экспериментировать с образами героев, достраивая их до конкретного сюжета. В театрализованных этюдах-импровизациях происходит усвоение детьми способов образной выразительности (интонация, мимика, поза, жест, походка). С помощью данных выразительных средств разыгрывается детьми фрагмент литературного произведения, то есть воссоздаются конкретные образы.

Посредством театрального реквизита, в качестве которого выступают мелкие предметы, игрушки, природный материал, песочной среды, где разворачивается действие, дети имеют возможность эмоционально проявить себя, выразить свой внутренний эмоциональный мир. Песок при этом выступает в качестве мотивационного и психотерапевтического компонента. Сказанное дает право рассматривать театрализованные этюды-импровизации как арт-практику старших дошкольников, у которых появляется возможность показать выразительность интонации, движения и позы, как средство развития эмоционального интеллекта детей.

Как пишет Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева [15], песок – загадочный материал, он завораживает человека своей податливостью. Мариелла Зейц [20] называет песок универсальной всевозрастной игровой средой. Эта среда способна заинтересовать, отвлечь, расслабить ребенка, а значит, обеспечить наиболее успешное выполнение задания или же эффективный способ подачи материала. На наших занятиях песок действовал на детей как магнит. Прежде чем они успевали осознать, что они делают, их руки сами начинали касаться его, манипулировать маленькими фигурками, игрушками. На встречах появлялся новый мир, разыгрывались разные ситуации, дети полностью погружались в игру.

Можно с уверенностью заявить, что игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Педагогические аспекты

использования песка трудно переоценить – это и замечательный сенсорный материал, и непревзойдённая по своим возможностям предметно-игровая среда, и великолепный материал для изобразительной деятельности, экспериментирования, конструирования.

Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. При этом существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно, мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта», более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление, речь и моторика), совершенствуется предметно-игровая деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка.

Посредством песка происходит «заземление» отрицательной энергии, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми. Продукт деятельности ребенка в песочнице нельзя сохранить, унести с собой, это очень важно, поскольку у ребенка закрепляется направленность на процесс, а не на результат, а именно такая направленность и есть залог развития. Кроме того, песочница - это игровой полигон для реализации самых разнообразных замыслов, что отвечает принципам индивидуализации образования заложенных в ФГОС ДО.

Рисунки-впечатления отражают впечатления детей от услышанной сказочной истории, позволяют им изобразить героев, их эмоциональное состояние, отразить в рисунке отношения детей к ним. Изобразительная деятельность позволяет ребенку усвоить опыт, непосредственно связанный с развитием эмоционального интеллекта, так как через рисунок он не только осваивает представления об эмоциональном мире, но и осознает собственные эмоциональные состояния и эмоционального состояния героев, что способствует рефлексии своего актуального эмоционального переживания [32].

Специально подобранные в программе «Сказки в Песочной стране» *психологические сказки*, представляющие собой особое направление искусства, в сочетании с изобразительной деятельностью и театрализованными этюдами, являются одним из видов арт-педагогических практик, использование психологического потенциала которых, является эффективным методом работы с детьми дошкольного возраста. Сказка – удивительное по силе психологического воздействия средство работы с внутренним миром ребёнка, мощный инструмент эмоционального развития. Основным средством психологического воздействия в сказке является метафора, от точности подбора метафоры зависит эффективность педагогического воздействия. Сказки оказывают большое влияние на формирование эмоциональной сферы ребёнка, что в конечном результате приводит к развитию как эмоционального интеллекта, так и общих способностей ребенка.

Сказка – это своеобразный «мостик» между взрослым и ребенком. Так как, рассказывая сказку, взрослый отправляется в мир волшебства и фантазий, такой близкий ребенку, а тот наоборот, проникает в сложный и непонятный для него мир взрослых.

Особую роль в сопровождении педагогом арт-практик по развитию эмоционального интеллекта детей имеет технология *развивающего общения*. Приёмы и принципы данной технологии более всего предпочтительны для субъект-субъектного творческого общения педагога с детьми. Применение педагогами технологии развивающего общения позволяет обучить ребёнка самого решать свои проблемы, находить решения в конфликтных ситуациях, направлять свою энергию на рефлексию собственных чувств и эмоций, лучше понимать себя и соответственно реагировать. Концентрируя ребёнка на осмыслении чувств, мы выводим его из состояния эмоционального аффекта в более спокойное состояние, состояние размышления.

Внедряя программу развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста «Сказки в Песочной стране» в практику, следует руководствоваться следующими принципами развивающего общения:

1. Принимать все чувства ребёнка без оценки.
 2. Прояснять эти чувства для осознания их ребёнком.
 3. Не принимать отдельные действия ребенка, ведущие к нарушению эмоционального и физического благополучия детей и взрослых (например: «Я не могу позволить тебе так поступать, потому что у нас есть правило...»).
 4. Говорить ребенку о своих чувствах, используя «Я-сообщение».
 5. Вводить правила жизни в группе, разработанные совместно с детьми.
- Постоянно в безличной форме к ним обращаться при решении конфликтных ситуаций.
6. Хвалить детей за сделанную работу через её описание: «Рисунок получился красивый».
 7. Не давать ребенку готовых рецептов, а говорить: «А как ты думаешь?..».
 8. Постоянно поддерживать позитивную инициативу ребенка.
 9. Стараться предоставлять детям возможность выбора.
 10. Побуждать детей использовать навыки развивающего общения в повседневном общении в группе [10].

Взаимодействие педагога и ребёнка при проведении образовательной деятельности должно носить интерактивный (диалоговый характер), когда воспитанники перестают быть объектом воздействия взрослого и занимают активную позицию, тем самым повышая свою самостоятельность, проявляя чувство ответственности за свои действия и поступки, появляется возможность оценивать, корректировать свои действия, появляется целеустремленность и уверенность в себе. Педагог становится консультантом, помощником, старшим партнером.

Практика свидетельствует, что педагогу трудно отойти от своей позиции знающего и от понимания образовательного процесса как передачи знаний и опыта. Велико искушение дать готовый ответ на детский вопрос или исправить наивную позицию ребенка по отношению к миру. Задача взрослого – создать и сохранять атмосферу, которая обеспечит детям возможность не торопясь формулировать свои мысли, без стеснения задавать вопросы, высказывать предположения и гипотезы.

Процесс совместной работы, организованный с помощью приемов и методов интерактивного взаимодействия способствует снятию барьеров общения, создает условия для развития творческого мышления и принятия нестандартных решений, формирует и развивает навыки совместной деятельности. Интерактивное (диалоговое) взаимодействие отличается своей демократичностью, когда взрослый и ребёнок являются равноправными участниками образовательного процесса. От каждого из них в равной мере зависит успех обучения. Такой подход формирует у детей самостоятельность в выработке и принятии решений, готовность нести ответственность за свои действия, вырабатывает уверенность в себе, целеустремленность, активизирует творческий потенциал, позволяет воспитывать уважительное отношение участников образовательного процесса и другие важные качества личности. Технология интерактивного взаимодействия в отличие от традиционных подходов предоставляет широкие возможности для рефлексии.

Описанные подходы, приёмы и элементы технологий и принципы легли в основу данной программы по развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста «Сказки в Песочной стране».

2. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

2.1. Цель и задачи программы «Сказки в Песочной стране»

Цель: развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста на этапе подготовки к школе.

Программные задачи:

- Научить ребенка распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке, рисунке.
- Выработать у ребенка умение выражать эмоциональное состояние графически, через пластику тела и мимику.
- Сформировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций.
- Содействовать регуляции эмоционального состояния ребенка, снятию нервного напряжения средствами арт-техник. Способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.
- Развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

2.2. Планируемые результаты освоения детьми старшего дошкольного возраста программы «Сказки в Песочной стране»

К концу освоения программы ребёнок:

- понимает, называет и распознаёт свои эмоции;
- понимает эмоции и потребности окружающих;
- умеет доброжелательно и эффективно взаимодействовать с окружающими;
- способен использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;
- умение эффективно общаться с другими людьми, находить общие точки соприкосновения;
- имеет навыки разрешения конфликтов;
- способен использовать возможности мимики, жестов и пластики тела;
- способен контролировать свои аффективные импульсы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Основные условия реализации программы

3.1.1. Организационные условия реализации программы

Встречи проводятся с подгруппой детей старшего дошкольного возраста (10-12 человек). Проводятся в форме студий во второй половине дня, либо в летний период в рамках творческих площадок, а могут выступать в качестве дополнительной образовательной услуги. Длительность работы - 30 минут.

В проведении студийной работы используются разнообразные методы и приемы работы с дошкольниками. Формы работы должны быть подвижными, разнообразными и меняться в зависимости от поставленных задач: детям предоставляется больше свободы и самостоятельной творческой инициативы при доброжелательном и компетентном участии взрослого. Такие методы как игровые, исследовательские, творческие задания, экспериментирование помогают детям творчески реализовываться.

Используются следующие методы:

Обучающие методы

- Беседа
- Метод фасилитации
- Групповая дискуссия
- Мозговой штурм
- Психологические этюды и упражнения
- Театрализованные этюды-импровизации

Методы регуляции эмоционального состояния

- Релаксационные упражнения
- Изо-техники
- Динамические паузы
- Психогимнастические этюды

Помещение, предназначенное для проведения занятий оборудуется необходимыми материалами, реализуется программа в соответствии с целями, задачами, принципами, по заданной структуре с использованием технологий песочной анимации, развивающего общения и интерактивного взаимодействия.

Структура встречи состоит из следующих этапов:

Организационный

- ритуал вхождения;
- инициация (начало встречи, знакомство);

Мотивационный

- вхождение или погружение в тему (сообщение целей встречи);
- формирование ожиданий участников;

Содержательный

– интерактивная подача материала для размышления (передача и объяснение информации);

– практическая проработка темы (групповая работа участников);

Заключительный

– подведение итогов (рефлексия);

– эмоциональная разрядка (свободная деятельность детей в созданном ими игровом пространстве).

На *организационном* этапе встречи выполняется ритуал «входа», включающий приёмы, способствующие развитию чувства единения, созданию благоприятного психологического настроения. Педагог для этого использует речёвку. Во время ритуала входа создаётся положительная мотивация, вспоминаются правила обращения с песком, происходит первичный контакт с песком (обращение к нему с приветствием).

На *мотивационном* этапе дети с помощью ритуала формулируют свои ожидания от встречи, говорят, что они хотят получить в итоге. Детям сообщается тема, проясняются тематические понятия, выясняется исходный уровень знаний детей по данной теме с помощью опроса, беседы, задаются проблемные вопросы, помогающие заинтересовать детей.

В *содержательной* практической части педагог знакомит детей со сказкой, сюжет которой иллюстрируется в пространстве песочницы. Детям предоставляется возможность интерактивно включаться в действия сказки, импровизированно выполнять роли. Также предлагается групповая проработка темы. При выполнении этих упражнений дети получают практический опыт применения полученных теоретических знаний (договариваются, обсуждают, выполняют драматизацию в песке или выражают своё отношение к героям или событиям сказки через создание в песочнице инсталляций. Педагог при этом выступает в качестве модератора). В завершении этого этапа идёт фиксация созданного в песке образа с помощью любых изобразительных средств на выбор детей. Детям объясняется, что сыпучий непрочный материал, песочница в конце встречи разбирается, поэтому важно сохранить созданные в ней композиции. Поэтому дети их зарисовывают (лепят из пластилина). Данное задание дети могут осуществить и отсрочено, дома или в группе во время свободной деятельности.

При *рефлексии* подводятся итоги, выражаются мысли и чувства о проведенной встрече. Здесь происходит проговаривание результатов деятельности, личных достижений, открытий, сбывшихся или несбывшихся ожиданий. Педагог отмечает успехи в соблюдении правил, благодарит за хорошую работу. Дети и педагог в конце прощаются с песком.

Целесообразно предоставить детям время в конце встречи для свободной игровой деятельности с созданной ими композицией в пространстве

педагогической песочницы. В ходе работы замечено, что детям очень хочется просто поиграть после встречи с пространственными песочными композициями и героями сказки. Любопытно, что играя, дети воспроизводят свой опыт, полученный на занятии, они могут воспроизводить сказку в точном соответствии с сюжетом, а могут проиграть её по-своему. Это показывает, насколько данная практика понята и принята детьми. Педагог при этом отстраняется ненадолго, не вмешивается, а только незаметно наблюдает.

В *ритуале выхода* будут уместны релаксационные упражнения, такие как, погладь песок, загадай желание, данные упражнения развивают эмоциональную сферу детей.

3.1.2. Психолого-педагогические условия реализации программы

Хорошо развитый эмоциональный интеллект является необходимым условием адаптации личности в обществе. Для ребенка 5-7 лет проблемы адаптации к социальному окружению встают достаточно остро. Впереди переход к новому этапу – обучение в школе. Нами была предпринята попытка расширить арсенал используемых дошкольными педагогами средств, по эмоциональному развитию детей старшего дошкольного возраста, а именно развитию эмоционального интеллекта дошкольников через использование песочной анимации, техник развивающего общения и интерактивного взаимодействия.

В программе учтены возрастные особенности психики детей дошкольного возраста: образное мышление, преобладание эмоционального компонента в опыте, ведущий вид деятельности.

В предложенной программе особое внимание уделено подбору литературных произведений сказочного содержания, предъявляемых в качестве стимульного материала. Специально подобранный стимульный материал на основе психологических сказок О.Е. Хухлаева, кандидата психологических наук, доцента, профессора факультета социальной психологии МГППУ, является эффективным инструментом воздействия, способствующим благоприятной психолого-педагогической атмосфере, формированию нужного эмоционального настроения, необходимых для успешного протекания процесса общения; развитию эмоциональной сферы.

Каждая встреча посвящена одной теме. Сказка представляет для детей проблемную ситуацию на одну из актуальных тем: детские страхи, психологические границы, манипуляции эмоциональным состоянием, школьные и семейные конфликты.

Исходя из описанных выше теоретических аспектов для реализации программы по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста «Сказки в Песочной стране» выделены следующие принципы:

1. Принцип творческой активности - общение детей организовывается так, чтобы дать им возможность использовать новые способы поведения, экспериментировать с ними.

2. Принцип исследовательской позиции – в процессе занятий создаются такие ситуации, при которых участники сами должны найти приемлемое для себя и для данной ситуации решение проблемы.

3. Принцип партнерского общения - дети учатся признавать ценность и мнения другого человека; учатся принимать решения и достигать своих целей с учетом мнения других.

4. Принцип объективизации поведения - поведение детей постепенно переводится на осознанный уровень посредством обратной связи. Необходимо обеспечивать психологически комфортные условия для обратной связи. Это позволит ребенку узнать, что думают товарищи о его манере поведения, о его поступках, узнать о чувствах, которые испытывают люди, вступающие с ним в контакт и в случае необходимости сознательно изменить свое поведение.

Педагог, реализующий данную программу должен ознакомиться с предложенным материалом, с теоретической частью, подходами к проведению занятий, соблюдать принципы взаимодействия с детьми, рекомендации и правила техники безопасности.

При организации деятельности детей с песком педагог должен:

-быть знаком с теоретическими основами метода использования световых песочных планшетов или песочниц, владеть практическими технологиями их использования, использовать творческий подход к проведению занятий;

-учитывать согласие ребенка, его желание соприкоснуться и работать с песком. В противном случае, педагог не имеет право заставлять ребенка осуществлять свою деятельность;

-сопровождать и поддерживать ребенка, направляя в процессе его деятельности, позволяя ему самостоятельно сделать свои выводы, принимать и уважать точку зрения ребенка, не навязывая при этом ребенку своего собственного мнения.

При каждой организации игр с песком необходимо:

-проверить прочность песочницы, любые мелкие неисправности должны быть немедленно устранены. Обеспечить содержание песка в условиях, исключая запыление воздушной среды;

-проверить на прочность инвентарь, игрушки.

-осмотреть руки детей на наличие царапин и порезов, а также различных кожных заболеваний, так как данный факт исключает возможность работы с

песком. Категорически запрещается работать с песком детям, имеющим аллергические реакции на песок и другие сыпучие материалы.

-напомнить детям следующие правила поведения в песочнице.

Правила поведения при работе с песком.

Нельзя!

1. Сдувать песчаную пыль ртом (исключить образование пыли), нюхать песок.
2. Играть с подбрасыванием песка вверх, с бросанием его друг в друга; насыпать песок за ворот рубашки, в штанишки, в волосы, в обувь.
3. Жевать песок, либо имитировать употребление его в пищу.
4. Переносить песок весом до 2-х кг -мальчикам, до 1,5 кг -девочкам.

Можно!

1. Быть аккуратным и внимательным.
2. Дружить и играть с песчинками, а также другими детьми в песочнице.
3. Убирать за собой игрушки, приводить свою песочницу в порядок по завершению деятельности.
4. Мыть руки до и после игры с песком.

При организации игр с песком педагогу категорически запрещается: - оставлять детей без присмотра;

- использовать игрушки со сколами, трещинами, острыми краями;

- использовать булавки, иголки, гвозди, другие колющие, режущие предметы.

Педагог в ходе проведения всех игр обращает внимание детей на изменение тактильных ощущений, побуждая их высказываться, сравнивать. Педагог должен внимательно наблюдать за играющими и их отношениями, а также должен следить за реакцией детей при манипуляциях с сухим и мокрым песком. Если какой-то ребенок испытывает неприятные ощущения, нельзя настаивать на продолжении им упражнения в песке.

3.1.3. Материально-технические условия реализации программы

Работа по программе может проводиться в групповой комнате или в специально оборудованном помещении детского сада.

Материально-техническое обеспечение.

Материалы необходимые для работы.

Педагогическая песочница размером 50x70x8см, деревянная. (подойдут песочные световые планшеты, индивидуальные подносы с песком, юнгианская или интерактивная песочница);

Песок обычный и цветной;

Сюжетные картинки и иллюстрации;

Картинки с изображением эмоций, пиктограммы эмоций;

Мелкие предметы для украшения (бусины, ракушки, пуговицы);

Игрушки от киндер-сюрпризов и другие маленькие фигурки;

Бумага для рисования;

Карандаши, фломастеры, восковые мелки;

Пластелин;

Записи звуков природы (шум воды, леса, пение птиц), подборка спокойной расслабляющей инструментальной и классической музыки.

4. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Тематическое планирование

Тематический план программы «Сказки в Песочной стране»

№	Тема	Программные задачи	кол-во часов
1	Здравствуй песочная страна!	Знакомство с песком, его структурой, свойствами, искусством рисования песком, основными приёмами.	1
2	Тайные следы и отпечатки	Освоение приёма получения изображения путём отпечатков. Графомоторные упражнения на песке.	1
3	Волшебные точки	Разучить приём рисования кончиками пальцев двумя руками одновременно и последовательно.	1
4	Ожившие линии	Учить прорисовывать прямые вертикальные и горизонтальные линии одинаковой и разной длины.	1
5	Послушные штрихи и линии	Прорисовывание прямых вертикальных и горизонтальных линий одинаковой и разной длины: прямые, ломанные, кривые. Обучить приёму рисования двумя руками одновременно и последовательно: прорисовывание по песку и насыпание песка струйкой.	1
6	Превращение кружка	Учить детей изображать графически изображения округлой, дугообразной, спиралевидной формы.	1
7	Песочные мандалы	Учить детей заполнять круг узором по образцу и произвольно.	1
8	Занимательный квадрат и весёлый прямоугольник	Учить рисовать прямые и пересекающиеся линии, трансформировать прямоугольники в рисунки.	1
9	Треугольные фантазии	Рисование песком и на песке простейших предметов треугольной формы: флажок, колпак, морковка, рожок с мороженым, бантик, конфета, шалаш, елка, ракета, рыбка и др.	1
10	В стране песочной графики	Обобщение знаний о языке песочной графики и способах его использования в процессе рисования песочных картин. Демонстрация элементов песочной графики и презентация возможных способов изображения элементов песочной картины на песочном планшете:	1

		рисование ладонью, рисование кулачком, рисование пальцами; способы рисования песочных фигур.	
11	Сказочные животные	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» животных – героев мультипликационных фильмов: удав, медведь, кот Матроскин, собака Шарик, кот Леопольд, Винни-пух, Чебурачка, крокодил Гена,	1
12	Персонажи мультфильмов и сказок	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» любимых героев мультфильмов: Незнайка, Мальвина, Буратино, Пьеро, Шапокляк, Карabas, Маша и др.	1
13	Подводное царство	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» рисования обитателей подводного мира (растений, ракушек, кораллов, рыб): скат, окунь, щука, морской конек, золотая рыбка, акула, кит, осьминог, медуза, кит, дельфин, ракушки и др. Совершенствование приемов рисования обитателей подводного мира (растений, ракушек, кораллов рыб).	1
14	Обитатели морей и океанов	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» рисования обитателей подводного мира (подводных растений, ракушек, кораллов, медуз, осьминогов).	1
15	Песочные человечки	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» людей: взрослых и детей, мальчиков и девочек, сказочных человечков.	1
16	Песочные портреты	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» портреты людей (детей и взрослых): в фас и в профиль.	1
17	Любимые игрушки	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком»: - игрушек: пирамидка, неваляшка, матрешка, ракетка бадминтона	1
18	Транспорт в песочной стране	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» различных видов: - наземного транспорта (машина, автобус, велосипед); - воздушного транспорта (самолет, ракета,	1

		дирижабль, воздушный шар); - морского транспорта (лодка, корабль, парусник).	
19	Цветы: в жизни и в сказке	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» цветов: тюльпана, ромашки, лилии, розы, мимозы, подсолнух и др.	1
20	Фруктово-овощные истории	Графомоторные упражнения на песке. Способы рисования приемом «по песку» и «песком» овощей и фруктов: банан, груша, ананас, виноград, морковь, свекла, кабачок, перец, арбуз и др.	1
21	Рисую настроение на песке	Графомоторные упражнения на песке. Способы передачи эмоционального состояния на песочной картине. Арт-терапевтическая техника «Прогоняем злость», «Мусорное ведро», «Прогоняем злость».	1
22	Рисую музыку песком	Графомоторные упражнения на песке. Способы передачи настроения, характера музыки на песочной картине: свет и тень, характер линий, скорость движения руки, содержание изображения. Передача характера музыки: быстрая и медленная, веселая и грустная, лирическая и маршевая и др.	1
23	Дружная семейка эмоций	Формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
24	У каждого настроения свой наряд	Учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
25	Замороженная страна	Формировать у детей понимание значимости эмоциональной жизни для человека, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, развивать творческие способности в графической и продуктивных видах деятельности.	1

26	Магазин страхов	Учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.	1
27	В стране эльфов	Учить детей поддерживать другого человека в трудных ситуациях и доброжелательно взаимодействовать с окружающими, формировать опыт понимания эмоций окружающих, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
28	Вредная радость	Формировать понимание того, что необходимо проявлять чувства без ущерба для окружающих, учить детей доброжелательному и вежливому отношению к близким, учить понимать свои эмоциональные состояния, формировать опыт понимания эмоций окружающих, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
29	Пещера страхов	Формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.	1
30	Страна хороших детей	Учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела содействовать регуляции эмоционального состояния ребенка, учить детей распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.	1

31	Трудные чувства	Учить детей распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке и рисунке, формировать умение выражать эмоциональное состояние графически, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
32	Сад эмоций	Учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
33	Обида	Формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
34	Правильный выбор.	Учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.	1
Итого			34

4.2. Примерные сценарии образовательной деятельности по программе «Сказки в Песочной стране»

Сценарий встречи «Дружная семейка эмоций»

Задачи: формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (для всех последующих встреч)

В ладошки наши посмотри,	<i>дети смотрят на ладошки</i>
В них доброту, любовь найди.	<i>глядят свои ладони</i>
Чтобы зло нам пообождать Надо очень много знать	<i>касаются пальцами головы</i>
Надо быть активным,	<i>хлопают в ладоши</i>
Добрый, смелым, сильным	<i>касаются груди ладонями, сгибают руки в локте</i>
А еще желательно, Делать все внимательно!	<i>«смотрят в бинокли»</i>

Рекомендация для педагога (Предложенный ритуал вхождения в занятие может повторяться на каждом занятии)

2. Инициация (начало встречи, знакомство);

Упражнение «Давайте познакомимся»

Дети по кругу приветствуют всех, называют свое имя и рисуют на песке то, что они больше всего любят.

3. Вхождение или погружение в тему (сообщение целей встречи).

Педагог: Один малыш меня однажды спросил, как появляется настроение? Знаете..., я не смогла ему ответить. Но обещала, что когда узнаю, обязательно ему расскажу. Чтобы понять, как появляется настроение, мне обязательно нужны помощники. Может быть, есть среди вас или ваших знакомых дети, к которым я бы могла обратиться за помощью? Здесь необычное место. Что вы видите вокруг? Необычная атмосфера и интересные материалы, песок. Ребята, я заметила, что у песка бывает разное настроение. А вы замечали? Каким он бывает? Так много вопросов, что поможет нам в этом только Сундучок желаний.

4. Формирование ожиданий участников;

Ритуал «Сундучок желаний»

Дети выбирают фигурку из сундучка, которая символизирует то, что ребёнок ожидает от сегодняшней встречи и фигурка остаётся в песочнице до конца встречи. Выбирая, ребёнок озвучивает свои ожидания. Например: «Я сегодня хочу узнать что-то новое, или получить приятное общение».

Рекомендация для педагога. Предложенный ритуал может повторяться на каждой встрече.

5. Интерактивная подача материала для размышления (передача и объяснение информации).

Педагог: А, знаете, этот мальчик однажды рассказал мне свой сон. Вот послушайте.

Сказка «Сказка о полезных эмоциях» (Е. Фёдорова)

Приснилось однажды Серёже, что у него в комнате поселилась маленькая семейка гномиков. Звали их Радостяшка, Отвращалка, Грустилка, Обижалка,

Страшилка, Виновашка, Злючка, Интересовалка, Удивлялка, Озорняшка, Завидка и Спокойняка. С этими зверятами он играл чаще других.

Гномики частенько спорили, кто из них главный и нужный, и кого больше любит Серёжа. Каждый гномик, тыча маленьким пальчиком в грудь, говорил, что он самый важный.

Радостяшка говорил:

- Я всем нравлюсь, меня все любят. И Серёжа, и его родители, и друзья. Им всегда нравится, когда Серёжа выбирает меня. Со мной весело и приятно.

Удивлялка и Интересовалка возмутились:

- Иногда Серёжу ругают, когда он играет с тобой в неподходящее время. А вот нас всегда любят. За нас Серёжу хвалят.

- Все помнят, как мама радовалась, когда Серёжа получил в подарок большой конструктор? Это моя заслуга - воскликнул Удивлялка.

- А неужели все забыли, как хвалила хозяйина воспитательница в детском саду, когда он сложил большую картину из пазлов? - напомнил Интересовалка.

- Мы то помним! А вот ты, похоже, позабыла, как ругали Серёжу за то, что он залез в ящик с папиными инструментами и все там раскидал - осадил Виновашка.

- Это была не я, - хлопнул носом Интересовалка, - Это все Озорняшка.

- Чего чуть, что так сразу я? - запротестовал Озорняшка, - мы с тобой вдвоем там были!

- Все равно Серёжа тебя не любит, - прошипела Злючка.

- Неправда! – Закричал Озорняшка, - Серёже я нравлюсь, и его друзьям тоже. А вот тебя точно никто не любит. Ты плохая!

- Ну и что? - Начал закипать Злючка, - мне не нужна ничья любовь. Мне и так хорошо. Вот!

- Вот и молчи тогда и не высовывайся, - сказал Завидка, - без тебя лучше.

Злючка надулся, отвернулся и ушёл в дальний угол.

- Хотел бы я быть таким как Радостяшка - недовольно пробурчал Завидка, - тогда бы меня больше любили. Но я так не умею. Эх, до сих пор перед глазами стоит эта выскочка Лена с ее идеальным рисунком. Фу, бее.

- Эх, жаль, что мне не дали добраться до ее рисунка, - донеслось из угла, где стоял Злючка.

- Вот меня точно никто не любит, - тихо заплакал Грустилка.

Отвращалка посмотрел на нее, скривил губы и молча закатил глаза. Обижалка начал громко всхлипывать вслед за Грустилкой. А Страшилка боялась сказать что-нибудь не то.

- Да успокойтесь вы все, вступил в разговор Спокойняшка, - вы все нужны. Серёжа вас всех одинаково любит! Вот вспомни Озорняшка, как весело Серёже было собирать разбросанные инструменты вместе с папой. Ведь он так редко с

ним играет, а тут такой случай. Виновашка, ты помог Серёже понять, что разбрасывать папины инструменты не стоит. Интересовалка, ты всегда помогаешь Серёже изучать новое. А ты, Удивлялка - это новое находишь. Радостяшка, от Серёжиных улыбок всем становится теплее. Ты важен даже не к месту. Отвращалка, благодаря тебе наша маленький хозяин не отравился испорченным йогуртом, которым его пытался угостить Вася.

- Ох уж этот Вася! - Гневно отозвался Злючка, - Не напоминайте мне о нем.

- Почему же не напоминать? - Спросил Спокойняшка, - если бы ты не помог Серёже, он бы так и продолжал обижать его. Конечно, им обоим потом влетело, но теперь Вася не трогает Серёжу.

- Да, здоровская была разборка, - заулыбался Озорняшка.

Спокойняшка согласно кивнул и продолжил:

- Завидка, пообщавшись с тобой, Серёжа смог улучшить свой рисунок, и он стал намного лучше рисунка Лёвы. А Радостяшка помог вам помириться и порадоваться одинаково обеим работам. Страшилка, не бойся высказать свое мнение. Все отлично помнят, как ты спас Серёжу, не пустив его в лес одного. Обижалка, ты сообщаешь близким и друзьям Серёжи, что они сделали ему больно, неприятно и не совсем правы.

- А чем полезен я? - Подал голос Грустилка.

- А ты, мой милый, - сказал Спокойняшка, - помогаешь Серёже проживать плохие и трудные моменты в жизни. Серёжа именно с тобой пережил переезд друга в другой город. И с твоей помощью стал ближе к маме. После тебя всегда становится легче. Ты восстанавливаешь силы, которые он тратит на Радостяшку, Озорняшку, Интересовалку и Злючку, да и на остальных гномов.

- А ты, Спокойняшка, помогаешь Серёже лучше понимать нас, - подытожил Радостяшка.

И братья дружно обнялись. А Серёжа проснулся!

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы:

- А какие еще эмоции знаете вы?

- Чем они полезны?

- Какого гномика вы взяли сегодня на занятие?

6. Практическая проработка темы (групповая работа участников);

Драматизация в педагогической песочнице «Мир эмоций»

Ребята, выберите для себя одного гномика-эмоцию, создайте из цветного песка и других материалов (фигурки, бумага, бусины и пр.) мир этого гномика и нарисуйте на песке его условное обозначение (пиктограмму), а рядом можно создать событие, которое вызывает эту эмоцию. Договоритесь, кто какую эмоцию

будет создавать (надо постараться создать мир всех гномиков, чтобы ни один не обиделся).

Педагог: Песочный мир радует глаз не долго. На следующей встрече в песочнице мы создадим что-то новое. Как же сохранить созданную вами красоту? (*Предложения детей*) У меня есть листы бумаги и чем рисовать или лепить, если кто хочет. Изобразите понравившуюся композицию из песочницы! *Дети рисуют под фоновую музыку.*

Рекомендации педагогу. Зарисовывать созданные в песочнице сказочные сюжеты на каждой последующей встрече.

Динамическая пауза «Покажи эмоцию»

1. Нахмуриться, как осенняя туча, рассерженный человек, злая волшебница.

2. Улыбнуться, как кот на солнце, Буратино, хитрая лиса, ребенок, который увидел чудо.

3. Устать, как папа после работы, человек, поднявший груз, муравей, притащивший большую муху.

4. Отдохнуть как турист, снявший тяжелый рюкзак, ребенок, который много потрудился, уставший воин.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2»

Ребята, обратите внимание на фигурку, которую вы выбрали вначале. Если ваши ожидания на сегодняшней встрече оправдались, то это можно как-то обозначить на песке, как вам хочется (дорисовать, обвести в кружок или сердечко), а если не оправдались, то можно поменять фигурку, дополнить другой. Возможно, они оправдаются на следующей встрече.

Рекомендация для педагога. Предложенный ритуал может повторяться на каждой встрече.

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными мирами без участия педагога.

9. Ритуал завершения (для всех последующих встреч)

В ладошки наши посмотри, (смотрят в ладошки)

Умнее стали ведь они!

Спасибо, милый наш песок, (глядят ладошки)

Ты всем нам подрасти помог! (руки вверх)

Сценарий встречи «У каждого настроения свой наряд»

Задачи: учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать

творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1);

2. Инициация (начало встречи);

Приветствие «Назови ласково»

Игровые действия: дети встают в круг. Выбирается водящий – Фея Нежность. Этот ребенок по очереди дотрагивается волшебной палочкой до всех детей в круге. Выбранный ребенок говорит нежные слова соседу справа (слева). Например, милый, дорогой Ванечка.

3. Вхождение или погружение в тему (сообщение целей встречи)

Педагог: Ребята, прошлый раз мы узнали, что все эмоции нужны и нет плохих эмоций. Но так и не выяснили, от чего зависит настроение. А вы как думаете? (Ответы детей)

Педагог: Действительно, на настроение влияет и погода, и время года, и люди вокруг, и их слова. А может ли цвет влиять на настроение? Как вы считаете? Это напомнило мне одну чудесную сказку, послушаете? Но сначала достанем наш Сундучок.

4. Формирование ожиданий участников; (см. сценарий 1);

5. Интерактивная подача материала для размышления

Педагог: А вот и сказка...

Сказка «У каждого настроения свой наряд»

Раздавали как-то всем настроениям наряды. Как узнали они об этом, поскорее побежали за нарядами. Первыми прибежали Счастье и Радость. И получили они самые яркие и красочные наряды.

После них пожаловало Удивление. Оно было очень удивлено, что самые яркие и красочные наряды уже разобрали и очень долго примеряло к себе все оставшиеся наряды. В конце-концов оно согласилось взять себе наряд сиренево-оранжевый и ушло.

Последними пожаловали Грусть и Печаль и когда им предложили наряды серого и черного цвета, им уже ничего не оставалось, как их взять. С тех пор они и ходят в этих темных нарядах, ругая нас и расстраивая своим мрачным видом.

Что же, может, они сами и виноваты в том, что надели на себя эти наряды, а ещё и в том, что опоздали получить хороший наряд?

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и попросить ребят создать в песочницах декорации к прочитанной сказке. Когда декорации созданы, а персонажи подобраны, педагог продолжает сказку.

Пожалела как-то Радость Печаль и говорит: «А давай мы на время поменяемся нарядами. Ты походишь в моём наряде, а я в твоём».

Переоделись они, и стала Радость вмиг грустной и опечаленной. Печаль же, наоборот – от наряда Радости повеселела и обрадовалась. И так ей стало на душе легко, будто бабочке какой. Зато Радость в наряде Грусти ходила серая, как тень и еле двигалась, словно, на спине своей несла тяжелый мешок с грузом.

Когда пришло время поменяться нарядами, встретились вновь Радость и Грусть и говорят друг другу: «Как хорошо, что довелось нам поменяться нарядами. Теперь мы можем разделить друг с другом и Радость, и Печаль».

Вопросы:

- Согласны ли вы, что грусть серого, а радость ярких цветов?
- Какая польза может быть человеку от грусти?
- Бывает ли вред от радости?

6. Практическая проработка темы (групповая работа участников);

Драматизация в педагогической песочнице «Меняем наряды эмоциям»

Педагог: А что если и мы попробуем поменять местами Грусть и Радость? Изменится ли настроение и поведение жителей страны? *Педагог предлагает переселить фигурку Радости в грустный мир и наоборот и поиграть ими: например, показать, как стала уныло и медленно ходить Радость, оставляя за собой грустные следы на песке.*

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке работу.

Динамическая пауза “Воздушные шарики”

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик ... (пауза – поглаживание детей), ласкает шарик ... Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарик.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными мирами без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

Сценарий встречи «Замороженная страна»

Задачи: формировать у детей понимание значимости эмоциональной жизни для человека, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, развивать творческие способности в графической и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Формулы вежливости»

Дети делятся на две подгруппы и встают в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии нескольких шагов. По сигналу партнеры приближаются друг к другу и обмениваются разнообразными приветствиями (рукопожатия, объятия, реверанс, кивок). Дети должны с помощью жестов, мимики, пантомимики, взглядов показать, как они рады друг другу.

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: Ребята, а если б эмоций вообще не было, может людям было бы легче на свете жить? Не было б обид и злости, грусти и страха...? Как вы думаете? (Ответы детей)

Наверно, чтобы это представить, нам поможет сказка. А пока, выберем себе талисман из сундучка на сегодняшнее занятие, пусть он поможет нам получить то, что мы ожидаем.

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1)

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Замороженная страна» (О. Хухлаев) [35]

Ведущий: «А теперь послушайте сказку.

Нина и Коля очень любили мороженое. Они могли есть пломбир, и рожки, и всякие другие сорта, главное, чтобы мороженого было побольше. Мама понимала, что мороженое иногда идет у них вместо супа или второго, поэтому иногда пугала их:

— Вот попадете в замороженную страну.

— Нет такой страны, — отвечали ребята. — Англия есть, Франция есть. А замороженной — нет. Мы в волшебство и сказки не верим.

Услышала эти слова злая волшебница:

— Как же это в меня не верят? Надо их наказать.

Заколдовала она пломбир в стаканчике, который дети только что в магазине купили, откусили они по кусочку и попали в замороженную страну.

Нет, не из мороженого там жили люди и не из снега. Просто чувства их были заморожены. Они никогда не радовались, не злились, не грустили и не обижались.

Нина с Колей сначала этого не поняли. Подошли они к детской площадке, а там никто не играет. Пустая она. Зачем играть, если это радости не приносит?

А рядом с площадкой мальчик в кепке кошку мучает. К хвосту консервную банку привязывает. Кошка визжит. Но никто к ней на помощь не приходит. Никто не пожалеет. Ведь никто жалости не чувствует.

Идут дальше дети. Видят, девочка сидит на лавочке. Листы из книжки вырывает, на землю бросает.

— Зачем ты это делаешь? просил Коля.

— А мне книги читать не интересно, — ответила она. — Мне ничего не интересно.

Рекомендации педагогу.

Здесь можно сделать паузу и предложить детям создать «замороженную» страну без чувств и эмоций, выбрать соответствующие фигурки и украшения. Когда страна готова, педагог продолжает сказку, а дети инсценируют в песочнице продолжение.

Испугались Нина и Коля, что навсегда в этой стране останутся. Обрадовались, что их собственные чувства замёрзнуть не успели. Взялись за руки и выпрыгнули из этой страны прямо к своему дому. Как у них это получилось? Не знаю. Но точно уверена, что если очень сильно постараться, то всё получится. А вы, ребята, хотите в замороженную страну?

Рекомендации педагогу. После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного и преобразить созданную бесчувственную страну – в страну, наполненную эмоциями.

Вопросы для обсуждения:

- Как могли бы Нина и Коля остановить мальчика, который мучил кошку?
- Как незамороженные чувства Нины и Коли помогли им вернуться домой?
- А вы умеете прислушиваться к своим чувствам?

6. Практическая проработка темы

Упражнение в песочнице «Кулинарная книга эмоциональных рецептов»

В сказке Коля и Нина предпочитали есть только сладкое мороженое. И вот что получилось. А что если мы на время станем поварами и приготовим вкусное блюдо, которое всем понравится? Только не из обычных продуктов, а «эмоциональных»! Пусть ингредиенты будут обычные чувства и эмоции! Какие эмоции помогут людям, если подать им это блюдо, чтобы день их был хорошим? Создайте свой рецепт хорошего дня в песочнице!

После работы дети высказываются.

Дети рисуют на бумаге или лепят из пластилина созданное в песке блюдо.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными мирами без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1);

Сценарий встречи «Магазин страхов»

Задачи: учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, действовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных

видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Передай по кругу»

-У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою радость вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.)

3. Вхождение или погружение в тему

Ребята, вы уже знаете, что плохих эмоций не бывает. А какая эмоция может помочь школьнику не опоздать в школу? не играть с мячом в кухне? не гулять тёмной ночью на незнакомой улице? Как вы думаете? *Дети высказывают свои предположения.* Если вам интересно, я расскажу. Но сначала достанем фигурки из Сундучка ожиданий!

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1)

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Магазин страхов» (О. Хухлаев) [35]

У нас в соседнем доме долгое время была аптека. Потом она закрылась. Помещение долго пустовало. А недавно там снова засветились огоньки, и появилась странная вывеска «Магазин страхов». Я зашла. Там, как в аптеке, на полках были разложены разноцветные коробочки с названиями «страх опоздать в школу», «страх ошибок», «страх заболеть». А помимо названий, мелкими буквами было написано «Показания к применению».

«Страх опоздать в школу» – показан ребятам, которые часто опаздывают.

«Страх ошибок» – тем, кто плохо учит уроки.

«Страх заболеть» – тем, кто не смотрит на термометр перед выходом в школу и не одевается по погоде.

Я подумала, что же купить моему сыну? Он не любит убирать свои вещи. Решила купить немного страха «мама отругает» в таблетках.

– Все мои страхи полезные, – сказала мне продавщица. – Берите больше. Уже многие заканчиваются, на складе еще заказала.

Через некоторое время я зашла в магазин страхов, потому что у сына страх темноты кончился, и он по ночам стал гулять проситься.

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и предложить детям создать в песочнице «Магазин страхов» и разложить и назвать свои страхи на полочки. Когда интерьер создан, педагог просит послушать продолжение.

Вдруг в магазин мужчина такой видный зашел и начал возмущаться:

– Что это вы здесь продаете? Страхи какие-то. Бояться ведь стыдно. Это трусость называется. Ненавижу трусов.

А продавщица ему возражает:

– Вы что, сами ничего не боитесь? Заболеть не боитесь и зимой раздетым ходите? Или сосульку с крыши снимаете и лижете ее? И за семью свою не беспокоитесь?

Мужчина засмутился, затылок почесал, потом нос и тихо спросил:

– Посоветуйте, что мне купить для дочки. Пишет в тетради, как курица лапой.

– Сейчас, сейчас, – засуетилась продавщица. – Страх ошибок в небольшой дозе будет полезен. А вы пока посмотрите. У нас новый отдел появился «Как победить страх, если он очень сильный».

- И отсюда мне что-нибудь подберите, – сказал мужчина. – Для сына. Уж очень он собак боится.

Меня новая стойка тоже заинтересовала. Решила купить таблеток для бабушки. Она слишком за здоровье внуков боится. Путь немного успокоится.

А потом зашла в соседний универсам и купила торт. Все семье. И пусть кто-то скажет, что торт вреден. Он полезен тем, что мы соберемся все вместе. Улыбнемся друг другу и радостно его съедим. А вы какой торт любите?

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Какие страхи часто бывают у детей?
- Бывают ли страхи у взрослых?
- Какую пользу могут принести страхи?
- В чем был неправ мужчина, когда говорил, что бояться стыдно?

6. Практическая проработка темы

Упражнение «Отдел магазина «Как победить страх, если он очень сильный»

Ведущий: Ребята, вы в своих песочницах создали магазин страхов и разложили страхи по полочкам. В магазине появился новый отдел, как победить сильный страх. Возьмите товар - свой самый сильный страх и отнесите в это отдел – там вы сможете сделать со своим страхом всё, что захотите. Для этого можно брать любые материалы: бусины, фольгу, бумагу, цветной песок. *(Дети работают со своим страхом в песке).*

Рекомендации педагогу: важно следить за качественной и конструктивной проработкой страха. Можно помогать ребёнку, если он не решителен или воображение не позволяет работать с образом: предложить раскрасить страх цветным песком, преобразовать его с помощью бусин и камешков и т.п.)

Дети рисуют на бумаге созданную в песке свою композицию.

Педагог: Ребята, теперь, когда вы смогли поиграть со своим страхом, он уже не кажется очень страшным. А я знаю один секрет, который поможет вам контролировать страх, чтобы уметь совладать с собой. Знаете, что нужно делать? Уметь расслабляться! А в этом нам поможет песок.

Релаксация «Расслабление с песком»

Опустите руки в песок и закройте глаза. Представьте себе, что вы сидите на берегу тёплого моря. Вдохните полной грудью и наберите в руки песок. Сильно сжав пальцы в кулак, удерживать песок в руках и задержать дыхание. Постепенно раскрывая пальцы и кисти, выпускайте струйку песка. Опустите бес- сильно руки на песок, лень двигать тяжелыми руками (повторить 2-3 раза).

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными мирами без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1).

Сценарий встречи «В стране эльфов»

Задачи: учить детей поддерживать другого человека в трудных ситуациях и доброжелательно взаимодействовать с окружающими, формировать опыт понимания эмоций окружающих, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Давайте поздороваемся»

Дети стоят около песочницы сложив пальцы так, чтобы указательный и безымянный выступали в виде «ножек» (можно надеть на пальчики «юбочки» или бумажные фигурки с отверстиями для пальчиков) по сигналу хаотично двигают ими по песку («ходят») и здороваются со всеми, кто встречается на их пути, здороваются определённым образом:

Один хлопок- здороваются указательным пальцем,

Два хлопка –здороваются безымянным пальцем,

Три хлопка –здороваются двумя пальцами сразу.

3. Вхождение или погружение в тему (сообщение целей встречи)

Педагог: На прошлой встрече мы учились справляться со своим страхом. А что делать, если грустит друг? Как помочь ему? О, я знаю одну подходящую сказку! Я вам расскажу, но сначала откроем наш Сундучок ожиданий!

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1).

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «В стране эльфов» (О. Хухлаев) [35]

Вы, конечно, не верите в эльфов. А я их видела своими глазами. Это крошечные существа с бубенчиками на шляпах и с маленькими прозрачными крылышками, с помощью которых они легко летают по самому большому городу. Крылышки у них непростые, на них эльфы переносят пыльцу радости. Вот влетят в ваш дом в открытое окошко, немного по комнате побегают, и на полу, на столах, даже на посуде останется их пыльца.

Встанет утром мама на пол, и тут же ей радостно станет. Она всем улыбнется и пойдет вкусный завтрак готовить. Выпьет папа из чашки, до которой эльфы дотрагивались, начнет тебя подбрасывать. А ты схватишь свой рюкзак – по нему ведь тоже эльфы бегали – и радостно помчишься в школу.

И кажется, что жизнь всегда прекрасна, что иначе и быть не может. Разве возможно, чтобы учительница в класс без радостной улыбки входила? Чтобы ребята на перемене весело друг за другом не бегали? А дома любимая собачка не просила бы побросать ей мячик, чтобы она повизжала от радости?

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и предложить ребятам создать страну эльфов в песочнице из любых имеющихся материалов. Когда страна создана, педагог продолжает.

Но случилось так, что надоели радостные эльфы злой волшебнице Муминдре. Запретила она им вход в нашу страну.

– Пусть они там без радости поживут, – злобно пробормотала она. – Пусть им плохо будет и никто их не поддержит.

– А как же мы, – зазвенели своими шляпками эльфы. – Как мы попадем в страну мальчиков и девочек. Кто нам поможет? Кто ребят поддержит?

– А вот пусть они сами друг друга поддерживать научатся, – сказала Муминдра. – Тогда я вам открою вход в их страну. Только этого никогда не произойдет. Они не умеют ни помогать друг другу, ни радовать других.

– А можно, мы ребятам подсказку с почтовым голубем пошлем? – спросил самый маленький эльф.

– Посылайте, они все равно не догадаются.

Написал эльф на листочке «ДС. ДП. РАЗ» и отправил с белым голубем в страну мальчишек и девчонок.

Прилетел голубь на площадь перед школой, записку сбросил. Там безрадостные ребята в школу входили. Хорошо, что подобрали записку мальчишки из 3 «В».

– У меня папа в полиции работает, – сказал Вова. – Сразу понятно, что перед нами шифр.

– А у меня хоть папа работает на «Скорой помощи», – продолжил Коля. – Я тоже кое-что понимаю. Сегодня все в школу грустные идут. Дома меня мама блинчиками кормила и все охала. Только что перед нами учительница в школу вошла, ни на кого не смотрит. Это шифр, чтобы вернуть в нашу жизнь радость.

После уроков стали ребята разгадывать:

– ДС – диванная собачка, длинные сладости, – не подходит.

Тут Вика к их листочку потянулась:

– Девчонкам не покажем, – стал отпихивать ее Вова.

– Ну и пожалуйста, – обиделась Вика. – Зато я догадалась. ДС – это добрые слова. Их нужно говорить друг другу, чтобы вернуть радость.

– Тогда ДП – добрые поступки, – закричал Вова. – Ой, Вика. Я тебе сейчас за это и ДС и ДП покажу. Ты – классная догадливая девчонка и даже красивая. Вот возьми мандарин.

Вика аж покраснела от его слов, но обрадовалась. – Давайте вместе про РАС думать, – сказала она.

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и спросить ребят, как они расшифруют. Можно написать буквы на доске или бумаге для наглядности.

– РАС – это разозлить, наверное, – предположил Миша. – Может, в записке есть ошибка грамматическая?

– Ну да, тебя разозлят, а ты радоваться будешь, – не согласились ребята.

А Вика при этом такую смешную мордочку сделала, что все рассмеялись.

– РАС – это рассмешить, – хором воскликнули Вика и Коля. – Нужно рассмешить другого, и тогда ему будет радостно.

Написали ребята записку:

«Добрые слова. Добрые поступки. Рассмешить – вот, что нужно, чтобы порадовать другого». Написали и послали в страну эльфов с белым-белым голубем. Только приземлился голубь в стране эльфов, как попал он в плен к злой крысе Кускунде.

Выхватила она у него письмо ребят, съела и к Мумындра побежала:

– Не разгадали ребята подсказку. Давай эльфов в тюрьму посадим. А то вдруг они еще письмо напишут.

Согласилась Мумындра, посадили эльфов в тюрьму. Там они летать не могли, крылышки у них заболели. Только белый голубь к окошку их подлетел, внутрь заглянул и помчался в страну мальчишек и девчонок.

Не было у него записки для ребят, но он без слов решил свое послание им передать.

Сел перед детьми, голову склонил, нахохлился.

– Понял, я понял, – закричал Петька Бумбарашкин. – Грустят наши эльфы. Нам нужно научиться жалеть и утешать грустных. Тогда, может, и эльфы спасутся.

– Сначала нужно понять, что человек грустный, почувствовать его настроение, – осторожно добавила Наташа. – А когда тебе весело, не так просто это сделать.

– А я знаю, мне мама рассказывала, – добавил Артем. – Нужно сопереживать другому, понимать не только свои чувства, но и чужие. А потом уже действовать. Научились наши ребята не только сами переживать чувства, но и сопереживать другим, рассердились на Мумындру и послали в ее страну не голубя, а грозного орла. Ну а чем все закончилось, вы, конечно, сами понимаете.

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Вспомним все советы эльфов, чтобы помочь грустному другу.
- Почему добрые слова и поступки могут вернуть в жизнь человека радость?
- Ты чаще произносишь добрые слова или совершаешь добрые поступки?
- Умеешь ли ты рассмешить человека?

6. Практическая проработка темы

Детям предлагается нарисовать или слепить то, что заставляет их грустить или обижаться.

Психологический этюд «Советы эльфов»

Педагог открывает Сундучок ожиданий и вынимает письмо. Читает.

Педагог: Ребята, эльфы и нам прислали свои волшебные советы. Здесь они нас учат, как помочь своему товарищу справиться с эмоциями. Хотите научиться?

Вызывается желающий ребёнок на роль грустного (злого, обиженного). Второй ребёнок должен будет ему помогать справиться с чувствами.

Грустный ребёнок рисует на песке грустные картины. Второй ребёнок выполняет по алгоритму, указанному в письме действия, задаёт нужные вопросы.

1. Пытается угадать чувство: «Ты грустный? Ты обижен?»
2. Называет действие, которое вызвало это чувство: «Наверно, ты соскучился по маме?»
3. Спрашивает, что с этим можно сделать, предлагает свою помощь: «А как лучше всего дожидаться маму? Давай поиграем вместе и время пройдёт быстрее!»

Остальные дети наблюдают, как меняются характер рисования у «грустного» ребёнка и его эмоциональные реакции. После проигрывания первой парой алгоритма действий, можно предложить поиграть следующим желающим, а можно предложить детям разделиться на пары и поупражняться самостоятельно.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданной страной эльфов без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1);

Сценарий встречи «Вредная радость»

Задачи: формировать понимание того, что необходимо проявлять чувства без ущерба для окружающих, учить детей доброжелательному и вежливому отношению к близким, учить понимать свои эмоциональные состояния, формировать опыт понимания эмоций окружающих, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация

Приветствие «Комплименты»

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!». Затем он произносит комплимент своему соседу.

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: Принято считать, что злость это негативное чувство, а радость позитивное. Но бывает ли наоборот? Может ли радость принести вред? Поможет это нам узнать сказка, но сначала заглянем в Сундучок ожиданий.

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1).

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Про Петьку» (О. Хухлаев) [35]

Петька вернулся из школы в хорошем настроении. От радости входной дверью так хлопнул, что штукатурка с потолка посыпалась. Собачке Тузику стойку на передних лапках сделал.

«Путь тоже порадует, – подумал Петька. – Вон как визжит громко».

Старшей сестре на тетрадке розочку нарисовал. «Интересно, она злиться будет или обрадуется?» – подумал он.

Пошел в кухню, а там мама как раз котлеты пожарила. Петька их пообкусывал так, чтобы корабрики из них получились. Хотел было спички в них вставить и паруса сделать. Но почему-то папы поостерегся.

Зато из хлебного мякиша шариков наделал, к окну прилепил, чтобы красиво было.

– Прямо Новый год, – сказал сам себе Петька.

Увидела все это мама. И даже не рассердилась, а как чайник закипела.

– Отправляйся в свою комнату и подумай, как можно приемлемо выражать свои чувства, а как – нет. Ты тут радуешься, а нам от тебя плакать хочется.

Пошел грустный Петька в свою комнату думать. Думал, думал и уснул. Приснился ему такой сон:

Перед ним две двери. На одной написано «Приемлемые способы выражения эмоций».

На другой – «Неприемлемые способы выражения эмоций». Как выбрать нужную?

Рекомендации педагогу. Здесь педагогу можно сделать паузу и предложить детям изобразить в своих песочницах то, что может быть за первой дверью и что за другой. После создания изображений детьми, педагог продолжает.

Зашел Петька в одну дверь. Вышел. В другую вошел – тоже вышел. Что такое? За обеими дверями одно и то же творится. Дети бегают, собачки лают, птички чирикают.

Сидел Петька, долго думал.

– Понял! – воскликнул он. – За одной дверью бегают маленький серый зверек, на дикобраза похожий, за другой его нет. Спрошу-ка я его самого, что он делает.

Зашел в нужную дверь. Зверек сразу к нему подбежал и куснул больно.

– Ты чего кусаешься? – завизжал Петька.

– А мне положено. Я вред приношу. У нас такая страна, если кто порадует, позлится или погрустит, я быстренько укушу, чтобы окружающие вред почувствовали.

– Пойду-ка я в другую страну, там, где вреда нет, – решил Петька. – Там и порадоваться и позлиться можно. Никто тебя не будет ругать за то, что ты вред приносишь.

Тут Петька проснулся, потому что его опять кто-то куснул, только в этот раз уже не больно. Оказалось, это Тузик так играть Петьку приглашал.

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

1. Что чувствовала сестра, когда Петька, радуясь, рисовал на ее тетрадке розочки?

2. Почему мама закипела как чайник?

3. Как можно принести вред окружающим при проявлении своих чувств?

4. Чем отличается приемлемый способ проявления эмоций от неприемлемого?

6. Практическая проработка темы

Упражнение «Мой дом – моя крепость»

Педагог: Ребята, знали ли вы, что и тело и душа человека имеет свои границы. Это нормально если кому-то не нравится, когда его касаются, берут его игрушки и вещи, нарушают тишину или портят настроение. Это называется нарушать психологические границы. Очень важно не нарушать границы других, да и свои границы нельзя позволять нарушать. Когда такое происходит – у человека может испортиться настроение, он может обидеться или разозлиться.

Предлагаю вам создать свою крепость в песочнице и показать, насколько важны для вас границы. Можно изобразить ров с водой вокруг крепости, а можно сделать подъёмный мост для друзей.

Когда дети закончат работу, педагог предлагает поиграть – приходить своими фигурками друг к другу «в гости». Но делать это надо по правилам.

Правила.

1. Подойдя к крепости друга, надо спросить разрешение, можно ли войти. Войти можно, только если разрешат.

2. Войдя в крепость друга, трогать, перемещать и забирать с собой предметы можно только с разрешения.

3. Находясь «в гостях» надо быть аккуратным, чтобы сберечь всё построенное другом.

4. Если друг тебе отказал (зайти или взять что-то) надо извиниться и постараться понять его, ведь и у тебя есть вещи, которыми ты дорожишь.

5. Если к тебе пришёл друг, но ты не готов его принять, откажи вежливо чтобы его не обидеть.

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке работу.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры.

Дети могут поиграть с созданными крепостями без участия педагога. Педагог незаметно наблюдает, как дети освоили данную практику.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1);

Сценарий встречи «Пещера страхов»

Задачи: формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие-игра «Интервью»

Участники сидят полукругом, у ведущего микрофон. Произнося реплику, он одновременно передаёт микрофон партнёру справа. Тот должен передать его следующему игроку, ответив при этом на заданный ему вопрос. Например: - Какое у тебя настроение? Хорошее. - Кого ты рад видеть сегодня? - Что ждёшь от сегодняшней встречи? и т.д.

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: Взрослые иногда говорят такую фразу: Мысли материализуются. Что это значит? А если и правда, мысли сбываются? Тогда нужно аккуратно ими пользоваться. Об этом наша новая сказка, но сначала интересно, что вы ожидаете узнать на сегодняшнем занятии.

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1).

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Танины страхи» (О. Хухлаев) [35]

Таня боялась засыпать одна. Ей казалось, что из-за шторы вот-вот выглянут лупоглазые чудовища. А под кроватью спрятался серый зубастый, неизвестный ученым, зверь, который только и норовит вцепиться в ее голые пятки. Таня просила, чтобы взрослые оставляли ей щелку в соседнюю комнату, где горел свет и кто-то из родителей читал или смотрел что-то в компьютере.

Тане было стыдно за себя. Она ведь была уже большая девочка. Хорошо училась и весело играла с подругами во дворе светлым днем. Но когда наступал вечер, ситуация менялась. Таня быстро шла домой, крепко запирала двери и ждала родителей, прислушиваясь к каждому шороху за окном, за дверью, у соседей. И напрасно ее родители убеждали, что дома она в полной безопасности. И у нее в руках телефон. Одна дома она оставалась в случае крайней необходимости. А без щелки в освещенную комнату категорически отказывалась ложиться спать.

Однажды вечером, когда папа застрял в пробке и не мог вовремя вернуться домой, а мама задержалась на собрании, произошла эта история. Едва начало темнеть, Таня зажгла свет во всех комнатах и на кухне, а сама прижалась носом к холодному оконному стеклу, проверяя, нет ли там кого. Вдруг прямо через стекло просунулась мохнатая мокрая рука, схватила Таню и резко выдернула ее из комнаты.

– Куда? – только и выдавила из себя Таня.

Но рука и ее хозяин не ответили. Таня закрыла глаза и съежилась, как будто стараясь превратиться в комочек. Потом почувствовала под ногами что-то твердое и приоткрыла глаза.

О, ужас! Она находилась в пещере, в которой сгрудились темные глазастые чудовища разных размеров. Каждое из них ехидно скалилось и хотело ее ущипнуть.

В пещере ужасно пахло. Света почти не было. Но девочка видела, что вокруг валяются какие-то странные предметы. Пугаться было уже поздно.

«Чего я боялась, то и произошло, – подумала Таня. – Надо хотя бы понять, где я». Почти сразу в ее голове прозвучал ответ.

– Ты в пещере твоих страхов. Ты подарила нам жизнь, думая о нас все время. Спасибо.

– Но я вас боюсь, – сказала Таня.

– Очень жаль, – ответило одно из чудищ. – Мы призваны вредить тем, кто нас боится, и для тебя не сделаем исключения.

– Есть один выход, – прошептало самое маленькое чудище. – Но у тебя все равно ничего не получится.

Здесь можно сделать паузу и спросить ребят, чем закончится сказка, как бы поступили они на месте зверят. Когда дети высказались, можно продолжить.

– А я попробую, – расхрабрилась Таня.

– Тебе нужно полюбить каждого из нас и погладить. Тогда мы улетим на далекий остров, где будем спокойно жить, не причиняя никому вреда.

– Легко сказать, полюбить, – пробормотала Таня. – Вы такие страшные и пахнете плохо.

Потом она заглянула в глаза самого маленького чудища, которое давало ей советы. Увидела в них искорку надежды и несмело погладила по мокрой холодной шкурке. Оно тут же расправило крылья и улетело. Должно быть, на далекий остров.

Через некоторое время Таня увидела, что перед ней сидит всего одно чудище.

– Ты всех погладила, и они улетели, – сказало оно. – Я отвезу тебя домой, ты погладишь меня через стекло. Мне этого будет достаточно. И вот Танин нос оказался опять прижат к холодному стеклу. Только теперь за ним уже никого не было. Зазвенел домофон.

«Это пришла мама», – подумала Таня и радостно бросилась открывать.

– Мама, если о чем-то долго думаешь, это приходит в твою жизнь, – поделилась с ней Таня.

– Отлично, – ответила Мама. – Тогда скорее подумай о том, чтобы автомобильная пробка, в которой стоит папа, скорее рассосалась.

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Многие дети боятся оставаться одни дома или спать без света. Ты с этим согласен?

-. Таня считала, что бояться стыдно. Права ли она?

- Как Тане удалось полюбить страшных чудовищ?

- Как ты понимаешь слова «если о чем-то много думаешь, это случается»?

6. Практическая проработка темы

Упражнение «Круг моих положительных мыслей»

Педагог предлагает детям нарисовать круг на песке и с помощью различных материалов наполнить круг положительными «мыслями».

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке композицию.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры.

Дети могут поиграть с созданными изображениями без участия педагога. Педагог незаметно наблюдает, как дети освоили данную практику.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1);

Сценарий встречи «Страна хороших детей»

Задачи: учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела содействовать регуляции эмоционального состояния ребенка, учить детей распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности, способствовать гармонизации эмоционального состояния ребенка.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Кубик настроения»

Для проведения упражнения используется «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением. Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке.

Педагог: Ребята, давайте поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений».

- Какое приветствие вызвало у вас приятные чувства?

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: На прошлом занятии мы узнали, что радость может быть вредной. Интересно, а может ли быть наоборот - гнев полезным? Скоро мы поговорим об этом, но сначала заглянем в Сундучок ожиданий.

4. Формирование ожиданий участников;

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Страна хороших детей» (О. Хухлаев) [35]

Дело происходило в стране хороших детей, которые всегда старались быть послушными, чистоплотными, вежливыми.

Собрались как-то дети одного класса перед уроками все вместе и решили:

–Давайте порадуем наших родителей и прогоним из нашего класса гнев.

–Давайте,– дружно закричали все.

Только девочка Аня с последней парты спросила:

–А зачем?

–Глупая,– наперебой закричали дети. – Вот прогоним гнев, будем крепче дружить друг с другом. Родители нас похвалят.

Аня не согласилась с ними. Но промолчала. Их много, она одна, не пере-
кричишь.

Прогнали хорошие дети гнев. Довольные ходят, улыбаются.

*Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и предложить ребя-
там создать страну на песке, которая никогда не знала гнева. Предпо-
ложить, как бы жили её жители, как бы выглядели их домики. Когда дети закон-
чили работу, педагог продолжает сказку.*

Тут Петька из портфеля огромную шоколадку достал. Бумажкой шуршит.
Ест шоколадку, куски огромные откусывает. Ни с кем не делится.

Поубавилось у ребят улыбок. Но никто на Петьку не злится. Злость-то про-
гнали.

Вдруг топот громкий раздался. Это Наташка в класс влетела разъяренная.
Опоздала в школу из-за своего брата Коли. На него рассердилась. И на собрание
опоздала. Не знала она, что злость прогнали. Кинула она рюкзак на свою парту.
Но мимо попала, прямо в Нину рюкзак врезался. Да больно так. Перестала улы-
баться Нина, но не разозлилась. Злость-то прогнали.

На уроке Диму вызвали стихотворение рассказывать. Вроде бы дома он его
хорошо выучил, а тут запинаться стал, да смешно так. Ребята и засмеялись. Крас-
ный сел Дима на свое место и только подумал:

–Зачем злость прогнали?

А на перемене, когда учительница вышла из класса, забежал пятиклассник
хулиган Васька и стал у ребят конфеты отбирать. Все молча отдают.

Только Наташка, которая собрание пропустила и гнев не прогоняла, под-
летела к нему с кулаками:

– Ну-ка убирайся отсюда. Нас много, а ты один. Мы тебя так поколотим!

И до того грозно она это сказала, что испугался Васька и убежал.

А ребята подошли к Наташке и сказали:

– Может, мы зря гнев из нашего класса прогнали? Может, он пользу при-
нести может?

А вы как думаете, ребята?

*После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться
впечатлениями от услышанного.*

Вопросы для обсуждения:

- А как бы вы отреагировали, если бы сейчас к нам забежали бы Петька и
Наташа из сказки и бросили бы бумажки от шоколадки и рюкзак прямо на вашу
песочницу?

- Какую пользу может принести гнев?

- Есть ли люди, которые никогда не злятся?

- Почему ребята из сказки решили прогнать гнев?

- А ты умеешь проявлять свой гнев без вреда для окружающих?

6. Практическая проработка темы

Педагог: Ребята, на песке я нарисовала эмоцию ЗЛОСТЬ. Обратите внимание, глаза прикрыты скошенными бровями, зрачки сужены, губы искривлены гримасой. Попробуйте изобразить на своем лице чувство злости. (Дети изображают)

Попробуйте показать фигуркой, как идёт гневающийся человек. Какие следы он оставляет на песке? Какая музыка подходит для того, чтобы передать эту эмоцию? (*Педагог включает по очереди музыкальные произведения С.С. Прокофьева «Петя и волк» и П.И. Чайковского «Новая кукла»*) Каким цветом окрасится его мир? (Дети могут посыпать песком любого цвета вокруг своей фигурки для выражения злости) Злость не может продолжаться долго. Надо помочь человечку успокоиться. Как можно помочь? С помощью каких красок это можно сделать? (Дети используют для этого цветной песок, цветные камешки, фигурки цветов, бабочек и т.п.)

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке композицию.

Психологический этюд «Улыбка»

Представьте себе, что вы видите перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой улыбке. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щек.... Дышите и улыбайтесь..., ваши руки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2 раза)

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными композициями в песке без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

Сценарий встречи «Трудные чувства»

Задачи: учить детей распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке и рисунке, формировать умение выражать эмоциональное состояние графически, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, действовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Упражнение «Мое настроение»

Дети по очереди, рисуя на песке простой рисунок, характеризующий его настроение - на что оно похоже, и говорят, например: «Я Ира и у меня веселое настроение как солнышко» и т.д.

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: На прошлом занятии мы узнали, что гнев очень нужное чувство. Только хорошо ли когда разгневанный человек кого-то толкает, бьёт и кричит или наоборот, чувствуя злость, молчит или плачет? Как же так, что же делать, когда нарушают твои психологические границы, ты испытываешь злость, как надо себя вести? Если вам интересно, я знаю сказку на эту тему. Но сначала достанем наш Сундучок ожиданий.

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1)

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Маша и медведь» (О. Хухлаев) [35]

Маша была очень хорошей девочкой, умной и воспитанной, послушной и прилежной. Занималась музыкой и танцами, любила вышивать.

Одна беда была у Маши. Когда её ругали, она из девочки превращалась в палочку. Всё тело будто деревянным становилось, рот не открывался, голова не думала.

А самое скверное — для Маши было неважно. Кто её ругал и за что. Девочка всё равно деревенела. А поскольку она — палочка — не помнила, за что её ругали, то избежать в будущем этих ситуаций ей не удавалось.

Маша всегда старалась поступать правильно. Но всякое случается. Ошибку допустит, её поругают, она тут же в палочку превратится.

Шёл как-то мимо школы медведь. Решил он себе хворосту для печки собрать и обед приготовить. Смотрит — такая палочка красивая стоит. Запахнул он Машу вместе с другими палочками за спину и понёс домой.

А Маша молчит. Она ведь палочка и говорить не умеет.

Стал Миша дома палки перед печкой раскладывать и удивился. Одна из палочек оказалась девочкой.

— Ты кто? — спросил медведь ласково.

— Я— Маша, — ответила девочка. Медведь не ругал её, поэтому она тут же разговаривать научилась.

— Вот чудно, — сказал медведь. — Ты из мультика?

— Нет, я из школы, — ответила Маша. И рассказала о своей беде, как она в палочку превращается.

— Нет, Это не дело, — ответил медведь.— Я тебе дам свой ноготь. Повесь его на шею. И когда кто-то ругать тебя начнёт, превращайся в медведя. Ррр... — вот так будешь делать.

Поблагодарила Маша медведя, спела ему песню. И отвёл он её обратно в город.

А там уже её вся родня ждёт.

— Куда ты подевалась? — стали кричать они на неё.

Маша ноготь медведя потрогала и зарычала сначала несмело, а потом громко:

— Ррр...

Отошли от неё люди. Не понравилось им, что на них рычат, а не молча слушаются.

А вот Маше рычать понравилось. Она даже на маму тихонько рыкнула, когда та её за беспорядок в шкафу ругать стала.

Рыкнула и испугалась. Что теперь будет?

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и спросить детей, что могла сказать мама?

Но мама только улыбнулась:

— Маш, ну ты же не медведь. Чего рычишь? Есть же человеческие слова — «я злюсь», «я с тобой не согласна», «думаю, что я права», «мне неприятно это слушать», «хорошо, я всё поняла».

— Здорово, — сказала Маша. — Так ещё лучше. Когда меня начнут ругать, я буду становиться медведем, который умеет разговаривать!

После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Почему она не могла им ответить?
- Почему мама не наказала Машу, когда она зарычала?
- У тебя есть знакомые, которые очень пугаются, когда их ругают или огрызаются?

6. Практическая проработка темы

Упражнение «Мишень»

На общей песочнице рисуется мишень. Дети по очереди кладут камешек на мишень, проговаривая: «Когда меня (например, обзывают, ругают, бьют) я злюсь вот так (и кладут камешек в мишень в зависимости от степени гнева. Если сильно гnevаются, то в центр, если меньше, то ближе к краю).

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке понравившуюся композицию.

Релаксация «Драгоценность»

Представьте себе, что вы держите в кулачках что-то очень ценное (дети берут цветной камешек в песочнице), дорогое для вас, и кто-то хочет у вас это отнять. Вы сжимаете кулачки все крепче и крепче...ещё крепче, уже побелели косточки, кисти начинают дрожать.... Но вот обидчик ушёл, а вы разжимаете

свои кулачки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на песке... они отдыхают... (повторить 2-3 раза).

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными композициями в песке без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

Сценарий встречи «Обида»

Задачи: формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, содействовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Кубик настроения»

Для проведения упражнения используется «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением. Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке. Педагог: Ребята, давайте поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений». Какое приветствие вызвало у вас приятные чувства?

3. Вхождение или погружение в тему

Педагог: Прошлый раз мы учились правильно пользоваться злостью и избавляться от неё. А бывает такая эмоция, которую человек впусив в своё сердце, выпускать не хочет. И тогда плохо будет и человеку, и той эмоции, которая так хочет выбраться из заключения и убежать. Знаете о чём я? Чтобы вы узнали подробнее, я расскажу вам сказку, а пока достаньте себе талисманы на сегодняшнюю встречу из Сундучка ожиданий и скажите, что вы ждёте от нашей встречи?

4. Формирование ожиданий участников(см. сценарий 1)

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка «Про обиду»

— Обида – это такой маленький и очень симпатичный зверек. С виду он совсем безобидный. И если с ним правильно обращаться, то вреда он вам не принесет.

Обида, если не пытаться её поселить в своем доме, прекрасно живет на воле и никогда никого не трогает. Но все попытки завладеть Обидой, сделать её своей, кончаются всегда плачевно...

Зверек этот очень маленький и юркий, он может случайно попасть в тело любого человека. Человек это сразу чувствует, ему становится обидно.

А зверек кричит человеку:

— Я нечаянно попался! Выпусти меня! Мне здесь темно и страшно! Я хочу к маме!

Но люди давно разучились понимать языки тварей земных, особенно таких маленьких зверьков...

Есть такие люди, которые сразу отпускают обиду. Но есть и такие, которые ни за что не хотят её отпускать. Они сразу называют Обиду своей и носятся с ней, как с самой дорогой игрушкой. Постоянно думают о ней и даже ночью просыпаются от великих дум о ней.

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и предложить детям вспомнить, на что или кого они обижались недавно и изобразить в песке обиду, которая не может выбраться на волю (закопать в песок, оградить камешками и т.п.).

А Обиде все равно не нравится жить с человеком. Она крутится, ищет выход, но сама она никогда не найдет пути. Такой вот непутевый зверек.

Да и человек тоже непутевый. Сжался весь и ни за что не выпускает уже свою Обиду. Жалко отдавать. А зверек-то голодный, и есть ему очень хочется. Вот и начинает он потихоньку есть человека изнутри. И человек чувствует это: то там заболит, то здесь. Так болит, что слезы катятся из глаз. Но поскольку он не понимает от чего это, то и не связывает это недомогание с обидой. А дальше человек привыкает к ней от безысходности и Обида тоже потихонечку привыкает к своему хозяину: ест, растет, жиреет Обида и совсем перестает двигаться.

Находит внутри человека что-нибудь вкусненькое, присасывается и сосет и гложет.

Так и говорят про таких людей: “Обида гложет”.

И, в конце концов, Обида так прирастает к человеку, что становится частью его. Человек с каждым днем слабеет, а Обида внутри все толстеет и толстеет.

И невдомек человеку, что только и надо — взять и отпустить обиду!

Пусть себе живет в свое удовольствие и пусть будет опять маленькой, юркой и худенькой!

И человеку без нее легче живется, потому что от Обиды он часто плачет и болеет.

Обида – это такой маленький зверек.

Отпусти его, пусть себе бежит к маме!

Рекомендации педагогу. После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Бывало ли, что вы не хотели выпускать обиду домой?
- Обида, которую вы изобразили в песочнице, живёт внутри вас?
- Что можно сделать в песочнице, чтобы освободить обиду?

- Что чувствуется, когда обида проходит?

6. Практическая проработка темы

Упражнение «Освобождение обиды»

Педагог: Ребята, у вас в песочнице обида заперта. Надо помочь её выбраться и уйти к себе домой. Изобразите путь для обиды (можно построить мостик, открыть двери, нарисовать тропинку домой).

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке композицию «Обида – ты свободна!».

Релаксация «Водопад»

Педагог: Правильно ребята вы сказали, что когда обида уходит, человек чувствует облегчение. Это облегчение похоже на водопад. Попробуем почувствовать, как легко человеку без обиды. Опустите руки в песок. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Чудесный день, тёплое солнышко, голубое небо над головой. Горный воздух приятен и свеж. Вам дышится свободно и легко. Но водопад необычен, вместо воды в нём падает мягкий белый свет. Представьте, что вы стоите под этим водопадом и прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как он льётся по лбу, по лицу и шее... Белый свет течёт по плечам ..., помогает им стать мягкими и расслабленными ...(пауза – поглаживание детей). А нежный свет течёт по груди, по животу. Пусть свет гладит ваши ручки, пальчики. Свет течёт и по ногам, и вы чувствуете, как тело становится мягче и вы расслабляетесь. Этот удивительный водопад из белого света обтекает всё ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вздохом вы всё сильнее расслабляетесь. А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Водопад наполнил вас свежими силами и энергией.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными композициями в песке без участия педагога.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

Сценарий встречи «Правильный выбор»

Задачи: учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, действовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Формулы вежливости» (в песочнице)

Цель: учить детей употреблять «формулы вежливости» с учетом ситуации.

Дети делятся на две подгруппы и встают вокруг песочницы лицом друг. По сигналу партнеры, находящиеся друг напротив друга обмениваются разнообразными приветствиями, но посредством песка (рукопожатия в песке, посыпание струйки песка на ладошку товарища, закапывание или откапывание ладошки друга и т.п.). Дети должны с помощью касаний, жестов, мимики, пантомимики, взглядов и дружеских жестов показать своё отношение друг другу.

3. Вхождение или погружение в тему

4. Формирование ожиданий участников;

5. Интерактивная подача материала для размышления

Сказка о смелом Тимоше (Надежда Артюшина)

В одном городе жил вместе со своими родителями мальчик по имени Тимоша. Он очень любил своих родителей и старался их никогда не расстраивать. Он ходил в школу и очень хорошо учился. У него было много друзей, с которыми он очень любил играть и веселиться в свободное время.

Однажды, солнечным весенним днем Тимошу позвал гулять его друг Коля.

- Прости, Коль, - ответил Тимоша, - но я не могу сегодня пойти гулять, мне нужно учить уроки, да и маме я обещал помочь по дому.

- Да ладно тебе, посмотри, какая замечательная погода! А завтра на уроке, может быть, и не спросят, а если спросят, то скажи, что ты себя плохо чувствовал, поэтому и не выучил уроки! – начал переубеждать его Коля.

- Ну а как же мои родители? Ведь они будут волноваться!

- Да мы совсем не долго, а когда придешь домой, скажешь, что нас задержал учитель! Тебе обязательно поверят и не поругают!

Несмотря на то, что эта идея не понравилась Тимоше, другу все же удалось уговорить его, и они отправились гулять. Друзья бегали, веселились и не заметили, как наступил вечер.

Тимоша шел домой по узкой лесной тропинке и придумывал, что же он скажет своим родителям в свое оправдание. Неожиданно ему встретились две маленькие феи с крылышками.

- Кто вы? – поинтересовался Тимоша, - я вас совсем не знаю. Как вас зовут?

- Здравствуй, Тимоша. Мы две сестры: Ложь и Лень. Моя сестра Ложь слышала о тебе, а я еще нет, но мы очень хотим с тобой подружиться. Мы сегодня заметили тебя в парке, когда все ребята были в школе! – ответили бабочки.

- Ложь и Лень? Но я думал, что вы вовсе не такие красивые, а злые и противные!

- На самом деле, мы можем превращаться в кого захотим, но наше истинное лицо могут увидеть только преданные нам друзья, которые следуют с нами всегда и везде.

- А еще мне говорили, что с вами нельзя дружить! О вас ходит дурная слава!

- Да что ты! Все это выдумки! Просто злые люди, с которыми мы не хотим дружить, завидуют нам и говорят о нас только плохо! С нами очень весело проводить время, играть, отдыхать и просто бездельничать! А самое главное то, что об этом никто не будет знать и не поругает тебя! Мы очень хотим с тобой дружить!

- Ну что же! Давайте попробуем! Вы мне тоже очень понравились!

С тех пор, Ложь и Лень стали спутниками Тимоши. Когда его мама просила помочь ей по дому, то он говорил, что устал и ему нужно делать уроки. А мама верила, хотя в это время Тимоша играл и отдыхал в своей комнате.

Прошло время, наш мальчик стал плохо учиться, реже видется с друзьями. А еще случилась большая неприятность: его любимая мама заболела, потому что все домашнее хозяйство было на ней, ей никто не помогал и она очень уставала.

И вот, как-то утром, Ложь и Лень завели с Тимошей разговор.

- Ты помнишь, Тимоша, - спросили они, - мы говорили тебе о том, что можем превратиться в кого или во что захотим, а наше настоящее лицо может увидеть только тот, кому мы станем спутниками по жизни?

- Конечно, помню! – удивленно ответил мальчик.

- Так вот, ты и стал тем, кто без нас уже не может обойтись. Хочешь ли ты увидеть наше настоящее лицо?

- Хочу! Хочу! – радостно закричал Тимоша.

Наш Тимоша даже и не подозревал, какой ужас его ожидает. Феечки вдруг стали расти и превратились в огромных чёрных ведьмочек.

- Кто вы? – испуганно спросил мальчик.

- А мы твои друзья: Лень и Ложь. Теперь мы будем жить у тебя и следовать за тобой по пятам. А еще мы будем мешать тебе абсолютно во всех делах!

Тимоше было очень страшно, но деваться ему уже было некуда, потому что он не мог сам справиться с Ложью и Ленью, которые с каждым днем росли все больше и больше. Тимоша очень хотел исправиться, но ложь и лень мешали ему во всем, они ломали его игрушки, не давали учить уроки, читать книжки, гулять с друзьями и помогать маме.

Рекомендации педагогу. Здесь можно сделать паузу и предложить детям изобразить в песочнице, как выглядит мир эмоций Тимоши, когда он подружился с Ленью и Ложью и до этого. Затем педагог продолжает сказку.

И вот, наконец, в один прекрасный вечер, когда Тимоша набрался смелости и сил. Он сказал Лжи и Лени, которые к тому времени заняли почти все место в его комнате:

- Ну, все, хватит! Я понял, что никакие вы мне не друзья! Я поступал плохо, когда дружил с вами и слушался вас. Я поступал очень плохо, когда врал своей любимой маме, учителям, когда ленился. Я понял, что был не прав! И

больше я никогда не хочу видеть вас! Я знаю, что нужно делать, чтобы вы исчезли и больше никогда не приходили ко мне!

И тогда наш смелый Тимоша отправился к своей маме, рассказал ей обо всем. О том, что он, прогуливая школу, встретил Ложь и Лень, поддался на их уговоры и подружился с ними. Он попросил у мамы прощения и пообещал больше никогда не врать и не лениться. Мама крепко обняла своего сына, поцеловала и, конечно, простила его, потому, что он набрался смелости и рассказал ей всю правду и понял свою ошибку.

Когда Тимоша вернулся к себе в комнату, то увидел, Лень и Ложь пропали без следа...

Тимоша исправил плохие оценки, читал интересные книжки, из которых узнавал много нового. Он помогал маме по дому, чаще гулял со своими друзьями. Он стал очень трудолюбивым и честным, а еще понял, что если говорить только правду и не лениться, то это будет приносить пользу и себе и всем окружающим. Поэтому любое дело, за какое бы он ни брался, ему очень хорошо удавалось!

Рекомендации педагогу. После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, почему Ложь и Лень захотели подружиться именно с Тимошей?

- Как вы думаете, какие эмоции испытывал герой: когда он дружил с Ленью и Ложью, и когда он их прогнал от себя и стал честным и трудолюбивым.

- В какой момент Тимоша поступил неправильно?

- Как отказать другу, чтобы он не обиделся?

- Какую музыку вы бы посоветовали Тимоше слушать (П.И. Чайковский «Марш деревянных солдатиков», И.С. Бах «Аве-Мария, П.И. Чайковский «Песня жаворонка»)

6. Практическая проработка темы

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке композицию «Мир эмоций Тимоши «до и после».

Упражнение «Как не обидеть друга»

Педагог: Иногда бывает, что друзья предлагают то, что нам не подходит, как получилось у Тимоши. И тогда наша жизнь может измениться в плохую сторону. Поэтому очень важно научиться доверять нашим эмоциям, которые подскажут, что предложенный плохой поступок нам не подходит. И уверенно ответить другу так, чтобы он не обиделся и не предлагал плохого.

Для этого мне нужны два помощника. Один будет «Тимошей», а другой «Колей». Коля предлагает плохой поступок любой (прогулять школу, обидеть девочку и т.д.) А Тимоша уверенно и чётко произносит такие слова: «Нет, это

мне не нужно. Я не буду это делать. И тебе не советую». (*Дети разыгрывают мини-сценки*).

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными композициями в песке без участия педагога. Педагог незаметно наблюдает, как дети освоили данную практику.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

Сценарий встречи «Сад эмоций»

Задачи: учить детей использовать возможности мимики, жестов и пластики тела, формировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций, действовать снятию нервного напряжения средствами арт-техник, развивать творческие способности в графической, театрализованной и продуктивных видах деятельности.

1. Ритуал вхождения (см. сценарий 1)

2. Инициация (начало встречи)

Приветствие «Кубик настроения»

Для проведения упражнения используется «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением. Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке. Педагог: Ребята, давайте поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений». Какое приветствие вызвало у вас приятные чувства?

3. Вхождение или погружение в тему.

Педагог: Мы с вами изучили много эмоций и научились правильно с ними обращаться, ухаживать за ними, как за садом, в котором растут цветы-эмоции самые разные – и красивые, и экзотические, и совсем неброские, – но все любимые для своего садовника. Ведь это его сад, сад его души.

4. Формирование ожиданий участников (см. сценарий 1) Загляните в Сундучок ожиданий и выберите талисман на сегодняшний день, расскажите, что хотите от сегодняшней встречи.

5. Интерактивная подача материала для размышления.

Рекомендации педагогу. Детям предлагается изображать на песке свой сад эмоций вслед словам сказки под медитативную спокойную музыку.

Сказка «Сад эмоций» (О. Хухлаев) [35]

В этом саду очень много радости. Но под кустиком притаилась и грусть. Острые листики обиды любят полутьнь. Злость, на удивление всем, расцветает ярко-красными цветами. Страхи бывают разными. Одни цветут мелко-

фиолетовыми шариками. Другие – розовыми шашечками. А есть страхи, кажется, страхи темноты, они даже плоды дают кисленькие, похожие на клюкву.

Важно, чтобы человек знал все тропинки сада своей души, понимал, где какая эмоция притаилась. А главное – умел проявлять свои чувства в обществе других людей.

Но есть люди, которые считают, что существуют плохие эмоции, которые надо прятать и никому не показывать. «Это стыдно. Можно расстроить родителей. И вообще, бояться только трусы. А злятся – плохие люди». И тогда люди забывают тропинки своего сада, на которых растут так называемые неприятные чувства. Ставят на повороте к ним таблички «запретная зона». Но взамен протаптывают другие, которые потихоньку начинают мешать им жить. Наверное, Баба-яга к ним причастна.

Первая тропинка Бабы-яги называется «заменяй». Чувствуй то, что одобряется взрослыми. Запрещенные чувства – в клетку.

В жизни это может выглядеть так. К примеру, человек часто боится, рассказывает о страхах и взамен этого проявляет в разных формах злость. «Злиться не так стыдно, как бояться», – думает он в этом случае.

Вторая тропинка называется «не проявляй никогда». Вдоль нее расставлены банки, в которых человек консервирует свои чувства – страхи, злость, обиду. Банки все наполняются и наполняются, пока в определенный момент не начинают взрываться. И тогда человек, казалось бы, ни с того ни с сего начинает кричать и топтать ногами или горько плакать. Это уже совсем неуправляемые чувства выходят наружу. И никто не скажет ему «не надо копить свои чувства, лучше проявляй их потихоньку». Все только удивляются, что человек вдруг взрывается как вулкан.

Около третьей тропинки вывеска «в поликлинику налево». По ней бродят люди, которые прячут свои чувства в глубокие подземелья, откуда им никогда не вырваться. Но для того чтобы сдерживать их там, человеку требуются силы. И когда они заканчиваются, он начинает болеть.

Поэтому очень важно, чтобы не люди хорошо ориентировались в своем саду эмоций и впускали туда значимых для него людей. Но чтобы не стесняться проявлять чувства, необходимо понимание того, что нет плохих или хороших, вредных или полезных эмоций. Каждая может быть полезна в той или иной ситуации.

Однако сад эмоций имеет свою тайну, которую многие не знают: он нередко стремится захватить власть над душой человека, хочет управлять его поведением, чтобы человек действовал, только следуя эмоциональным импульсам.

Почувствовал страх – спрячься подальше, злость – дай кулаком в спину, обиду – носи ее как гири за спиной с кислым лицом.

Важно, чтобы человек, ухаживая за своим садом, чувствовал себя его хозяином, умел бы направлять эмоции туда, куда хочет. Например, мог бы успокаиваться, когда это нужно. Прощать обиду, забывать ее или переключаться на позитив.

Рекомендации педагогу. После того как дети прослушали сказку, ведущий просит их поделиться впечатлениями от услышанного.

Вопросы:

- Доволен ли ты своим рисунком?
- Что было легко, а что сложно изобразить?

6. Практическая проработка темы

Психологический этюд в песочнице «Добрый садовник»

Педагог: Ваши сады прекрасны! Вы научились сажать цветы эмоции и ухаживать за ними! В этой чаше голубой песок, он символизирует воду. Полейте тот цветок, который сейчас для вас больше всего важен. Передайте чашу по кругу. Следите за тем, чтобы «вода» досталась каждому участнику нашей встречи!

Дети рисуют на бумаге изображённую на песке работу.

Психологический этюд «Росток»

Дети садятся на ковер.

Педагог: представим, что мы с вами маленькие семечки – сидим в земле и ждем, когда придет весна. Как узнать, что пришла весна? Стало тепло, и пошел дождик. Из семечек появились росточки /дети вытягивают вверх руки/. Росточки росли, набирались сил и стали большими и красивыми, они стали настоящими цветами /дети встают в полный рост и разводят руки в сторону/. Цветочки греются на солнышке, подставив ему свои листики – ладошки.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Рефлексивное упражнение «Сундучок ожиданий 2» (см. сценарий 1)

8. Минутки свободной игры. Дети могут поиграть с созданными композициями в песке без участия педагога. Педагог незаметно наблюдает, как дети освоили данную практику.

9. Ритуал завершения (см. сценарий 1)

После завершения программы оформляется выставка детских рисунков «Фейерверк эмоций».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анисимова, А.В. Развитие творческого воображения у детей 6-7 лет посредством арт-терапии / А.В. Анисимова ; Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого. – Тула : б.и., 2020. – 91 с. : табл., диагр.
2. Кривцова С.В. Жизненные навыки для дошкольников. Занятия-путешествия: Программа-технология позитивной социализации дошкольников/под общ.ред. С.В. Кривцовой. – Москва: Клевер-Медиа-Групп, 2018. – 334, [2] с. – (Жизненные навыки.Пособия для педагогов)
3. Мариелла Зейц Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница: [адаптированный перевод с англ.] — М.: ИНТ, 2010 — 94 с
4. Микляева Н.В., Семенака С.И. Уроки добра: Комплексная программа социально-коммуникативного развития ребёнка средствами эмоционального и социального интеллекта. – М.: АРКТИ, 2018. – 208 с. – (Развитие и воспитание).
5. Социальный и эмоциональный интеллект: От процес-сов к измерениям / Под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. –М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 351 с. (Интеграция академической и университетской психологии)

6. Тупичкина Е.А. Мир песочных фантазий: Программа обучения детей рисованию песочных картин в технике «Sand-Art» (для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – М.: АРКТИ, 2019. – 112 с. – (Учимся творчеству).
7. Тупичкина Е.А. Мир песочных фантазий: Программа обучения детей рисованию песочных картин в технике «Sand-Art» (для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — М.: АРКТИ, 2016. — 112 с.
8. Тупичкина Е.А. Развитие эмоционального компонента социального интеллекта дошкольников: арт-педагогический подход. В сб. Социализация детей дошкольного и младшего школьного возраста как инвестиция в будущее: / Под ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство «Спутник +», 2016. С. 37-45.
9. Тупичкина Е.А. Рисование песком как средство развития эмоционального интеллекта и профилактики эмоционального неблагополучия дошкольников //Детский сад: теория и практика. 2014. № 4. С. 76–85.
10. Тупичкина Е.А. Формирование стрессоустойчивости у дошкольников средствами изотерапии. //Детский сад: теория и практика 2015. № 7. С.94-104.
11. Хухлаев О. Е. Портал в мир ребенка. Психологические сказки для детей и родителей / О. Е. Хухлаев — «Эксмо», 2020 — (Волшебные миры сказкотерапии)