

**Центр психолого-медико-социального сопровождения**

**«Со-Действие»**

**Цикл занятий с детьми**

**«Учимся по сказке.**

**Я и мои эмоции»**



**Клин, 2014**

**Задачи:**

* Дать детям первичные знания о некоторых базовых эмоциях: радости, удивления, страхе, гневе, горе, интересе.
* Учить детей различать эмоции по их схематическим изображениям.
* Учить детей передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства (мимику, пантомимику, интонацию).
* Развивать у детей эмпатию (способность к сопереживанию).
* Расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая сравнивать их.
* Учить понимать свои чувства и чувства других людей, рассказывать об этом.
* Учить контролировать свои эмоции.

**Содержание занятий:**

**Тема: «Радость».**

Цель: Познакомить детей с эмоцией радости; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку; учить эмоционально воспринимать веселое настроение людей.

1. Прослушивание веселой музыки.
2. Чтение стихотворения А. Барто «Две сестры глядят на братца» *(беседа по содержанию стих-я, демонстрируется изображение веселой девочки и пиктограмма «Радость»).*
3. Упражнение «Зеркало» *(дети по очереди смотрят в зеркало, изображая радость).*
4. Игра «Клоун -Тяп - Ляп» *(дети играют с шариком).*
5. Этюд «Золотые капельки» *(как приятен теплый дождик! Выразительные движения: голову запрокинуть, плечи опустить, нежная улыбка).*
6. Этюд «Цветок» *(выразительные движения: присесть на корточки, голову и руки опустить, затем поднять голову, распрямить корпус, встать, руки медленно поднять в стороны - цветок расцвел. Мимика: глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены).*
7. Рисунок «Оживи кружочки» *(пиктограмма «Радость»).*

**Тема: Горе.**

Цель: Познакомить детей с эмоцией горе; учить передавать это эмоциональное состояние; учить эмоционально воспринимать грустное настроение людей; знакомить со способами снятия негативных настроений.

1. Чтение сказки «Теремок» *(беседа по содержанию).*
2. Упражнение «Зеркало» *(рассматривание пиктограммы горе и изображений грустных людей. Изображение грусти перед зеркалом).*
3. Этюд «Стрекоза замерзла» *(мимика: приподнять и сдвинуть брови, стучать зубами).*
4. Упражнение «Тренируем эмоции» *(чтение стих-я А.Барто «Встреча» и подбор пиктограмм).*
5. Рисунок «Оживи кружочки» *(используется одновременный показ педагога).*

Тема: Наши эмоции

Цель: Продолжить знакомство детей с эмоциями радости, горя, удивления, страха, гнева. Закрепить полученные на занятиях знания и умения. Расширить представления детей об эмоциях, продолжить развивать воображение.

1. Знакомство с гномами.
2. Игра «Кубик» *(педагог бросает кубик, на каждой стороне которого нарисовано лицо, выражающее какое-либо настроение. Ребенок изображает настроение соответствующее выпавшему).*
3. Упражнение «Выбери такое же настроение» *(каждому ребенку дается пиктограмма, ребенок находит соответствующую картинку).*
4. Игра «Хоровод» *(дети идут по кругу, когда зазвонит колокольчик дети выполняют задания педагога, показать веселого зайчика, испуганную мышку и т.д.).*
5. Игра «Волны» *(включается запись шума моря. Детям даются ленточки и они изображают настроение волн).*
6. Игра «Зеркало» *(гимнастика для лица: педагог показывает какое-то настроение, дети определяют его, называют и, как зеркало повторяют).*
7. Этюд «Разные настроения» *(педагог читает стих-е, а дети изображают настроения, описанные в тексте).*
8. Игра «Облако» *(во время чтения предъявляются карточки с изображениями облаков с разными настроениями).*
9. Нарисуй облако.

**Тема: «Гнев».**

Цель: Познакомить детей с эмоцией гнева; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства, социально приемлемыми способами; знакомить со способами снятия негативных настроений.

1. Чтение отрывка из сказки «Три медведя» *(разыгрывание отрывка, где сердятся медведи).*
2. Упражнение «Зеркало» *(рассматривание пиктограммы и рисунка с изображением злого мальчика, выполнение мимического упр-я перед зеркалом).*
3. Игра «Выбиваем пыль».
4. Упражнение «Тренируем эмоции» *(задания по выбору педагога).*
5. Рисунок «Оживи кружочки» *(задание выполняется по показу педагога).*
6. Игра «Тух-тиби-тух» *(заклинание против плохого настроения. Дети ходят по комнате ни с кем не разговаривая, как только захочется поговорить останавливаются напротив одного из детей и сердито говорят волшебное слово «ТУХ-тиби-тух!»).*

**Тема: «Удивление».**

Цель: Познакомить детей с эмоцией удивления; учить их передавать данное эмоциональное состояние, используя различные эмоциональные средства; учить эмоционально воспринимать удивленное настроение людей; развивать умение чувствовать чужое настроение и сопереживать окружающим.

1. Чтение стих-я А.Барто «Купание» *(беседа по содержанию).*
2. Рассматривание пиктограммы «Удивление» и изображение удивленных людей.
3. Упражнение «Зеркало».
4. Этюд «Удивление» *(мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты).*
5. Упражнение «Тренируем эмоции» *(улыбнитесь как кот на солнце и т.п., удивитесь, как ребенок, который увидел слона и т.п.).*
6. Рисунок «Оживи кружочки» *(пиктограмма «Удивление»).*

**Тема: «Страх».**

Цель: Познакомить детей с эмоцией страха; учить их передавать это эмоциональное состояние; учить эмоционально воспринимать это состояние у других людей; помогать детям осознавать и преодолевать страх.

1. Чтение стих-я «Тили-бом» *(беседа по содержанию, рассматривание пиктограммы «Страх» и изображений испуганных зверей.).*
2. Упражнение «Зеркало».
3. Игра «Медвежонок» *(медвежонок спит, дети вокруг него водят хоровод. Медвежонок просыпается и догоняет детей. Дети прячутся за стульчики, затем детям предлагается выбрать пиктограмму страха из трех пиктограмм).*
4. Упражнение «Тренируем эмоции» *(улыбнись как.., удивись как..., испугайся как...).*
5. Этюд «Лисенок боится».
6. Рисунок «Оживи кружочки*» (рисуют по показу педагога лицо испуганного человека).*
7. Упражнение «У страха глаза велики» (*играем со страхом. Представьте, что у вас большой страх (дети широко разводят руки в стороны). У всех, кто боится, от страха большие глаза (изображают большие, круглые глаза при помощи рук). Но теперь страх уменьшился (дети сдвигают руки). А за тем страх исчезает (пожимают плечами и в недоумении разводят руками). Улыбаются друг другу).*